

Eftirmeðferð:

Höfuðáverka/Heilahristingur Hvíld

Ráðlagt er að vera heima í 3-5 daga eftir höfuðáverka. Ekki sjónvarp, lestur eða tölvur.
Hvíld frá íþróttum í a.m.k. 7 daga.
Ef vel er hvílst fyrstu dagana þá verða einkennin ekki eins langvinn.

Mikilvægt er að neyta ekki róandi lyfja eða áfengis 48 klst. eftir slys.
Það má nota verkjalyf við höfuðverk og slík lyf má kaupa án lyfseðils í apóteki en þá einungis í ráðlögðum skömmtum.

Gott er að neyta léttar fæðu og drekka vökva í hófi fyrstu 1-2 dagana eftir slys.

Unnið af hjúkrunarfr. Slysadeildar HVE
Uppfært feb. 2018/gg./fhh./bg.
HVE/rmbæk9-2018 -feb.

HVE Akranesi
Sími 432 1000, fax 432 1001
www.hve.is

HÖFUÐÁVERKAR/ HEILAHRISTINGUR



Heilbrigðisstofnun Vesturlands
Akranesi
Sími 432 1000, fax 432 1001
www.hve.is

Upplýsingar vegna höfuðáverka/ heilahristinga

Eftirlit - einkenni

Höfuðhögg:

Heilinn er varinn með höfuðkúpunni og það fer eftir þyngd höggsins hversu mikill áverkinn er.

Heilahristingur:

Þegar meðvitundarleysi varir í nokkrar sekúndur eða mínútur í kjölfar höfuðhöggs.

Eftir höfuðhögg verða flestir þreyttir og syfjaðir. Einstaklingar sem fengið hafa höfuðhögg mega sofna en það þarf að vekja þá á 1-2 klst. fresti og athuga meðvitund.



Ef einhver eftirfarandi einkenna koma fram hafið þá samband við slysa- og bráðamóttöku eða komið aftur með sjúkling til skoðunar:



- ✓ Versnandi höfuðverkur.
- ✓ Ógleði, uppköst.
- ✓ Slappleiki.
- ✓ Erfitt að vekja viðkomandi - lækkandi meðvitundarstig/ meðvitundarleysi.
- ✓ Rugl eða sljóleiki, sjúklingur áttar sig ekki á stað eða stund, óvenjuleg hegðun.
- ✓ Minnisleysi.
- ✓ Hreyfingar þungar, sjúklingur skjögrar.
- ✓ Tær eða blóðugur vökvi úr eyrum eða nefi.
- ✓ Skert sjónsvið eða sjóntruflanir, t.d. tvísýni.
- ✓ Misvíð sjáöldur.
- ✓ Krampflog.

