

脳震盪の一般的な状態経過

- ※ 頭痛やめまい等、脳震盪症状が受傷初日に起き、その後数週から数ヶ月は続く
- ※ 一度脳震盪を起こすと、2回目の脳震盪発症のリスクが3～5.8倍となる
- ※ 回復していない時期に再度脳震盪を起こすと、“Second Impact Syndrome(SIS)”が起きる可能性がある

“Second Impact Syndrome(SIS) “

- = 2回目の脳震盪を起こし脳浮腫、血管損傷等が起きる事
- ※ 1回目の脳震盪症状が残存時に、再度脳震盪発症→SISの high risk
- ※ 3回以上の脳震盪で認知機能障害の high risk

脳震盪受傷 24時間の初期対応（身体と認知機能の安静）

- ※ 練習や試合等の身体活動を禁止し、身体的に休息・絶対安静とする
- ※ 勉強、読書、電話、コンピューター、テレビ、ゲーム等を禁止し、
脳の休息・安静とする
- ※ 最初の24時間は一人にしてはいけない
- ※ 脳震盪が疑われる症例は全て、例え症状が消えても医師を受診し、医学的な評価を受ける

脳震盪を起こした選手へのアドバイス

- ※ 24～48時間以内は何か問題があり得るので、一人でいる事は避ける
- ※ もし行動の変化、嘔吐、めまい、頭痛の悪化、ものが二重に見える、あるいは起きていられなくなる事に気がついたら、この評価表を持ち、急いで診療所や病院の救急外来を受診する

氏名；

受傷日および受傷時間；

受傷場所；

記入者名；

平成26年11月23日
山口県小学生バレーボール連盟