



St. Anna Ziekenhuis



Hersenschudding / licht traumatisch hoofdletsel

Anna. Liefde voor leven.

Wat is een hersenschudding

Een hersenschudding of licht traumatisch hersenletsel is het gevolg van een klap of stoot tegen het hoofd, maar kan ook optreden na een zeer abrupte beweging van het hoofd. Voorbeelden zijn:

- een val van een trap;
- een botsing in het verkeer;
- een harde klap op het hoofd bij een vechtpartij.

Hierbij worden de hersenen voor korte tijd letterlijk door elkaar geschud. De hersenen zelf worden hierbij niet (langdurig) beschadigd.

Bij een hersenschudding kunt u zich soms van het ongeval en van enige tijd daarvoor niets meer herinneren. Ook kan een hersenschudding gepaard gaan met bewustzijnsverlies of een korte periode van verwardheid na het ongeval. Van deze periode van verwardheid kunt u zich niets herinneren: wij noemen dit posttraumatische amnesie (PTA). Hierdoor ontstaat een gat in uw geheugen. Het is bekend dat dit geheugengat permanent is. Anders gezegd: uw computer (uw hersenen) functioneerde even niet goed en er is dus ook niets op 'uw harde schijf' geschreven.

Hoe ernstiger de hersenschudding, hoe langer het bewustzijnsverlies en de PTA duren. De neuroloog kan het nodig vinden een CT-scan van uw hersenen te maken.

Klachten

De symptomen van een hersenschudding zijn eerst vaak hoofdpijn en misselijkheid, dit gaat soms gepaard met braken. Na enige uren of dagen zakt deze misselijkheid meestal langzaam af.

Andere klachten die kunnen optreden en vaak in tweede instantie worden opgemerkt zijn: concentratieverlies, geheugenverlies, vermoeidheid, duizeligheid, wazig zien, angsten, snel geïrriteerd zijn, overgevoeligheid voor licht/geluid en gehoorsklachten. Niet al deze symptomen hoeven op te treden bij iedere patiënt.

Behandeling

Bij een hersenschudding wordt vaak een wekadvis gegeven. Dit betekent dat iemand u de eerste 24 uur na het ongeval om de 1 à 2 uur - 's nachts én overdag - wakker moet maken, om te controleren of u goed reageert en niet suffer/slaperiger wordt.

Dit is nodig omdat mogelijk een hersenbloeding op kan treden. Als de persoon die u wakker maakt constateert dat u bij het wakker anders dan normaal reageert, is snelle ziekenhuisopname geboden. U moet dan meteen contact opnemen met: **de spoedeisende hulp (SEH) St. Anna Ziekenhuis, telefoon: 040-286 4834.**

Vroeger ging men uit van een periode van zes weken (bed)rust, om van een hersenschudding te herstellen. Tegenwoordig zijn artsen het erover eens dat deze periode van volstrekte rust niet nodig en zelfs ongewenst is.

Belangrijk om te weten is dat de klachten soms snel verdwijnen, maar ook langere tijd kunnen aanhouden. Hersenen hebben tijd nodig om te herstellen; dit kan dagen, weken, maanden en soms meer dan een jaar duren.

Geadviseerd wordt om, afhankelijk van de klachten, te proberen langzaam uw activiteiten en werkzaamheden te hervatten zonder te forceren; dat leidt meestal tot het snelste herstel. In het begin kan zelfs televisie kijken, lezen of een drukke omgeving leiden tot klachten.

Geforceerde activiteiten of werkzaamheden kunt u soms dagen of weken

volhouden, maar leidt uiteindelijk vaak tot een terugkeer van de klachten. Als u merkt dat uw klachten weer toenemen doe dan een stapje terug in uw activiteiten of werkzaamheden. Dus: luister goed naar uw lichaam en probeer de lichamelijke en geestelijke grenzen langzaam voor u uit te schuiven om op uw oude niveau te komen. Het kan nuttig zijn om hierover afspraken te maken met uw baas of bedrijfsarts.

Als spontaan herstel onvoldoende optreedt kan, in overleg met uw huisarts of neuroloog, uw lichamelijke conditie worden opgebouwd met een fysiotherapeut. Het herstel van uw geestelijke conditie (zoals uw concentratie, geheugen en het verwerken van informatie) kan worden ondersteund door een (neuro)psycholoog. Ook kan de (neuro)psycholoog zoeken naar factoren die het herstel vertragen of verhinderen. Voor uw geestelijk herstel is het belangrijk dat u goed in uw vel zit.

Gevolgen

De meeste patiënten hebben na een hersenschudding geen last van restverschijnselen. Patiënten die wel te maken krijgen met restverschijnselen hebben vrijwel allen een goede kans om geheel te herstellen. Het herstel vergt wel tijd (vaak langer dan de patiënt zelf verwacht). Blijvende restverschijnselen zijn zeldzaam. Vanaf het begin verstandig omgaan met uw klachten is belangrijk om de kans op blijvende klachten te verminderen.

Heeft u nog vragen

Deze folder is niet bedoeld als vervanging van de mondelinge informatie maar als aanvulling daarop. Hierdoor is het mogelijk alles nog eens rustig na te lezen.

Heeft u vragen, dan kunt u contact opnemen met:
polikliniek neurologie, telefoon: 040 - 286 4887.

Deze informatie folder is gebaseerd op de richtlijnen van de Nederlandse Vereniging voor Neurologie en informatie van de Hersenstichting Nederland.

Notities

Heeft u na het lezen van deze folder vragen ? We raden u aan ze hier op te schrijven. Zo weet u zeker dat u ze niet vergeet.

St. Anna Ziekenhuis

locatie Geldrop

Bogardelind 2
5664 EH Geldrop

locatie Eindhoven

Antoon Coolenlaan 1-03
5644 RX Eindhoven

T 040 - 286 4040

COLOFON

Opmerkingen, suggesties of
aanvullingen op de folder
kunt u kenbaar maken bij
patiëntenvoorlichting:
patiëntenvoorlichting@st-anna.nl

www.st-anna.nl

**NEU033
08-17**