

Recomanacions a l'alta després d'un traumatisme cranial lleu

Després d'un traumatisme cranial lleu cal tenir en compte una sèrie de consells una vegada teniu l'alta hospitalària. És important seguir les recomanacions en les properes 24-48 hores perquè existeix una possibilitat, encara que sigui mínima, que puguin aparèixer complicacions.

1. Repòs relatiu a domicili acompanyat per alguna persona que es pugui responsabilitzar de la vostra cura i atenció.
2. Cal evitar llums i sorolls intensos.
3. Ingerir aliments lleugers i en petites quantitats. Sense forçar a menjar si no teniu gana.
4. No ingerir alcohol ni tranquil·litzants.
5. És normal que tingueu mal de cap d'intensitat lleu. Podeu prendre la medicació prescrita pel dolor.
6. Cal aplicar gel sobre la zona del traumatisme sense contacte directe amb la pell.

Consultar a urgències si experimenteu:

- Una cefalea intensa i persistent que no cedeix amb l'analgèsia pautada.
- Vòmits persistents i bruscos, a vegades sense nàusees.
- Tendència anormal a dormir o dificultat per despertar-se.
- Pèrdua de coneixement, confusió o desorientació,
- Dificultat per parlar o expressar-se.
- Maneig progressiu i/o sensació d'intensitat.
- Visió doble o borrosa.
- Pèrdua de força o mobilitat en alguna extremitat.
- Convulsions o moviments anormals.
- Aparició de sang o líquid clar en oïda o nas.

