

## Zalecenia dla rodziców i opiekunów dziecka w wieku poniżej 5 lat przy wypisie po rozpoznaniu urazów głowy

### Discharge advice for parents and carers of children aged under five diagnosed with a head injury - Polish

Państwa dziecko doznało urazu głowy, ale nie wymaga hospitalizacji.

Po powrocie do domu prawdopodobnie nie pojawią się żadne dalsze problemy. Niemniej jednak, jeśli coś Państwa zaniepokoi, bądź wystąpi któryś z poniższych objawów, zalecamy udanie się na najbliższy oddział pogotowia.

#### Objawy, które powinny Państwa zaniepokoić, obejmują:

- Bardzo silny ból głowy, który nie znika pomimo podania leków przeciwbólowych
- Dziwny płacz o wysokim tonie, którego nie da się uspokoić
- Wymioty pojawiające się więcej niż dwa razy
- Dezorientacja bądź chaotyczność zachowania
- Problem z rozumieniem bądź mową
- Słaba koordynacja i większa nieporadność
- Problem z utrzymaniem równowagi oraz/lub chodzeniem (jeśli dziecko normalnie chodzi)
- Osłabienie, bezwładność i trudności z budzeniem
- Problem ze wzrokiem
- Atak, zasłabnięcie bądź upadek
- Przezroczysta wydzielina albo krew wyciekająca z nosa bądź z uszu
- Problemy ze słuchem

#### Częste objawy

Wiele dzieci może odczuwać jakies objawy w ciągu pierwszych kilku dni po doznaniu lekkiego urazu głowy. Powinny one zniknąć po kilku dniach i obejmują:

- Lekki ból głowy
- Nudności, ale bez wymiotów
- Zawroty głowy
- Zmęczenie
- Mniejszy apetyt
- Zaburzenia snu

W przypadku pojawienia się któregokolwiek z powyższych objawów należy ograniczyć ilość czasu, jakie dziecko spędza przed ekranem, oraz nie posyłać dziecka do szkoły lub przedszkola do czasu pełnego powrotu do zdrowia.

W przypadku obaw dotyczących któregokolwiek z powyższych objawów, albo jeżeli będą się one utrzymywać dłużej niż kilka dni, należy umówić się do lekarza rodzinnego.

### **Porady dotyczące pielęgnacji dziecka:**

**NALEŻY** zadbać o to, by mieć łatwy dostęp do telefonu oraz pomocy medycznej

**NALEŻY** zadbać o to, by dziecko dużo odpoczywało i unikało sytuacji stresujących

**NALEŻY** podawać mu zwykłe środki przeciwbólowe, nie przekraczając dawki podanej na opakowaniu

**NALEŻY** zadbać o to, by przebywały z nim odpowiedzialne osoby dorosłe przez pierwsze 24 godziny po urazie

**NIE WOLNO** na własną rękę podawać dziecku leków uspokajających

Dziecko **NIE MOŻE** uprawiać sportów kontaktowych przez minimum trzy tygodnie

Niniejsze informacje dostępne są w zapisie audio, w alfabecie Braille'a, w wersji z dużym drukiem oraz w innych językach. Aby uzyskać kopię, należy zwrócić się do członka personelu.

Druk: marzec 2019 r., do rewizji w marcu 2021 r. Znak: EC/AE/0520319POL

**NHS Choices**  
www.nhs.uk

