



بیمارستان شهید مطهری مرودشت

ضربه به سر

(ویژه آموزش به بیمار)

شناسنامه پمفلت آموزشی :

تهیه کننده: لیلا نام آور- کارشناس پرستاری

بنفشه زارع - کارشناس پرستاری

تهیه شده : پاییز 1405

منبع: کتاب آموزش به مددجو دکتر منصوره

اشقلى - کتاب برونر سودارث مغز و اعصاب 2026

تایید شده توسط : دکترمهرداد ارقمیری- جراح

مغز و اعصاب

بیماران ضربه به سر چه کسانی هستند؟

سر شایع ترین محل وارد آمدن صدمه بوده و ضربه به سر شایع ترین علت بستری و مرگ و میر 50 - 40 درصد بیماران تصادفی می باشد. شایع ترین نوع صدمات به سر را تصادفات رانندگی و سقوط از ارتفاعات تشکیل می دهد. **تعریف:** آسیب به سر عبارت است از ضربه به سر همراه یا بدون کاهش هوشیاری یا سایر علائم قابل مشاهده، بسته به ماهیت ضربه، زخم های باز همراه با خونریزی و زخم های بسته با ایجاد خونریزی مخفی می باشد.

صدمات به سر به 3 دسته تقسیم می شوند:

- آسیب به پوست سر
- شکستگی استخوان جمجمه
- صدمات نسج بافت مغز



علائم شایع

علائم ضربه به سر به گستردگی صدمه بستگی دارد ولی تورم در محل صدمه دلیلی بر وخامت صدمه نمیباشد.

- خواب آلودگی یا گیجی و منگی
- تهوع و استفراغ مکرر
- تاری دید
- اشکال در صحبت کردن
- ضعف عضلانی
- هم اندازه نبودن مردمک ها
- کاهش هوشیاری موقت یا طولانی

- فراموشی
- تحریک پذیری
- سردرد و خونریزی از بینی و گوش

عوارض

- ❖ تکان مغزی
- ❖ خونریزی های مغزی
- ❖ تورم در بافت مغز
- ❖ عفونت در بافت مغز محل پارگی پوست یا شکستگی استخوان
- ❖ شکستگی استخوان جمجمه
- ❖ تشنج
- ❖ فلج اندام ها

رژیم غذایی

- ✓ برای تامین نیازهای متابولیکی ،از رژیم غذایی پرپروتئین استفاده کنید .
- ✓ در صورت تعیبه لوله بینی - معدی برای کاهش خطر آسپیراسیون و نفخ شکم قبل از شروع تغذیه سرتخت را بالا بیاورید و محتویات لوله را برای اطمینان از باقی نماندن غذا آسپیره کنید.و با فشار غذا به داخل لوله وارد نکنید.
- ✓ در صورت اختلال در بلع ،از رژیم غذایی نرم و نیمه جامد استفاده کنید و غذا را قبل از بلعیدن به خوبی بجوید.
- ✓ در هنگام غذا خوردن در وضعیت کاملاً نشسته قرار بگیرید و برای کاهش خطر آسپیراسیون پس از یک ساعت دراز بکشید.
- ✓ برای پیشگیری از یبوست و ایجاد مانور والسالوا (زور زدن)به دلیل خطر افزایش فشار داخل مغز از میوه جات و سبزیجات استفاده کنید.

فعالیت بدنی

- ❖ برای حفظ وضعیت عملکردی مفاصل و اندام ها ، ورزش های مناسب و در محدوده حرکتی مفاصل انجام دهید.
- ❖ از قرار گرفتن در محیط های پرسروصدا و پراسترس اجتناب کنید و تا زمان بهبودی ، استراحت کنید.
- ❖ توصیه میشود برای پیشگیری از افزایش فشار داخل مغز از انجام اقداماتی از قبیل زور زدن ، عطسه ، سرفه و فین کردن خودداری کنید.
- ❖ توصیه میشود هنگام خوابیدن سر خود را 30 درجه بالاتر و در خط وسط قرار دهید.
- ❖ در صورت انجام هرگونه فعالیت از قبیل : رانندگی ، ورزش سنگین و شنا حتما با پزشک خودمشورت کنید.
- ❖ برای کاهش آسیب دیدگی از وسایل کمک حرکتی استفاده کنید

مصرف دارو

- ❖ در صورت تجویز داروی فنی توئین و فنوباریتال (ضد تشنج) دارو را طبق دوز تجویزی توسط پزشک معالج به طور منظم و در ساعات مشخص استفاده کنید از قطع خود سرانه آن خودداری کنید به دلیل ایجاد خواب الودگی و گیجی از رانندگی و کار با وسایل سنگین اجتناب کنید.
- ❖ در صورت مصرف فنی توئین برای کاهش تحریکات گوارشی بهتر است دارو را با غذا میل کنید و از مصرف آنتی اسید و کلسیم تا دو ساعت بعد به دلیل کم کردن تاثیر دارو خودداری کنید به دلیل ایجاد تورم و حساسیت لثه ها به دنبال

عوارض دارو ، بهداشت دهان و دندان را رعایت کرده و به دندان پزشک مراجعه کنید . در صورت مشاهده هر گونه تغییر حرکتی ، عدم تعادل ، گلودرد ، مشکلات تنفسی ، تب و لرز و بثورات جلدی به پزشک معالج اطلاع دهید.

❖ در صورت مصرف فنوباریتال ، از مصرف هم زمان دارو با الکل خودداری کنید . در صورت بروز علائمی از قبیل تغییر در حافظه ، تب ، راش های جلدی و تغییرات بارز در الگوی تنفسی به پزشک اطلاع دهید.

❖ از مصرف خود سرانه آسپرین به دلیل خطر خونریزی خودداری کنید . و در صورت مصرف قبلی این دارو با پزشک خود مشورت کنید

سایر نکات آموزشی

- ❖ بهداشت فردی را رعایت نمایید
- ❖ از استعمال سیگار و الکل خودداری نمایید .
- ❖ داشتن استراحت لازم و کافی براساس دستور پزشک
- ❖ بالا بردن زیر سر با زاویه 30 درجه با خط افق در منزل بهتر است رعایت گردد.
- ❖ از مصرف غذاهای سنگین در چند روز اول خودداری شود.
- ❖ داروهای داده شد در زمان مناسب و به طور منظم استفاده شود.
- ❖ از انجام ورزش های سنگین که احتمال ضربه به سر را افزایش می دهد تا دو هفته خودداری شود
- ❖ در صورتی که بخیه بر روی پوست سر دارند حداکثر یک روز در میان پانسمان تعویض ، پس از 7 روز بخیه ها کشیده شود .

- ❖ توصیه می شود برای تقویت عضلات در صورت تجویز پزشک معالج ، فیزیوتراپی را انجام دهید
- ❖ برای بهبود اختلالات تکلم ، به گفتار درمان مراجعه نمایید .
- ❖ در صورت مشاهده علائم مطرح کننده عفونت از قبیل : تب ، -حساسیت در لمس ، تورم و قرمزی و افزایش میزان ترشحات به پزشک معالج اطلاع دهید .
- ❖ در صورت بروز علائم مننژیت از قبیل : احساس ناخوشی ، تب ، سفتی گردن و سردرد شدید به پزشک معالج اطلاع دهید .



علائم هشدار جهت مراجعه به پزشک

- خواب آلودگی شدید و منگی غیر طبیعی
- در صورتی که بیمار از خواب بیدار نشود
- استفراغ های مکرر و جهنده
- تشنج
- تارشدن بینایی
- خونریزی یا خروج مایع شفاف از بینی و گوشها
- سردرد شدید و مداوم که به استامینوفن جواب ندهد .
- ضعف یا بی حسی اندامها
- تغییر سطح هوشیاری



به امید سلامتی و تندرستی