

# Traumatisme cranial lleu

Es tracta d'una lesió traumàtica en el crani, amb pèrdua o no de coneixement.

Tot traumatisme cranial lleu ha de ser valorat per un professional sanitari. Quan s'hagin descartat lesions cerebrals agudes, cal fer un seguiment, ja que les lesions poden manifestar-se posteriorment.

## Recomanacions a seguir

Es recomana **repòs domiciliari**. Cal que eviteu exposar-vos a llums o sorolls intensos. Eviteu també la realització d'activitat física o l'exercici de professions de risc (conduir, manipular maquinària pesada...) durant 24-48 hores.

Heu de prendre només **aliments lleugers** durant les primeres 24 hores després de l'accident. No us forceu a menjar si no teniu gana. De la mateixa manera, **eviteu l'alcohol i la medicació sedant**.

Heu d'estar **vigilat** durant les primeres 24-48 hores després de l'accident, en previsió de possibles complicacions. **Si seguïu un tractament amb antiagregants o anticoagulants**, teniu més risc de presentar-ne, per la qual cosa haureu de ser vigilat de més a prop.

La primera nit després del traumatisme cal que us despertin cada 3 hores.

En cas d'aparèixer **mal de cap lleu**, podeu prendre **paracetamol**. Eviteu l'ús d'antiinflamatoris i d'àcid acetilsalicílic. **Podeu aplicar-vos gel** sobre la regió del traumatisme.

**Cal que torneu immediatament a un centre sanitari o contactar amb el 112 si presenteu...**

- **Vòmits persistents** (els nens poden vomitar una vegada després del traumatisme, però si els vòmits es repeteixen, s'ha de consultar el metge).
- **Son excessiva**. És possible que us trobeu cansat després de l'accident, en aquest cas dormiu, però cal comprovar que podeu ser despertat amb normalitat, com de costum. És aconsellable que us despertin cada 3 hores durant la primera nit.
- **Mal de cap intens**.
- **Confusió, irritabilitat**.
- **Deliris o si perdeu el coneixement**.
- **Alteració de la visió**, visió doble, **dificultat per parlar o per moure** alguna part del cos.
- **Convulsions o espasmes** a la cara o a les extremitats.
- **Us surt sang o líquid per l'oïda o pel nas**.

