

Pocket Hersenschudding Herkenning Tool™

Om een hersenschudding te helpen herkennen bij kinderen, jongeren en volwassenen



FIFA®



FEI

HERKENNEN & VERWIJDEREN

Er bestaat het vermoeden van een hersenschudding wanneer een of meerdere van de volgende zichtbare aanwijzingen, tekenen, symptomen of geheugenfouten aanwezig zijn.

1. Zichtbare aanwijzingen van een vermoedelijke hersenschudding

Een of meerdere van de volgende visuele aanwijzingen kunnen duiden op een mogelijke hersenschudding:

Bewustzijnsverlies of verminderde aanspreekbaarheid
Roerloos op de grond liggen / langzaam opstaan
Onvast op de benen / evenwichtsproblemen of omvallen / slechte coördinatie
Grijpen naar het hoofd / het hoofd vasthouden
Versuft, lege of afwezige blik
Verward / niet op de hoogte van de wedstrijd of de gebeurtenissen

2. Tekenen en symptomen van een vermoedelijke hersenschudding

Aanwezigheid van een of meer van de volgende tekenen en symptomen kan een hersenschudding suggereren:

- Bewusteloosheid
- Beroerte of stuiptrekkingen
- Evenwichtsproblemen
- Misselijkheid of braken
- Slaperigheid
- Verhoogde emotionaliteit
- Prikkelbaarheid
- Verdriet
- Vermoeidheid of lage energie
- Nerveus of angstig
- "Voel je niet goed"
- Moeite met concentreren
- Hoofdpijn
- Duizeligheid
- Verwarring
- Gevoel hebben traag te zijn
- "Druk in het hoofd"
- Wazig zicht
- Gevoeligheid voor licht
- Geheugenverlies
- Gevoel hebben 'in de mist' te zitten
- Nekpijn
- Gevoeligheid voor geluid
- Moelijkheden bij het zich herinneren

3. Geheugenfunctie

Het onvermogen om op een van de volgende vragen juist te antwoorden kan wijzen op een hersenschudding.

"Op welke locatie zijn we op vandaag?"

"Welke helft is het nu?"

"Wie scoorde het laatst in dit spel?"

"Tegen welk team/welke match heb je vorige week gespeeld?"

"Heeft je team de laatste wedstrijd gewonnen?"

Elke sporter met een vermoedelijke hersenschudding **MOET ONMIDDELIJK** uit de wedstrijd verwijderd worden en mag niet terug actief worden voordat hij medisch onderzocht werd. Sporters met een vermoedelijke hersenschudding mogen niet alleen gelaten worden. Ze mogen niet een motorvoertuig besturen.

Het is aanbevolen om in elk geval van een vermoedelijke hersenschudding de speler door te verwijzen naar een medische professional voor diagnose en begeleiding, evenals de beslissing over verdere deelname aan de wedstrijd, zelfs indien de symptomen verdwijnen.

ALARMFASE ROOD

Indien **EEN** van de volgende symptomen vermeld wordt, dan moet de spelers veilig en onmiddellijk van het veld verwijderd worden. Indien er geen gekwalificeerde medische hulp aanwezig is, moet met het oog op dringend medisch onderzoek vervoer per ziekenwagen overwogen worden.

- Sporter klaagt over pijn in de nek
- Verwarring en prikkelbaarheid nemen toe
- Herhaald braken
- Beroerte of stuiptrekkingen
- Slapheid of tintelingen / brandend gevoel in armen of benen
- Verslechtering bewustzijnstoestand
- Ernstige of toenemende hoofdpijn
- Ongebruikelijke gedragsverandering
- Dubbel zien

Vergeet niet:

- In alle gevallen moeten de basisprincipes van eerste hulp (gevaar, reactie, luchtwegen, ademhaling, bloedsomloop) worden gevolgd.
- Probeer niet om de speler (behalve voor ondersteuning van de ademhaling) te verplaatsen indien u hier geen opleiding voor gevolgd heeft.
- Verwijder (indien aanwezig) niet de rugbyhelm indien u hier geen opleiding voor gevolgd heeft.