

## **Informationsblatt nach leichtem Schädel-Hirn-Trauma (Commotio cerebri)**

Das leichte Schädel-Hirn-Trauma ist eine vorübergehend das gesamte Gehirn betreffende Funktionsstörung ohne neurologische Ausfälle und Befunde.

Diese Verletzung verläuft in der Mehrzahl der Fälle ohne bleibende Schäden. Es können jedoch Veränderungen am Gehirn entstehen und nach einem erneuten Unfall können diese Veränderungen neuropsychologische Schäden verursachen.

Symptome, die unmittelbar nach dem Unfall auftreten, sind Kopfschmerzen, Benommenheit und/oder Schwindel, Wahrnehmungsstörungen der Umgebung, Übelkeit sowie Erbrechen.

Spät-Symptome, die nach Tagen oder Wochen auftreten oder persistieren können, umfassen folgende Symptome: Kopfschmerzen, Schwindel, Gleichgewichtsstörungen, verminderte Aufmerksamkeit und Konzentrationsstörungen, Erinnerungsschwierigkeiten, schnelle Ermüdbarkeit, Reizbarkeit, niedrige Frustrationsschwelle, Intoleranz gegenüber hellem Licht, Intoleranz gegenüber Lärm, depressive Stimmungslage und Schlafstörungen.

Diese Symptome verschwinden in den meisten Fällen innerhalb von 1 – 2 Wochen vollständig. Nur in ca. 10 – 15% der Fälle können diese Symptome über 1 Jahr bestehen bleiben.

Eine umfassende Aufklärung bezüglich der Erkrankung und der Folgen eines leichten Schädel-Hirn-Traumas ist ein wichtiger Teil der Behandlung.

Durch die Computertomographie des Hirnschädels können akute Komplikationen wie Hirnblutungen, Knochenbrüche, Hirnschwellung oder –schaden festgestellt werden.

Diese Komplikationen können auch noch 24 – 48 Stunden nach dem Ereignis auftreten. Deshalb sollten Sie während den nächsten 24 – 48 Stunden nicht alleine gelassen werden.

Im übrigen wird ein geregelter und relativ stressreduzierter Lebensrhythmus und ein zumindest vorübergehender Verzicht auf stimulierende Substanzen wie Alkohol und Kaffee empfohlen. Bei Auftreten der obengenannten Post-Erschütterungssymptome sollten Sie sich unbedingt erneut in ärztliche Behandlung begeben.

Eine bildgebende Abklärung (Computertomographie oder ev. MRI) ist notwendig, falls die Kopfschmerzen oder die obengenannten Post-Erschütterungssymptome sich verschlechtern oder länger als eine Woche persistieren.

Wir empfehlen dringend den Verzicht auf sportliche Betätigung, Bedienen von Maschinen, Führen von Fahrzeugen, solange Beschwerden persistieren nach dem leichten Schädel-Hirn-Trauma. Für Patienten mit obengenannten Symptomen empfehlen wir die körperliche Schonung bis zur völligen Beschwerdefreiheit.

Bei Beschwerdefreiheit in Ruhe und unter Anstrengungen können Sie langsam mit Sport, ohne Kontaktgefahr, wieder beginnen. Das gleiche gilt für Ihre üblichen Tätigkeiten im Alltag.

Wir wünschen Ihnen von Herzen gute Besserung

Ihr Praxisteam Dr. med. Fierz

