

О ЧЕМ СЛЕДУЕТ ЗНАТЬ В СЛУЧАЕ ТРАВМЫ ГОЛОВЫ

В случае травмы головы в течение часов или дней после травмы всегда существует риск внезапного появления новых симптомов или непредвиденных осложнений.

Наиболее критическими являются первые 24 часа после травмы, поэтому желательно, чтобы в этот период кто-то постоянно находился рядом с пациентом. Незамедлительно обратитесь в больницу или вызовите скорую помощь, позвонив по телефону 112, если появится какой-либо из нижеперечисленных симптомов:

- **необычная сонливость или значительные трудности с пробуждением человека;**
- **постоянная или усиливающаяся тошнота и рвота;**
- **судорожные припадки;**
- **выделение кровянистого или жидкого отделяемого из носа или из ушей;**
- **усиливающаяся головная боль;**
- **появление слабости или онемения в руках или ногах, неуверенность при ходьбе;**
- **спутанное состояние или странное поведение, пациент не узнает близких или место, где он находится (не понимает, где он, или с кем он разговаривает);**
- **один зрачок больше другого, либо имеются нарушения зрения.**

Изголовье кровати может быть приподнято с помощью подушек (до 30 градусов).

В случае отека приложите к зоне отека обернутый тканью мешок со льдом (каждые 3–4 часа по 20 минут за раз).

После травмы головы рекомендуется избегать тяжелых физических нагрузок в течение 2 недель.

Есть и пить можно без специальных ограничений. **Алкогольные напитки** нельзя употреблять, по меньшей мере, в течение трех дней после травмы.

По возможности в течение 24 часов после травмы не принимайте обезболивающих. **При очень сильной боли** принимайте по 1–2 таблетки (0,5–1 г) парацетамола каждые 4–6 часов по мере необходимости, не более 8 таблеток (4 г) в сутки, разделив их на отдельные дозы.

Внимание! По возможности старайтесь не принимать аспирин и ибупрофен, поскольку они разжижают кровь!