Kinderneurologie

Ontslaginformatie na licht traumatisch hoofd-/hersenletsel

Deze informatie is bedoeld voor ouders en verzorgers van kinderen die na een hoofdtrauma op de spoedeisende hulp of op de verpleegafdeling van het Emma Kinderziekenhuis zijn geweest. Oudere kinderen en jongeren kunnen de tekst ook zelf lezen.

Wat is er gebeurd?

Uw kind heeft een licht traumatisch hoofd-/hersenletsel opgelopen, ook wel hersenschudding genoemd. Dat kan gebeuren door een val, een ongeluk, een klap op het hoofd of een snelle beweging van het hoofd. De hersenen zijn daarbij kort door elkaar geschud. Welke onderzoeken nodig waren, heeft de arts bepaald; dat verschilt per kind.
De meeste kinderen herstellen volledig. Klachten in de eerste dagen tot weken horen erbij en nemen meestal vanzelf af.

Locatie AMC

Klachten die kunnen optreden

- Hoofdpijn
- Duizeligheid
- Sneller moe zijn, slaperigheid
- Misselijkheid
- Moeite met concentratie, aandacht en geheugen
- Trager informatie verwerken
- Overgevoeligheid voor licht en geluid
- Wazig zien
- Oorsuizen of minder goed horen
- Prikkelbaarheid, sneller emotioneel of huilerig
- Slechter slapen

Bij jonge kinderen ziet u dit vaak vooral aan gedrag: hangerig, sneller boos of verdrietig, minder eetlust, slechter slapen.

Rust en opbouw van activiteiten

Volledige rust in een donkere kamer is niet nodig en werkt zelfs vertragend. Het advies is om activiteiten gestructureerd en stapsgewijs op te bouwen.

- Wissel inspanning steeds af met rustmomenten.
- Bouw de duur van activiteiten rustig op; bouw de tijd in bed rustig af.

- Klachten mogen bij een activiteit iets toenemen. Duren die klachten daarna langer dan ongeveer een uur, dan was de stap te groot: doe de volgende dag wat minder.
- Vaste dag- en slaaptijden helpen bij het herstel.

Naar school
Dit kan zodra het gaat.

Sport en bewegen
Bewegen is goed en mag zodra het gaat: eerst rustig wandelen en fietsen, daarna lichte training, daarna training met de groep en pas als laatste wedstrijden en contactsport.
- Ga pas naar de volgende stap als de vorige stap geen klachten geeft.
- Wacht met contactsport (bijvoorbeeld voetbal, hockey, judo, vechtsport) en met risicovolle sporten tot alle klachten weg zijn. Een tweede hoofdtrauma tijdens het herstel kan de klachten flink verergeren.
- Is er ook iets gebroken, vraag dan aan de arts wanneer sporten weer mag.

Beeldschermen
Beperk televisie, tablet, telefoon, computer en games in de eerste dagen, vooral als het klachten geeft. Daarna geldt hetzelfde als voor andere activiteiten: stap voor stap uitbreiden, afgewisseld met rust. Volledig verbieden is niet nodig.

Pijnstilling
Bij hoofdpijn of andere pijn mag paracetamol worden gegeven, in de dosering die bij het gewicht en de leeftijd van uw kind hoort. Gebruik paracetamol niet langer dan twee weken achter elkaar dagelijks: daarvan kan de hoofdpijn juist toenemen. Houden de klachten aan, neem dan contact op in plaats van de pijnstilling te verhogen.

Wondverzorging
Een wondje op het hoofd kan het beste aan de lucht drogen. Moet de wond afgedekt blijven, dan leggen de arts en de verpleegkundige uit hoe u dat thuis doet en wanneer hechtingen, nietjes of lijm verwijderd worden.

Moet ik mijn kind 's nachts wakker maken?
Wekken is meestal niet nodig. Alleen als de arts dit met u heeft afgesproken, gebeurt het; dan staat er in de ontslagbrief hoe vaak en waarop u let. Laat uw kind de eerste nacht wel slapen in een ruimte waar u het hoort, en controleer of het normaal reageert als het vanzelf wakker wordt.

Wanneer neemt u direct contact op?
Bel 112 of ga direct naar de spoedeisende hulp bij:
- Een epileptische aanval (stuip)
- Sufheid of moeilijk wakker te maken zijn
- Herhaald braken (meer dan twee keer of langer dan enkele uren aanhoudend)
- Hoofdpijn die snel erger wordt en niet reageert op paracetamol
- Verwardheid of vreemd gedrag

- Uitvalsverschijnselen: krachtverlies, een scheve mond, veranderde spraak, dubbelzien of plotseling minder zien
- Ongelijke pupillen
- Helder vocht of bloed uit neus of oor
- Bij baby's en jonge kinderen: ontroostbaar huilen, een bolle fontanel, slecht drinken of opvallend suf zijn

Wanneer neemt u contact op met de polikliniek?

De meeste klachten verdwijnen binnen enkele weken. Neem contact op met de polikliniek kindergeneeskunde (vraag naar de polikliniek kinderneurologie) als de klachten na thuiskomst toenemen in plaats van afnemen, of als er na vier weken nog duidelijke klachten zijn, bijvoorbeeld op school.

Controle op de polikliniek

Soms is een controle twee tot vier weken na ontslag nodig. Is dat voor uw kind zo, dan is dat voor ontslag met u besproken en wordt de afspraak gemaakt. Staan datum en tijd nog niet vast, dan krijgt u die thuisgestuurd.

Met wie moet u contact opnemen?

Houd de patiëntgegevens bij de hand.

Tijdens spoedgeval en/of acute nood	**112**

Bij vragen tot 24 uur na ontslag:

Verpleegafdeling Emma Acuut	020-566 58 58
Verpleegafdeling Emma Sport	020-566 44 71
Verpleegafdeling Emma Tuin	020-566 33 68