



11-1099

قسم جراحة الأعصاب

patienteducation@hmc.org.qa

٤٤٣٩ ٣٢٩٥

© مؤسسة حمد الطبية ٢٠١١



# الإرشادات المتبعة لإصابات الرأس



مؤسسة حمد الطبية  
Hamad Medical Corporation

صحة · تعليم · بحوث HEALTH · EDUCATION · RESEARCH

## إرشادات عند حدوث إصابة بالرأس

بعد الخروج من المستشفى:

- ينبغي ألا تترك وحدك. من المهم جداً أن يتواجد شخص معك، سواء كان أحد أفراد العائلة أو الأصدقاء
- تفادى أي نشاط مجهد كحمل الأوزان الثقيلة أو كل ما يسبب الإرهاق
- تفادى ممارسة أي رياضة جماعية
- لا تتناول أي مهدئات أو أدوية يمكن أن تسبب لك التعب أو النعاس
- لا تقد سيارتك ولا تقم بتشغيل أي أجهزة ثقيلة
- إذا كنت عادة تتناول أدوية مضادة للتخثر، فقد تحتاج إلى التوقف عن تناولها لبضعة أيام لمنع خطر النزيف الداخلي وذلك بإشراف من طبيبك
- لا تتناول الكحول بعد حدوث إصابة في الرأس

بإمكانك العودة إلى ممارسة نشاطاتك الاعتيادية عند اختفاء الأعراض التي كنت تشعر بها.

يتوجب عليك الذهاب إلى قسم الطوارئ فوراً في حال  
الشعور بالأعراض الآتية:

- تكرار حدوث الغثيان أو الاستفراغ
- صداع غير عادي في الرأس
- الدوخة أو الإغماء
- فقدان الذاكرة
- تغير غير معتاد في الانتباه و التركيز مثل الشعور  
بالتشويش، أو النعاس الشديد، أو صعوبة الاستيقاظ
- تغير في حجم بؤبؤ العين في كلتا العينين أو أحدهما
- ثقل في الكلام أو صعوبة في التحدث
- عدم اتضاح الرؤية أو الرؤية المزدوجة أو أي مشاكل  
أخرى في النظر لم تكن موجودة قبل وقوع الإصابة
- صعوبة في التناسق أو المشي
- ضعف أو خدران في الذراعين أو الأرجل
- تشنجات بما في ذلك رجة في العينين أو الذراعين أو  
الأرجل أو الجسم
- نزيف أو إفرازات سائلة من الأذنين أو الأنف
- أصوات غير اعتيادية في الأذن