

## Elternmerkblatt

# Gehirnerschütterung

### Wichtiges in Kürze

Auf ausreichende  
Erholung achten

### Was ist eine Gehirnerschütterung?

Ein Sturz mit Kopfanprall ist im Kindesalter sehr häufig. Nicht immer bedeutet ein Kopfanprall jedoch eine Gehirnerschütterung. Jedoch wenn Ihr Kind neben dem Kopfanprall zusätzlich Symptome wie mehrfaches Erbrechen, Bewusstlosigkeit, Verhaltensauffälligkeiten oder andere neurologische Symptome aufweist, dann besteht der Verdacht auf eine Gehirnerschütterung.

### Wann muss ich mein Kind ärztlich vorstellen?

Bei einem Kopfanprall mit folgenden neurologischen Symptomen ...

- Mehrfachem Erbrechen
- Bewusstlosigkeit
- Verhaltensauffälligkeiten
- Gedächtnislücke

... sollten Sie Ihr Kind ärztlich vorstellen.

### Braucht mein Kind eine Bildgebung?

Bei den meisten Kindern braucht es keine Bildgebung (CT/MRI) des Kopfes. Viel wichtiger ist eine gute klinische Untersuchung und eine mehrstündige Überwachung von etwa 6h nach dem Unfall. In den meisten Fällen normalisiert sich das Verhalten in dieser Zeit wieder komplett und eine Bildgebung ist nicht notwendig. Bei schweren Fällen oder bei sich verschlechternden Symptomen kann eine Bildgebung erwogen werden.

### Erholung

Die Erholung nach einem Kopfanprall ist sehr individuell. Oftmals dauert die Erholungsphase mehrere Tage bis wenige Wochen. Dabei ist es wichtig, dem Kind die nötigen Pausen zu ermöglichen.

Symptome, welche in der Erholungsphase häufig auftreten sind Müdigkeit, Kopfschmerzen, Schwindel und Konzentrationsstörungen. Sie treten vermehrt bei Belastung (Schule, Sport) auf und bessern sich bei Ruhe wieder.

### Wie kann ich mein Kind unterstützen?

- Kein Sport und Aktivitäten mit repetitiven Schlägen (Bsp Trampolinspringen) solange Symptome vorhanden sind.
- Ermöglichen Sie Ihrem Kind Pausen in einer reizarmen Umgebung.
- Elektronische Geräte wie Fernseher/Handy etc. sind für das Gehirn anstrengend und sollten daher nur zurückhaltend eingesetzt werden.
- Bei Kopfschmerzen dürfen Schmerzmittel eingesetzt werden.

### Wann muss ich zum Arzt?

- Bei neu aufgetretenen neurologischen Symptomen (siehe Oben) oder bei andauernden Symptomen über 5 Tage, sollten Sie Ihr Kind bei ihrem Kinder- oder Hausarzt vorstellen. Bei akuter Verschlechterung direkt auf der Notfallstation.

Weitere Informationen:

Inselspital Notfallzentrum für  
Kinder und Jugendliche  
CH 3010 Bern

[www.kindernotfallzentrum.insel.ch](http://www.kindernotfallzentrum.insel.ch)