



Licht traumatisch hoofd/hersenenletsel

Bij licht traumatisch hersenenletsel (LTH) worden de hersenen voor korte tijd letterlijk door elkaar geschud en treedt een kortdurend bewustzijnsverlies en/of geheugenverlies op. Het bewustzijnsverlies kan variëren van enkele seconden tot maximaal vijftien minuten.

Als er geen bewustzijnsveranderingen bij het letsel zijn opgetreden, is er alleen sprake van hoofdletsel. De klachten bij hoofdletsel zijn vaak veel minder dan de klachten bij licht hersenenletsel.

Klachten

Van het ongeval en van enige tijd daarvóór kun je je soms niets meer herinneren. Meestal komen de herinneringen tot vlak voor het ongeval snel weer terug. Ook kan het zijn dat je je niets meer kunt herinneren van de periode na het ontstaan van het letsel: dit is posttraumatische amnesie (PTA) die enige tijd kan aanhouden. Omdat de hersenen gedurende deze tijd geen informatie opslaan, verdwijnt de PTA achteraf meestal niet. Het heeft dan ook geen zin om te blijven zoeken naar deze herinneringen. Hoe ernstiger het traumatisch hersenenletsel, hoe langer het bewustzijnsverlies en de PTA duren.

Een licht traumatisch hoofd/hersenenletsel gaat meestal voorbij zonder restverschijnselen. In de eerste dagen of weken hebben veel patiënten last van posttraumatische klachten. Dit zijn klachten die optreden na een ongeval (trauma):

- hoofdpijn
- duizeligheid
- wazig zien
- tragere verwerking van informatie
- geheugen- en concentratieproblemen
- moeite met aandachts- en inspanningstaken
- sneller vermoeid zijn, slaperigheid, sneller geïrriteerd zijn
- overgevoeligheid voor licht en geluid, oorsuizen en gehoorverlies.

Dit is heel normaal en meestal niets om je zorgen over te maken. In deze periode is bedrust niet nodig, maar is het wel verstandig het wat rustig aan te doen. De ernst van de klachten neemt vaak spontaan af.

Oorzaak

Licht traumatisch hoofd/hersenenletsel is een gevolg van een klap tegen het hoofd of een plotselinge beweging van het hoofd. Het is onduidelijk waarom sommige mensen veel meer klachten hebben daarna dan andere mensen.



Diagnose

De arts stelt de diagnose op basis van het verhaal en de klachten van de patiënt met het trauma en/of het verhaal van de omstanders. Afhankelijk van de leeftijd, de duur van het bewustzijnsverlies, de impact van de klap en het neurologisch onderzoek wordt er eventueel een scan gemaakt van het hoofd om bloedingen op te sporen.

Behandeling

Om meer of ernstiger klachten te voorkomen en genezing te bevorderen, is het verstandig onderstaande adviezen op te volgen.

Eerste dagen na thuiskomst

- Strikte bedrust wordt ontraden. Het is het best de tijd in bed rustig af te bouwen zodat je binnen een paar dagen weer op de been bent en je normale werkzaamheden kunt oppakken.
- Beperk het televisie kijken, telefoongebruik, computergebruik en videospelletjes spelen.
- Drink geen alcohol.
- Neem geen aspirine. Paracetamol mag wel: maximaal 3x per dag 2 tabletten van 500 mg. Slik de eerste dagen voldoende paracetamol. Door de pijn goed te onderdrukken, is het makkelijker om overdag zo normaal mogelijk te functioneren en 's nachts goed te slapen.

In de volgende gevallen moet je direct contact opnemen met uw arts

- snelle toename van klachten in de eerste dagen tot weken
- forse toename van hoofdpijn
- herhaaldelijk braken
- ontstaan van verwardheid
- sufheid (u bent moeilijk te wekken of wakker te houden)

Als uw klachten langer dan drie maanden aanhouden, wordt geadviseerd de huisarts en/of zo nodig een neuroloog te raadplegen, die dan bekijkt of onderzoek en/of revalidatie noodzakelijk is.

Vragen

Heeft u na het lezen van deze folder vragen? Neem dan contact op met de Polikliniek Neurologie.

- werkdagen 8.30 - 16.30 uur
- tel: 055 - 581 84 00

Meer informatie

- www.hersenstichting.nl
- www.neurologie.nl