

Niam Txiv & Tus Xyaum Txuj Tes Taw Daim Ntawv Hais Txog Tsoo Taub Hau Raug Mob (Concussion)

Rov muab sau dua los ntawm Center for Disease Control's Heads Up Concussion in Youth Sports Program

Ib qho kev tsoo taub hau raug mob yog ib hom kev raug mob rau lub hlwb uas pauv qhov lub hlwb kiav li txhua zaus. Ib qho kev tsoo, ntaus, los yog phoom rau lub taub hau thiab tseem tshwm sim tau los ntawm qhov ntaus raug lub cev uas ua rau lub taub hau thiab lub hlwb txav mus mus los los ceev. Txawm tias "hnov zoo li tswb nrov" los yog zoo nkaus li ib nyuag tsoo me me rau lub taub hau xwb los tej zaum nws yuav yog ib qho teeb meem loj.

COV CIM QHIA THIAB COV TSOS MOB NTAWM KEV TSOO TAUB HAU RAUG MOB YOG DAB TSI?

Cov cim qhia thiab cov tsos mob ntawm kev tsoo taub hau kuj tshwm sim tau tam siv tom qab raug mob los sis kuj tsis pom los yog hnov mob tom qab ob peb hnuob los yog ob peb lim piam. Yog ib tug neeg uas xyaum txuj tes taw tau hais tias nws muaj ib tug mob xwb li cov cim qhia txog tus kab mob taub hau sau rau hauv qab no uas yog tshwm sim tom qab nws raug phoom, tsoo, los yog thawv taub hau los yog lub cev, ces yuav tsum tsis pub nws xyaum txuj mus tas hnuob ntawd thiab nws yuav tsum tau ncuu tsis txhob mus xyaum txuj txog thaum ib tug kws kho mob uas tau soj ntsuam neeg tsoo taub hau raug mob hais tias nws tsis muaj tsos mob dab tsi lawm thiab tso cai rau nws rov qab tuaj xyaum.

Tsos Mob Pom Los Ntawm Tus Kws Qhia

- Zoo nkaus li yooob los yog ceeb
- Zoo li tej tshwm sim los yog num cov heev
- Nco tsis tau cov lus qhia
- Paub tsis meej txog qhov txuj ua si, cov cim twv tau, los yog txog tus neeg sib tw nrog
- mus kev ua tom ntej tom qab
- Maj mam teb cov lus nug
- Tsis hnov lawm (txawm tias yog tib pliang ntshis xwb)
- Tus cwj pwm los yog xeeb ceem hloov
- Nco tsis tau cov uas tshwm sim ua ntej raug, phoom, los yog ntog
- Nco tsis tau cov uas tshwm sim tom qab raug, phoom, los yog ntog

Tsos Mob Hais Los Ntawm Tus Neeg Xyaum Txuj Tes Taw

- Mob taub hau los yog lub tob hau "nruj nruj"
- Xeev siab los yog ntuav
- Muaj teeb meem txog qhov sawv tsis tiv zoo li sawv tsis ncaj los yog kiv taub hau
- Pom plooj plooj los yog pom ob qho ua ke
- Hnov tsis tau suab nrov
- Mloog zoo li qeeb qeeb, tsis meej, pos huab, los yog tsis muaj zog
- Fab tsis meej los yog nco tsis tau zoo
- Cov heev
- zoo li tsis "xis nyob" los yog "xis neej"

COV CIM QHIA TIAS PHOM SIJ TXOG KEV TSOO TAUB HAU RAUG MOB

Muaj qee tsam, cov ntshav kuj khov tau ua daig cov hlab ntsha saum lub paj hlwb yog tias tau ua tsoo taub hau thiab kuj ua rau lub paj hlwb txiv txiv rau lub khauj khaum txha hlwb. Yuav tsum tau coj tus neeg xyaum txuj tes taw no mus hauv chav kho mob ceev tam sim ntawd tom qab nws raug phoom, tsoo, los yog thawv taub hau.

- Lub ntsiab muag dub hauv plawv qhov muag loj dua sab tov
- Looj hlias los yog tsa nyuaj
- Mob taub hau heev los yog qhov mob heev zuj zus
- Tsis muaj zog, loog, los yog coj tsis tu
- Ntuav los yog xeev siab tas li
- Hais lus tsis meej
- Lub cev cia li tshee los yog qaug dab peg
- Cim tsis tau neeg los yog tej chaw
- Tsis paub tog twg zuj zus, nkees zuj zus, los yog nyuaj siab zuj zus
- Coj xeeb ceem txawv txawv
- Tsis hnov lawm (txawm tias yog tib pliang ntshis xwb los yeej yuav tsum xyuam txog tiag tiag)

VIM LI CAS TUS NEEG XYAUM TXUJ TES TAW YUAV TSUM TAU QHIA LWM TUS TXOG NWS COV TSOS MOB?

Yog ib tus neeg xyaum txuj tes taw tau ua tsoo taub hau raug mob, yuav tsum tau siv sij hawm rau nws lub hlwb kom rov zoo los. Lub sij hawm tus me nyuam xyaum txuj no lub hlwb tseem pib zoo zus nws kuj yuav ua tsoo taub hau ua mob dua los kuj muaj. Yog rov qab ua tsoo taub hau dua ces yuav siv sij hawm ntau dua es mam li zoo. Muaj qeeb tsam, yog tias pheej tsoo tau hau raug mob mus ntxiv ces kuj ua tau rau tus hluas lub hlwb o los yog ua rau lub hlwb puas tau. Ua tsoo tau hau raug mob kuj tuag tau thiab.

KOJ YUAV UA TAU DAB TSI YOG TIAS KOJ XAV TIAS KOJ TUS NEEG XYUAM TXUJ TES TAW TAU UA RAUG MOB SAUM TAUB HAU?

Yog koj xav tias ib tug neeg xyuas txuj tes taw tau ua tsoo taub hau raug mob, ces muab nws tshem tawm tsis pub xyaum ntxiv thiab pab nrhiav kev kho mob. Koj tsis txhob xwv xam kheej txog tus mob tias sib los nyhav. Yuav tsum tsis pub tus neeg xyaum txuj no xyaum txuj tes taw mus tas hnuob ntawd thiab yuav tsum tau ncuu tsis txhob mus xyaum txuj txog thaum ib tug kws kho mob uas tau soj ntsuam neeg tsoo taub hau raug mob hais tias nws tsis muaj tsos mob dab tsi lawm thiab tso cai rau nws rov qab tuaj xyaum.

Yog tau tsoo taub hau raug mob ces qhov yuav pab kom zoo sai ces yog so kom txaus txaus. Kev ua si kom lub cev muaj zog los yog ua tej yam dab tsi uas yuav tau siv hlwb, xws li saib ntawv, siv computer, los yog ua si video games no ces tej zaum yuav ua rau kom cov tsos mob ntawm kev tsoo taub hau raug mob nws haj yam tsis zoo tuaj. Tom qab tsoo taub hau raug mob lawm, qhov yuav rov qab tuaj xyaum txuj dhia ua si thiab tuaj kawm ntawv yog is txoj kev yuav tsum maj mam ua zus mus thiab yuav tau muaj tus kws kuaj mob ntsuam xyuas thiab soj ntsuam txog.

Yog xav paub ntxiv no mus saib qhov vej xaij www.sheboyganrec.com thiab nias lo lus "Youth Programs" los yog www.sheboygansoccer.org

LUS POM ZOO NTAWM NIAM TXIV/ TUS TSWJ FWM

Kuv tau nyeem txog cov xov xwm hais Kom Paub Txog Kev Tsoo Taub Hau Raug Mob thiab kuv pom zoo tias yog thaum zoo li kuv tus me nyuam tau ua tsoo taub hau raug mob los yog ua raug mob rau lub taub hau ces nws yuav raug tshem tawm ntawm txhua cov txuj ua si txog thaum ib tug kws kho mob uas tau soj ntsuam neeg tsoo taub hau raug mob tau ntsuam xyuas nws thiab tso cai rau nws rov qab tuaj xyaum txuj, raws li tshooj cai Section 118.293 Wisconsin Statutes uas yog hais txog kev tsoo taub hau raug mob thiab lwm yam mob raug lub taub hau. Yog thaum zoo li no, kuv to taub tias kuv yuav tsum tau ntaub ntawv los ntawm ib tug kws kho mob es nws tso cai tias kuv tus me nyuam tsis muaj tsos mob es nws rov qab ua si tau rau qhov txuj ntawd.

Kuv tau nyeem thiab to taub tag nrho daim ntawm no uas yog hais txog kev tsoo taub hau raug mob.

NIAM TXIV LOS YOG TUS NEEG LAUS TSWJ FWM LUB NPE (thov sau) _____

NIAM TXIV LOS YOG TUS NEEG LAUS TSWJ FWM KOS NPE: _____ HNUB TIM: _____

LUS POM ZOO NTAWM TU NEEG XYAUM TXUJ TES TAW

Kuv tau nyeem txog cov xov xwm hais Kom Paub Txog Kev Tsoo Taub Hau Raug Mob thiab kuv pom zoo tias yog thaum zoo li kuv tau ua tsoo taub hau raug mob los yog ua raug mob rau lub taub hau ces kuv yuav raug tshem tawm ntawm txhua cov txuj ua si txog thaum ib tug kws kho mob uas tau soj ntsuam neeg tsoo taub hau raug mob tau ntsuam xyuas kuv thiab tso cai rau kuv rov qab tuaj xyaum txuj, raws li tshooj cai Section 118.293 Wisconsin Statutes uas yog hais txog kev tsoo taub hau raug mob thiab lwm yam mob raug lub taub hau. Yog thaum zoo li no, kuv to taub tias kuv yuav tsum tau ntaub ntawv los ntawm ib tug kws kho mob es nws tso cai tias kuv tsis muaj tsos mob es kuv rov qab ua si tau rau qhov txuj ntawd.

Kuv tau nyeem thiab to taub tag nrho daim ntawm no uas yog hais txog kev tsoo taub hau raug mob.

TUS NEEG XYAUM TXUJ TES TAW LUB NPE (thov sau) _____

TUS NEEG XYAUM TXUJ TES TAW KOS NPE: _____ HNUB TIM: _____