



## إصابة الدماغ الرضية

### نظرة عامة

### إصابة الدماغ الرضية:

قد تؤثر إصابة الدماغ الرضية الطفيفة على خلايا المخ مؤقتاً. والإصابة الرضية الأكثر خطورة يمكنها أن تتسبب في ظهور الكدمات وتمزق الأنسجة والنزيف والأنواع الأخرى من تلف المخ. هذه الإصابات قد تتسبب في مضاعفات مدى الحياة أو الوفاة.

تستخدم المصطلحات "طفيفة" و "متوسطة" و "خطيرة" في وصف تأثير الإصابة على وظيفة المخ. لا تزال الإصابة الطفيفة في المخ خطيرة حيث يلزمها الانتباه الفوري والتشخيص الدقيق.

### إعادة التأهيل

أغلب الأشخاص المصابين بإصابة دماغية كبيرة سيحتاجون إلى إعادة التأهيل. قد يحتاجون إلى إعادة تعلم المهارات الأساسية مثل السير والكلام. ويتمثل الهدف في تحسين قدراتهم للقيام بالأنشطة الحياتية اليومية.

يبدأ العلاج عادة في المستشفى ويستمر في وحدة إعادة التأهيل للمرضى الداخليين، أو مرفق العلاج السكني أو من خلال خدمات العيادات الخارجية. يختلف نوع ومدى إعادة التأهيل لكل فرد، وذلك اعتماداً على درجة خطورة إصابة المخ وأي جزء مصاب.

يمكن أن يتضمن أخصائيو إعادة التأهيل على:

- طبيب العلاج الطبيعي وإعادة التأهيل المتدرب في الطب الطبيعي وإعادة التأهيل، والذي يشرف على عملية إعادة التأهيل بأكملها، ويدير مشاكل إعادة التأهيل الطبي ويصف الأدوية حسب الحاجة
- أخصائي العلاج الوظيفي، هو الذي يساعد الشخص في تعلم وإعادة تعلم أو تحسين المهارات لأداء الأنشطة الحياتية اليومية
- أخصائي العلاج الطبيعي، والذي يساعد في الحركة وتعليم أنماط الحركة والالتزان والسير
- أخصائي اللغة والكلام، والذي يساعد في تحسين مهارات تواصل الشخص واستخدام أجهزة تواصل مساعدة عند الضرورة
- أخصائي علم النفس العصبي، والذي يقيم الخلل الإدراكي والأدائي ويساعد الشخص في إدارة السلوكيات أو تعلم استراتيجيات المواجهة، ويوفر العلاج النفسي حسب الحاجة للرفاهية العاطفية وال نفسية



- الاستشاري الاجتماعي أو مدير الحالة، والذي يسهل الدخول في الجهات الخدمية ويساعد في رعاية القرارات والتخطيط ويسهل التواصل بين مختلف الخبراء ومقدمي الرعاية وأعضاء الأسرة
- تمرير إعادة التأهيل، والذي يقدم رعاية مستمرة لإعادة التأهيل والخدمات كما يساعد في التخطيط للخروج من المستشفى أو منشأة إعادة التأهيل

## تحذير

أتبع الخطوات التالية لتقليل خطر الإصابة الدماغية:

- استخدام حزام الأمان والوسادة الهوائية. ارتداء حزام الأمان دائماً أثناء ركوب السيارة. يجب ركوب الأطفال الصغار دائماً في المقعد الخلفي للسيارة مثبتاً في مقعد معزز مناسب لحجمه ووزنه
- الامتناع عن إدمان المشروبات الكحولية والمواد المخدرة. الامتناع عن القيادة تحت تأثير المشروبات الكحولية أو المواد المخدرة، بما في ذلك الأدوية الموصوفة والتي تتضمن آثارها الجانبية إعاقه القدرة على قيادة السيارة.
- ارتداء خوذة الرأس. ارتدي خوذة الرأس أثناء قيادة الدراجة أو لوح التزلج أو الدراجة النارية أو لوح الجليد أو مركبة صالحة لجميع التضاريس. بالإضافة إلى ارتداء حماية مناسبة للرأس أثناء لعب رياضة البيسبول أو الرياضات التي تتطلب الاحتكاك الجسدي أو التزلج أو التزحلق على الجليد أو التزلج على الجليد أو ركوب الخيل.
- الانتباه بالبيئة المحيطة بك. لا تقود السيارة أو تسير أو تعبر الطريق أثناء استعمال الجوال أو التابليت أو أي جهاز لوحي ذكي. يمكن أن تؤدي عوامل التشييت هذه إلى وقوع حوادث أو سقوط.

## تجنب حوادث السقوط.

الخطوات التالية يمكنها مساعدة كبار السن في تجنب حوادث السقوط حول المنزل:

- تثبيت درابزين في الحمام.
- وضع سجادة غير قابلة للانزلاق في حوض الاستحمام أو غرفة الاستحمام.
- إزالة السجاد المفروش
- تثبيت درابزين في جانبي السلالم
- زيادة الإضاءة في المنزل وخاصة حول السلالم.
- المحافظة على السلالم والأرضيات خالية من الفوضى
- إجراء فحص دوري للبصر
- ممارسة التمارين بانتظام



## حماية الأطفال من التعرض لإصابات في الدماغ:

- الخطوات التالية يمكنها حماية الأطفال من التعرض للإصابات الدماغية:
- تثبيت بوابات الأمان عند أعلى السلالم.
- المحافظة على السلالم خالية من الفوضى
- تثبيت حواجز للنوافذ لمنع حوادث السقوط.
- وضع سجادة غير قابلة للانزلاق في حوض الاستحمام أو غرفة الاستحمام.
- استعمال الملاعب التي بها مواد ممتصة للصدمات على الأرض
- تأكد من سلامة وثبات السجاد المنزلي المفروش
- لا تسمح للأطفال باللعب في مخرج طوارئ الحريق أو الشرفات بالمنزل.