

Уважаемые студенты!

Ниже представлена лекция. Вам необходимо:

1. Внимательно прочесть лекционный материал.
2. Законспектировать лекцию, выделяя основные понятия и определения, конспект должен составлять не менее 3-4 страниц тетради.
3. Ответить на вопросы письменно в конце законспектированной лекции.
4. Законспектированную лекцию и ответы на вопросы переслать на адрес электронной почты преподавателя по окончании недели igvnovikov@mail.ru.

В случае возникновения вопросов в течении времени вашей пары можно обратиться к преподавателю on-line или по телефону 072-162-7772.

Практическое занятие №13

Тема: Получение практических навыков оказания первой медицинской помощи при травмах опорно-двигательного аппарата

Цель: отработка навыков оказания первой помощи при травмах опорно-двигательного аппарата, решение ситуационных задач

Краткие теоретические сведения

Травмы опорно-двигательного аппарата являются наиболее распространёнными (от обычных синяков до тяжёлых переломов и вывихов).

Травмы можно получить при различных обстоятельствах: падении, неловком или неожиданном движении либо при автомобильной аварии.

Существует четыре основных вида травм опорно-двигательной системы: переломы, вывихи, растяжения или разрывы связок, растяжения или разрывы мышц и сухожилий.

Перелом – это нарушение целостности кости. Он может быть полным и неполным. Неполный перелом – это трещина.

Вывих – это смещение кости по отношению к её нормальному положению в суставе. Вывихи обычно происходят при воздействии большой силы.

Растяжение и разрыв связок происходят, когда кость выходит за пределы обычной амплитуды движения. Чрезмерная нагрузка на сустав может привести к полному разрыву связок и вывиху кости. Наиболее распространёнными являются растяжение связок голеностопного и коленного суставов, пальцев и запястья.

Растяжение мышц и сухожилий. Подобные растяжения обычно вызываются подъёмом тяжестей, чрезмерной мышечной работой, резким или неловким движением.

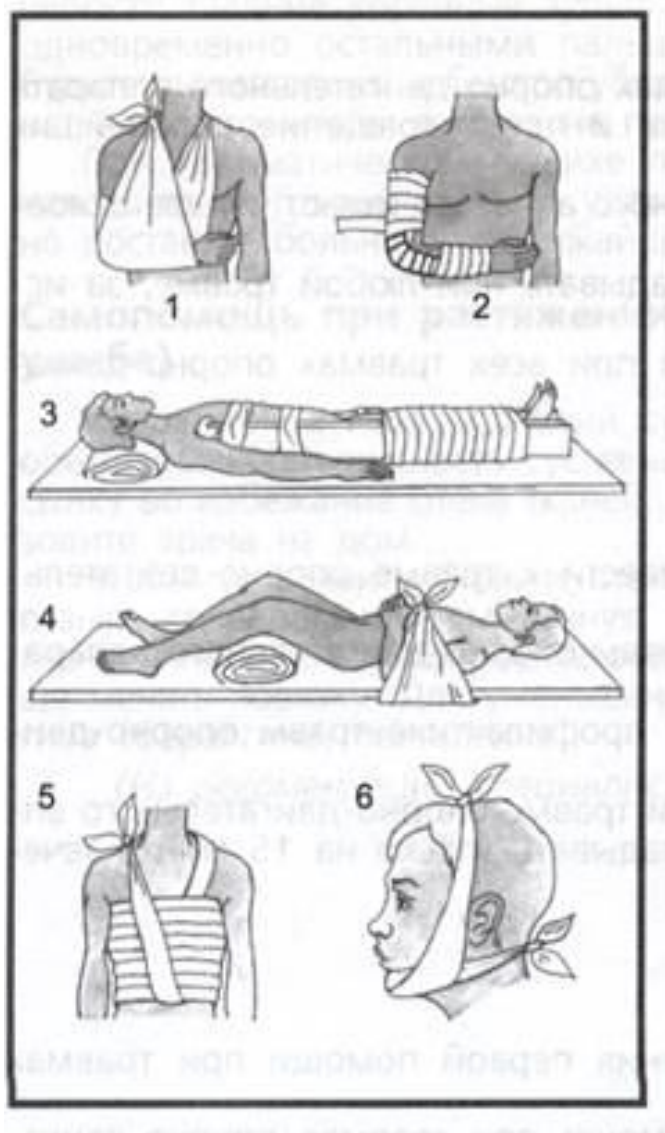
Наиболее распространёнными являются растяжения мышц шеи, спины, бедра или голени.

Профилактика травм опорно-двигательного аппарата. Физические упражнения благотворно влияют на опорно-двигательную систему в целом и на отдельные группы мышц. Эффективная программа физической подготовки (бег, ходьба, аэробика, велоспорт, плавание, лыжи) способствует укреплению организма и профилактике травм.

Первая помощь при всех травмах опорно-двигательного аппарата одинакова. Во время оказания помощи постарайтесь не причинять пострадавшему дополнительной боли. Помогите ему принять удобное положение. Соблюдайте основные моменты первой помощи: покой; обеспечение неподвижности повреждённой части тела; холод; приподнятое положение повреждённой части тела. Перемещение пострадавшего необходимо только в том случае, если не ожидается быстрого прибытия «скорой помощи» или если нужно транспортировать пострадавшего самостоятельно.

При любой травме, за исключением открытого перелома, целесообразно прикладывать лёд. Холод помогает облегчить боль и уменьшить опухоль. Обычно лёд прикладывают на 15 мин через каждый час.

При растяжении связок и мышц, после того как спадёт припухлость, можно прикладывать тёплые компрессы для ускорения процесса заживления.



Первая помощь при переломах

При переломе ключицы и лопатки верхнюю конечность подвесить на косынке (1).

При переломах плечевой кости и костей предплечья нужно с наружной и внутренней поверхностей конечности наложить шины, руку подвесить на косынке. (2)

При переломе бедренной кости наложить одну шину с наружной стороны таким образом, чтобы она захватывала всю ногу и туловище до подмышечной впадины, другую шину на внутреннюю поверхность бедра от подошвы до промежности; (3)

При переломе костей таза пострадавшему надо принять положение «лягушки»: ноги немного согнуть и развести в стороны, положить под колени валик из одеяла, одежды; пострадавшего положить на щит (сколоченные доски, толстая фанера). (4)

При переломе позвоночника пострадавшего надо уложить спиной на ровную жёсткую поверхность – щит. При отсутствии щита – уложить на носилки животом вниз, подложив под плечи и голову валик.

При переломе рёбер наложить вокруг грудной клетки умеренно стягивающую повязку из бинта, простыни, полотенца (в состоянии выдоха) (5).

При переломе челюсти – наложить пращевидную повязку на подбородок, прижимая нижнюю челюсть к верхней. (6)

Контрольные вопросы и задания:

1. Какие причины могут привести к травме опорно-двигательного аппарата?
2. Какие существуют виды травм опорно-двигательного аппарата?
3. Какие меры способствуют профилактике травм опорно-двигательного аппарата?
4. Почему, на ваш взгляд, при травме опорно-двигательного аппарата лёд рекомендуется прикладывать только на 15 мин в течение часа? Обоснуйте свой ответ.
5. Составьте алгоритм оказания первой помощи при травмах опорно-двигательного аппарата.
6. С помощью каких средств обеспечивается неподвижность в месте перелома?
7. Какова первая помощь при переломе ключицы и лопатки?
8. Какова первая помощь при переломах плечевой кости и костей предплечья?
9. Какова первая помощь при переломе бедренной кости?
10. Какова первая помощь при переломе костей таза?
11. Какова первая помощь при переломе рёбер?
12. Какова первая помощь при переломе челюсти?
13. Решить ситуационные задачи 1-2.

Задача 1. Молодая женщина случайно подвернула стопу, возникла сильная боль. При осмотре: припухлость в области голеностопного сустава, умеренная болезненность при пальпации. Толчкообразная нагрузка на область пятки безболезненна. Какое повреждение можно предположить? Перечислите объем и продемонстрируйте очередность оказания первой помощи.

Задача 2. Мальчик, играющий на детской площадке получил травму руки. При осмотре: рука вывернута неестественным образом, болезненность, невозможность шевелить пальцами, целостность кожи не нарушена. Перечислите объем первой помощи. Продемонстрируйте очередность оказания первой помощи.

Литература:

1. Безопасность жизнедеятельности: Учеб. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования / Ю.Г. Сапронов, А.Б. Сыса, В.В. Шахбазян. — М.: Издательский центр «Академия», 2012

2. Безопасность жизнедеятельности: учебник для учреждений нач. проф. образования / Н. В. Косолапова, Н.А. Прокопенко, Е.Л. Побежимова. — М.: Издательский центр «Академия», 2016