



- Oczyszczyć wszelkie rany pod bieżącą wodą.
- Jeśli obszar urazu jest obrzęknięty lub krwawi, uciśnij go przez 5-10 minut. Jeśli krwawienie nie ustaje, nadal uciskaj lub zasięgnij porady medycznej.
- W razie bólu podaj paracetamol lub ibuprofen. Postępuj według zaleceń producenta, aby podać lek w odpowiedniej dawce i postaci.
- Uważnie obserwuj dziecko przez kolejne 2-3 dni i sprawdź, czy zachowuje się normalnie i czy jego reakcje są normalne.
- Pozwól dziecku spać, ale obserwuj regularnie i sprawdzaj, czy normalnie reaguje na dotyk, czy oddycha i czy jego pozycja w łóżku jest normalna.
- Pozwól dziecku odpoczywać i zapewnij, aby unikało wyczerpujących czynności przez kolejne 2-3 dni lub do czasu ustąpienia objawów.
- Po urazie głowy, NIE należy uprawiać ŻADNEGO sportu kontaktowego (np. piłki nożnej) przez przynajmniej 3 tygodnie bez uprzedniej konsultacji z lekarzem.
- Ty znasz swoje dziecko najlepiej. Jeśli obawiasz się o jego zdrowie zasięgnij dalszej porady.

Nie zamartwiaj się – poniższe objawy są normalne po urazie głowy i mogą potrwać do dwóch tygodni:

- sporadyczne bóle głowy, szczególnie podczas oglądania telewizji lub grania w gry komputerowe
- niechęć do jedzenia lub nudności (bez wymiotów)
- zmęczenie lub trudności w zasypianiu
- krótkie okresy rozdrażnienia, złego humoru lub osłabionej koncentracji

Szpitala z oddziałami ratunkowymi (A&E):

Royal Alexandra Children's Hospital

Eastern Road, Brighton BN2 5BE

Princess Royal Hospital

Lewes Road, Haywards Heath RH16 4EX

Surrey and Sussex Healthcare NHS Trust

East Surrey Hospital, Canada Ave, Redhill, Surrey RH1 5RH

Western Sussex Hospitals NHS Foundation Trust

w tym:

St Richards Hospital, Spitalfield Lane, Chichester PO19 6SE

Worthing Hospital, Lyndhurst Rd, Worthing BN11 2DH

Oddziały drobnych urazów (Minor Injuries Units) lub ośrodki nagłej pomocy (Urgent Care Centres)

Bognor Regis War Memorial Hospital - Minor Injuries Unit, Shripney Road, Bognor Regis, PO22 9PP

Czynny 09:00-17:00 od poniedziałku do piątku (za wyjątkiem dni wolnych od pracy (ang. bank holidays))

Crawley Urgent Treatment Centre

Crawley Hospital, West Green Drive, Crawley RH11 7DH

Czynny całą dobę, 7 dni w tygodniu

Horsham Minor Injuries Unit

Horsham Hospital, Hurst Rd, Horsham RH12 2DR

Czynny 09:00-17:00 od poniedziałku do piątku (za wyjątkiem dni wolnych od pracy (ang. bank holidays))

Queen Victoria Hospital Minor Injuries Unit (MIU), East Grinstead

Holtye Road, East Grinstead RH19 3DZ

Czynny codziennie od 08:00-22:00

West Sussex – informacje dla rodzin

Tel: 01243 777807 www.westsussex.gov.uk/family

Wyślij do nas email, aby otrzymać więcej kopii ulotki, uzyskać więcej informacji lub przekazać swoje opinie:

Rejon Chichester/Worthing: contactus.coastal@nhs.net

Rejon Crawley: CCCCG.contactus-crawleyccg@nhs.net Rejon

Horsham/Mid Sussex:

HSCCG.contactus-horshamandmidsussexccg@nhs.net



Projekt Door 22 Creative

Data wydania: sierpień 2014 r. / Aktualizacja: sierpień 2016 r.

Urazy głowy u dzieci i młodzieży

2014 ZAKTUALIZOWANA

Porady dla rodziców i opiekunów

Imię i nazwisko dziecka _____

Porady udzielił/a _____

Miejsce urazu _____

Data _____ Godz. _____

Urazy głowy – porady dla rodziców i opiekunów

Niniejsza ulotka zawiera informacje o tym, jak zaopiekować się dzieckiem, które uderzyło się w głowę lub doznało urazu głowy. Proszę skorzystać z zaleceń zawartych w części „Opieka nad dzieckiem w domu” (na odwrocie) oraz poniższych porad opartych na systemie sygnalizacji świetlnej. **Większością dzieci można zaopiekować się w domu zgodnie ze wskazówkami zawartymi w zielonej części poniżej, szczególnie gdy dziecko jest przytomne i można z nim nawiązać kontakt. Należy obserwować dziecko przez kolejne 2-3 dni, aby upewnić się, że reakcje dziecka są takie, jak zawsze.**

Porady oparte na systemie sygnalizacji świetlnej:

Zielone: niskie ryzyko

Jeśli dziecko:

- płakało natychmiast po urazie głowy, ale w krótkim czasie powróciło do normalnego zachowania
- jest przytomne i nawiązuje kontakt
- nie straciło przytomności
- ma na głowie niewielkie zasiniaczenie, obrzęk lub rozcięcie

CO ZROBIĆ: Jeśli wszystkie z powyższych punktów zostały spełnione, wtedy wystarczy opieka w domu. Postępuj według zaleceń na odwrocie, a w razie obaw skontaktuj się ze swoim lekarzem w godzinach otwarcia przychodni lub zadzwoń pod numer 111, kiedy przychodnia jest zamknięta

Zółte: umiarkowane ryzyko

Jeśli dziecko:

- nie ukończyło pierwszego roku życia
- wymiotowało jeden lub dwa razy
- ma nieprzemijający ból głowy
- jest ciągle rozdrażnione lub zachowuje się w niecodzienny sposób
- jest pod wpływem narkotyków lub alkoholu
- wymaga opieki medycznej, a jego obrażenia zostały spowodowane umyślnie

CO ZROBIĆ: zabierz dziecko do najbliższego szpitalnego oddziału ratunkowego, jeśli wystąpią KTÓREKOLWIEK z powyższych objawów

Rany na głowie rzadko wymagają założenia szwów i mogą być zazwyczaj sklejone przez pracownika medycznego. Można to zrobić w oddziałach drobnych urazów, ośrodkach nagłej pomocy i przychodniach lekarskich oferujących taką usługę. Dane miejscowych ośrodków na odwrocie.

Czerwone: wysokie ryzyko

Jeśli dziecko:

- brało udział w wypadku drogowym przy dużej prędkości, spadło z wysokości powyżej 1 metra, zostało uderzone przedmiotem o dużej prędkości, lub miało wypadek podczas nurkowania
- straciło przytomność w którejkolwiek chwili
- jest senne i nie można go dobudzić
- dostało napadu drgawek
- odczuwa ból szyi
- ma trudności w mówieniu lub rozumieniu, co się do niego mówi
- odczuwa osłabienie siły w ramionach i nogach lub traci równowagę
- nie pamięta wydarzeń związanych z wypadkiem lub sprzed wypadku
- od czasu urazu miało wyciek bezbarwnego lub zabarwionego krwią płynu z nosa, ucha lub obydwu tych narządów
- doznało 3 lub więcej osobnych ataków wymiotów

CO ZROBIĆ: zadzwoń po karetkę pogotowia pod numer 999, jeśli wystąpią KTÓREKOLWIEK z powyższych objawów