

FIMMTÁN STAÐREYNDIR UM HEILAHRISTING OG AÐRA HEILAÁVERKA
byggðar á doktorsverkefni Jónasar G Halldórssonar

1. Um helmingur ungs fólks á fullorðinsaldri á Íslandi hefur hlotið heilahristing eða alvarlegri heilaáverka.
2. Jafnvel vægur heilaáverki, svo sem heilahristingur, getur haft í för með sér afleiðingar til lengri tíma.
3. Sjö af hverjum hundrað Íslendingum á aldrinum 15-35 ára segjast takast á við afleiðingar heilaáverka í daglegu lífi. Þessar afleiðingar geta háð þeim í samskiptum, námi, leik og starfi og haft áhrif á andlega og líkamlega heilsu.
4. Heilaáverkar eru ein helsta orsök hömlunar, sjúkleika og dauða meðal barna, unglunga og ungs fólks á fullorðinsaldri í vestrænum heimi.
5. Þyngd höfuðhöggs og fjöldi heilaáverka hafa mesta forspá um afleiðingar til lengri tíma.
6. Ung börn eru í mestri áhættu að hljóta heilaáverka og fall er algengasta orsök. Áverkar tengdir leik, íþróttum og umferð verða algengari með aldri.
7. Börn eru viðkvæmari fyrir afleiðingum höfuðhöggs og heilaáverka en fullorðnir.
8. Of mikið líkamlegt og andlegt álag eftir höfuðhögg, heilahristing eða aðra heilaáverka getur tafið fyrir bata og aukið líkur á þrálátum einkennum.
9. Vægur heilaáverki, svo sem heilahristingur, skömmu eftir annan vægan heilaáverka getur haft í för með sér alvarlegar afleiðingar.
10. Tíð væg höfuðhögg á stuttu tímabili geta valdið sjúklegum breytingum í heila, jafnvel þótt ekki komi fram einkenni heilahristings.
11. Alvarleiki og afleiðingar heilaáverka á ungum aldri eru vanmetnar.
12. Heilaáverkar eru ógn við hugræna heilsu ungs fólks.
13. Forvarnir sem draga úr tíðni og alvarleika heilaáverka eru áhrifaríkasta íhlutunin, en sérhæfð endurhæfing og eftirfylgd þarf að vera í boði.
14. Á ári hverju eru meira en eitt þúsund Íslendingar greindir með heilahristing eða alvarlegri heilaáverka. Að auki fá margir heilahristing, en leita sér ekki lækniástoðar.
15. Á ári hverju hljóta 80-100 Íslendingar það alvarlega heilaáverka eða heilaskaða að ástæða væri til endurhæfingar og eftirfylgdar. Minni hluti þeirra hljóta slíka þjónustu og íhlutunin er oft ekki eins öflug og fjölbreytt og æskilegt væri og ekki til lengri tíma.