

Rada dla rodziców/ opiekunów dzieci z urazem głowy.

Po zbadaniu Państwa dziecka uważamy, że mogą je Państwo bezpiecznie zabrać do domu. Nie przewidujemy, żeby wystąpiły jakiegokolwiek problemy w domu, ale zalecamy, aby Państwo (lub inna odpowiedzialna osoba dorosła) sprawowali nadzór nad dzieckiem przez najbliższe 48 godzin i nie zostawiali dziecka samego w domu.

Po urazie głowy

Dziecko może nie być do końca sobą i być w trochę gorszej formie po urazie głowy. Może między innymi mieć objawy takie jak:

- Mdłości (bez wymiotów)
- Zawroty głowy
- Lekki ból głowy (zwłaszcza podczas oglądania telewizji lub grania w gierki elektroniczne)
- Zły humor
- Problemy z koncentracją, zmęczenie i problemy z zaśnięciem
- Brak apetytu

Jeżeli czują się Państwo zaniepokojeni któryś z wyżej wymienionych objawów podczas kilku pierwszych dni po wyjściu dziecka ze szpitala, prosimy udać się z dzieckiem do lekarza. **Jeżeli wyżej wymienione problemy nie ustąpią po 2 tygodniach od wyjścia ze szpitala, powinni Państwo zasięgnąć porady lekarza.**

Opieka nad dzieckiem, które odniosło uraz głowy

Należy się spodziewać, że dziecko będzie bardziej zmęczone niż zazwyczaj, prosimy pozwolić mu na więcej snu, jeżeli tego potrzebuje. Podczas pierwszej nocy, powinni Państwo sprawdzić, czy dziecko reaguje normalnie na przerwanie jego snu, prosimy budzić je co godzinę przez kilka pierwszych godzin, a potem kilkakrotnie podczas tej pierwszej nocy.

Państwa dziecko będzie potrzebować odpoczynku i może potrzebować kilku dni wolnych od szkoły i ćwiczeń fizycznych. Prosimy zakazać dziecku jakichkolwiek zajęć sportowych, które niosą ze sobą ryzyko urazu głowy przez co najmniej trzy tygodnie po wyjściu ze szpitala, i bez uprzedniej konsultacji z lekarzem. Po urazie głowy, Państwa dziecko może cierpieć na bóle głowy, w celu uśmierzenia bólu można dziecku podawać paracetamol.

W przypadku niemowląt, prosimy zapewnić im dużo odpoczynku i unikać stresujących sytuacji. Prosimy starać się trzymać normalnej rutyny na ile jest to możliwe, ponieważ łatwiej będzie wówczas Państwu zauważyć jakiegokolwiek zmiany w ich zachowaniu. Niemowlę powinno być czujne i łatwe do wybudzenia ze snu. Mogą Państwo je normalnie karmić mlekiem.

Małe dzieci powinny unikać energicznych zabaw oraz spożywać posiłki lekkie, unikając jedzenia bogatego w cukry, takiego jak cukierki/ czekolada oraz napoje gazowane.

Dzieci powinny wrócić do szkoły tylko wtedy, kiedy uważają Państwo, że całkowicie doszły do siebie po urazie głowy.

Kiedy należy zwrócić się o pomoc medyczną?

Jeżeli którykolwiek z poniższych objawów powróci, zalecamy, aby niezwłocznie udali się Państwo na oddział pogotowia ratunkowego w najbliższym szpitalu:

- nieprzytomność lub brak pełnej przytomności (na przykład problemy z otwarciem oczu)
- senność (bycie śpiącym) przez okres dłuższy niż 1 godzina o porze dnia podczas której są zazwyczaj całkowicie rozbudzeni
- problemy z obudzeniem
- problemy z mową lub ze zrozumieniem
- utrata równowagi lub problemy z chodzeniem
- osłabienie jednej lub wielu kończyn
- problemy ze wzrokiem
- bóle głowy, które nie ustępują
- wymioty (nudności)
- drgawki (zwane inaczej konwulsjami lub spazmami)
- przejrzysty płyn wyciekający z nosa lub uszu
- krew z nosa lub uszu

Numer telefonu do szpitala: 01935 384 355

Powikłania

Większość pacjentów szybko powraca do zdrowia po wypadku i nie doświadcza długotrwałych problemów zdrowotnych. Jeżeli zauważą Państwo, że coś jest nie tak z Państwa dzieckiem (na przykład, problemy z pamięcią, złe samopoczucie), prosimy o niezwłoczny kontakt z lekarzem w celu sprawdzenia czy dziecko prawidłowo dochodzi do zdrowia po wypadku.

Więcej informacji i wsparcia można zasięgnąć na stronie organizacji ds. urazów mózgu u dzieci (z ang. *Child Brain Injury Trust*), na stronie internetowej:

www.childbraininjurytrust.org.uk (<https://childbraininjurytrust.org.uk>)

Numer telefonu: 0303 303 2248

Ref: 10-17-118

Rewizja: 03/19