

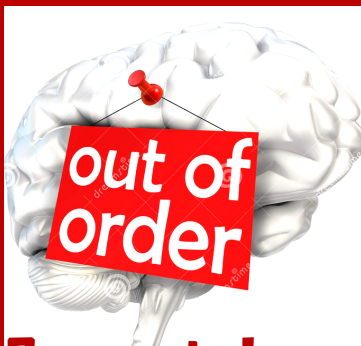


Konkussie

Besering van die breinweefsel as gevolg van 'n direkte of indirekte hou teen die kop.

Simptome

Kopseer
Naar
Duislig
Ligsensitief
Geheuverlies
Verwarring
Buierig
Swak balans



Gevaartekens

- Aanvalle/stuiptrekkings
- Aanhoudende braking
- Onegalige pupille
- Onduidelike spraak

Bewussyn word slegs in 10% van gevalle waargeneem, en is dus nie 'n voorvereiste vir konkussie nie.



Simptome kan dadelik wys of tot 48 uur neem om te ontwikkel. Simptome kan 'n paar uur tot 'n paar maande duur. Elke geval is uniek aan die individu.

Wat om te vermy in die eerste 48 uur:

Fisiese oefening en onnodige stimulering van die brein.

Dit mag lei tot 'n verlengde herstelperiode

'Back 2 Play'

Dit is 'n geleidelike, stap vir stap, terugkeer na sport, deur die fisiese intensiteit veilig te vermeerder.

Tweede-impaksindroom

Wanneer 'n tweede hou teen die kop plaasvind voor dat die eerste besering volkome herstel het. Dit kan permanente breinskade veroorsaak of selfs 'n persoon se dood veroorsaak.