

## 脑震荡识别工具口袋书

帮助确定儿童、青少年和成年人是否存在脑震荡情况



FIFA®



FEI

## 识别和移动

如果存在以下一个或多个症状，则应怀疑是否有脑震荡

### 1. 疑似脑震荡的表现

以下任何一条或多条表现均表明可能出现脑震荡：

意识或响应能力丧失

静止不动地躺在地上/起身缓慢

脚站不稳/有平衡问题或者跌倒/身体失调

紧紧抓住头

头晕，表情茫然或发呆

思维混乱/对周围人或事无反应

### 2. 疑似脑震荡的征兆和症状

存在以下任何一个或多个征兆及症状即表明可能为脑震荡：

- 意识丧失
- 癫痫发作或惊厥
- 有平衡问题
- 恶心或呕吐
- 昏昏欲睡
- 更加情绪化
- 易怒
- 悲伤
- 疲劳或精神不振
- 紧张或焦虑
- “感觉不对”
- 出现记忆困难

- 头疼
- 头晕
- 神志不清
- 感觉迟钝
- “头上有压迫感”
- 视力模糊
- 对光敏感
- 健忘
- 感觉像“在雾中”
- 颈部疼痛
- 对噪音敏感
- 无法集中精力

## 3. 记忆功能

未能正确回答这些问题中的任何一个可能表明出现脑震荡。

“今天我们在哪个比赛场地？”

“现在打到哪个半场了？”

“这场比赛中谁是最后的得分者？”

“上周/上场比赛你打的是哪个队？”

“你们队赢了上次比赛没有？”

**疑似脑震荡的任何运动员应立即移离球场，且在接受医疗评估之前不得重返赛场。疑似脑震荡的运动员不得单独呆着，不得驾驶机动车辆。**

在所有疑似脑震荡案例中，即使症状消失，也建议将球员转交给医学专业人士，由其进行诊断和指导，并决定球员是否可以重回赛场。

### 危险信号

如果报告有以下任何一种行为表现，则应采取安全方式将球员立即移离赛场。如果现场没有合格的医学专业人士，则应考虑通过救护车运送球员，接受紧急医疗评估：

- 运动员表示颈部疼痛
- 神志越来越不清醒或者越来越易怒
- 不断呕吐
- 癫痫发作或惊厥
- 虚弱或者上肢/下肢有麻刺感/灼烧感
- 意识状态越来越差
- 剧烈头疼或头疼越来越严重
- 异常的行为改变
- 复视

### 请记住：

- 在所有情况下，均应遵循急救的基本原则（危险、响应、气道、呼吸、循环）。
- 除非经过培训，认为应该这样做，否则不要试图移动球员（除了气道支持需要这样做）。
- 除非经过培训，认为应该这样做，否则不要摘掉头盔（如果有）。

McCrary 等人著作的《有关运动中脑震荡的共识声明》(Consensus Statement on Concussion in Sport) 《英国运动医学杂志》(Br J Sports Med) 47 (5), 2013