

Adviezen bij hersenschudding

Tegen de hoofdpijn mag paracetamol worden ingenomen, tot maximaal 6 maal per dag 500 mg. Kinderdosering paracetamol 20 mg/kg zetpil, maximaal 4 maal per dag.

Gebruik geen slaaptabletten, deze kunnen sufheid geven en de beoordeling van de toestand bemoeilijken.

Bij misselijkheid kan het beste een lichtverteerbaar dieet worden gebruikt, bijvoorbeeld bouillon, beschuit, thee.

De dagen na het ongeval adviseren wij om niet te lang TV te kijken of te lezen, geen computer- of videospelletjes te spelen, geen alcohol te drinken en niet te sporten met risico op hernieuwd hersenletsel, tot uw klachten verdwenen zijn. De arts kan een korte periode van rust voorschrijven afhankelijk van de conditie en het beroep van de patiënt.

Matige hoofdpijn, duizeligheid, verminderde concentratie en geheugen kunnen na het ongeval voorkomen en verdwijnen meestal spontaan, maar bij sommigen duurt dit langer (weken tot maanden).

Bij aanhoudende klachten en verschijnselen (langer dan 2 weken), dient een afspraak bij de huisarts gemaakt te worden.

Wat te doen bij achteruitgang?

Bij twijfel over achteruitgang of verslechtering binnen 24 uur, moet u contact opnemen met de Spoedpost van het Flevoziekenhuis, ☎ (036) 868 8811.