**LEKCJE EBD NA DZIEN 30.03.2020**

**Podręcznik strona 99 -103**

**E podręcznik strona** [**https://epodreczniki.pl/a/udzielanie-pomocy-przy-zlamaniach-zwichnieciach-i-skreceniach-konczyn/Da2plNAP2**](https://epodreczniki.pl/a/udzielanie-pomocy-przy-zlamaniach-zwichnieciach-i-skreceniach-konczyn/Da2plNAP2)

**Jeżeli macie już loginy do e- podręcznika proszę się zalogować i skorzystać z tej formy podręcznika bo zawiera filmy i ćwiczenia**

*Do materiału załączę kartkówkę proszę uzupełnić i odesłać do 6 marca 2020r*

*Na adres gabrielafiema@gmail.com*

TEMAT: **ZŁAMANIA I ZWICHNIECIA**

Złamanie to przerwanie ciągłości kości, dzieli się je na [złamania otwarte](https://portal.abczdrowie.pl/zlamanie-otwarte) i zamknięte. W przypadku złamań otwartych następuje przerwanie ciągłości skóry; przy złamaniach zamkniętych nie dochodzi do przerwania skóry. Złamania dzieli się również na złamania z przemieszczeniem (odłamy kostne ulegają przemieszczeniu) i bez przemieszczenia (odłamy kostne zostają na miejscu). Zwichnięcia z kolei to uszkodzenie ciała, w którym dochodzi do chwilowej bądź trwałej utraty kontaktu powierzchni stawowych. Niezależnie od rodzaju złamania czy zwichnięcia, konieczna jest interwencja [lekarza ortopedy](http://ranking.abczdrowie.pl/c/16%2Cortopeda). Warto jednak zapoznać się z zasadami udzielania pierwszej pomocy przy różnego rodzaju złamaniach, aby móc odpowiednio reagować do czasu wizyty u lekarza.

## 1. Pierwsza pomoc przy złamaniach kończyn

**Objawy złamania** różnią się w zależności od umiejscowienia i czynności danej kości, siły przyczepiających się do niej mięśni, typu złamania oraz rozległości szkód w tkankach miękkich. Natychmiast po złamaniu pojawia się silny ból, który może nie ustępować i nasilać się przy próbach ruchu oraz przy ucisku miejsca urazu. Innym charakterystycznym objawem jest utrata czynności kończyny, kręgosłupa itp.

Przy znacznym przemieszczeniu odłamów wyraźnie widoczne jest zniekształcenie miejsca, gdzie nastąpiło złamanie.  Podkreślić należy, iż podejrzewając [złamanie ręki](https://portal.abczdrowie.pl/zlamanie-reki) lub złamanie nogi, nie wolno poruszać uszkodzoną kończyną. Najważniejszą zasadą jest unieruchomienie uszkodzonego odcinka przed poruszaniem chorego. W celu osłabienia szybkości narastania obrzęku, w miejscu złamania należy kończynę położyć nieco ponad poziomem serca. W celu zmniejszenia obrzęku można okładać unieruchomioną część ciała lodem.   Kończynę górną unieruchomić można najprościej poprzez podwieszenie jej na chuście trójkątnej lub zawieszenie na szyi za pomocą bandaża lub opatrunku Desaulta, czyli przymocowanie zranionej kończyny do klatki.

W przypadku złamania kości przedramienia wystarczy unieruchomienie w krótkiej szynie sięgającej od stawu łokciowego do palców.   W przypadku uszkodzenia kości udowej unieruchamiamy kończynę od biodra do kostki. W przypadku złamania kości goleni – od powyżej kolana do pięty. Szynę obwiązujemy zwykłymi opaskami gazowymi lub elastycznymi. Zawsze należy stosować regułę Potta, według której unieruchamia się uszkodzoną kość oraz przeciwległe stawy, które ta kość tworzy.  Odstępstwem od reguły Potta jest [złamanie kości udowej](https://portal.abczdrowie.pl/zlamania-kosci-udowej). W tym przypadku należy unieruchomić całą kończynę. Najdłuższa szyna powinna sięgać od czubków palców stopy niemal do łopatki.  Odstępstwem od unieruchamiania w naciągu jest złamanie otwarte. Naciąg nie może być w sprzeczności z zasadą nieusuwania ciała obcego z rany.

## 2. Pierwsza pomoc przy złamaniach miednicy i kręgosłupa

[Złamania w obrębie miednicy](https://portal.abczdrowie.pl/zlamania-miednicy) są z reguły uszkodzeniami bardzo poważnymi. W każdym przypadku rozległego uszkodzenia miednicy myśleć trzeba o możliwości uszkodzenia narządów miednicy małej (tj. pęcherza, nerki, jelita itd.). Pierwsza pomoc polega przede wszystkim na opróżnieniu pęcherza moczowego w celu uniknięcia uszkodzenia go przez odłamy kostne. Oczywiście, są to czynności, które wykonać mogą służby medyczne, z odpowiednim doświadczeniem i zapleczem sanitarnym. Jeżeli mocz zabarwiony jest krwią lub uzyska się go w małej ilości, należy cewnik pozostawić na stałe. Chorego należy położyć na noszach w pozycji na plecach, a pod kolana podłożyć zwinięty w rulon koc i przewieźć go do szpitala.

Chorego z urazem kręgosłupa nie powinno się ruszać. Jeżeli trzeba go wynieść z miejsca, gdzie uległ wypadkowi, w żadnym wypadku nie wolno unosić go za głowę i biodra lub barki i biodra, lecz należy użyć prowizorycznych noszy, na które należy go delikatnie przesunąć. Nie wolno przekładać chorego z noszy na nosze, aż do chwili zbadania go przez specjalistę w szpitalu i ewentualnego wykonania zdjęcia RTG. W razie konieczności przeniesienia poszkodowanego na inne nosze, czynność ta powinna być wykonana przez kilka osób podtrzymujących jego głowę, kark, klatkę piersiową, okolicę lędźwiową, miednicę i uda. Dalsza pomoc, unieruchomienie na czas przewiezienia, należy do lekarza.

## 3. Pierwsza pomoc przy złamaniach żeber i kości czaszki

Złamanie nawet jednego żebra może spowodować pogorszenie wentylacji płuc w następstwie silnego bólu, krwotoku przy uszkodzeniu miąższu płuca. [Pierwsza pomoc](https://portal.abczdrowie.pl/pierwsza-pomoc) polega na założeniu opaski ściskającej klatkę piersiową. Może to być bandaż elastyczny czy opaska gazowa. Opaskę należy założyć na poziomie złamania.

**Złamania** **kości czaszki** dzielimy na złamania pokrywy i podstawy czaszki. Złamania pokrywy mogą mieć charakter linijny lub może dojść do fragmentacji odłamów z wgłobieniem lub bez fragmentu kostnego w mózg. Za złamaniem podstawy czaszki przemawiają następujące objawy:

* tzw. krwiaki okularowe (podbiegnięcia krwawe wokół oczodołów),
* wyciek krwi lub płynu mózgowo-rdzeniowego z nosa lub ucha,
* ewentualnie uszkodzenie nerwów czaszkowych.

Pierwsza pomoc polega na ułożeniu chorego w pozycji bezpiecznej, tzn. na boku z ręką leżącą u dołu, ułożoną wzdłuż tułowia z tyłu; druga ręka zgięta ma być w stawie ramiennym i łokciowym, a dłoń tej ręki położona pod policzek; noga z dołu zgięta w stawie biodrowym i kolanowym; druga noga wyprostowana. Jeżeli chory jest nieprzytomny, należy sprawdzić drożność dróg oddechowych i akcję serca.