

28. August 2020

RADIOBEITRAG als Text

Gehirnerschütterung: Da hilft nur schonen

Anmoderation:

Die Treppe heruntergefallen, vom Rad gestürzt oder beim Sport einen Ball an den Kopf bekommen – Unfälle geschehen oft plötzlich und das Ergebnis kann eine Gehirnerschütterung sein. Was dabei passiert und worauf man dann achten sollte, darüber hat sich Kristin Sporbeck bei Thomas Ebel informiert. Er ist Arzt im AOK-Bundesverband.

Länge: 1.23 Minuten

Thomas Ebel:

Eine Gehirnerschütterung kann man sich schnell zuziehen. Sie ist die leichteste Form eines Schädel-Hirn-Traumas. Schlägt der Kopf mit großer Geschwindigkeit auf einen harten Gegenstand, prallt das Gehirn auf den Schädelknochen, wodurch es zu einer kurzzeitigen Funktionsstörung des Gehirns kommen kann.

Text: erklärt Thomas Ebel, Arzt im AOK-Bundesverband. Die Symptome machen sich oft auch erst nach ein paar Stunden bemerkbar.

Thomas Ebel:

Klassische Anzeichen einer Gehirnerschütterung sind eine kurzzeitige Bewusstlosigkeit – das können ein paar Sekunden oder auch Minuten sein – sowie Erbrechen und Gedächtnislücken.

Aber auch Teilnahmslosigkeit, Kreislaufversagen oder unkontrollierte Bewegungen können dazukommen. Wenn solche Symptome auftreten, muss man sofort zum Arzt gehen oder den Notarzt rufen. Bis dahin sollte der Betroffene nicht allein gelassen und der Oberkörper erhöht gelagert werden. Insbesondere bei kleinen Kindern können die Symptome auch erst nach mehreren Stunden auftreten, daher sollten diese in den ersten zwölf Stunden nach dem Unfall genau beobachtet werden.

Text: Dann ist erstmal Ruhe nötig. Tipps, worauf man achten sollte, hat Arzt Ebel.

Thomas Ebel:

In erster Linie muss man sich nach einer Gehirnerschütterung vor allem schonen. Auf Sport muss man vorübergehend verzichten, manchmal ist auch Bettruhe nötig. Das flackernde Licht beim Fernsehen kann zu Kopfschmerzen und selten auch zu Krampfanfällen führen, daher sollte man auf das Fernsehen auch verzichten. Nach Rücksprache mit dem Arzt oder der Ärztin kann man Medikamente gegen Kopfschmerzen oder Übelkeit einnehmen. Meistens klingt eine Gehirnerschütterung innerhalb von wenigen Tagen oder Wochen ohne Folgeschäden ab.