

Head injury (Arabic)

رعاية إصابات الرأس بعد مغادرة الطوارئ



تم تقييم طفلك في قسم الطوارئ بعد تعرضه لإصابة في الرأس وهو آمن للعودة إلى المنزل. يتعافى معظم الأطفال الذين يعانون من إصابة خفيفة في الرأس بسرعة ولكن من المهم مراقبة طفلك عن كثب خلال الأسبوع المقبل بحثاً عن علامات إصابة أكثر خطورة في الرأس.

الرعاية في المنزل

خلال الـ 48 ساعة الأولى بعد إصابة الرأس، شجع طفلك على:

- الراحة (ولكن حافظ على روتين النوم / الاستيقاظ المعتاد)
- تناول نظاماً غذائياً صحياً وشرب الكثير من السوائل
- تجنب الضوضاء الصاخبة والشاشات / الأجهزة الرقمية
- تجنب الأنشطة التي تزيد الأعراض سوءاً.

متى يجب أن تقوم بزيارة للطبيب

اصطحب طفلك إلى أقرب قسم طوارئ إذا:

يتلعثم في كلامه (مشكلة في التحدث)



لديه صداع شديد، خاصة إذا كان يزداد سوءاً على الرغم من مخفف الآلام



يعاني من رؤية مشوشة / مزدوجة



يشعر بالدوار و / أو عدم الثبات عند المشي



يعاني من نوبة (نوبة أو اهتزاز لا يمكن السيطرة عليه)



يشعر بالغثيان (كما لو كان بحاجة إلى التقيؤ) أو يتقيأ بشكل متكرر



يبكي باستمرار ولا يستقر (الأطفال) عصبي (غاضب أو محبط)



يشعر بالنعاس أو الضعف بشكل غير متوقع



لا يرضع بشكل جيد (الأطفال).



مرتبك أو مشوش (لا يعرف أين هو)



في حالات الطوارئ، اتصل دائماً على Triple Zero (000) على الفور.



الارتجاج المخي

يعاني بعض الأطفال من الارتجاج المخي (تغيرات قصيرة المدى في وظائف المخ) بعد إصابة خفيفة في الرأس.

إذا كان طفلك يعاني من ارتجاج في المخ، فقد يعاني من بعض هذه الأعراض أثناء التعافي:

- صداع خفيف يزول بالراحة ومسكن الألم
- دوام خفيف
- شعور بالتعب
- صعوبة في الانتباه أو تذكر الأشياء
- الشعور بالعاطفة أو المزاجية.

عادة ما تختفي هذه الأعراض بمرور الوقت. راجع طبيبك إذا كنت قلقًا.

العودة إلى المدرسة

أخبر مدرسة طفلك أو مركز الرعاية النهارية الخاص بطفلك عن إصابة الرأس. قد تساعد العودة التدريجية إلى المدرسة أو الرعاية النهارية طفلك على التعامل مع أي إرهاق عقلي وجسدي. قد يحتاج بعض الأطفال إلى عناية خاصة للاختبارات التي تحدث بعد إصابة الرأس بفترة وجيزة.

العودة إلى الرياضة

يمكن لطفلك أن يبدأ في ممارسة الرياضة بعد الراحة لبضعة أيام للسماح لأعراضه بالاستقرار. يجب أن يعود طفلك ببطء إلى ممارسة الرياضة بدءًا من التدريب الخفيف والزيادة على مدى عدة أيام قبل العودة إلى اللعب الكامل. يجب ألا يعود طفلك إلى الرياضات التنافسية لمدة أسبوعين بعد الإصابة.

تم إعداده من قبل قسم الطوارئ، مستشفى كوينزلاند للأطفال. نعتز بمساهمة المستهلكين ومقدمي الرعاية.

Resource ID: FS028 Reviewed: July 2022

إخلاء المسؤولية: تم إعداد هذه المعلومات من قبل المتخصصين في الرعاية الصحية كدليل إرشادي فقط ويهدف إلى دعم المناقشة مع طبيب طفلك أو أخصائي الرعاية الصحية، وليس استبداله. يتم تحديث المعلومات بانتظام، لذا يرجى التحقق من أنك ترجع إلى أحدث إصدار. اطلب المشورة الطبية، حسب اقتضاء المخاوف المتعلقة بصحة طفلك.