

Licht traumatisch hersenletsel bij kinderen tot en met 5 jaar

Uw kind heeft een licht traumatisch hoofd-/hersenletsel opgelopen door een ongeval of een klap tegen zijn hoofd. Deze folder beschrijft de informatie over de mogelijke gevolgen en geeft enkele adviezen, die de arts ook al mondeling aan u heeft medegedeeld.

Licht traumatisch hoofd-/hersenletsel

Als gevolg van een klap tegen het hoofd of een abrupte beweging van het hoofd heeft uw kind een licht traumatisch hoofd-/hersenletsel opgelopen. Bij licht traumatisch hersenletsel worden de hersenen voor korte tijd letterlijk door elkaar geschud (hersenschudding). Er kan daardoor kortdurend bewustzijnsverlies en/of geheugenverlies optreden. Het bewustzijnsverlies kan variëren van enkele seconden tot maximaal vijftien minuten.

Als er geen bewustzijnsveranderingen bij het letsel zijn opgetreden, is er alleen sprake van hoofdletsel. De klachten die bij hoofdletsel optreden zijn vaak veel minder dan de klachten bij licht hersenletsel.

Van het ongeval en van enige tijd daarvóór kan uw kind zich soms niets meer herinneren. Meestal komen de herinneringen tot vlak voor het ongeval snel weer terug. Ook kan het zijn dat hij of zij zich niets meer kan herinneren van de periode ná het ontstaan van het letsel.

Verschijnselen eerste 24 uur

Hoewel een licht traumatisch hoofd-/hersenletsel een relatief onschuldige aandoening is, komt het in uitzonderlijke gevallen voor dat er tijdens de eerste 24 uur gevaarlijke complicaties optreden. Tegenwoordig is het voor artsen echter goed mogelijk om te voorspellen bij welke patiënten deze complicaties kunnen optreden. Op het moment dat uw kind van de behandelend arts naar huis mag, kunt u er vanuit gaan dat het risico op een dergelijke complicatie vrijwel uitgesloten is. In deze periode is bedrust niet nodig, maar is het wel verstandig het wat rustig aan te doen.

Wekadvies

Om een eventuele complicatie bij uw kind snel te kunnen herkennen, wordt geadviseerd uw kind de eerste 24 uur na het ongeval om de één à twee uur te wekken, zowel overdag als 's nachts. Overtuig uzelf ervan dat uw kind elke keer volledig aanspreekbaar is en nog weet waar hij of zij is. Wanneer uw kind op andere wijze dan gebruikelijk wakker wordt of reageert (suffer wordt of gaat braken) of als uw kind buiten bewustzijn is geraakt, moet u direct 112 bellen.

Verschijnselen eerste dagen

Een licht traumatisch hoofd-/hersenletsel gaat meestal voorbij zonder restverschijnselen. In de eerste dagen of weken hebben veel kinderen last van zogenaamde posttraumatische klachten; klachten die optreden na een ongeval (trauma). Dit is heel normaal en meestal niets om u zorgen over te maken. Probeer uw kind voor te bereiden op deze verschijnselen en vertel dat het heel normaal is als hij/zij hier last van heeft. De ernst van de klachten neemt vaak spontaan af.

Hieronder volgt een overzicht van verschijnselen waar uw kind nog enige tijd last van kan hebben:

- Hoofdpijn, duizeligheid
- Wazig zien
- Tragere verwerking van informatie
- Geheugen- en concentratieproblemen
- Moeite met aandachts- en inspanningstaken
- Sneller vermoeid zijn, slaperigheid
- Sneller geïrriteerd zijn
- Overgevoeligheid voor licht en geluid
- Oorsuizen en gehoorverlies

Wat uw kind wél en niet mag doen

Om te voorkomen dat uw kind in de komende periode meer klachten krijgt of dat bestaande klachten erger worden, vindt u hieronder enkele adviezen met betrekking tot specifieke activiteiten.

Eerste dagen na thuiskomst

- Uw kind hoeft niet de hele dag op bed te blijven liggen. Bouw de tijd in bed rustig af, zodat uw kind binnen enkele dagen weer volledig op de been is.
- Laat uw kind in beperkte mate televisie kijken, de computer gebruiken of videospelletjes spelen.
- Geef uw kind geen aspirine, paracetamol mag wel gegeven worden tegen de pijn: Door de pijn voldoende te onderdrukken kan uw kind overdag zo normaal mogelijk functioneren en 's nachts goed slapen.

Lange termijn

- Kinderen kunnen na op oplopen van licht traumatisch hoofd-/hersenletsel het beste zelf aangeven of ze weer in staat zijn om (buiten) te gaan spelen of sporten. Het kan eigenlijk alleen kwaad bij activiteiten waarbij er een relatief risico bestaat op (meervoudig) licht traumatisch hoofd-/hersenletsel, zoals voetbal of andere balspelen.
- Ook als uw kind nog klachten heeft, kan het op zich geen kwaad om uw kind weer naar school te laten gaan. Er is nooit aangetoond dat schoolwerk een negatieve invloed heeft op toename van klachten of het langer blijven bestaan van klachten.

Het is wel begrijpelijk dat school met klachten moeilijker is, waardoor het mogelijk is dat uw kind in het begin nog maar halve dagen naar school kan gaan.

Wanneer moet u weer contact opnemen met de huisarts?

- Als er in de eerste dagen of weken een snelle verslechtering van zijn of haar toestand optreed.
- Forse toename van hoofdpijn
- Herhaaldelijk braken
- Verwardheid
- Sufheid (uw kind is moeilijk te wekken)

Mogelijke lange termijn gevolgen

De ernst van de klachten neemt meestal spontaan af, maar bij een kleine groep patiënten kunnen de klachten langer dan zes maanden blijven bestaan.

- Hoofdpijn
- Overgevoelig voor licht/geluid
- Duizelig, evenwichtsproblemen
- Vermoeid
- Slaapproblemen
- Prikkelbaar
- Aandachts- en concentratieproblemen

Als dergelijke klachten langer dan zes maanden bij uw kind aanhouden, wordt geadviseerd uw huisarts en/of zo nodig een neuroloog te raadplegen. Er kan dan bekeken worden of (neuropsychologisch) onderzoek naar de aard van de klachten van uw kind zinvol is.