



ترومای سر



آنچه بیمار بایستی بداند:

سر شایعترین محل وارد آمدن ضربه است. شایعترین علت بستری و مرگ و میر در بیماران تصادفی ترومای سر می باشد. ترومای سر انواع مختلفی دارد که می تواند همراه با هوشیاری یا بدون هوشیاری فرد باشد.

علل ترومای سر: تصادف، آسیب ناشی از کار، حوادث ورزشی، زمین خوردن، اصابت اجسام سنگین یا تیز، سقوط از بلندی، نزاع

علائم ترومای سر: خواب آلودگی، تهوع، استفراغ، تاری دید، اشکال در صحبت کردن، ضعف عضلانی، هم اندازه نبودن مردمک ها، کاهش سطح هوشیاری، فراموشی، تحریک پذیری، سردرد، خونریزی از بینی و گوش

عوارض ترومای سر: خونریزی مغزی، تورم در بافت مغز، تکان مغزی، تشنج، شکستگی استخوان جمجمه، عفونت در محل زخم

درمان ترومای سر: دارو درمانی، استراحت، جراحی در موارد ترومای شدید

دارو درمانی

هم استامینوفن هم داروهای غیر استروئیدی ضد التهاب مسکن های شناخته شده ای هستند که برای تسکین درد ناگهانی ناشی از تروما مصرف می شوند. داروهای غیر استروئیدی همچنین مانع از انجام فرایند التهاب می شوند. البته باید توجه داشت این داروها را صرفا باید با تجویز پزشک و مطابق دستور وی مصرف نمود.

جراحی

مداخله جراحی زمانی ضرورت می یابد که تروما منجر به خونریزی و یا نقص عصبی و شکستگی شدید در فرد گردد.

اقدامات قبل از عمل:

- ✓ ناحیه ای از سر قرار است تحت عمل جراحی قرار بگیرد در اتاق عمل شیو و ضد عفونی می شود.
- ✓ قبل از عمل ممکن است برای دفع راحت تر ادرار، سونداژ ادراری شوید.
- ✓ قبل از رفتن به اتاق عمل زیور آلات و اجسام فلزی و دندان مصنوعی را خارج نمایید. کلیه لباس های خود را خارج کرده و لباس اتاق عمل بپوشید.
- ✓ در صورت داشتن سابقه بیماری یا مصرف داروی خاص و سابقه حساسیت به پزشک خود اطلاع دهید.

اقدامات بعد عمل:

- ❖ زیر ۳۰ درجه بالا بیاورید. می توان از بالش در این زمینه کمک گرفت.
- ❖ ممکن است در ناحیه عمل جهت خروج خون یک یا چند لوله به نام درن متصل است. این لوله ها را دست نزنید و دولا نشوند. مواظب باشید کشیده نشوند. بهتر است این لوله ها خلا نباشد و همسطح سر قرار گیرند.
- ❖ تا ۲۴ ساعت بعد عمل اجازه مصرف مواد غذایی ندارید. بعد از ۲۴ ساعت با اجازه پزشک می بایست رژیم غذایی را شروع نمایید. ابتدا از مایعات به میزان کم شروع نموده و در صورت تحمل مقدار آن را زیاد و سپس به غذای جامد تبدیل نمایید.
- ❖ ممکن است جهت خروج راحت تر ادرار، سوند ادراری داشته باشید. توجه داشته باشید کیسه سوند پایین تخت باشد. مسیر لوله تا نشود و کیسه سوند روی زمین یا روی تخت قرار نداشته باشد.
- ❖ ممکن است نتوانید تعادل خود را حین راه رفتن حفظ نمایید پس به تنهایی اقدام به راه رفتن نکنید.

مراقبت از زخم:

- ✚ معمولا تعویض پانسمان به صورت روزانه است. می بایست دستتان خود را با آب و صابون شسته و ضد عفونی نمایید.
- سپس با بتادین و سرم شستشو زخم را تمیز و ضد عفونی نمایید. سپس پانسمان نمایید.





دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی خراسان رضوی

بیمارستان شهید کلمیاب

ترومای سر



- هیچ ماده ای روی زخم نزنید.
- بعد از اجازه پزشک ۳-۵ روز بعد از عمل می توانید استحمام نمایید. بلافاصله بعد از حمام زخم را خشک و ضد عفونی و پانسمان نمایید. استفاده از وان و استخر تا ۳ ماه ممنوع می باشد.
- بخیه ها یا گیره های زخم به طور کامل در مدت ۷-۱۴ روز بعد از عمل با اجازه پزشک خارج می شود.

تغذیه:

- ✓ از مصرف غذاهای سنگین در چند روز اول بعد از ضربه بپرهیزید.
- ✓ ممکن است به دلیل بی حرکتی دچار یبوست شوید. جهت جلوگیری از آن می بایست روزانه ۸-۱۲ لیوان مایعات مصرف نمایید و در رژیم غذایی خود میوه و سبزی قرار دهید. گلابی و الو و کیوی به رفع یبوست کمک می نماید.
- ✓ در رژیم غذایی خود مرکبات و ویتامین سی را قرار دهید. به بهبود محل زخم کمک می نماید.
- ✓ از یک رژیم غذایی سالم و کم چرب پیروی نمایید.
- ✓ از مصرف الکل و نوشیدنی های کافئین دار و دخانیات خودداری نمایید.

فعالیت:

- بعد از اجازه پزشک می توانید به فعالیت های روزانه زندگی بپردازید.
- از فعالیت های بدنی بیش از حد و انجام فعالیت های سنگین و رانندگی و ایستادن و نشستن طولانی خودداری نمایید.
- جهت استراحت روی محل عمل ن خوابید. خوابیدن روی زخم می تواند سبب بروز درد و کاهش خورسانی و تاخیر در التیام زخم می شود.
- تا زمانی که پزشک اجازه نداده است نباید رانندگی نمایید.
- جهت خواندن نماز ، نماز را نشسته و پشت میز بخوانید و مهر را بالا آورده و روی پیشانی قرار دهید.

سایر مراقبت ها:

- ✓ ممکن است احساس خستگی بیشتری نمایید. این خستگی به تدریج و به مرور زمان از بین می رود. در طول روز و بین فعالیت ها دوره های استراحت را در نظر بگیرید.
 - ✓ برای کاهش درد می توانید تکه ای یخ را داخل پلاستیک قرار داده و در حوله یا پارچه ضخیم قرار داده و هر ساعت ۱۵ دقیقه روی سر قرار دهید.
 - ✓ جهت جلوگیری از عفونت ریه ناشی از بیهوشی و بی حرکتی حتما در طول روز چندین بار تنفس عمیق و سرفه موثر داشته باشید.
 - ✓ جهت جلوگیری از لخته شدن خون در پاها، به طور مداوم اندام ها را حرکت داده و منقبض و شل نمایید. هر ساعت چند نوبت ساق پاها را ماساژ دهید.
 - ✓ جهت پیشگیری از بروز زخم بستر می بایست هر دو ساعت تغییر وضعیت داشته باشید. پوست را به طور مداوم از نظر بروز زخم بستر بررسی نمایید. بهتر است از تشک مواج برای بیمار استفاده شود.
- در صورت بروز علائم زیر بلافاصله به پزشک مراجعه نمایید:** خواب آلودگی شدید و منگی غیر طبیعی، استفراغ مکرر و جهنده، تار شدن بینایی، تشنج، خونریزی یا تراوش مایع شفاف از بینی و گوش، سردرد شدید و مداوم که به مسکن جواب نمی دهد.
- جهت پیگیری و سوالات خود می توانید با کلینیک پرستاری خود مراقبتی به شماره ۰۵۱۳۸۰۲۶۱۵۹ تماس حاصل نمایید.**

سایت بیمارستان : <http://h-kamyab.mums.ac.ir>

با اسکن بارکد، از مطالب آموزشی سایت بیمارستان استفاده نمایید.



کد پمفلت: NEU/4/4	سال تهیه: 1401
گروه هدف: بیماران	بازنگری: 1404