



آموزش به بیمار و خانواده مراقبت های پس از ترخیص

ضربه به سر

شماره پرونده:			نام خانوادگی:	نام:	بخش: اتاق: تخت:	پزشک معالج:
نام پدر:			تاریخ تولد:	جنس: ☐ زن ☐ مرد	تشخیص:	تاریخ پذیرش:
بیمار محترم ضمن آرزوی سلامتی برای شما، شایسته است که پس از ترخیص از بیمارستان موارد زیر را به دقت مطالعه فرمایید						

آموزش های زمان ترخیص و مراقبت در منزل:

- ✓ نخستین روز (24 ساعت پس از ضربه) مهمترین زمان است و شما نباید در این زمان تنها بمانید و حتماً توسط یکی از افراد خانواده یا نزدیکان مراقبت شوید.
- ✓ فقط مسکن هایی که پزشک تجویز کرده (معمولاً استامینوفن) را بخورید. مصرف داروهایی مثل آسپرین یا ژلوفن به دلیل خطر خونریزی مغزی مطلقاً ممنوع است.
- ✓ در صورت خوابیدن در طول 24 ساعت اولیه باید توسط فرد دیگری هر 2-3 ساعت از خواب بیدار شوید تا بروز هر گونه خواب آلودگی و دشواری در بیدار شدن مشخص شود.
- ✓ استراحت کافی داشته باشید.
- ✓ از بلند کردن، تکان دادن، هل دادن و کشیدن بارهای سنگین و حرکات سریع تا 4 هفته خودداری کنید.
- ✓ از فعالیت هایی که نیاز به تمرکز ذهنی زیاد دارد خودداری کنید.
- ✓ از شرکت در مکان هایی که نور و صدای زیاد دارد که باعث تحریک سردرد می شود، خودداری کنید.

علائم خطر (سریعاً به اورژانس مراجعه کنید و یا با ۱۱۵ تماس بگیرید):

- خواب آلودگی شدید که بیمار به سختی بیدار می شود.
- استفراغ های مکرر و جهنده (بدون حالت تهوع قبلی).
- تشنج یا لرزش دست و پا.
- خروج مایع شفاف یا خون از بینی یا گوش.
- اندازه نابرابر مردمک های چشم.
- سردردی که لحظه به لحظه شدیدتر می شود.