

Licht schedel- hersenletsel

Spoedeisende Hulp



Beter voor elkaar

U heeft een licht traumatisch hersenletsel (LTH) opgelopen door een ongeval of een klap tegen het hoofd. Deze folder beschrijft de informatie over de mogelijke gevolgen en geeft enkele adviezen, die de arts ook aan u verteld heeft.

Alle beschreven informatie geldt voor zowel kinderen als volwassenen.

Wat is het?

Bij een licht traumatisch hersenletsel worden de hersenen voor korte tijd letterlijk door elkaar geschud en treedt een kortdurend bewustzijnsverlies en/of geheugenverlies op. Het bewustzijnsverlies kan verschillen van enkele seconden tot maximaal vijftien minuten.

Als er geen bewustzijnsveranderingen bij het letsel zijn opgetreden, is er alleen sprake van hoofdletsel. De klachten die bij hoofdletsel optreden zijn vaak veel minder dan de klachten bij een hersenschudding.

Waar heeft u last van?

Van het ongeval en van enige tijd daarvóór kunt u zich soms niets meer herinneren. Meestal komen de herinneringen tot vlak voor het ongeval snel weer terug. Ook kan het zijn dat u zich niets meer kan herinneren van de periode ná het ontstaan van het letsel: dit is posttraumatische amnesie (PTA), die enige tijd kan aanhouden. Omdat de hersenen gedurende deze tijd geen informatie opslaan, verdwijnt de PTA achteraf meestal niet. Het heeft dan ook geen zin om te blijven zoeken naar deze herinneringen. Hoe ernstiger het traumatisch letsel, hoe langer het bewustzijnsverlies en de PTA kunnen duren.

Hoe wordt de diagnose gesteld?

De arts stelt de diagnose op basis van het verhaal en de klachten van de patiënt met het trauma en/of het verhaal van de omstanders. Afhankelijk van de leeftijd, de duur van het bewustzijnsverlies, de impact van de klap en het neurologisch onderzoek wordt er eventueel een scan gemaakt van het hoofd om bloedingen op te sporen.

Verschijnselen eerste 24 uur

Hoewel een LTH een relatief onschuldige aandoening is, zou het in uitzonderlijke gevallen voor kunnen komen dat er tijdens de eerste 24 uur gevaarlijke complicaties optreden. Tegenwoordig is het voor artsen echter goed mogelijk om te voorspellen bij welke patiënten deze complicaties kunnen optreden. Op het moment dat uw van de behandelend arts naar huis mag, kunt u er vanuit gaan dat het risico op een dergelijke complicatie vrijwel uitgesloten is.

Wekadvies

Soms wordt een wekadvies geadviseerd. Gedurende de **eerste 24 uur** na het ongeval moet u zich de eerste 24 uur na het ongeval te laten wekken, de eerste zes uur à 1 uur, daarna à twee uur, zowel overdag als 's nachts. Overtuig uzelf ervan dat u elke keer volledig aanspreekbaar bent en nog weet waar u bent (uiteraard afhankelijk van de leeftijd, met name bij kinderen) Wanneer u op andere wijze dan gebruikelijk wakker wordt of reageert (suffer wordt of gaat braken) of als u buiten bewustzijn bent geraakt, moet u direct contact opnemen met de behandelend arts.

Late aanhoudende klachten

Een LTH gaat meestal voorbij zonder restverschijnselen. In de eerste dagen of weken hebben veel patiënten last van zogenaamde posttraumatische klachten; klachten die optreden na een ongeval (trauma). Dit is heel normaal en meestal niets om u zorgen over te maken.

De ernst van de klachten neemt vaak spontaan af, maar een kleine groep patiënten kan langer dan zes maanden last blijven houden van deze klachten.

Hieronder volgt een overzicht van verschijnselen waar u nog enige tijd last van kan hebben:

- Hoofdpijn;
- Duizeligheid;
- Wazig zien;
- Tragere verwerking van informatie;
- Geheugen- en concentratieproblemen;
- Moeite met aandachts- en inspanningstaken;
- Sneller vermoeid zijn;
- Slaperigheid;
- Sneller geïrriteerd zijn;
- Overgevoeligheid voor licht en geluid;
- Oorsuizen en gehoorverlies.

In deze periode is bedrust niet nodig, maar is het wel verstandig het wat rustig aan te doen.

Wat kunt u eraan doen?

Om te voorkomen dat u in de komende periode meer klachten krijgt of dat bestaande klachten erger worden, vindt u hieronder enkele adviezen met betrekking tot specifieke activiteiten.

Eerste dagen na thuiskomst

- U hoeft niet de hele dag in bed te blijven liggen. Bouw de tijd in bed rustig af, zodat u binnen enkele dagen weer volledig op de been bent en u normale werkzaamheden kunt oppakken;
- Kijk niet teveel tv, de computer gebruiken of videospelletjes spelen;
- Drink geen alcohol;
- Gebruik geen aspirine als pijnstilling.
- Gebruikt u al aspirine? Dan kunt u dit in de voor u gebruikelijke dosering blijven gebruiken, tenzij de arts anders aan u adviseert.
- Paracetamol mag wel: maximaal 4 x 1000 mg per 24 uur (bij kinderen dosering afhankelijk van leeftijd en gewicht).
- Slik de eerste dagen voldoende paracetamol. Door de pijn goed te onderdrukken, is het makkelijker om overdag zo normaal mogelijk te functioneren en 's nachts goed te slapen.

Lange termijn

U kunt na het oplopen een LTH het beste zelf aangeven of u weer in staat bent om te gaan sporten. Ook bij kinderen geldt dat zij zelf aangeven of zij in staat zijn om (buiten) te gaan spelen.

U kunt ook het werk weer snel hervatten, afhankelijk van uw klachten, begin evt. halve dagen.

Voor kinderen geldt, ook als uw kind nog klachten heeft, kan het op zich geen kwaad om uw kind weer naar school te laten gaan. Er is nooit aangetoond dat schoolwerk een negatieve invloed heeft op toename van klachten of het langer blijven bestaan van klachten. Het is wel begrijpelijk dat school met klachten moeilijker is, waardoor het mogelijk is dat uw kind in het begin nog maar halve dagen naar school kan gaan.

Wanneer moet u weer contact opnemen met de arts?

Als (één van) de volgende veranderingen optreden in uw toestand, bel dan direct met uw behandelend arts:

- In de eerste dagen of weken (max. 2) een snelle verslechtering van uw toestand;
- Forse toename van hoofdpijn;
- Herhaaldelijk braken;
- Verwardheid;
- Sufheid (u bent moeilijk te wekken).

Bij langer aanhoudende klachten wordt geadviseerd te bellen met uw huisarts. Die bekijkt of onderzoek en/of (revalidatie) behandeling mogelijk is om uw klachten te verminderen en uw functioneren te verbeteren.

Als er binnen 48 uur na het trauma vragen en of problemen zijn kunt u bellen met de SEH van het Ikazia ziekenhuis, 010-2975300.

Bron: <https://www.hersenstichting.nl/alles-over-hersenen/hersenaandoemningen/hersenschudding>
Oktober 2011/revisie februari 2014/ revisie juni 2019



Let op: In deze folder staat informatie die belangrijk is voor u. Heeft u moeite met de Nederlandse taal? Lees deze folder dan samen met iemand die de informatie voor u vertaalt of uitlegt.

Please note: This leaflet contains information that is important for you. If you have trouble understanding the Dutch language, you should read this leaflet together with someone who can explain the information or translate it for you.

Dikkat: Bu broşür sizin için önemli bilgiler içerir. Hollandaca okumakta zorlanıyor musunuz? O zaman broşürü bilgileri sizin için çeviren ya da açıklayan biriyle okuyun.

Uwaga: Ta ulotka zawiera ważne dla Ciebie informacje. Masz trudności ze zrozumieniem języka holenderskiego? Przeczytaj tę ulotkę razem z kimś, kto przetłumaczy jej treść lub będzie w stanie wyjaśnić zawarte w niej informacje.

انتبه: هناك معلومات مهمة بالنسبة لك في هذا المنشور. هل تواجه صعوبة في اللغة الهولندية؟ اقرأ إذن هذا المنشور مع شخص آخر يترجم أو يشرح لك المعلومات.