

Head Injury (Simplified Chinese)

离开急诊科后头部受伤的护理



您的孩子头部受伤后在急诊科接受了评估，可以安全回家了。大多数头部受轻伤的孩子很快就会恢复，但重要的是，在接下来的一周内密切观察孩子是否有更严重头部受伤的信号。

在家护理

在头部受伤后的头48小时，鼓励孩子进行以下行为：

- 休息（但保持正常的睡眠/起床规律）
- 健康饮食，喝大量液体
- 避免吵闹的噪音和数码屏幕/设备
- 避免使症状恶化的活动。

何时去看医生

如果孩子有以下情况，请带他们到最近的急诊科：



有严重的头痛，尤其是在服用止痛药后仍在恶化的情况下



说话含糊不清（说话困难）。



头晕和/或走路时不稳



视力模糊/复视



感觉恶心（好像要呕吐）或反复呕吐



癫痫发作（抽搐或无法控制地颤抖）



出乎意料地困倦或虚弱



持续哭闹且不安定（婴儿），易怒（生气或沮丧）



困惑或失去方向（他们不知道自己在哪里）。



喂食困难（婴儿）。

在紧急情况下，一定要立即拨打三个零(000)。



脑震荡

有些孩子在头部受轻伤后会出现脑震荡（大脑功能的短期变化）。

如果您的孩子有脑震荡，他们在恢复期间可能有以下一些症状：

- 轻度头痛，休息和服用止痛药后会消失
- 轻微头晕
- 感觉疲劳
- 难以集中注意力或记住东西
- 感到情绪化或喜怒无常。

这些症状通常会随着时间的推移而消失。如果您感到担心，请去看全科医生。

回到学校

告诉孩子的学校或托儿所有关头部受伤的情况。逐步回到学校或托儿所可能有助于孩子应对任何精神和身体上的疲劳。针对头部受伤后不久进行的考试，有些孩子可能需要特殊考虑。

恢复运动

孩子在休息几天，让症状稳定后，可以开始运动。孩子应该慢慢恢复运动，从轻度训练开始，经过几天的积累，然后再恢复完整的比赛。孩子在受伤后2周内不应该重回竞技运动中。

昆士兰儿童医院（Queensland Children's Hospital）急诊科编写。我们感谢顾客和照顾者的贡献。

Resource ID: FS028 Reviewed: July 2022

免责声明：本资料由医护人员制作，仅作为指南，旨在支持而非取代与您孩子的医生或医护人员的讨论。信息会定期更新，因此请检查您所参考的是最新的版本。如果您孩子的健康有疑问，请酌情寻求医疗建议。