

## Ratgeber Gehirnerschütterung

Liebe Eltern, liebe Patienten,  
im Laufe der Kindheit haben alle Kinder den einen oder anderen Unfall. Öfters ist dabei auch der Kopf betroffen und es stellt sich schnell die Frage, ob Ihr Kind eine Gehirnerschütterung hat oder nicht. Dieser Ratgeber soll Ihnen bei der Entscheidung helfen, ob Sie sich nach solch einem Unfall an einen Arzt wenden müssen oder nicht.

### **Was ist eine Gehirnerschütterung?**

Bein Unfällen im Kindesalter wird auch häufig der Kopf verletzt. In den meisten Fällen hat das Kind anschließend keine weiteren Beschwerden. Wenn es jedoch ein heftigerer Unfall war, kann es sein, dass das Gehirn in seiner Funktion leicht gestört ist und Ihr Kind Auffälligkeiten zeigt. Das nennt man dann eine Gehirnerschütterung. Zeichen einer Gehirnerschütterung sind zum Beispiel Übelkeit und Erbrechen, Bewusstlosigkeit, Sprach- oder Gangstörungen, Erinnerungslücken, Verwirrtheit, auffallende Müdigkeit und Schläfrigkeit, ungleichgroße Pupillen oder eine auffallende Hautblässe.

### **Ist eine Gehirnerschütterung gefährlich?**

In den meisten Fällen ist eine Gehirnerschütterung nicht gefährlich. Die Befindlichkeitsstörungen normalisieren sich nach Stunden selber und es bleiben keine dauernden Beschwerden. Es kann jedoch auch sein, dass durch den doch heftigeren Schlag auf den Kopf kleine Blutgefäße im Schädelinneren platzen und es zu einer Blutung im Kopf kommt oder dass das Gehirn durch den Schlag direkt anschwillt. Da in solchen Fällen der Schädelknochen ja nicht größer werden kann, wird das Gehirn im Schädelinneren zusammengedrückt. Dieser Druck kann sich bei einer langsamen Blutung oder Schwellung auch erst nach Stunden bis Tagen richtig entwickeln und dann im schlimmsten Falle auch lebensbedrohlich sein.

### **Was kann ich zu Hause tun?**

Das erste und wichtigste, was Sie machen sollten, wenn Ihr Kind einen Unfall hat, ist Ruhe zu bewahren. Meisten sieht das Ganze ja glücklicherweise schlimmer aus als es ist und Ihr Kind beruhigt sich nur noch schlechter, wenn es sieht, wie Sie sich aufregen. Ansonsten sind folgende Punkte wichtig:

- Zur Schmerzstillung und zur Verhinderung bzw. Behandlung einer Beule empfiehlt es sich, die „Unfallstelle“ am Kopf zu kühlen. Nehmen Sie dafür einen mit Eiswürfeln gefüllten Waschlappen oder ein gekühltes Gelpack. Versuchen Sie, die Stelle für 15-20Minuten zu kühlen.
- Wenn Ihr Kind eine kleine Schürfwunde hat, sollten Sie diese Stelle desinfizieren, z. B. mit Octenisept-Lösung. Bei einer größeren Verletzung sollten Sie zu einem Arzt gehen (s.u.), um zu klären, ob man sie nähen muss.
- Als homöopathische Medikament hat sich bei Unfällen aller Art das Mittel Arnica bewährt. Geben Sie Ihrem Kind Arnica-Globuli in der Potenz D12 oder C30 für diesen Tag mehrfach, z.B. 3 Stück alle 1-2 Stunden. Führen Sie diese Behandlung am nächsten Tag aber bitte nicht mehr weiter.
- Beobachten Sie die verletzte Stelle am Kopf Ihres Kindes. In vielen Fällen bildet sich eine kleine feste Beule. Das ist meist harmlos. Falls sich in den Stunden bis Tagen

nach dem Unfall dort jedoch ein großer Bluterguss oder eine weiche schwabbelige Schwellung wie ein Wasserkissen bildet, so sollten Sie Ihr Kind umgehend zu einem Arzt bringen, um einen Knochenbruch auszuschließen.

- Da sich die Zeichen einer Gehirnerschütterung auch erst Stunden bis Tage nach dem Unfall zeigen können, müssen Sie Ihr Kind für diese Zeit etwas genauer im Auge haben. Tagsüber ist diese Beobachtung meist kein Problem. In den ersten 2 Nächten nach dem Unfall kann es notwendig sein, Ihr Kind 2-3 mal über die Nacht verteilt kurz zu wecken, um sicher zu sein, dass es nur schläft und nicht bewusstlos im Bett liegt.

### ***Wann muss ich zum Arzt?***

Die meisten Kopfverletzungen im Kindesalter sind harmlos und benötigen keine ärztliche Behandlung. Zum Arzt gehen müssen Sie, wenn Ihr Kind:

- Zeichen eines Knochenbruchs hat (großer Bluterguss oder schwabbelige Kopfhautschwellung an der Unfallstelle),
- eine blutende Kopfverletzung hat oder
- Zeichen einer Gehirnerschütterung hat (Übelkeit, Erbrechen, Bewusstlosigkeit, Sprach- oder Gangstörungen, Erinnerungslücken, Verwirrtheit, starke Müdigkeit und Schläfrigkeit, ungleichgroße Pupillen oder eine auffallende Hautblässe). Da Säuglinge bei einer Gehirnerschütterung oft nur wenig Beschwerden haben, die man dann auch leicht übersehen kann, es in diesem Alter aber relativ häufig zu einem Bruch des Schädelknochens kommt, sollten Sie bei einem „Kopfunfall“ immer zum Arzt gehen, wenn Ihr Kind jünger ist als ein Jahr. Wenn Ihr Kind deutliche Zeichen einer Gehirnerschütterung hat, muss es meistens zu weiteren Untersuchungen (Röntgen, CT, EEG) und vor allem zur Überwachung stationär in der Kinderklinik aufgenommen werden, um rechtzeitig eine Blutung oder Schwellung im Schädelinneren feststellen und behandeln zu können.

### ***Wie kann ich solchen Unfällen vorbeugen?***

Kinder haben einen großen Bewegungsdrang. Deshalb werden Sie es nie ganz verhindern können, dass sich Ihr Kind ab und zu verletzt. Trotzdem können Sie natürlich auch einiges tun, um das Leben Ihres Kindes sicherer zu machen:

- Säuglingsalter: haben Sie beim Wickeln immer eine Hand am Kind oder wickeln Sie auf einer Decke am Boden, benutzen Sie kein „Gehfrei“, lassen Sie Ihren Säugling nicht von Kindern unter 10 Jahren tragen.
- Kleinkindalter: schnallen Sie besonders aktive Kinder im Hochstuhl oder Einkaufswagen an, achten Sie darauf, dass Ihr Kind nicht am Balkongeländer oder Fenster hochklettern kann, befestigen Sie Regale oder Schränke kippstabil an der Wand, im Auto immer angeschnallt im Kindersitz fahren.
- Schulkindalter: Fahrradfahren nur mit Helm, im Auto immer angeschnallt im Kindersitz fahren, Verkehrsregeln üben.

### ***Zusammenfassung der Warnzeichen:***

Innerhalb von 24 Stunden nach dem Unfall:

- Bewusstseinstörung oder Bewusstlosigkeit
- Verlangsamtes Reagieren „wie benebelt“
- Fehlende Erweckbarkeit aus dem Schlaf
- Pupillen nicht seitengleich, Angabe von Doppelbildern oder verschwommenem Sehen
- Kopfschmerzen, ungewöhnliches Verhalten (anhaltendes Schreien)
- Auffälliger Gang (torkelnd, Muskelschwäche)
- Krampfanfälle, Blässe, Schwindel, Erbrechen, Übelkeit

Innerhalb von 2-3 Tagen nach dem Unfall:

- Zunehmende Verlangsamung im Verhalten, Schläfrigkeit, Nackensteifigkeit

Innerhalb von 2-3 Wochen nach dem Unfall:

- Zunahme des Kopfumfanges, Lücke oder Stufe im Schädel tastbar
- Auffälliges Verhalten (Spielunlust, Schläfrigkeit); anhaltende Kopfschmerzen

Bei Auftreten eines oder mehrerer solcher Symptome sollten Sie ihr Kind umgehend einem Arzt vorstellen!

Wir hoffen, dass wir Ihnen mit diesem kurzen Ratgeber helfen konnten. Bei weiteren Fragen wenden Sie sich gerne an uns.

Ihr Praxisteam.