

Potilasohje Eksote

## AIVOTÄRÄHDYKSEN SAANEEN POTILAAN KOTIHOITO-OHJE

Aivotärähdyksen normaaleja oireita ovat lievä pahoinvointi, oksentelu, päänsärky ja muistamattomuus tapahtuman suhteen.



### KOTIHOITO-OHJEET

Potilas saa olla jalkeilla jo ensimmäisenä päivänä.

Potilas on herätettävä muutaman kerran ensimmäisen yön aikana. Samalla tarkkaillaan, onko herääminen normaalia ja ovatko vastaukset kysyttäviin asioihin asiallisia.

Seuraavien päivien aikana on oireista huolimatta pyrittävä elämään mahdollisimman normaaliin tapaan.

Potilas saa syödä ja juoda normaalisti, mutta alkoholin käyttö on kielletty (se vaikeuttaa oireiden seuraamista).

Kipulääkkeinä voi käyttää reseptivapaita lääkkeitä ohjeiden mukaan, ellei lääkäri ole antanut muita lääkitystä koskevia ohjeita.

### HUOMIOITAVAA

Mikäli aivotärähdyksen saaneelle tulee voimakasta/pahenevaa päänsärkyä, pahoinvointia tai hänellä esiintyy tasapainon häiriöitä, sekavuutta tai uneliaisuutta, kehoitetaan ottamaan yhteys Päivystysapuun 116117.

Jos oireet jatkuvat lievinä (vrt. edellä mainitut oireet) yli viikon, on otettava yhteys omalle terveysasemalle.