



Könnte es eine
Gehirnerschütterung
sein?

Mach den
K.E.K.S.-Test

Für Kinder



**ZNS-
Stiftung**

Hilfe für Menschen
mit Schädelhirntrauma

K

...wie Kopf



Hast du Kopfschmerzen?
Ist dir schwindelig?
Ist dir übel?

E

...wie Empfindlichkeit



Hast du besonders
schlechte Laune?
Bist du schnell genervt?
Ist dir alles zu viel?

K

...wie Konzentration



Kannst du dich
schlecht konzentrieren?
Fühlst du dich wie benebelt?
Bist du vergesslich?

S

...wie Schlaf



Schläfst du schlechter?
Bist du müder als sonst?
Fühlst du dich erschöpft?

Mach den KEKS-Test!



Wenn du oder deine Eltern eines oder mehrere dieser Symptome bei dir feststellen oder es dir nach einer Kopfverletzung in anderer Hinsicht nicht gut geht, sucht bitte immer ärztliche Beratung auf.

V. 2026-1; Alle Rechte bei der ZNS-Stiftung.

Erstellt in Zusammenarbeit mit Dr. M.V. Bonfert, Concussion Clinic, LMU Klinikum München

 **ZNS-
Stiftung**