

## ترومای سر

### نیازها و اولویتهای آموزشی بیماران ترومای سر و جراحی

#### مغز

میزان فعالیت و استراحت بیمار

آموزش علایم هشدار

آموزش رژیم غذایی در طول دوره بستری

کنترل و تسکین درد

آموزش کنترل جذب و دفع در صورت نیاز

آموزش پوزیشن مناسب بیمار

آموزش پیشگیری از زخم بستر

آموزش فیزیوتراپی اندامها و قفسه سینه

استفاده از اسپیرومتری تشویقی

مراقبت از درن همواگ

آموزش مراقبت در صورت نیاز به ساکشن ، گاوآژ ، و بانداژ اندامها در صورت نیاز

مراقبتهای قبل از عمل جراحی در صورت نیاز

ضربه به سر میتواند همراه یا بدون از دست دادن هوشیاری باشد.

#### علت های ضربه به سر:

- از ارتفاع
- درگیری جسمی
- حوادث حین کار و ورزش
- توجه داشته باشید که بودن یا نبودن تورم در محل وارد آمدن ضربه ربطی به جدی بودن آسیب ندارد

#### انواع صدمات به سر

- آسیب به پوست سر (پارگی ، جراحت و خونریزی زیر پوست همراه با تورم و کبودی)
- شکستگی جمجمه
- صدمات بافت مغزی (صدمات داخل جمجمه)





## علائم ضربه سر به گستردگی صدمه بستگی دارد :

- خواب آلودگی یا گیجی یا منگی
- تهوع و استفراغ مکرر
- تاری دید
- اشکال در صحبت کردن
- ضعف عضلانی
- هم اندازه نبودن مردمکها
- کاهش هوشیار موقت یا طولانی - فراموشی
- تحریک پذیری
- سردرد
- خونریزی از بینی و گوشی و کبودی اطراف چشم
- خونریزی از پوست سر در صورت وجود زخم

## اصول کلی درمان :

بستری کردن برای زیر نظر گرفتن بیمار ، در صورت داشتن علائم شدید مانند کاهش هوشیاری ، شکستگی جمجمه انجام اقدامات تشخیصی مانند آزمایش خون ، انجام رادیوگرافی و سی تی اسکن .  
تعیین آسیب و میزان صدمه ایجاد شده تنها با معاینه ، مشاهده دقیق و تحت نظر قرار دادن امکان پذیر می باشد .  
امکان دارد پس از معاینه و بررسی فرد توسط پزشک بیمار مرخص و به خانه فرستاده شود ، که حتماً باید یک فرد قابل اطمینان در کنار بیمار بماند و مراقب ظاهر شدن علائم هشدار باشد .  
۲۴ساعت اول بعد از ضربه از بروز علائم و عوارض جدی بسیار مهم است .

## مراقبت های لازم برای بیماران در منزل:

۱. هنگام استراحت در منزل بهتر است جهت پیشگیری از مشکلات تنفسی و بهتر خارج شدن خلط سر تخت ۳۰ درجه بالا باشد .
۲. به منظور کاهش استرس و بی خوابی محیط زندگی را آرام و ساکت سازید و از وارد آمدن هیجان به بیمار خودداری فرمایید .
۳. در چند روز اول از مصرف غذاهای سنگین پرهیز شود و جهت جلوگیری از استفراغ غذا در مقدار کم و در وعده های بیشتری مصرف شود .
۴. در صورتیکه جراحی روی قسمتی از بدن دارید حداکثر یک روز در میان پانسمان آن را تعویض نمائید و در زمان تعیین شده جهت کشیدن بخیه ها مراجعه نمائید .
۵. جهت جلوگیری از زخم بستر از تشک مواج استفاده شود و بیماران مرتب وضعیت داده شوند .
۶. داروهای خود را به صورت منظم و در ساعت تنظیم شده مصرف کنید .



# نیازهای آموزشی، تشخیص پرستاری، دستورالعمل و راهنمای آموزش به بیمار

- ۷. در صورت جراحی سر ۲ هفته بعد جهت کشیدن بخیه ها به اورژانس مراجعه شود.
- ۸. جهت جلوگیری از یبوست بهتر است از غذاهای پرفیبر مانند سبزیجات و میوه هایی مانن انجیر و الوزد استفاده شود.
- ۹. از زور زدن خودداری کرده و از دستشویی فرنگی استفاده کند.

## در صورت بروز هر یک از علائم زیر مجدداً به اورژانس مراجعه نمائید:

- |                         |                                     |
|-------------------------|-------------------------------------|
| ✓ سر گیجه شدید          | ✓ ادامه خونریزی با تشریح خونابه ای  |
| ✓ اختلال هوشیاری        | ✓ درد شدید هنگام راه رفتن           |
| ✓ تشنج                  | ✓ افزایش قابل توجه ضربان قلب و تنفس |
| ✓ سردرد                 | ✓ عدم تعادل                         |
| ✓ تنگی نفس              | ✓ فراموشی                           |
| ✓ تاری دید و ضعف بینایی |                                     |

### چند نمونه از تشخیصهای پرستاری در بیماران ترومای سر

➤ خونرسانی ناموثر بافت مغز به علت ادم مغزی	➤ درد حاد
➤ خطر احتباس ادراری	➤ اختلال در تحرک
➤ اختلال در تعادل آب و الکترولیتها به علت افزایش ICP و مصرف داروهای دیورتیک	➤ اضطراب و استرس
➤ اختلال در دمای بدن به علت آسیب دیدگی هایپوتالاموس و دهیدراتاسیون	➤ اختلال در حرکات گوارشی
➤ اختلال در مراقبت از خود	➤ خطر بروز اختلال در پرفیوژن بافتی (حس و حرکت اندامها)
➤ اختلال در ادراک حسی به علت ادم دور چشم ، وجود لوله تراشه و پانسمان سر	➤ خطر ابتلا به عوارض احتمالی پس از عمل مثل عفونت ، زخم فشاری و DVT
➤ خطر خونریزی	➤ الگوی تنفسی نامناسب پس از جراحی به علت هایپوونتیلاسیون و عدم تحرک

منابع:

- Nanda nursing diagnoses 2021-2023
- Brunner Suddarth's textbook of Medical surgical Nursing 2018
- <https://familydoctor.org>
- راهنمای بالینی پرستاری مبتنی بر شواهد
- کارگروه درون بخشی آموزش به بیمار بخش جراحی