

LICHT TRAUMATISCH HOOFD/HERSENLETSEL
(LTH)

Inleiding

Bij licht traumatisch hoofd/hersenletsel (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 alleen sprake van hoofdletsel. De klachten bij hoofdletsel zijn vaak minder erg dan de klachten bij licht hersenletsel.

Waar heb je last van?

Van het ongeval en van enige tijd daarvoor kunt u zich soms niets meer herinneren. Meestal komen de herinneringen tot vlak voor het ongeval snel weer terug. Ook kan het zijn dat u zich 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 hersenletsel, hoe langer het bewustzijnsverlies en de PTA duren.

Een LTH 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). Hierbij kunt u denken aan:

- 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;
- gehoorverlies.

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

Oorzaak

LTH 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 dan andere mensen.

Vaststellen ziekte

De arts bespreekt met u de klachten en vraagt naar het trauma en/of het verhaal van omstanders. Afhankelijk van de leeftijd, de duur van het bewustzijnsverlies, de impact van de klap en het neurologisch onderzoek wordt 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 verstandig de tijd in bed rustig af te bouwen, zodat u binnen een paar dagen weer op de been bent en u normale werkzaamheden kunt oppakken.
- Beperk televisie kijken, computergebruik en het spelen van videospelletjes.
- Drink geen alcohol.
- Neem geen aspirine. Paracetamol mag wel, maximaal zes keer 500 mg per 24 uur. 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.

Wanneer moet ik contact opnemen met mijn arts?

In de volgende gevallen moet u direct contact opnemen met uw arts:

- een snelle verslechtering van uw toestand in de eerste dagen of weken;
- forse toename van hoofdpijn;
- herhaaldelijk braken;
- verwardheid;
- sufheid, u bent moeilijk te wekken.

Bij aanhoudende klachten, langer dan zes maanden, wordt geadviseerd uw huisarts en/of zo nodig een neuroloog te raadplegen. Hij of zij bekijkt of (neuropsychologisch) onderzoek naar de aard van uw klachten zinvol is.

Meer informatie over LTH vindt u op de website van de Hersenstichting Nederland, www.hersenstichting.nl.

Vragen

Als u na het lezen van deze folder nog vragen heeft, dan kunt u contact opnemen met de polikliniek Neurologie.

- Franciscus Gasthuis

Op werkdagen tussen 8.00 tot 12.30 uur en 13.30 – 16.30 uur, via telefoonnummer 010 - 461 6166.

- Franciscus Vlietland

Op werkdagen van 8.00 tot 17.00 uur, via telefoonnummer 010 – 893 0000. Vraag naar de polikliniek Neurologie.

Deze folder is tot stand gekomen mede dankzij:

