

Adviezen na hoofdtrauma/ wekadvis

Inleiding

U bent vandaag bij de Spoedeisende Hulp (SEH) geweest in verband met een val of klap op uw hoofd. We denken dat u veilig het ziekenhuis kan verlaten. We hebben alle verschijnselen gecontroleerd en het ziet er naar uit dat u zult herstellen. We verwachten dat er thuis geen grote problemen meer zullen optreden.

Wanneer moet u contact opnemen?

Indien onderstaande symptomen optreden, adviseren wij u zo spoedig mogelijk contact op te nemen met de spoedeisende hulp van het nabij gelegen ziekenhuis:

- Bewusteloosheid (niet openen / kunnen open houden van de ogen);
- Verwardheid (o.a. niet weten waar men is, wartaal uitslaan);
- Slaperigheid; gedurende meer dan 1 uur in een periode dat men normaal wakker is;
- Moeilijk te wekken;
- Problemen met begrip en met praten;
- Krachtverlies in één arm of been;
- Problemen met zien;
- Erg veel hoofdpijn die voortduurt en of niet reageert op pijnstilling;
- Braken;
- Wegrakingen of trekkingen;
- Heldere vloeistof uit oor of neus;
- Nieuwe bloeding uit oor;
- Nieuwe doofheid.

Klachten waar u zich geen zorgen om hoeft te maken

De komende paar dagen kunnen er andere klachten optreden die niet langer duren dan twee weken. Het gaat om milde hoofdpijn, misselijkheid (zonder braken), duizeligheid, prikkelbaarheid of slecht humeur, concentratieproblemen, geheugenstoornis, vermoeidheid, verminderde eetlust, slaapstoornissen.

Als u erg ongerust bent over deze verschijnselen of het langer dan 2 weken duurt, kunt u met de huisarts contact opnemen. In de periode na het hoofdtrauma wordt geadviseerd terughoudend te zijn met deelname aan het verkeer.

Adviezen die u kunnen helpen bij het herstel

- Neem voldoende rust en vermijd stressvolle situaties;
- Neem geen alcohol of drugs;
- Neem geen slaappillen of kalmeringsmiddelen zonder toestemming van uw arts;
- Een natte doek op het voorhoofd kan de hoofdpijn wat verlichten;
- Eventueel kunt u paracetamol gebruiken ter verlichting van de pijn;
- Ga niet uw normale dagelijkse activiteiten hervatten voordat u goed hersteld bent;
- Neem geen deel aan contactsporten gedurende 3 weken;
- Neem niet deel aan het verkeer zonder dat u goed hersteld bent.

Adviezen voor begeleiders

Laat de patiënt niet alleen in de eerste 48 uur na het verlaten van het ziekenhuis. Zorg dat u een telefoon en de telefoonnummers uit deze folder bij de hand heeft.

Wekadvies

Het wekadvis houdt in dat een huisgenoot u iedere twee uur wekt en uw toestand controleert. Het wekadvis geldt voor de eerste 24 uur gerekend vanaf het ontstaan van het hoofdletsel en moet zorgvuldig worden opgevolgd.

- De eerste 4 uur na het ongeval moet u ieder uur worden gewekt.
- Vanaf het vijfde uur na het ongeval, moet u om de 2 uur gewekt worden.

Waar kunt u terecht met problemen en/of vragen?

U kunt de **eerste 24 uur** contact opnemen met de afdeling Spoedeisende Hulp.

- Spoedeisende Hulp:
T (076) 595 4047
- Algemeen nummer Amphia Ziekenhuis:
T (076) 595 5000

Na de eerste 24 uur kunt u contact opnemen met uw huisarts.

www.amphia.nl