



HJÄRNKORTET

Namn:

Födelseår:

Klubb:

Datum:



Var den skadade medvetslös	J	N
Hade den skadade kramper	J	N
Hade den skadade balansproblem	J	N

Orientering

På vilken plats är vi: _____

Är det för el eftermiddag: _____

Vem fick poäng sist: _____

Vem möter du : _____

Symptom vid hjärnskakning

	Inga		Måttliga			Svåra	
Tryckkänsla i huvudet	0	1	2	3	4	5	6
Ont i nacken	0	1	2	3	4	5	6
Balansrubbing/yrsel	0	1	2	3	4	5	6
Illamående/kräkning	0	1	2	3	4	5	6
Synstörningar	0	1	2	3	4	5	6
Hörsel/ringer i öron	0	1	2	3	4	5	6
”Det känns inte bra”	0	1	2	3	4	5	6
Känner sig omtumlad	0	1	2	3	4	5	6
Omtöckning	0	1	2	3	4	5	6
Förvirring	0	1	2	3	4	5	6



HJÄRNKORTET

Känns "förlångsammad"	0	1	2	3	4	5	6
Dåsighet	0	1	2	3	4	5	6
Trötthet el bristande energi	0	1	2	3	4	5	6
Är mer känslösam än vanligt	0	1	2	3	4	5	6
Irritabilitet	0	1	2	3	4	5	6
Koncentrationssvårigheter	0	1	2	3	4	5	6
Minnesstörningar	0	1	2	3	4	5	6

Bedömning av tankefunktion

Minnestest:

Den skadade skall återge 5 ord (ex katt, penna, hus, bio, spanska) korrekt.

Detta skall göras dels omedelbart och dels efter koncentrationstestet(1 p för varje rätt ord, max 10 p)

Koncentrationstest:

Månader i omvänd ordning:

Jun-maj-april-mars-feb-jan-dec-nov-okt-sep-aug-juli (1 p för varje rätt ordning)

Siffror baklänges: Om korrekt gå till nästa sifferlängd. Om inkorrekt, gör om samma sifferlängd. Sluta då man misslyckats med samma sifferlängd 2 ggr

3 1 8	6 2 7
5 0 7 1	9 3 6 5
8 1 4 9 5	0 6 7 3 1
2 8 1 0 6 4	7 4 8 5 9 3

(1 p för varje rad)

Totalsumma test: Max 15 poäng.

Testet består av symtomskattning, koncentrations- och minnestest samt riktad neurologisk undersökning. Testet bör genomföras direkt efter en skada, och sedan bör symtomdelen och den kognitiva delen upprepas innan man tillåter den skadade att återgå till aktivitet. För utvärdering av resultatet måste individen genomgå testet årligen för att fastställa baslinjevärdet. Den skadade ska ha återgått till sitt baslinjevärde innan återgång till idrott kan ske.