



# Licht traumatisch hoofdletsel en/of hersenenletsel ( LTH)

—

## Informatie voor mensen die een trauma van het hoofd hebben doorgemaakt

### **Wat is licht traumatisch hoofd/hersenenletsel?**

Bij licht traumatisch hersenenletsel (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 er alleen sprake van hoofdletsel. De klachten bij hoofdletsel zijn vaak veel minder dan de klachten bij licht hersenenletsel.

### **Waar heeft u last van?**

Van het ongeval en van enige tijd daarvóór 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 ná het ontstaan van het letsel: dit is posttraumatische amnesie (PTA). Dit kan enige tijd duren. 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 licht traumatisch hoofd-/hersenletsel gaat meestal voorbij zonder restverschijnselen. In de eerste dagen of weken hebben veel patiënten last van posttraumatische klachten. Klachten die optreden na een ongeval (trauma) zoals:

- 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 en 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 het wat rustig aan te doen. De ernst van de klachten neemt vaak spontaan af.

## **Wat is de oorzaak?**

Licht traumatisch hoofd-/hersenletsel 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 daarna dan andere mensen.

## **Hoe wordt de diagnose gesteld?**

De arts stelt de diagnose op basis van het verhaal en de klachten van de patiënt met het trauma en/of het verhaal van de omstanders. Afhankelijk van de leeftijd, de duur van het bewustzijnsverlies, de impact van de klap en het neurologisch onderzoek wordt er eventueel een scan gemaakt van het hoofd om bloedingen op te sporen.

## **Wat kunt u eraan doen?**

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 niet aangeraden. Het is het best de tijd in bed rustig af te bouwen zodat u binnen een paar dagen weer op de been bent en uw normale werkzaamheden kunt oppakken.
- Beperk het televisie kijken, computergebruik en videospelletjes spelen.
- Drink geen alcohol.
- Neem geen aspirine als pijnstilling. Gebruikt u al aspirine? Dan kunt u dit in de voor u gebruikelijke dosering blijven gebruiken, tenzij de arts anders aan u adviseert. Paracetamol mag wel: maximaal 6x500 mg per 24 u. 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 u weer contact opnemen met uw arts?

In de volgende gevallen moet u **direct** contact opnemen met uw arts in het ziekenhuis via de afdeling spoedeisende hulp.

- 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)

Afdeling spoedeisende hulp

Haarlem Noord (023) 224 7880

Haarlem Zuid (023) 224 4880

Hoofddorp (023) 224 6880

Blijven uw klachten langer dan zes maanden bestaan? Dan moet u contact opnemen met uw huisarts en/of zo nodig een neuroloog. Die bekijkt dan of (neuropsychologisch) onderzoek naar de oorzaak van uw klachten nodig is.

### Contact en vragen?

Heeft u nog vragen? Of worden uw klachten erger? Neemt u dan contact op met: de polikliniek neurologie (023) 224 0110

Buiten kantooruren en in het weekend belt u de afdeling spoedeisende hulp:

Haarlem Noord (023) 224 7880

Haarlem Zuid (023) 224 4880

Hoofddorp (023) 224 6880

### Meer weten?

[www.hersenstichting.nl](http://www.hersenstichting.nl)

### Met dank aan

Tekst is afkomstig van de Nederlandse Vereniging voor Neurologie (NVN), [www.neurologie.nl](http://www.neurologie.nl)

### Waar zijn we te vinden?

#### Haarlem Zuid

Boerhaavelaan 22  
2035 RC Haarlem

(023) 224 0000

#### Haarlem Noord

Vondelweg 999  
2026 BW Haarlem

[www.spaarnegasthuis.nl](http://www.spaarnegasthuis.nl)

#### Hoofddorp

Spaarnepoort 1  
2134 TM Hoofddorp

[info@spaarnegasthuis.nl](mailto:info@spaarnegasthuis.nl)