

## ZŁAMANIA KOŚCI

**Złamanie kości jest to całkowite lub częściowe przerwanie ciągłości kości. Dochodzi do niego po zadziałaniu sił przekraczających elastyczność i wytrzymałość tkanki kostnej.**

### **Objawy złamania:**

- *patologiczna ruchomość lub przemieszczenie odłamów kości,*
- *ból i obrzęk w miejscu urazu,*
- *ograniczenie ruchomości,*
- *przy złamaniu otwartym obecność fragmentów kości w ranie.*

### **Możliwe powikłania złamań:**

- *uszkodzenia przez odłamki kostne dużych naczyń krwionośnych,*
- *uszkodzenia przez odłamki kostne okolicznych tkanek (nerwy, mięśnie),*
- *zakażenia rany (skóry, tkanek a także kości) przy złamaniach otwartych.*

# ZASADY PIERWSZEJ POMOCY PRZY ZŁAMANIACH KOŃCZYN

***Złamanej kończyny nie wolno nastawiać!***

***Pierwsza pomoc polega na unieruchomieniu złamanej kończyny, które ma na celu:***

- ***zapobiec lub uniemożliwić przemieszczenie odłamków,***
- ***zabezpieczyć przed złamaniem otwartym w wyniku przebicia skóry przez odłamki kości,***
- ***ograniczyć lub całkiem znieść ból,***
- ***chronić przed uszkodzeniami naczyń krwionośnych, nerwy i inne tkanki***
- ***ułatwić transport poszkodowanego do szpitala.***

***W przypadku złamania otwartego, przed unieruchomieniem kończyny, należy na ranę nałożyć jałowy opatrunek.***



***W każdym przypadku do złamania należy wezwać pomoc lekarską !***

## ZASADY PIERWSZEJ POMOCY PRZY SKRĘCENIACH

**Skrećenie jest to uszkodzenie w stawie spowodowane zbyt obszernym w nim ruchem, który powoduje naciągnięcie lub naderwanie aparatu więzadłowego. Powierzchnie stawowe zostają przemieszczone względem siebie, po czym powracają do prawidłowego ustawienia.**

### **Skutki skrećenia:**

- obrzęk,
- ból,
- ograniczenie ruchów w stawie,
- krwawienie w obrębie stawu.

***Przy skrećeniu staw należy unieruchomić i udzielić pierwszej pomocy jak przy złamaniu.***

# ZASADY PIERWSZEJ POMOCY PRZY ZWICHNIĘCIACH

**Zwichnięcie jest to uszkodzenie stawu, w którym dochodzi do przemieszczenia jednej powierzchni stawowej w stosunku do drugiej.**

## **Skutki zwichnięcia:**

- **zniekształcenie stawu,**
- **uszkodzenie aparatu więzadłowego,**
- **uszkodzenie naczyń krwionośnych,**
- **czasem - rozerwanie torebki stawowej,**
- **ból, który nasila się przy każdym ruchu,**
- **obrzęk i zasinienie,**
- **niemożność wykonania ruchu w danym stawie.**

**Przy udzielaniu pomocy należy unieruchomić kończynę w okolicy stawu, a staw pozostawić w takiej pozycji, w jakiej się znajduje.**

**Pilnie skierować poszkodowanego do lekarza, gdyż tylko on może nastawić zwichnięcie.**

## OBJAWY WSKAZUJĄCE NA URAZ KRĘGOSŁUPA

*Urazy kręgosłupa najczęściej są związane z upadkiem z wysokości w wyniku, np. upadku z konia lub rusztowania, skoku do płytkiej wody oraz z wypadkami komunikacyjnymi.*

*Objawami uszkodzenia kręgosłupa są:*

- *ból szyi lub pleców w miejscu uszkodzenia,*
- *zaburzenia czucia i ruchu,*
- *niedowład, porażenia.*

*Uraz kręgosłupa jest zawsze bardzo niebezpieczny ze względu na możliwość uszkodzenia rdzenia kręgowego.*

# ZASADY PIERWSZEJ POMOCY PRZY URAZACH KRĘGOSŁUPA

- *najlepiej pozostawić poszkodowanego w pozycji, w jakiej się go zastało, aż do momentu przybycia pogotowia ratunkowego,*
- *jedynie w przypadku istnienia dodatkowego niebezpieczeństwa należy przenieść poszkodowanego w miejsce bezpieczne,*
- *przy przenoszeniu postępować z wyjątkową ostrożnością, starając się nie zmieniać ułożenia poszkodowanego a zwłaszcza osi kręgosłupa,*
- *przenoszenie poszkodowanego na nosze lub inny środek transportu musi odbywać się siłami kilku osób tak, aby głowa z tułowiem i kończynami znajdowały się w jednej linii,*
- *niedopuszczalne jest chwytanie poszkodowanego pod pachy i kolana w pozycji, w której głowa zwisa bezwładnie, a kręgosłup jest wygięty w łuk,*
- *nie wolno sadzać ani stawiać na nogi poszkodowanego,*
- *transport rannego do szpitala powinien być jak najszybszy, ale ze względów bezpieczeństwa – tylko karetką pogotowia ratunkowego.*



***Do czasu wykonania badań w szpitalu każde podejrzenie urazu kręgosłupa musi być traktowane na równi z rozpoznaniem.***