

## HERSENSCHUDDING – RICHTLIJNEN IWWF



Een hersenschudding is een complex pathofysiologisch trauma van de hersenen veroorzaakt door post-traumatische biomechanische krachten.

Dit trauma gaat hoofdzakelijk gepaard met al dan niet ernstige neurologische gevolgen.

Hierdoor kan bewusteloosheid worden veroorzaakt, en bijkomend wordt eerder het normaal functioneren verstoord dan dat er “structurele” gevolgen zouden zijn.

Hierdoor wordt de diagnose gesteld op basis van klinisch onderzoek en niet door het gebruik van een scan of medische apparaten. Deze medische apparaten hebben bijna altijd een negatief resultaat.

Na een hersenschudding worden de hersencellen erg kwetsbaar, en bij een volgende impact kunnen de kwetsbare cellen afsterven.

Daarom is een hersenschudding een acuut, maar reversiebel, spontaan genezend trauma. Het is volledig duidelijk dat een tweede impact moet worden vermeden om geen permanente schade te veroorzaken (second impact syndrome).

Daarom moet er consequent worden opgetreden als dit trauma zich voordoet, en wordt de sporter van het water gehaald voor verder onderzoek.

Het wederoptreden is terug mogelijk door het bewijs via een medisch attest.

Een hersenschudding kan herkend worden via een of meer van onderstaande klinische symptomen:

- |                           |                   |
|---------------------------|-------------------|
| × Verlies van bewustzijn  | × Verward         |
| × Epileptische bewegingen | × Duizelig        |
| × Hoofdpijn               | × Draaierig       |
| × Misselijk               | × Geheugenverlies |

De eerste tests die moeten gedaan worden is het onderzoeken van:

- × Slaperigheid
- × Geheugenverlies

## COGNITIEVE BEOORDELING BIJ EEN HERSENSCHUDDING

### **ORIENTATIE**

Vraag de sporter:

- Op welk watervlak zijn we?
- In welke stad zijn we?
- Welke competitie/training is het?
- Welke maand is het?
- Welke dag is het?

### **KORTE TERMIJN GEHEUGEN**

Vraag de sporter om de volgende woorden te herhalen:

Meisje, hond, groen, huis

### **LANGE TERMIJN GEHEUGEN**

Vraag de sporter:

- Wat is er tot nu toe gebeurd?
- Wat herinner je je van voor de impact?
- Herinner je je trauma?

### **CONCENTRATIE**

Vraag de sporter:

Zeg de dagen van de week achteruit vanaf vandaag  
Als je de cijfers 63 & 419 omdraait krijg je? → 36 & 914

### **KORTE TERMIJN GEHEUGEN**

Vraag de sporter om de vier woorden die eerder zijn verteld, te herhalen :

Meisje, hond, groen, huis

**NB: één fout antwoord is genoeg om een hersenschudding te vermoeden en desgevallend het sporten te stoppen.**