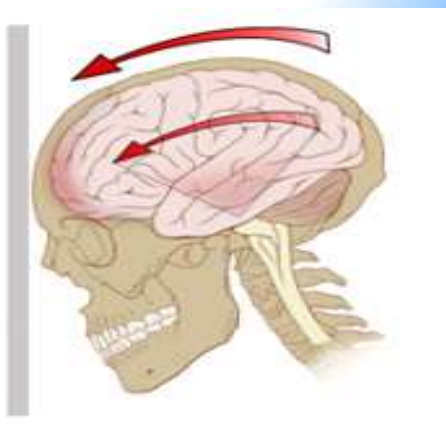




## آسیب های

### مغزی در اثر حوادث

گروه هدف: همه سنین



تهیه کنندگان: گروه آموزش به بیمار مرکز

با تایید دکتر ساسان ساکت

(فوق تخصص مغز و اعصاب کودکان)

بازبینی زمستان ۱۴۰۱

✚ استراحت مناسبترین راه برای رسیدن به بهبودی مغز پس از رخداد ضربه مغزی است. پزشک توصیه خواهد کرد که از لحاظ جسمی و ذهنی استراحت کنید تا از ضربه مغزی بهبود بیابید.

✚ پزشک شاید توصیه کند روزهای مدرسه و یا روزهای کاری را کوتاه کنید، در طول روز استراحت داشته باشید، یا حجم تکالیف مدرسه یا شغلی را کاهش دهید تا ضربه مغزی بهبود پیدا کند.

✚ همانطور که نشانه‌های بیماری بهبود می‌یابد، به تدریج اجازه دارید فعالیت‌های بیشتری انجام دهید که شامل درگیری فکری می‌شود.

✚ اگر شما یا فرزندتان در طول انجام ورزشی رقابتی دچار ضربه مغزی شدید، از پزشک خود یا پزشک کودکان بپرسید چه زمانی بهتر است به بازی برگردید. از سرگیری زودهنگام تمرین ورزشی باعث افزایش خطر ضربه مغزی دوم و آسیبی بالقوه‌کننده خواهد شد.

منبع:

www.tebyan.com

**سردردهای پس از آسیب دیدگی:** بعضی افراد از چند هفته تا چند ماه پس از آسیب مغزی دچار سردرد می‌شوند.

**سرگیجه پس از آسیب دیدگی:** بعضی افراد تا چند روز، هفته یا ماه پس از یک آسیب مغزی، با نوعی حس دوران یا سرگیجه روبرو می‌شوند.

**نشانگان برخوردار ثنوی:** تجربه ضربه مغزی دوم قبل از برطرف شدن علائم و نشانه‌های ضربه مغزی اول ممکن است به تورم مغزی سریع تبدیل شده و معمولاً منجر به مرگ شود. پس از ضربه مغزی، مقدار مواد شیمیایی مغز تغییر می‌کند. معمولاً حدود یک هفته طول می‌کشد تا مقدار این مواد دوباره به حالت ثابت برگردد. با این حال، زمان بهبودی متغیر است. ورزشکاران هرگز نباید در حالی به تمرین برگردند که هنوز با علائم و نشانه‌های ضربه مغزی روبرو هستند.

✚ برای مشاهده پزشکی پس از ضربه مغزی، شاید لازم باشد در بیمارستان بستری شوید.

✚ اگر پزشک موافقت کند، در خانه معاینه خواهید شد، ولی یک نفر باید حداقل ۲۴ ساعت همراهتان بماند و مرتب سر بزند تا مبادا علائم بیماری بدتر شود. فردی که از شما مراقبت می‌کند بطور مرتب باید بیدارتان کند تا مطمئن شود به طور عادی می‌توانید از خواب بیدار شوید.

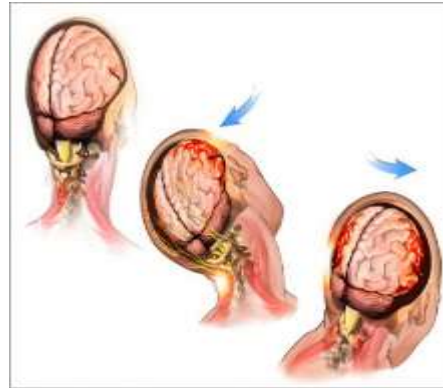
برخی از نشانه‌های ضربه مغزی ممکن است فوری یا با چند روز تاخیر پس از آسیب‌دیدگی بروز کنند، از جمله:

- ناراحتی‌های تمرکز و حافظه
- زودرنجی و سایر تغییرات شخصیتی
- حساسیت به نور و صدا
- اختلالات خواب
- مشکلات روانی و افسردگی
- اختلالات چشایی و بویایی

### عوارض احتمالی ضربه مغزی عبارتند از:

- **صرع:** در مورد افرادی که ضربه مغزی داشته‌اند، احتمال خطر ابتلا به صرع در پنج سال اول پس از آسیب دو برابر می‌شود.
- **اثرات تجمعی ناشی از چندین بار صدمه مغز:** شواهدی وجود دارد که نشان می‌دهد افرادی که در طول زندگی چندین بار آسیب مغزی را تجربه کرده‌اند ممکن است دچار اختلال پایدار و حتی پیشرونده‌ای شوند که عملکرد عادی بدن را محدود می‌کند.
- **نشانه‌گان پس‌ضربه‌ای:** برخی افراد چند روز پس از ضربه مغزی کم‌کم علائم پس‌ضربه‌ای مانند سردرد، سرگیجه و مشکلات تفکر را بروز می‌دهند. این علائم ممکن است برای چند هفته تا چند ماه پس از ضربه مغزی ادامه پیدا کند.

علائم و نشانه‌های ضربه مغزی علاوه بر فراموشی، شامل موارد زیر می‌شود:



- سردرد یا احساس فشار در سر
- از دست دادن موقت هوشیاری
- سرگیجه
- وزوز گوش
- تهوع
- استفراغ
- گفتار ناشمرده
- پاسخگویی دیر به سوالات
- چهره خیره
- خستگی

از مهم‌ترین علائم هشداردهنده ضربه به سر می‌توان به حالت تهوع و استفراغ، گیجی، سردرد، تاری دید، از دست دادن تعادل، اختلال در خواب، مشکلات حافظه، وزوز گوش و خستگی اشاره کرد.

از مهم‌ترین علل ضربه به سر به ترتیب می‌توان به تصادفات رانندگی، سقوط از ارتفاع، درگیری جسمی، حوادث در حین کار، حوادث داخل منزل و حوادث حین ورزش اشاره کرد.

تشنج، صرع، سردردهای مداوم، خونریزی مغزی، عفونت مغزی، فراموشی، عقب ماندگی ذهنی، مرگ مغزی، اختلالات خلقی - روانی و اختلالات هورمونی از جمله پیامدهای ضربه به سر هستند که هر یک از این عوارض می‌توانند تا پایان عمر همراه بیمار باقی بمانند و حتی با مصرف دارو و جراحی به‌طور کامل برطرف نخواهند شد.

### ضربه مغزی

ضربه مغزی در واقع به آسیب‌دیدگی یا جراحت مغز در اثر ضربه به سر اطلاق می‌شود که چگونگی عملکرد مغز را تغییر می‌دهد. اثرات آن معمولاً موقتی است، اما شامل سردرد و مشکلات تمرکز، حافظه، تعادل و هماهنگی بدن می‌شود علائم و نشانه‌های ضربه مغزی می‌تواند نامحسوس باشد و بلافاصله آشکار نشود. علائم شاید چند روز، چند هفته و یا حتی بیشتر طول بکشد. علائم متداول پس از یک آسیب‌دیدگی مغزی تروماتیک عبارتند از سردرد، از دست دادن حافظه (فراموشی) و سردردگمی. فراموشی معمولاً شامل از دست دادن حافظه درباره رویداد منجر به ضربه مغزی می‌شود.