

Adviezen bij (licht) traumatisch hersenletsel

Een hersenschudding bij kinderen

Inleiding

De arts heeft bij uw kind een hersenschudding vastgesteld. In deze folder leest u meer over de kenmerken, de gevolgen, de behandeling en tips om uw kind sneller te laten herstellen.

Een hersenschudding

Een hersenschudding is een vorm van licht traumatisch hersenletsel, waarbij de hersenen zelf niet zichtbaar beschadigd zijn. Soms is uw kind korte tijd bewusteloos geweest en/of heeft uw kind korte tijd een geheugenstoornis (gehad). Meestal is dit het gevolg van een klap of stoot op het hoofd door bijvoorbeeld een verkeersongeluk, een val of geweld. Hoewel de gevolgen van een hersenschudding meestal niet blijvend zijn, moet er niet te lichtig over gedacht worden: van de gevolgen kan uw kind wel degelijk hinder ondervinden. Op de spoedeisende hulp hoort u van de neuroloog of uw kind wel of geen onderzoeken moet ondergaan en of opname en observatie in het MCL wel of niet nodig blijkt te zijn. In de eerste dagen of weken kan uw kind last hebben van een aantal klachten ten gevolge van het gebeurde. Dit is heel normaal en meestal niets om u zorgen over te maken. De klachten worden meestal vanzelf minder. Hieronder volgt een overzicht van verschijnselen waar uw kind nog enige tijd last van kan hebben. De klachten zijn in 3 groepen in te delen:

Lichamelijke klachten

Klachten die meestal binnen een paar dagen over zijn:

- Braken
- Misselijkheid/braken
- Slaperigheid/sufheid
- Wazig zien/dubbel zien

Klachten die vaak langer aanhouden:

- Hoofdpijn
- Vermoeidheid
- Overgevoeligheid voor drukte, felle lichten of harde geluiden
- Slaapproblemen
- Duizeligheid
- Evenwichtsproblemen
- Verminderde reuk- of smaakzin
- Veranderde beleving van tast, pijn, en temperatuur

Klachten op het gebied van het denken

- Aandachts- en concentratieproblemen
- Geheugenverlies rond het ongeval
- Problemen met het plannen en verrichten van activiteiten

Klachten met betrekking tot gedrag en emoties

- Prikkelbaarheid
- Labiliteit
- Impulsiviteit
- Gebrek aan initiatief
- Somberheid
- Angsten

Instructies

- Houd uw kind de eerste 24 uur in de gaten. Wanneer uw kind opgenomen is geweest in het ziekenhuis voor observatie, is het verstandig om de komende 24 uur uw kind extra te observeren.
- Elk uur (ook 's nachts), tenzij anders geadviseerd, moet u controleren of uw kind wakker is en/of goed gewekt kan worden.
- Het gaat goed als uw kind gemakkelijk gewekt kan worden, weet waar hij/zij is.
- Het is zeer belangrijk dat uw kind tijdens de controles goed aanspreekbaar blijft. Dat wil zeggen dat uw kind wel iets slaperig of vermoeid mag zijn, maar dat het wel goed te wekken moet zijn. Vooral jonge kinderen kunnen de eerste 12 uren last krijgen van hangerigheid, misselijkheid en braken.

Wanneer moet u direct contact opnemen met de Spoedeisende Hulp of huisarts?

- Bij een forse toename van de hoofdpijn
- Herhaaldelijk braken
- Sufheid (u twijfelt aan de aanspreekbaarheid van uw kind)

Leefregels

- Laat uw kind zijn gang gaan, maar probeer te voorkomen dat uw kind zich te veel inspant.
- Houd uw kind bij huis.
- Laat niet te veel vriendjes op bezoek komen.
- Laat uw kind geen wilde spelletjes doen of sporten waarbij het hoofd veel "schudt".
- Laat uw kind niet langer dan een half uur achtereen lezen, tv kijken, op een tablet of ander scherm bezig.
- Uw kind mag alleen pijnstillers gebruiken als dit met de arts is afgesproken.
- Laat uw kind voldoende drinken en kleine hoeveelheden voedsel eten.

De hersenen moeten zelf herstellen van een hersenschudding. Er bestaat geen behandeling om dit herstel te beïnvloeden. Bij ernstige hersenschudding hebben kinderen vaak behoefte om meer te slapen. Bij minder ernstige hersenschudding zoeken kinderen soms een rustig plekje en hebben ze geen behoefte aan veel drukte, veel lawaai en veel licht(denk ook aan beeldschermen, hoe lastig verbieden ook kan zijn). Ga in deze periode liever niet een dagje uit, naar bijvoorbeeld het zwembad of pretpark. Wanneer de hoofdpijn vermindert kunt u de activiteiten en/of prikkels langzaam uitbreiden, zolang de hoofdpijn hierdoor niet verergert. Wanneer de hoofdpijn helemaal is verdwenen, kan uw kind weer gewoon naar school en snel daarna ook weer sporten. Meestal lukt dit allemaal weer binnen een aantal weken. Het is aan te raden om bij uw volgende bezoek bij het consultatiebureau of bij de schoolarts door te geven dat uw kind een hersenschudding heeft gehad.

Problemen of vragen

Neemt u bij vragen tijdens de eerste 24 uur contact op met uw huisarts of de Spoedeisende hulp van het MCL. Zijn er daarna nog klachten? Dan kunt u contact opnemen met de verpleegkundig consulent ketenzorg NAH (niet aangeboren hersenletsel). Telefoonnummers staan op de laatste pagina van de folder. Uw kind wordt aangemeld bij de verpleegkundig consulent ketenzorg NAH. Als uw kind ongeveer drie weken thuis is, belt hij/zij u op om te vragen hoe het met uw kind gaat. U krijgt informatie over NAH en u kunt vragen stellen over dit onderwerp. U ontvangt hiervoor vooraf een schriftelijke afspraakbevestiging met de datum en het tijdstip dat u gebeld wordt.

Zo nodig kan uw kind doorverwezen worden naar andere specialisten of hulpverleners. Voor vragen of advisering ook op langer termijn kunt u altijd weer terecht bij de verpleegkundig consulent ketenzorg NAH.

NAH Zorg

Het Medisch Centrum Leeuwarden (MCL) wil samen met NAH Zorg de zorg voor mensen met niet aangeboren hersenletsel (NAH) verbeteren en ook hun naasten ondersteunen. Ondersteuning van NAH Zorg blijkt voor veel mensen niet nodig. Maar, via deze werkwijze willen we mensen die het wel nodig hebben vroegtijdig opsporen en begeleiden naar de juiste ondersteuning.

NAH Zorg is er zodra de patiënt weer thuis is, dit kan al meteen vanaf dag 1 als dit nodig is. NAH Zorg is een onafhankelijk cliëntservicebureau dat specifieke zorg biedt aan mensen met NAH in hun thuissituatie en hen ondersteunt in alles wat daarbij komt kijken.



Provinciale monitoring

Omdat het om een provinciaal project gaat wordt een aantal gegevens geregistreerd zoals leeftijd, datum bezoek SEH, datum en tijdstip van nabellen en of u bent doorverwezen. Als u hier bezwaar tegen hebt kunt u dit melden in het telefoongesprek met de verpleegkundige. Zorg rondom hoofdletsel is een provinciaal samenwerkingsproject

www.mcl.nl

www.mcl.nl/cvazorgketen

Spoedeisende hulp	058 – 286 66 66
Verpleegkundig consulent ketenzorg NAH	058 – 286 73 62

NAH Zorg	058 – 256 38 39
----------	-----------------

E-mail : info@nahzorg.nl

Postadres : postbus 94, 9062 ZJ, Oentsjerk

www.nahzorg.nl