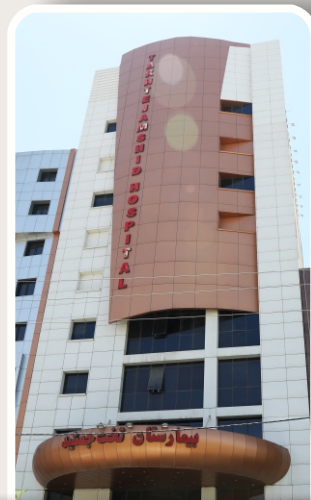




بیمارستان تخصصی تخت جمشید
TAKHTE JAMSHID HOSPITAL

عنوان آموزش: اصول مراقبت از آتل و گچ



برای دسترسی به نوشتارهای بیشتر رمزینه پایین
را با گوشی تلفن هوشمندتان اسکن نمایید



بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی
تخت جمشید

با پیشرفته ترین امکانات تشخیصی، درمانی
و ورزیده ترین کادر پزشکی و پرستاری
در خدمت هم میهنان عزیز می باشد

آدرس: کرج-عظیمیه ، میدان مهران
تلفن: ۰۲۶-۳۲۱۱۹۰۰۰۰ | تلفکس: ۰۲۶-۳۲۱۱۹۲۳۶
WWW.TJMEDICIAN.ORG

توجه داشته باشید که بهبود و ترمیم استخوان به عوامل مختلفی
مانند: سن، جنس، تغذیه، میزان استراحت، قدرت دفاع بدن
بستگی دارد.

جهت باز کردن گچ باید تحت نظر پزشک بوده و با توجه به معاینات
در آینده و میزان پاسخ به درمان، پایان درمان مشخص می شود.

هرگز شخصاً اقدام به باز کردن و خارج کردن گچ نکنید.



کد: ۴۰

اصول مراقبت از آتل و گچ

گچ / آتل یک پوشش محافظ محکم است که بروی یک لایه نرم پنبه قرار گرفته و شکل اندام رابه خود می گیرد، گاهی در صورت وجود تورم شدید ابتدا آتل بندی انجام شده و پس از چند روز با کاهش تورم اندام گچ گیری انجام می شود.

پس از ترخیص تا زمان بهبودی به نکات و توصیه های زیر توجه کنید:

۱- زمان خشک شدن گچ به نوع آن بستگی دارد گچ های معمولی (پودری) ۲۴ تا ۴۸ ساعت و گچ های فیبر گلاس (شبهه پلاستیک) ۲ تا ۱۲ ساعت بعد کاملا خشک می شود.

۲- تا زمان خشک شدن ،از هرگونه راه رفتن تکیه کردن یا ایجاد فشار بر روی گچ خودداری کنید.

۳- به هیچ وجه گچ را خیس یا مرطوب نکنید . در صورتی که به هر علتی خیس شد می توانید آن را با سشوار خشک نمایید (فقط از باد خنک دستگاه استفاده نمایید و به هیچ وجه آن را روی درجه گرم قرار ندهید چون باعث سوختگی پوست زیر گچ می شود.

۴- معمولا در چند روز اول پس از گچ گیری اندام آسیب دیده دچار تورم خفیف تا متوسط می شود و باعث احساس تنگی در گچ می گردد. برای کاهش تورم در ۴۸ ساعت اولیه باید اندام به طور کامل بالا قرار گیرد و به هیچ وجه آویزان نشده و فشار به آن وارد نشود.

۵- برای بهبود جریان خون هر نیم تا یک ساعت چند بار انگشتان خود را تکان دهید و خم و راست کنید بهتر است روزانه انگشتان خود را از نظر رنگ و دما بررسی کنید که دچار کبودی ،رنگ پریدگی یا سردی نشده باشد.



۶- احساس خارش خفیف در پوست زیر گچ یک عارضه شایع است . در صورت بروز خارش هرگز جسم یا وسیله ای را جهت خاراندن وارد گچ نکنید.

۷- از انجام ورزش و رانندگی با گچ خودداری کنید.

۸- از وارد کردن ضربه های سخت و سنگین که باعث شکستن ترک خوردن سوراخ شدن گچ می شود خودداری کنید.

در صورت بروز هر یک از علائم زیر به اورژانس یا پزشک مراجعه نمایید:

۱- تشدید درد یا بروز درد شدید یا مداوم که با مسکن های معمولی پاسخ ندهد.

۲- تشدید تورم اندام که با بالا نگه داشتن بهبود نیافته و باعث احساس تنگی و فشار دائمی گچ بر روی اندام شود.

۳- عدم امکان حرکت دادن یا خم و راست کردن انگشتان.

۴- تغییر رنگ غیر طبیعی یا سردی انگشتان .

۵- احساس بی حسی ، خواب گرفتن ، گزگز انگشتان.

۶- بروز زخم با خراش یا تاول در پوست زیر یا اطراف گچ.

۷- بروز تب یا تنگی نفس یا تپش قلب و گیجی و خواب آلودگی

۸- خونریزی از داخل گچ و احساس سوزش یا گرمی مداوم پوست زیر گچ .

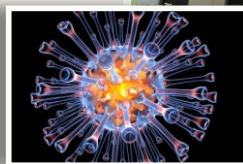
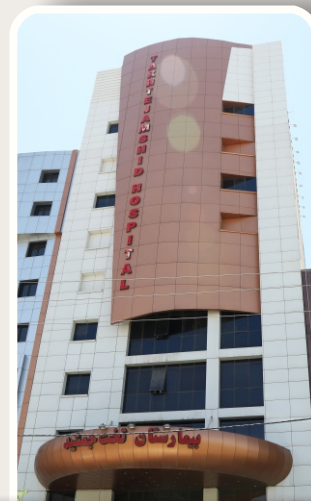
۹- سست شدن یا گشاد شدن گچ نسبت به قبل .





بیمارستان تخصصی تخت جمشید
TAKHTE JAMSHID HOSPITAL

عنوان آموزش: آنفلوانزا چیست؟



برای دسترسی به نوشتارهای بیشتر رمزیننه پایین
را با گوشی تلفن هوشمندتان اسکن نمایید



بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی
تخت جمشید

با پیشرفته ترین امکانات تشخیصی، درمانی
و ورزیده ترین کادر پزشکی و پرستاری
در خدمت هم میهنان عزیز می باشد

آدرس: کرج-عظیمیه ، میدان مهران
تلفن: ۰۲۶-۳۲۱۱۹۰۰۰-۰۲۶-۳۲۱۱۹۲۳۶-تلفکس:
WWW.TJMEDICIAN.ORG

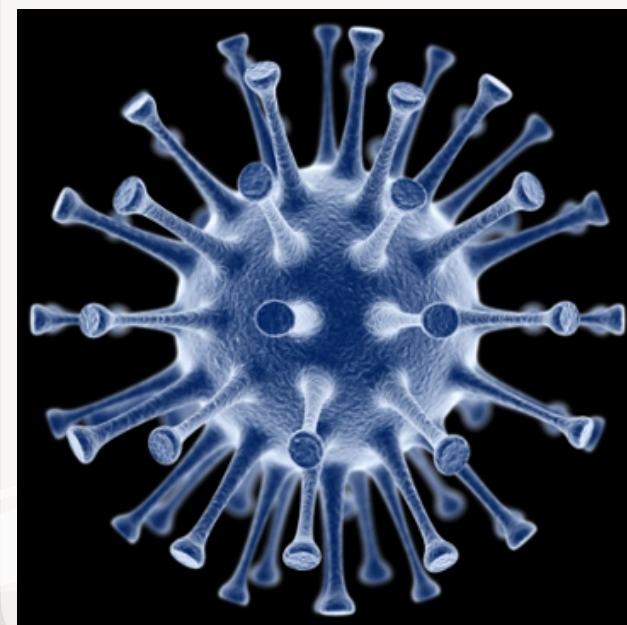
دپارتمان آموزش و ارتقاء سلامت

کد: ۴۱

خود مراقبتی:

پیشگیری:

- ▶ تزریق واکسن به صورت سالیانه.
- ▶ شستوشوی دستها
- ▶ رعایت حداقل فاصله یک متر از فرد بیمار
- ▶ دور نگه داشتن دست ها از بینی ، چشم ها و دهان
- ▶ ورزش منظم
- ▶ غذای مناسب
- ▶ عدم استعمال دخانیات : استعمال سیگار و دخانیات موجب آسیب به پوشش مجاری تنفسی و شش ها گردیده و آنها را به ویروس حساس می کند.



آنفلوانزا چیست ؟

آنفلوانزا یک عفونت ویروسی است که بینی، گلو و ریه را درگیر می کند. علائم این بیماری شامل تب، درد بدن، سردرد، خستگی، بی اشتها، سرفه های خشک، احساس خشکی یا زخم در گلو می باشد که به صورت ناگهانی ایجاد می شوند. آنفلوانزا با سرماخوردگی متفاوت است و علائم شدید تری دارد. بیشتر افراد بدون عارضه خوب می شوند اما برخی اوقات عفونت باکتریایی هم به آن اضافه می شود مانند عفونت گوش، عفونت سینوسها و یا التهاب مجاری تنفسی.



مراقبت خوب در منزل می تواند از ایجاد عوارض جلوگیری کند. عفونت ریه ها عارضه خطرناک تری است که ممکن است در برخی افراد ایجاد شود. کودکان زیر دو سال، افراد بالای ۶۵ سال و افرادی که بیماری جدی دارند بیشتر دچار این عوارض شده و ممکن است در بیمارستان بستری گردند.

عامل ایجاد کننده آنفلوانزا چیست؟

آنفلوانزا یک بیماری ویروسی است. ویروسهای آنفلوانزای A و B بیماری را ایجاد می کنند. ویروس نوع A معمولا عامل ایجاد کننده ی شیوع سالیانه ی آنفلوانزا است این ویروس ها مدام در حال تغییر هستند و انواع جدیدی را ایجاد می کنند که خصوصیات متفاوتی دارد. به همین دلیل ساختمان ویروس از سالی به سال دیگر تغییر می کند و واکسنها و حتی دارو ها برای اثر بخشی باید تغییر یابند.

علائم بیماری چیست؟

از مواجهه با ویروس تا ایجاد علائم یک تا چهار روز طول می کشد. ابتدا خشکی گلو، آبریزش بینی و احساس زخم در گلو ایجاد می شوند و سه تا چهار روز بعد علائمی مانند تب، سرفه درد بدن، سردرد و خستگی ایجاد می شوند.

زمان شیوع بیماری معمولا اواخر پاییز و اوایل زمستان است.

عوارض:

یکی از شایع ترین عوارض آنفلوانزا، پنومونی است، این عوارض بیشتر در بیماران ۶۵ سال، آنهایی که نیاز به مراقبتهای طولانی مدت در منزل دارند، خانمهای باردار و یا بیماران مبتلا به دیابت و بیماری قلبی ریوی بیشتر دیده می شود.

در صورت بروز موارد زیر سریعا به مرکز درمانی مراجعه کنید.

استفراغی که بند نمی آید و یا نمی توانید به اندازه کافی مایعات بنوشید.

احساس تنگی نفس با هرگونه مشکل در نفس کشیدن.

احساس درد یا فشار در قفسه سینه یا معده.

مشاهده علائم کمبود مایعات بدن مانند سذپرگیچه در وضعیت ایستاده و عدم دفع ادرار.

گیجی و خواب الودگی.

درمان آنفلوانزا:

داروهای ضد ویروسی برای کاهش شدت و طول مدت علائم وجود دارند، اما درمانهای سنتی نیز می توانند موثر و کمک کننده باشند، مصرف مایعات استراحت و بخور برای مرطوب کردن مجاری تنفسی کمک کننده است از پزشک خود درخواست تجویز آنتی بیوتیک نکنید چون آنتی بیوتیک تنها بر عفونت باکتریایی تاثیر دارد.

مصرف بیش از حد مکمل ها و ویتامین ها نیز تاثیری بر شدت و طول دوره ی بیماری ندارد. داروهای ضد ویروسی نیز وجود دارند که بیشتر در سالمندان و کسانی که سیستم ایمنی ضعیفی داشته و در معرض خطر عوارض هستند به کار میرود. داروها در مقابل همه انواع ایجاد کننده ی آنفلوانزا موثر نیستند.

ملاحظات:

واکسیناسیون واکسن آنفلوانزا برای گروه های زیر که در معرض خطر عوارض این بیماری قرار دارند، توصیه می شود.

کودکان

افراد بالای ۶۵ سال

افراد مبتلا به آسم، بیماری مزمن قلبی و ریوی یا اختلال سیستم

ایمنی بدن

افرادی که دیابت یا بیماری کلیوی دارند.

افرادی که مبتلا به ایدز بوده و یا پیوند عضو یا سلول بنیادی

داشته اند.

بچه ها و نوجوانان (۶۹ ماهه تا ۱۸ ساله) که درمان طولانی مدت

با آسپرین دارند.

خانم های باردار

افرادی که در تماس با این بیماران هستند مانند: مراقبین

بهداشتی، کارمندان مراکز مراقبت های پرستاری، کارمندان خانه های

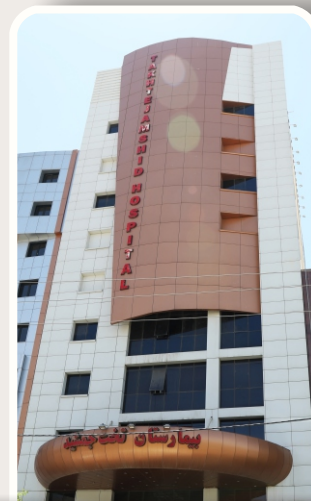
بهداشتی و کسانی که در کنار افراد پرخطر برای ابتلا زندگی می کنند.





بیمارستان تخصصی تخت جمشید
TAKHTE JAMSHID HOSPITAL

عنوان آموزش: سنگ ادراری چیست؟



برای دسترسی به نوشتارهای بیشتر رمزینہ پایین
را با گوشی تلفن هوشمندتان اسکن نمایید



بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی
تخت جمشید

با پیشرفته ترین امکانات تشخیصی، درمانی
و ورزیده ترین کادر پزشکی و پرستاری
در خدمت هم میهنان عزیز می باشد

آدرس: کرج-عظیمیه ، میدان مهران
تلفن: ۰۲۶-۳۲۱۱۹۰۰۰ تلفکس: ۰۲۶-۳۲۱۱۹۲۳۶
WWW.TJMEDICIAN.ORG

در صورتی که درد یا تهوع شما به درمان سرپایی پاسخ دهد یا دچار اختلال کلیه مانند عفونت یا مشکل در عملکرد کلیه نبوده و به بیماری مزمن دیگری مبتلا نباشید با رعایت موارد بالا میتوانید حتی تا ۴ هفته در منزل منتظر دفع سنگ باشید.

در صورت بروز هر گونه از الئم زیر مجدداً به اورژانس یا پزشک مراجعه کنید.

۱- تشدید درد و حمله درد شدید بیش از یک ساعت با وجود مصرف مسکن

۲- تهوع استفراغ شدید بطوریکه قادر به خوردن و آشامیدن نباشید و باعث کم آبی بدن شود.

۳- تشدید یا تداوم وجود خون واضح در ادرار

۴- تغییر رنگ/تیره شدن/کدر شدن رنگ ادرار

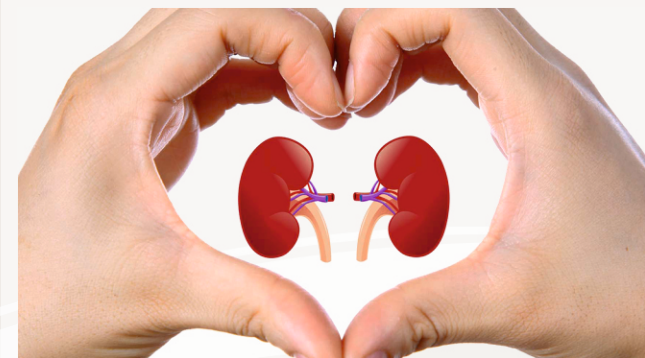
چنانچه یکی از موارد زیر وجود داشته باشد احتمال دفع خود به خودی سنگ بسیار کم است و در این موارد نیاز به درمان ها و روش های تخصصی برای دفع سنگ مانند جراحی وجود دارد:

▶ سنگ های بسیار بزرگ

▶ عفونت ادراری مکرر و مزمن

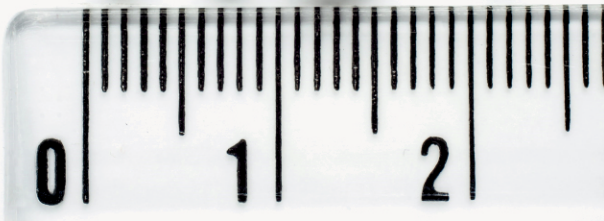
▶ انسداد کامل مسیر ادرار و تورم کلیه

▶ اختلال در عملکرد کلیه



کد: ۴۲

دپارتمان آموزش و ارتقاء سلامت



- ۳- در طی روز های آینده به متخصص جراح کلیه و مجاری ادراری (اورولوژیست) مراجعه کنید. اگر در اورژانس برای شما سونوگرافی انجام شده است در مراجعات بعدی جواب رابه روئیت پزشک برسانید.
- ۴- مایعات زیاد مصرف کنید روزانه ۲/۵ تا ۳ لیتر مایعات بنوشید میزان مصرف آب باید به اندازه ای باشد که حداقل ۲ لیتر ادرار در شبانه روز دفع کنید (در طول شب حداقل یک بار برای ادرار کردن بیدار شوید و رنگ ادرار زرد روشن یا بی رنگ باشد)
- ۵- از مصرف نمک وش کر زیاد خودداری کنید.
- ۶- از استراحت مطلق خودداری کرده و فعالیت جسمی و ورزش روزانه داشته باشید.
- ۷- بهتر است سنگ را بعد از دفع برای بررسی و تعیین نوع و جنس آن . به آزمایشگاه ببرید

تشخیص:

هرچند علائم فوق تشخیص را بسیار آسان می کند اما برای تایید تشخیص ، رد کردن سایر بیماری ها مثل آپاندیسیت یا بیماری های زنان و بررسی عملکرد کلیه ها از تست های آزمایشگاهی و تصویر برداری استفاده می شود نظیر: علائم حاد مانند درد و تهوع در اورژانس یا تجویز مسکن و داروهای ضد استفراغ بهبود می یابد و پس از آن باید منتظر دفع سنگ بمانید. سنگ های ادراری هرچند علائم شدیدتری ایجاد می کنند اما ۸۰٪ آنها نیاز به درمان تخصصی نداشته و خود به خود دفع می شوند.

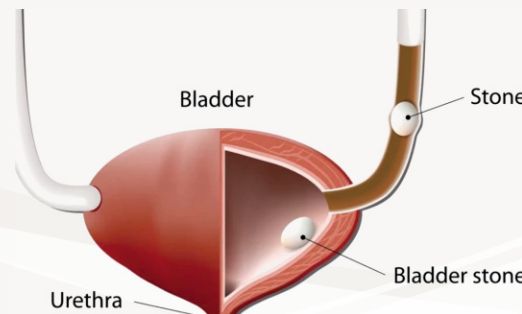
مهمترین عامل تعیین کننده ی دفع سنگ ، اندازه ی آن است :

◀ سنگ های کمتر از ۵/۰ سانتی متر : اغلب در طول ۲-۴ هفته دفع می شوند.

◀ سنگ های بزرگتر از ۱ سانتی متر : احتمال دفع خودبخودی بسیار کم است و نیاز به مداخله و درمان های تخصصی دارد.

پس از ترخیص تا زمان بهبودی به نکات و توصیه های زیر توجه کنید:

- ۱- از داروهای ضد درد خوراکی غیر مخدر مثل دیکلوفناک ناپروکسن یا استمینوفن استفاده کنید در صورت تشدید درد از شیاف دیکلوفناک استفاده کنید
- ۲- توجه کنید که مصرف دیکلوفناک ،بروفن،ناپروکسن، باعث ناراحتی و سوزش معده میشود و چنانچه سابقه ابتلا به ضخم معده دارید از مصرف آنها پرهیز کنید .همچنین ممکن است باعث تشدید آسم و فشار خون شود.

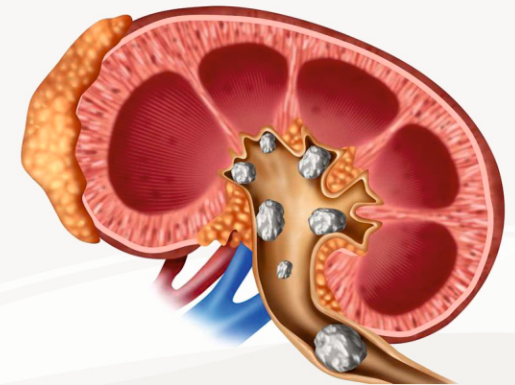


سنگ کلیه

سنگ ادراری یا همان سنگ کلیه یک توده بلوری شکل و سخت کاملاً شبیه سنگ (با حاسیه نامنظم و کناره های تیز) است که ممکن است در هر قسمت از دستگاه ادراری وجود داشته باشد.

علائم شایع:

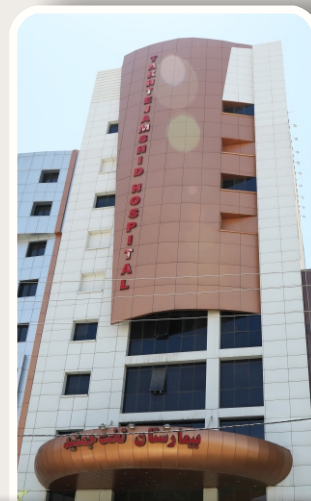
- ۱- درد: درد شدید اصلی ترین علامت سنگ کلیه است که ناگهانی و همراه با احساس فشار است شدت درد کم ویا زیاد شدن اما کاملاً برطرف نمی شود. حمله های درد شدید از ۲۰ دقیقه تا یک ساعت طول می کشد.
- ۲- ادرار خونی: لبه های تیز سنگ هنگام عبور از محل های تنگ دستگاه ادراری می تواند ایجاد خراش و خونریزی کند . که گاهی باعث تغییر رنگ ادرار به سمت قرمزی می شود.
- ۳- دفع شن یا سنگ ریزه: گاهی همراه با درد و قبل از دفع سنگ اصلی موادی شبیه شن دفع می شود.
- ۴- احساس ناراحتی یا درد هنگام دفع ادرار
- ۵- نیاز به تخلیه مکرر ادرار و تعرق





بیمارستان تخصصی تخت جمشید
TAKHTE JAMSHID HOSPITAL

عنوان آموزش:
ضربه و آسیب به سر



برای دسترسی به نوشتارهای بیشتر رمزیننه پایین
را با گوشی تلفن هوشمندتان اسکن نمایید



بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی
تخت جمشید

با پیشرفته ترین امکانات تشخیصی، درمانی
و ورزیده ترین کادر پزشکی و پرستاری
در خدمت هم میهنان عزیز می باشد

آدرس: کرج-عظیمیه ، میدان مهران
تلفن: ۰۲۶-۳۲۱۱۹۰۰۰-۳۲۱۱۹۲۳۶-۰۲۶
WWW.TJMEDICIAN.ORG

- ▶ ترشحات شفاف (آبکی یا خونی از گوش و بینی)
- ▶ خواب آلودگی شدید
- ▶ سفتی گردن
- ▶ شنیدن صدا در گوش
- ▶ تشدید یا بروز ضعف یا بی حسی در هریک از اندام ها
- ▶ تشدید گیجی /کاهش سطح هوشیاری
- ▶ اختلاف سایز مردمک های دو چشم
- ▶ ضربان قلب بسیار تند یا کند
- ▶ اختلال در تنفس
- ▶ تورم/قرمزی/ترشح محل زخم
- ▶ اختلال شنوایی یا تکلم
- ▶ اختلال حافظه اختلال در راه رفتن
- ▶ تشدید یا عدم بهبودی تورم و برجستگی پوست سر



کد: ۴۳

۶- در صورتی که در اثر ضربه دچار زخم باز شده اید که با بخیه ی غیر قابل جذب ترمیم شده است طبق دستور هنگام ترخیص جهت پیگیری و خارج کردن بخیه ها مراجعه فرمایید.

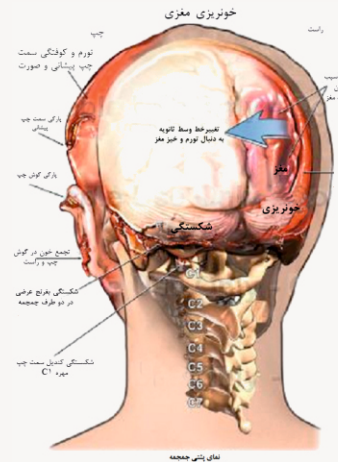
۷- در صورت استحمام روی زخم را با پوشش پلاستیکی ببوشانید و تا ۲۴ ساعت زخم را خیس نکنید.

۸- ۳ تا ۴ هفته بعد از ضربه جهت اطمینان از بهبودی و پیگیری به پزشک مراجعه کنید .

۹- بازگشت به کار و فعالیت طبیعی باید آرام و تدریجی باشد ، از نادیده گرفتن علائم خود و اصرار در بازگشت سریع به کار خودداری فرمایید.

در صورت بروز هریک از علائم زیر مجدداً به پزشک یا اورژانس مراجعه کنید:

- ▶ تشدید تهوع و استفراغ / استفراغ مکرر و دائم (بیش از ۳ نوبت در ۴ تا ۶ ساعت) .
- ▶ تشدید سردرد یا سردردی که به درمان پاسخ ندهد.
- ▶ حالات تشنجی
- ▶ بی اختیاری ادرار یا مدفوع



۳-علائم شناختی:

اختلال حافظه - اختلال تکلم - گیجی و منگی - اختلال تفکر - کندی تفکر - اختلال قدرت تمرکز و توجه

پس از ترخیص تا زمان بهبودی به نکات و توصیه های زیر توجه کنید:

- ۱-نخستین روز (۲۴ ساعت بعد از ضربه) مهمترین زمان است و شما نباید در این حین تنها بماند.
- ۲- در صورت خوابیدن در طول ۲۴ ساعت اولیه باید توسط فرد دیگری هر ۲-۴ ساعت از خواب بیدار شوید تا بروز هرگونه خواب آلودگی و دشواری در بیدار شدن مشخص شود .
- ۳- از بلند کردن و تکان دادن و هول دادن و کشیدن بارهای سنگین و حرکات سریع و خم و راست شدن تا ۴ هفته خودداری کنید.
- ۴- پیاده روی سبک بهترین ورزش است.
- ۵- در صورت بروز درد تنها استامینوفن یا دارویی که پزشک تجویز کرده استفاده کنید از مصرف داروهای آسپرین یا ضد درد و ضد التهاب غیراستروئیدی مثل بروفن ، ژلوفن ، ناپروکسن و مفنمیک اسید تا ۴ هفته خودداری فرمایید. (از مصرف داروهای آرامبخش و خواب آور خودداری فرمایید.)

ضربه و آسیب به سر :

بیش از ۸۰٪ ضربه هایی که به سر وارد میشود تنها موجب آسیب های خفیف می شود که این آسیب ها مشکل جدی و خطرناکی نداشته و معمولاً نیاز به درمان ندارند و خودبخود درمان می یابند اما باعث بروز علائمی می شوند که از چند دقیقه تا چند روز بروز می کنند .

علائم شایع پس از ضربه که در طی چند روز تا چند هفته پس از ضربه به سر بروز می کنند عبارتند از:

۱- علائم جسمی:

سردرد منتشر در کل سر - سرگیجه / احساس سبکی سر - تهوع / تپش و افزایش ضربان قلب - تورم و برجستگی پوست سر - اختلال تعادل - خواب آلودگی یا کاهش خواب - اختلال بینایی و تاری دید - دشواری در به خواب رفتن یا بیدار شدن - رنگ پریدگی - کاهش هوشیاری کوتاه مدت - اختلال در راه رفتن

۲-علائم خلفی:

خستگی و ضعف - حساسیت به نور و صدا - بی قراری و تحرک پذیری احساس اندوه و افسردگی - اختلال رفتاری و رفتارهای غیرطبیعی - اضطراب و نگرانی - تشدید بروز احساسات و عواطف





بیمارستان تخصصی تخت جمشید
TAKHTE JAMSHID HOSPITAL

عنوان آموزش:
ضربه و آسیب به سر



برای دسترسی به نوشتارهای بیشتر رمزیننه پایین
را با گوشی تلفن هوشمندتان اسکن نمایید



بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی
تخت جمشید

با پیشرفته ترین امکانات تشخیصی، درمانی
و ورزیده ترین کادر پزشکی و پرستاری
در خدمت هم میهنان عزیز می باشد

آدرس: کرج-عظیمیه ، میدان مهران
تلفن: ۰۲۶-۳۲۱۱۹۰۰۰ / ۰۲۶-۳۲۱۱۹۲۳۶-تلفکس
WWW.TJMEDICIAN.ORG

دپارتمان آموزش و ارتقاء سلامت

کد: ۴۳

- ▶ ترشحات شفاف (آبکی یا خونی از گوش و بینی)
- ▶ خواب آلودگی شدید
- ▶ سفتی گردن
- ▶ شنیدن صدا در گوش
- ▶ تشدید یا بروز ضعف یا بی حسی در هریک از اندام ها
- ▶ تشدید گیجی /کاهش سطح هوشیاری
- ▶ اختلاف سایز مردمک های دو چشم
- ▶ ضربان قلب بسیار تند یا کند
- ▶ اختلال در تنفس
- ▶ تورم/قرمزی/ترشح محل زخم
- ▶ اختلال شنوایی یا تکلم
- ▶ اختلال حافظه اختلال در راه رفتن
- ▶ تشدید یا عدم بهبودی تورم و برجستگی پوست سر



ضربه و آسیب به سر :

بیش از ۸۰٪ ضربه‌هایی که به سر وارد میشود تنها موجب آسیب‌های خفیف می‌شود که این آسیب‌ها مشکل جدی و خطرناکی نداشته و معمولاً نیاز به درمان ندارند و خودبخود درمان می‌یابند اما باعث بروز علائمی می‌شوند که از چند دقیقه تا چند روز بروز می‌کنند .

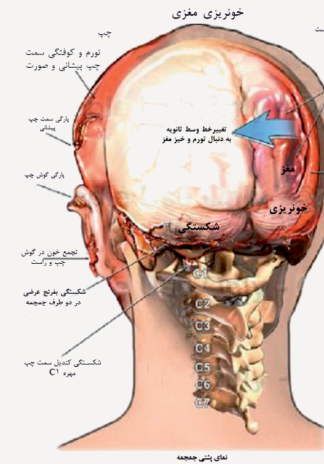
علائم شایع پس از ضربه که در طی چند روز تا چند هفته پس از ضربه به سر بروز می‌کنند عبارتند از:

۱- علائم جسمی:

سردرد منتشر در کل سر - سرگیجه / احساس سبکی سر - تهوع / تپش و افزایش ضربان قلب - تورم و برجستگی پوست سر - اختلال تعادل - خواب‌آلودگی یا کاهش خواب - اختلال بینایی و تاری دید - دشواری در به خواب رفتن یا بیدار شدن - رنگ‌پریدگی - کاهش هوشیاری کوتاه مدت - اختلال در راه رفتن

۲- علائم خلفی:

خستگی و ضعف - حساسیت به نور و صدا - بی‌قراری و تحرک پذیری احساس اندوه و افسردگی - اختلال رفتاری و رفتارهای غیرطبیعی - اضطراب و نگرانی - تشدید بروز احساسات و عواطف



۳- علائم شناختی:

اختلال حافظه - اختلال تکلم - گیجی و منگی - اختلال تفکر - کندی تفکر - اختلال قدرت تمرکز و توجه

پس از ترخیص تا زمان بهبودی به نکات و توصیه‌های زیر توجه کنید:

- ۱- نخستین روز (۲۴ ساعت بعد از ضربه) مهمترین زمان است و شما نباید در این حین تنها بماند.
- ۲- در صورت خوابیدن در طول ۲۴ ساعت اولیه باید توسط فرد دیگری هر ۲-۴ ساعت از خواب بیدار شوید تا بروز هرگونه خواب‌آلودگی و دشواری در بیدار شدن مشخص شود .
- ۳- از بلند کردن و تکان دادن و هول دادن و کشیدن بارهای سنگین و حرکات سریع و خم و راست شدن تا ۴ هفته خودداری کنید.
- ۴- پیاده روی سبک بهترین ورزش است.
- ۵- در صورت بروز درد تنها استامینوفن یا دارویی که پزشک تجویز کرده استفاده کنید از مصرف داروهای آسپرین یا ضد درد و ضد التهاب غیراستروئیدی مثل بروفن، ژلوفن، ناپروکسن و مفنامیک اسید تا ۴ هفته خودداری فرمایید. (از مصرف داروهای آرامبخش و خواب‌آور خودداری فرمایید).

۶- در صورتی که در اثر ضربه دچار زخم باز شده‌اید که با بخیه‌ی غیر قابل جذب ترمیم شده است طبق دستور هنگام ترخیص جهت پیگیری و خارج کردن بخیه‌ها مراجعه فرمایید.

۷- در صورت استحمام روی زخم را با پوشش پلاستیکی بپوشانید و تا ۲۴ ساعت زخم را خیس نکنید.

۸- ۳ تا ۴ هفته بعد از ضربه جهت اطمینان از بهبودی و پیگیری به پزشک مراجعه کنید .

۹- بازگشت به کار و فعالیت طبیعی باید آرام و تدریجی باشد ، از نادیده گرفتن علائم خود و اصرار در بازگشت سریع به کار خودداری فرمایید.

در صورت بروز هر یک از علائم زیر مجدداً به پزشک یا اورژانس مراجعه کنید:

- ▶ تشدید تهوع و استفراغ / استفراغ مکرر و دائم (بیش از ۳ نوبت در ۴ تا ۶ ساعت) .
- ▶ تشدید سردرد یا سردردی که به درمان پاسخ ندهد.
- ▶ حالات تشنجی
- ▶ بی‌اختیاری ادرار یا مدفوع





بیمارستان تخصصی تخت جمشید
TAKHTE JAMSHID HOSPITAL

عنوان آموزش:
ضربه و آسیب به سر



برای دسترسی به نوشتارهای بیشتر رمزینہ پایین
را با گوشی تلفن هوشمندتان اسکن نمایید



بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی
تخت جمشید

با پیشرفته ترین امکانات تشخیصی، درمانی
و ورزیده ترین کادر پزشکی و پرستاری
در خدمت هم میهنان عزیز می باشد

آدرس: کرج-عظیمیه ، میدان مهران
تلفن: ۰۲۶-۳۲۱۱۹۰۰۰-۰۲۶-۳۲۱۱۹۲۳۶-تلفکس:
WWW.TJMEDICIAN.ORG

- ▶ ترشحات شفاف (آبکی یا خونی از گوش و بینی)
- ▶ خواب آلودگی شدید
- ▶ سفتی گردن
- ▶ شنیدن صدا در گوش
- ▶ تشدید یا بروز ضعف یا بی حسی در هریک از اندام ها
- ▶ تشدید گیجی /کاهش سطح هوشیاری
- ▶ اختلاف سایز مردمک های دو چشم
- ▶ ضربان قلب بسیار تند یا کند
- ▶ اختلال در تنفس
- ▶ تورم/قرمزی/ترشح محل زخم
- ▶ اختلال شنوایی یا تکلم
- ▶ اختلال حافظه اختلال در راه رفتن
- ▶ تشدید یا عدم بهبودی تورم و برجستگی پوست سر



کد: ۴۳

ضربه و آسیب به سر :

بیش از ۸۰٪ ضربه‌هایی که به سر وارد میشود تنها موجب آسیب‌های خفیف می‌شود که این آسیب‌ها مشکل جدی و خطرناکی نداشته و معمولاً نیاز به درمان ندارند و خودبخود درمان می‌یابند اما باعث بروز علائمی می‌شوند که از چند دقیقه تا چند روز بروز می‌کنند .

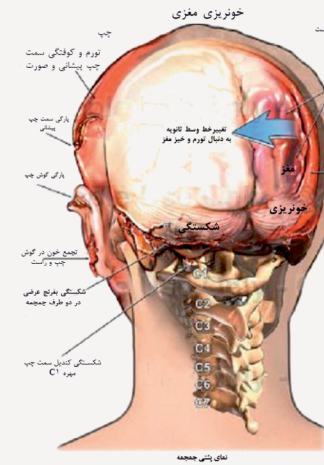
علائم شایع پس از ضربه که در طی چند روز تا چند هفته پس از ضربه به سر بروز می‌کنند عبارتند از:

۱- علائم جسمی:

سردرد منتشر در کل سر - سرگیجه / احساس سبکی سر - تهوع / تپش و افزایش ضربان قلب - تورم و برجستگی پوست سر - اختلال تعادل - خواب‌آلودگی یا کاهش خواب - اختلال بینایی و تاری دید - دشواری در به خواب رفتن یا بیدار شدن - رنگ پریدگی - کاهش هوشیاری کوتاه مدت - اختلال در راه رفتن

۲- علائم خلفی:

خستگی و ضعف - حساسیت به نور و صدا - بی‌قراری و تحرک پذیری احساس اندوه و افسردگی - اختلال رفتاری و رفتارهای غیرطبیعی - اضطراب و نگرانی - تشدید بروز احساسات و عواطف



۳- علائم شناختی:

اختلال حافظه - اختلال تکلم - گیجی و منگی - اختلال تفکر - کندی تفکر - اختلال قدرت تمرکز و توجه

پس از ترخیص تا زمان بهبودی به نکات و توصیه‌های زیر توجه کنید:

- ۱- نخستین روز (۲۴ ساعت بعد از ضربه) مهمترین زمان است و شما نباید در این حین تنها بماند.
- ۲- در صورت خوابیدن در طول ۲۴ ساعت اولیه باید توسط فرد دیگری هر ۲-۴ ساعت از خواب بیدار شوید تا بروز هرگونه خواب‌آلودگی و دشواری در بیدار شدن مشخص شود .
- ۳- از بلند کردن و تکان دادن و هول دادن و کشیدن بارهای سنگین و حرکات سریع و خم و راست شدن تا ۴ هفته خودداری کنید.
- ۴- پیاده روی سبک بهترین ورزش است.
- ۵- در صورت بروز درد تنها استامینوفن یا دارویی که پزشک تجویز کرده استفاده کنید از مصرف داروهای آسپرین یا ضد درد و ضد التهاب غیراستروئیدی مثل بروفن، ژلوفن، ناپروکسن و مفنامیک اسید تا ۴ هفته خودداری فرمایید. (از مصرف داروهای آرامبخش و خواب‌آور خودداری فرمایید).

۶- در صورتی که در اثر ضربه دچار زخم باز شده‌اید که با بخیه‌ی غیر قابل جذب ترمیم شده است طبق دستور هنگام ترخیص جهت پیگیری و خارج کردن بخیه‌ها مراجعه فرمایید.

۷- در صورت استحمام روی زخم را با پوشش پلاستیکی بپوشانید و تا ۲۴ ساعت زخم را خیس نکنید.

۸- ۳ تا ۴ هفته بعد از ضربه جهت اطمینان از بهبودی و پیگیری به پزشک مراجعه کنید .

۹- بازگشت به کار و فعالیت طبیعی باید آرام و تدریجی باشد ، از نادیده گرفتن علائم خود و اصرار در بازگشت سریع به کار خودداری فرمایید.

در صورت بروز هر یک از علائم زیر مجدداً به پزشک یا اورژانس مراجعه کنید:

- ▶ تشدید تهوع و استفراغ / استفراغ مکرر و دائم (بیش از ۳ نوبت در ۴ تا ۶ ساعت) .
- ▶ تشدید سردرد یا سردردی که به درمان پاسخ ندهد.
- ▶ حالات تشنجی
- ▶ بی‌اختیاری ادرار یا مدفوع

