



# 귀머미가 아닙니다. 500명 이상의 능청시인이 매년 뇌손상을 겪습니다.

이 정보는 CDC 계몽 시리즈 - 뇌진탕 사고 조치 (cdc.gov/concussion)에서 가져온 내용입니다. 이 자료는 건강 및 인적자원관리국(Health and Human Resources and Services Administration)이 NYS 보건부 (Department of Health)에 허용한 보조금(보조금 #H21MC06742)을 이용한 사업의 일환입니다.



Department  
of Health

14010 (Korean)

3/16

귀머미가  
아닙니다.  
500명 이상의 능청시인이  
매년 뇌손상을 겪습니다.

지원 또는 정보가 필요하거나  
지원팀에 연락하려면, 무료 전화  
800-444-6443 (월요일-금요일,  
오전 8-오후 4시)  
또는 웹사이트: [www.bianys.org](http://www.bianys.org)  
연락하십시오.  
뉴욕 주 뇌손상 협회

연락처:  
[www.health.ny.gov](http://www.health.ny.gov)  
기타 정보 검색: TBI  
건강 정보:  
[nystateofhealth.ny.gov](http://nystateofhealth.ny.gov)  
뉴욕 주 보건부

자세한 내용은 다음 페이지를 참조하십시오.

**다음 증상이 있는 경우 즉시 응급실을 찾아가십시오.**

- 심각한 두통
- 어눌한 말투
- 발작
- 반복된 구토
- 혼란 또는 불안감 심화
- 균형 잡기 또는 걷기가 어려움
- 잘 보이지 않음
- 일반적으로 깨어 있는 시간에 일어날 수 없음
- 본인, 가족, 친구와 관련된 **모든 증상**

## 증상 호전 방법...

- 휴식. 충분한 휴식과 수면을 취하십시오.
- 일상적인 활동을 천천히 재개하십시오.
- 신체를 많이 사용하거나 집중이 필요한 일은 피하십시오.
- 언제 안전하게 운전하거나 자전거를 타고, 중장비를 다룰 수 있는지 의사에게 문의하십시오.
- 술을 마시지 마십시오.

손상을 입은 후 며칠, 몇 주 또는 몇 달 동안 표면적인 증상이 없을 수 있습니다. **다음과** 같은 증상이 있는 경우 뇌손상을 전문으로 하는 의사의 후속 진단을 받는 것이 좋습니다.

### 육체적 증상

- 두통
- 균형 문제
- 흐릿한 시야
- 어지럼증
- 구역질
- 불면증
- 평소보다 많거나 적은 잠
- 소음 또는 불빛에 민감함

### 사고 및 감정

- “우울한” 감정
- 과민
- 감정 과다
- 긴장감 또는 불안감
- 새로운 정보를 기억하기 어려움

자세한 내용은 다른 페이지를 참조하십시오.