

### [Akceptuję](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)  
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)  
[.net](#)  
[Innowacje](#)  
[Nauka](#)  
[Technologie](#)

[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się



- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Felieton](#)

## Wstrząśnienie mózgu

**Bóle i zawroty głowy, wymioty, zaburzenia widzenia, pamięci - to tylko niektóre z objawów wstrząśnienia mózgu, do którego dochodzi wskutek urazu głowy, czasami na pozór łagodnego. Lepiej jest je znać, bo choć większość osób dochodzi do zdrowia, to jednak czasami problemy utrzymują się jeszcze długo i czasami mogą być nieprawidłowo rozpoznane.**

Nastolatki, które w czasie ostatnich 12 miesięcy doznały wstrząśnienia mózgu, mają aż o 25 proc. większe ryzyko pogorszenia wyników w nauce, niż uczniowie bez takiego urazu - sugerują naukowcy z University of Washington w Seattle w opublikowanym niedawno badaniu. Do takiego wniosku

doszli po analizie danych medycznych na temat prawie 11 tys. młodych osób, z których 15 proc. przeżyło przynajmniej jedno, związane ze sportem wstrząśnienie mózgu w ciągu minionego roku. „Historia wstrząśnienia mózgu silnie wiązała się z gorszymi wynikami w szkole, przy czym szczególnie szkodliwe mogą być wielokrotne urazy tego rodzaju” - piszą autorzy odkrycia.

## **Wstrząśnienie mózgu: jak powstaje i czym grozi**

Wstrząśnienie mózgu opisywane jest jako urazowe, łagodne uszkodzenie mózgu. Zwykle powstaje w wyniku uderzenia w głowę, choć może dojść do niego również np. przy gwałtownym nią potrząsaniu. Najczęstsza przyczyna to upadek, oraz urazy takie, jak relatywnie często towarzyszą też niektórym sportom.

Do typowych objawów należą:

- ból i zawroty głowy,
- szum w uszach,
- mdłości,
- wymioty,
- uczucie zmęczenia,
- nieostre widzenie,
- zaburzenia pamięci (np. chory zapomina o wydarzeniu, które uraz spowodowało),
- dezorientacja.

Czasami, choć raczej w rzadkich przypadkach uraz powoduje utratę przytomności. **Jeśli ktoś jest świadkiem zdarzenia, który mógłby prowadzić do wstrząśnienia mózgu (np. uderzenie piłką głową), powinien zwrócić uwagę na zaburzoną mowę, opóźnienia w odpowiedziach na pytania, problemy z zapamiętywaniem u poszkodowanej osoby. Bywa że niektóre symptomy nie ujawniają się natychmiast.**

Tutaj niepokój powinno wzbudzić rozdrażnienie, zaburzenia koncentracji, wrażliwość na światło czy hałas, zaburzenia węchu i smaku, kłopoty ze snem, problemy psychologiczne, w tym obniżony nastrój. Czasami niektóre problemy mogą utrzymywać się przez kilka dni, ale nawet tygodni lub dłużej.

Eksperti zwracają uwagę, że trudniejsze może być zauważenie wstrząśnienia u małych dzieci, które nie potrafią jeszcze dobrze opisać tego, jak się czują. Specjaliści doradzają zwrócić uwagę m.in. na takie objawy, jak drgawki, wymioty, oszołomienie, apatia, szybkie męczenie się, drażliwość, problemy z równowagą, nadmierny płacz, zmiany zachowań związanych ze snem i jedzeniem, nawet utrata zainteresowania ulubionymi zabawkami.

Po urazie głowy, nawet jeśli nie wydaje się potrzebna szybka pomoc i nie ma niepokojących symptomów, to zarówno w przypadku dzieci, jak i dorosłych eksperci zalecają wizytę u lekarza. Przy podejrzeniu poważniejszych uszkodzeń, konieczne jest udanie się po natychmiastową pomoc.

## **Rokowania dobre, ale mogą być kłopoty**

Uważa się, że większość osób po wstrząśnieniu mózgu w pełni odzyskuje zdrowie, choć mogą pojawić się komplikacje. Na przykład od 15 do 20 proc. poszkodowanych cierpi z powodu bólu i zawrotów głowy czy zaburzeń myślenia. Zwykle objawy te ustępują w czasie 3 tygodni, choć w rzadszych przypadkach mogą utrzymywać się znacznie dłużej. Szczególnie niebezpieczne może być doznanie kolejnego wstrząśnienia, jeszcze zanim ustąpią objawy poprzedniego. Może wtedy

dojść nawet do śmiertelnego obrzęku mózgu. To informacja istotna chociażby dla sportowców, którzy powinni pamiętać, aby nie wracali do swoich aktywności, zanim nie wrócą do zdrowia.

## **Złe diagnozy**

Mimo dobrych prognoz dla większości osób, po wstrząśnięciu mózgu warto zachować wzmożoną czujność, na co wskazują m.in. nowe badania. Na przykład zespół z Uniwersytetu w Tel-Awiwie doniósł niedawno o wynikach, według których aż 1/4 dzieci trafiających na oddziały ratunkowe po łagodnym urazie głowy, może jeszcze przez wiele lat cierpieć z powodu utrzymujących się powikłań po wstrząśnięciu mózgu. Mogą być potem błędnie diagnozowane, np. z rozpoznaniem ADHD czy depresji. Dzieci takie miewają bowiem kłopoty z pamięcią, koncentracją, są nadwrażliwe na światło i hałasy, mogą też mieć problemy natury psychologicznej. Błędna diagnoza prowadzi tymczasem do nieprawidłowego leczenia.

„Utrzymujący się zespół objawów po wstrząśnięciu mózgu to chroniczny syndrom, który wynika z mikrouszkodzeń małych naczyń oraz nerwów i może pojawić się kilka miesięcy po urazie głowy. Dlatego często błędnie jest klasyfikowany jako ADHD, zaburzenia snu czy depresja. To są także przypadki, kiedy dzieci zgłaszają bóle głowy i diagnozuje się u nich migreny. Gdy mówią o kłopotach z koncentracją, przepisuje się im Ritalin. Niestety dzieci te cierpią przez wiele lat z powodu różnych zaburzeń. Zamiast pomocy w rzeczywistym problemie, otrzymują leczenie, które nie pomaga” - alarmuje autor badania, prof. Shai Efrati, który zauważył te zależności po przeanalizowaniu 200 przypadków dotyczących dzieci.

„Trzeba rozumieć, że skutki urazów głowy doznawanych w dzieciństwie mogą utrzymywać się przez resztę życia. Pogorszenie funkcji mózgu stanie na przeszkodzie zrealizowania potencjału edukacyjnego oraz społecznego” - dodaje dr Uri Balla, współautor badania.

## **Po pierwsze - zapobiegać**

Jak to często ze zdrowiem bywa, podstawa to profilaktyka. Pomogą już proste środki, takie jak ochrona głowy, gdy jest ona narażona na urazy. Dobrze pokazuje to opisane pod koniec sierpnia badanie przeprowadzone przez grupę ekspertów z University of California, Davis. Przyjrzeni się oni liczbie przypadków wstrząśnienia mózgu u dziewcząt grających w relatywnie bezpieczny sport - przypominające hokej na trawie - lacrosse. Zawodniczki często grały bez ochrony głowy, lecz na Florydzie wprowadzono nakaz jej stosowania w zawodach szkół średnich. W uwzględnionych w analizie latach 2019-2021, w miejscach, gdzie ochrona głowy nie była obowiązkowa, wstrząśnień mózgu było wyraźnie więcej, niż w szkołach na Florydzie.

„Uzyskane przez nas rezultaty dostarczają dowodów wskazujących, że obowiązkowe używanie ochrony głowy w czasie gry w lacrosse zmniejsza liczbę przypadków wstrząśnienia mózgu u licealnych dziewcząt. Zaobserwowaliśmy, że dziewczęta ze stanów, w których środki ochronne nie były obowiązkowe, miały ogólnie o 59 proc. wyższe ryzyko wstrząśnienia mózgu, niż te, które musiały je stosować” - piszą autorzy badania.

„Możliwe jest, że używanie sprzętu ochronnego może dawać podobne efekty w różnych grupach dziewcząt grających w lacrosse, wliczając sportswomenki grające w koledżach lub na jeszcze wyższym poziomie, a także młode osoby, które się dopiero uczą w różnych klubach” - dodają specjaliści.

To samo z pewnością dotyczy większości potencjalnie urazowych dyscyplin, a także innych aktywności i lepiej pamiętać, aby wstrząśnienia mózgu przede wszystkim unikać.

Źródło: pap.pl

<https://laboratoria.net/felieton/31539.html>

**Informacje dnia:** [Nowy wzór elektronicznej legitymacji studenckiej](#) [Kleszcz to tylko pośrednik](#) [Pod względem leczenia czerniaka](#) [Polska w czołówce Europy](#) [Przyszłość pszczół zależy od ochrony ich naturalnych siedlisk](#) [Powstała niewidzialna elektroda dla podczerwieni](#) [Choroby serca mogą zaczynać się już w czasie życia płodowego](#) [Nowy wzór elektronicznej legitymacji studenckiej](#) [Kleszcz to tylko pośrednik](#) [Pod względem leczenia czerniaka](#) [Polska w czołówce Europy](#) [Przyszłość pszczół zależy od ochrony ich naturalnych siedlisk](#) [Powstała niewidzialna elektroda dla podczerwieni](#) [Choroby serca mogą zaczynać się już w czasie życia płodowego](#) [Nowy wzór elektronicznej legitymacji studenckiej](#) [Kleszcz to tylko pośrednik](#) [Pod względem leczenia czerniaka](#) [Polska w czołówce Europy](#) [Przyszłość pszczół zależy od ochrony ich naturalnych siedlisk](#) [Powstała niewidzialna elektroda dla podczerwieni](#) [Choroby serca mogą zaczynać się już w czasie życia płodowego](#)

**Partnerzy**