



# Kinderen ouder dan 5 jaar met licht traumatisch hoofd- / hersenletsel

## Ouderinformatie

Uw kind heeft een licht traumatisch hoofd-/hersenletsel opgelopen door een ongeval of een klap tegen het hoofd. Deze folder beschrijft de informatie over de mogelijke gevolgen en geeft enkele adviezen, die uw arts ook al mondeling aan u heeft medegedeeld.

### Licht traumatisch hoofd- / hersenletsel

Uw kind heeft licht traumatisch hoofd- en/of hersenletsel opgelopen. Bij licht traumatisch hersenletsel 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 15 minuten. Als er geen bewustzijnsveranderingen bij het letsel zijn opgetreden, is er alleen sprake van hoofdletsel. De klachten die bij hoofdletsel optreden zijn vaak veel minder dan de klachten bij licht hersenletsel. Van het ongeval en enige tijd daarvoor kan uw kind zich soms niets meer herinneren. Meestal komen de herinneringen tot vlak voor het ongeval snel weer terug. Ook kan het zijn dat uw kind zich niets meer herinnerd 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 hersenletsel, hoe langer het bewustzijnsverlies en de PTA duren.

### Verschijnselen in de eerste 24 uur

Hoewel licht traumatisch hoofd-/hersenletsel een relatief onschuldige aandoening is, komt het in uitzonderlijke gevallen voor dat er tijdens de eerste 24 uur gevaarlijke complicaties optreden. Tegenwoordig is het voor artsen echter goed mogelijk om te voorspellen bij welke patiënten deze complicaties kunnen optreden. Op het moment dat uw kind van de behandelend arts naar huis mag, kunt u er vanuit gaan dat het risico op een dergelijke complicatie vrijwel uitgesloten is.



## Verschijnselen in de eerste dagen

Een licht traumatisch hoofd-/hersensletsel gaat meestal voorbij zonder restverschijnselen. In de eerste dagen of weken hebben veel patiënten last van zogenaamde posttraumatische klachten: klachten die optreden na een ongeval (trauma). Dit is heel normaal en meestal niets om u zorgen over te maken. Probeer uw kind voor te bereiden op deze verschijnselen en vertel dat het heel normaal is als hij of zij hier last van heeft. De ernst van de klachten neemt vaak spontaan af, maar een kleine groep patiënten blijft langer dan zes maanden last houden van deze klachten.

Hieronder volgt een overzicht van verschijnselen waar uw kind nog enige tijd last van kan hebben:

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	

## Wat uw kind wel en niet mag doen

Om te voorkomen dat uw kind in de komende periode meer klachten krijgt of dat bestaande klachten erger worden, vindt u hieronder enkele adviezen met betrekking tot specifieke activiteiten.

### De eerste dagen na thuiskomst

- Uw kind hoeft niet de hele dag op bed te blijven liggen. Bouw de tijd in bed rustig af, zodat uw kind binnen enkele dagen weer volledig op de been is
- Laat uw kind in beperkte mate televisie kijken, de computer gebruiken of videospelletjes spelen
- Geef uw kind geen aspirine
- U kunt in de eerste dagen uw kind paracetamol geven tegen de pijn: Door de pijn te onderdrukken kan uw kind overdag zo normaal mogelijk functioneren en 's nachts goed slapen.

### Lange termijn

- Kinderen kunnen na het oplopen van licht traumatisch hoofd-/hersensletsel het beste zelf aangeven of ze weer in staat zijn om (buiten) te gaan spelen of sporten. Het kan eigenlijk alleen kwaad bij activiteiten waarbij er een relatief risico bestaat op (meervoudig) licht traumatisch hoofd-/hersensletsel, zoals voetbal of andere balspelen.
- Ook als uw kind nog klachten heeft, kan het op zich geen kwaad om uw kind weer naar school te laten gaan. Er is nooit aangetoond dat schoolwerk een negatieve invloed heeft op toename van klachten of het langer blijven bestaan van klachten.



Het is wel begrijpelijk dat school met klachten moeilijker is, waardoor het mogelijk is dat uw kind in het begin nog maar halve dagen naar school gaat.

## Wanneer moet u weer contact opnemen met de arts?

Indien (één van) de volgende veranderingen optreden in de toestand van uw kind, dient u direct weer contact op te nemen met de behandelend arts van uw kind:

- In de eerste dagen of weken een snelle verslechtering van zijn of haar toestand
- Forse toename van hoofdpijn
- Herhaaldelijk braken
- Verwardheid
- Suffheid (uw kind is moeilijk te wekken)

## Lange termijngevolgen

De ernst van de klachten neemt meestal spontaan af, maar bij een kleine groep patiënten kunnen de klachten langer dan zes maanden blijven bestaan. Mogelijke lange termijngevolgen zijn:

Lichamelijke klachten	Problemen met gedrag/emotie	Problemen met denken
Hoofdpijn	Prikkelbaarheid	Geheugenproblemen
Overgevoeligheid voor licht en/of geluid	Labiliteit, last van stemmingswisselingen	Aandacht- en concentratieproblemen
Duizeligheid	Gebrek aan initiatief	Problemen met plannen en verrichten van activiteiten
Evenwichtsproblemen	Impulsiviteit	
Vermoeidheid		
Slaapproblemen		
Verminderde reuk/smaak		

Bij aanhoudende klachten (langer dan zes maanden) wordt geadviseerd uw huisarts en/of zo nodig een kinderarts te raadplegen. Er kan dan bekenen worden of neuropsychologisch onderzoek naar de aard van de klachten zinvol is. Indien u voor deze of andere klachten weer een arts bezoekt, zeg dan altijd dat uw kind licht traumatisch hoofd- / hersenletsel heeft opgelopen, zelfs als het al een paar jaar geleden is. Uw arts kan hier dan rekening mee houden.

*Deze adviestekst voor schriftelijke patiënteninformatie is gebaseerd op de richtlijn 'Opvang van patiënten met licht traumatisch hoofd/hersenletsel (LTH)', welke op initiatief van de Nederlandse Vereniging voor Neurologie is opgesteld door de richtlijnwerkgroep LTH in samenwerking met het Kwaliteitsinstituut voor de Gezondheidszorg CBO. De originele adviestekst voor schriftelijke patiënteninformatie is ontwikkeld door de CBO-richtlijnwerkgroep in samenwerking met de Hersenstichting*