

응급 치료 서비스
 Emergency Services

머리 부상 (성인) Head Injury (Adult)

머리 부상은 머리에 가해진 직접적인 타격으로 뇌가 흔들리고 충격을 받으면 발생한다. 뇌가 손상될 정도로 강한 타격을 입으면 뇌진탕이다.



담당 의사는 머리부상으로 인한 심각한 합병증 증상이 없음을 진단한다. 이 경우 빠른 회복을 기대할 수 있다.

다음 24 시간 동안 더 심각한 증상이 나타날 수 있으므로 혼자 있으면 안됩니다. 책임을 맡은 성인이 주의 깊게 관찰해야 합니다.

머리 부상의 일반적 증상으로 어떤 것이 있나요?

얼마나 오래 가나요?

가장 흔한 증상은 다음과 같습니다:

- 두통, 피로감, 어지럼증
- 수면 장애
- 집중력 및 학습능력 저하
- 불안하고, 우울하거나 짜증이 난다.

위의 증상이 전혀 없거나, 두세가지 또는 모두 경험할 수 있습니다. 위 증상이 곧, 또는 며칠 후에 나타나기도 합니다. 이러한 증상은 보통 회복 과정의 한 부분입니다.

머리 부상 회복은 개인에 따라 다릅니다. 대부분 경우 수시간내 또는 며칠내에 증상이 호전됩니다. 그러나 어떤 증상은 일주일 이상 지속될수 있습니다.

다음 증상이 있으면 즉시 가까운 응급실에 가십시오:

- 진통제를 먹어도 두통이 나아지지않고 더 악화된다.
- 어지럽고 휴식을 취해도 증상이 계속된다.
- 메스껍거나 2 회 이상 구토가 있다.
- 시력에 변화가 있다.

다음 증상이 있으면 즉시 9-1-1 로 전화:

- 통제할수 없는 흔들림, 떨림, 또는 경련이 있다.
- 몹시 졸음이 온다.
- 혼란스럽거나 가만히 못있거나 짜증이 난다.
- 깨워도 못일어난다.
- 팔이나 다리에 기운이 없다.
- 분명하게 말을 할 수 없다.
- 걸을 때 발을 헛디딘다.
- 귀에서 투명한 분비액이 나온다.

머리 부상 (성인) Head Injury (Adult) - continued

집에서 조심해야 할 점

휴식

- 다음 날 정도는 집에서 쉰다.
- 서서히 일상 생활을 다시 시작한다.
- 다음 24 시간 동안 심한 운동활동을 하면 **안된다**.
- 장시간 TV 를 보거나 컴퓨터로 일을 하면 **안된다**.

운전

- 다음 24 시간 동안 운전을 하면 **안된다**.
- 다음 일주일간 집중하기 어려우면, 이 증상이 없어질때까지는 운전을 하거나 기계등을 다루면 **안된다**.

건강

- 다음 24 시간 동안 술을 마시면 **안된다**. 두통이 지속되면, 의사가 안전하다고 하기전까지 마시면 안된다.
- 의사가 처방한 약만 복용해야 한다.
- 아스피린(ASA), 이부프로펜 또는 다른 소염제를 복용하면 **안된다**. 이러한 약은 출혈의 위험을 증가시킬 수 있다.

활동 및 운동

- 머리 부상후 아무 증상이 없으면 평소대로 활동하거나 운동을 해도 된다.
- 걷기와 고정된 운동용 자전거 타기와 같은 가벼운 운동부터 시작한다.
- 활동이나 운동 횟수와 시간량을 서서히 늘려간다.
- 운동 중 부상이 발생한 경우, 그 운동을 다시 하기 전에 의사와 확인한다.
- 완전히 회복될 때까지 접촉 운동이나 머리를 부딪히기 쉬운 운동(예: 하키, 축구, 미식 축구, 스키, 스노우 보딩, 또는 싸이클링)을 하지 않는다. 의사가 완전히 회복되었을 때 알려준다.
- 머리를 부딪히기 쉬운 운동을 할때는 언제나 헬멧을 착용한다.

궁금하신 사항이 있으면 언제든지 연락해 주세요.

- 주치의에게 연락하세요.
- 비씨주 의료 상담전화(HealthLinkBC)로 연락하세요. 8-1-1 (귀가 들리지 않거나 청각장애인은 7-1-1) 로 전화주세요.온라인으로 www.HealthLinkBC.ca 에 방문하시면 됩니다.