



Si tèt ou oswa kò ou te trape, oswa sekwe, ou ta ka gen yon chòk nan sèvo ak yon sekous vyolan.

Enfòmasyon sa yo adapte nan seri CDC Heads Up, Sa pou Fè Apre yon Sekou Vyolan, cdc.gov/concussion. Peye an pati avèk yon sibvansyon nan Administrasyon Sante ak Resous Imèn ak Sèvis (Human Resources and Services Administration) pou Depatman Sante Eta New York (NYS Department of Health), Sibvansyon #H21MC06742.



Department
of Health

14008 (Haitian Creole)

3/16

Gade lòt bò a pou jwenn plis enfòmasyon.

Depatman Sante Eta New York

nystateofhealth.ny.gov

Pou jwenn enfòmasyon sou asirans sante:

epi nan bwat rechèch la tape: TBI

www.health.ny.gov

Pou enfòmasyon jeneral:

(State)

Sèvo (Brain Injury Association of New York

Asosyasyon Eta New York pou Chòk nan

oswa ale sou sitwèb: **www.bianys.org**

800-444-6443 Lendi-vandredi, 8am-4pm

konekte avèk yon gwoup sipò, rele gratis:

Pou jwenn ed, enfòmasyon oswa pou

chòk nan sèvo chak jou.

moun New York pran yon

Plis pase 500

poukont ou.

Ou pa

Chèk swen medikal pou ijans touswit si **nepòt** nan sa ki anba la a rive:

- Maltèt k ap vin grav oswa ki grav
- Pwononsyasyon ki difisil pou konprann
- Malkadi
- Vomisman tanzantan
- Plis konfizyon oswa ajitasyon
- Difikilte avèk ekilib, pou mache
- Difikilte avèk vizyon
- Pa kapab rete reveye lè ou ta reveye nòmalman
- **Nepòt** sentòm ki konsène ou, manm fanmi, oswa zanmi

Pou santi ou pi byen...

- Repoze ou. Repoze ou epi dòmi byen.
- Retounen nan aktivite woutin ou dousman epi ofi-amezi.
- Evite aktivite ki egzijan sou plan fizik oswa ki bezwen konsantrasyon.
- Mande doktè ou kilè ou kapab kondi machin, monte bisiklèt, oswa opere ekipman lou san pwoblèm.
- Pa bwè alkòl.

Ou ka gen sentòm ki ka pa parèt jouk nan kèk jou, kèk semèn oswa menm kèk mwa apre chòk. Li rekòmande pou ou fè swivi avèk yon doktè ki gen eksperyans nan chòk **sèvo sitou** si ou gen nepòt nan sentòm sa yo:

SENTÒM FIZIK

- Maltèt
- Pwoblèm ekilib
- Vizyon twoub
- Vètij
- Kèplen
- Pwoblèm pou dòmi
- Dòmi plis oswa mwens pase sa ki nòmal
- Sansiblite nan bwi oswa nan limyè

PANSE AK EMOSYON

- Sansasyon mantal “ki bwouye”
- Fasil pou fè kòlè
- Pi emosyonèl
- Enève ak enkyete fasil
- Difikilte pou sonje nouvo enfòmasyon

Gade lòt bò a pou jwenn plis enfòmasyon.