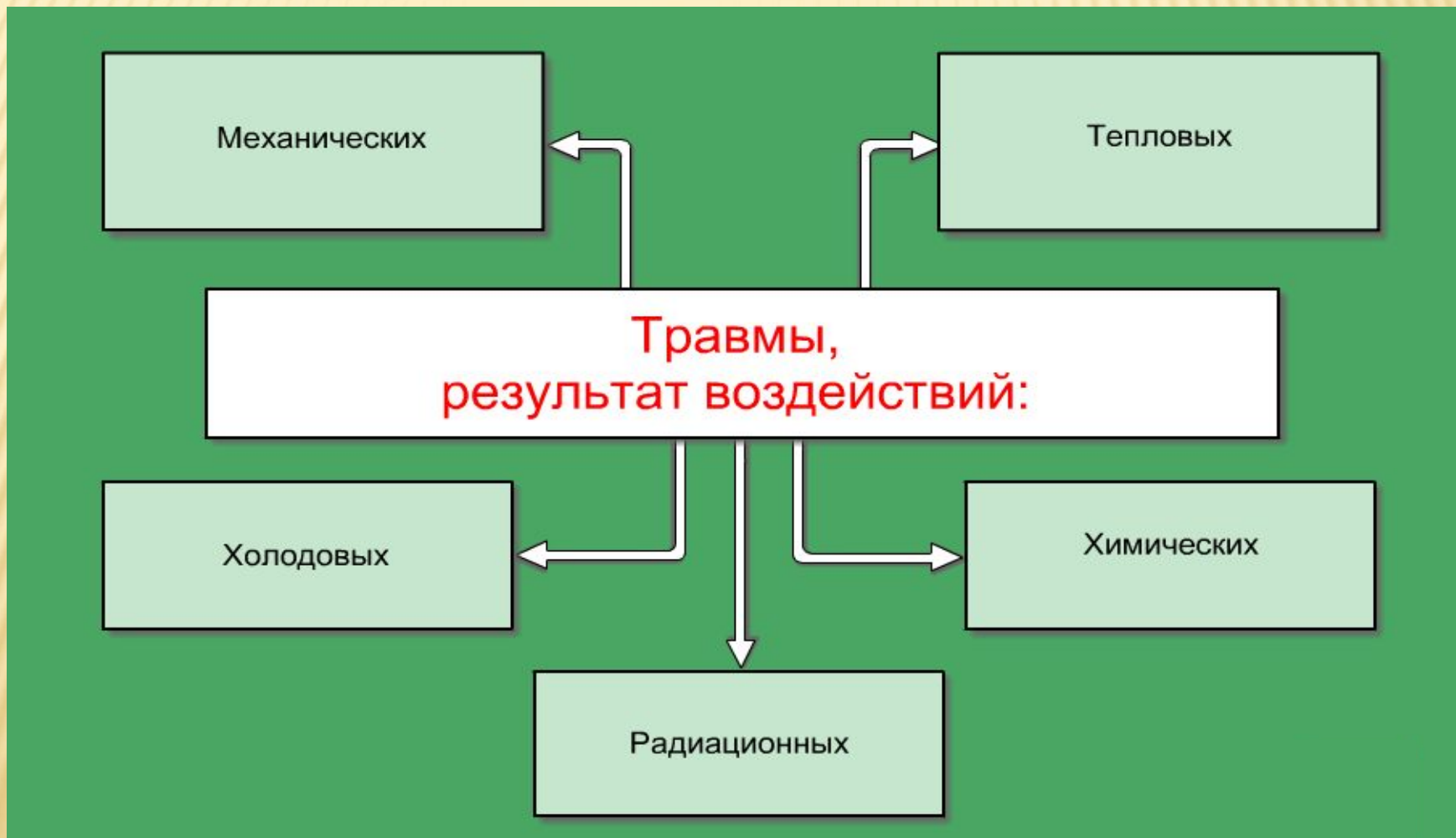


**Первая медицинская
помощь
при травмах
опорно-двигательного
аппарата**

Травма (от греч. *trauma* – рана) –
это нарушение тканей организма
человека с нарушением их
целостности и функций,
вызванное внешним воздействием.

Травмы, в зависимости от способа воздействия на организм человека, могут быть механические, тепловые, холодовые, химические, радиационные.



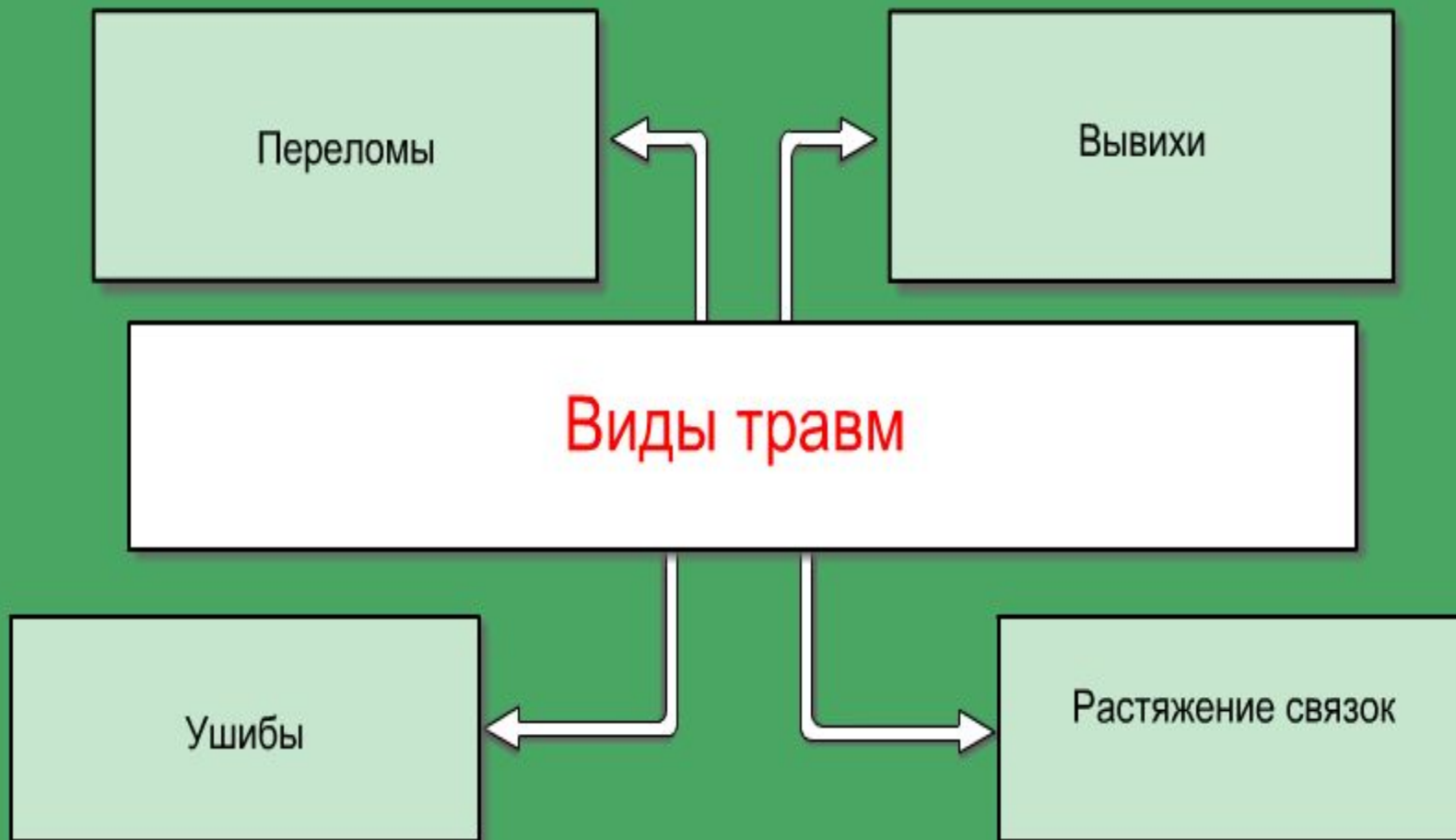
Переломы

Вывихи

Виды травм

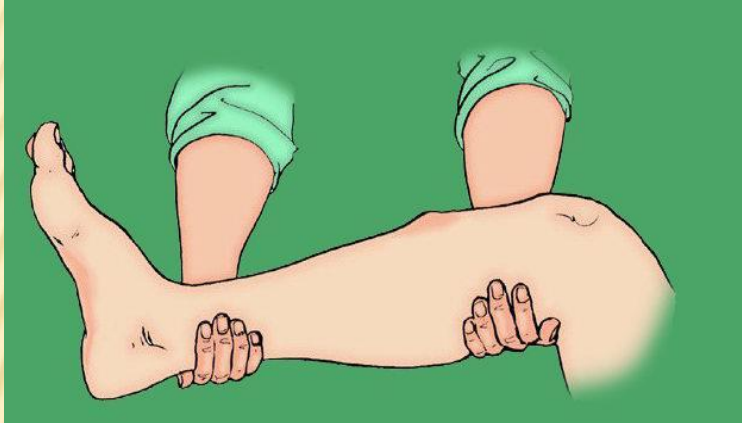
Ушибы

Растяжение связок



Перелом – это нарушение целостности кости

Переломы бывают закрытые и открытые



Признаки закрытого перелома:

- сильная боль при движении и при нагрузке на конечность;
- деформация и отёк конечности;
- синюшный цвет кожи.

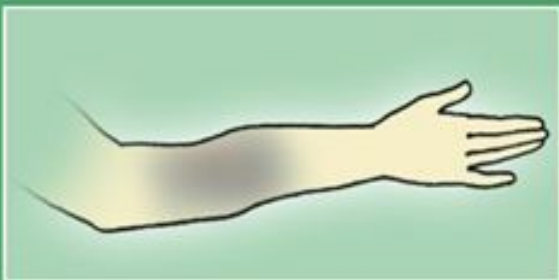


Признаки открытого перелома:

- видны костные обломки;
- деформация и отёк конечности;
- наличие раны, часто с кровотечением.

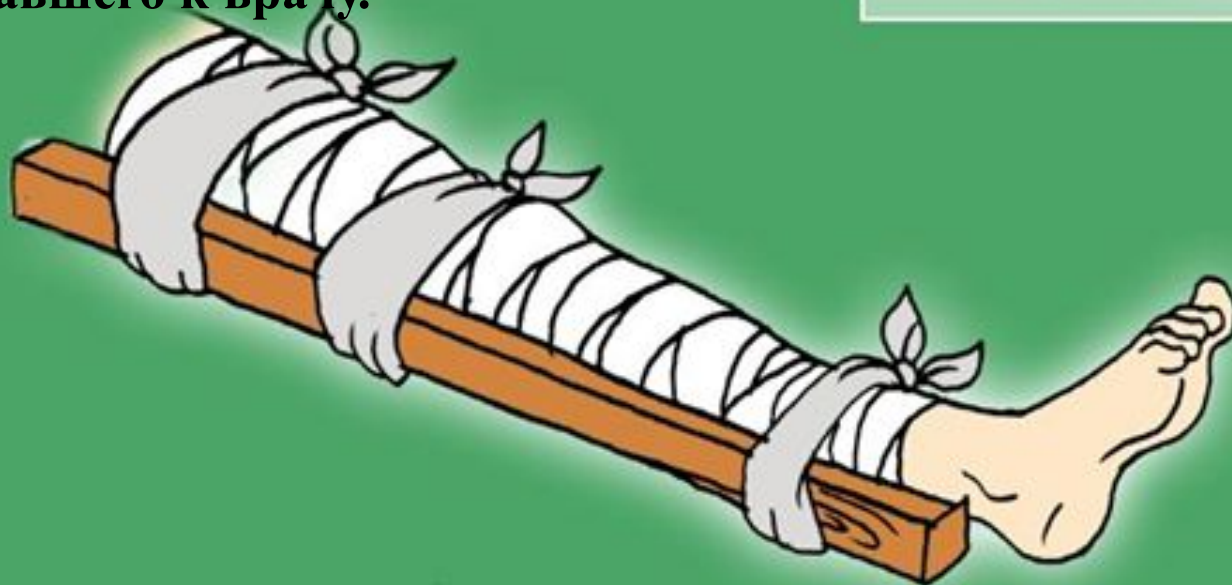
Первая медицинская помощь при закрытых переломах

При закрытом переломе следует обеспечить покой повреждённой конечности, для чего накладывают специальную шину, затем дают обезболивающее средство, после чего обязательно доставляют пострадавшего к врачу



Первая медицинская помощь при открытых переломах

При открытом переломе следует остановить кровотечение, наложить стерильную повязку, обеспечить покой повреждённой конечности, наложить специальную шину, дать обезболивающее средство, доставить пострадавшего к врачу.

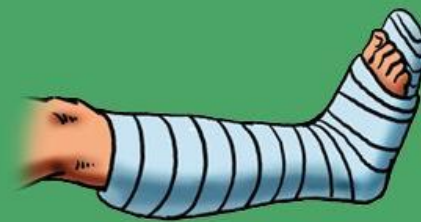


Основной способ оказания первой помощи пострадавшему при переломах – наложение шинной повязки.

При наложении шины должны фиксироваться два ближайших сустава: один - выше места перелома, другой - ниже.



ПРИ ПЕРЕЛОМЕ
ОДНОЙ КОСТИ ГОЛЕНИ



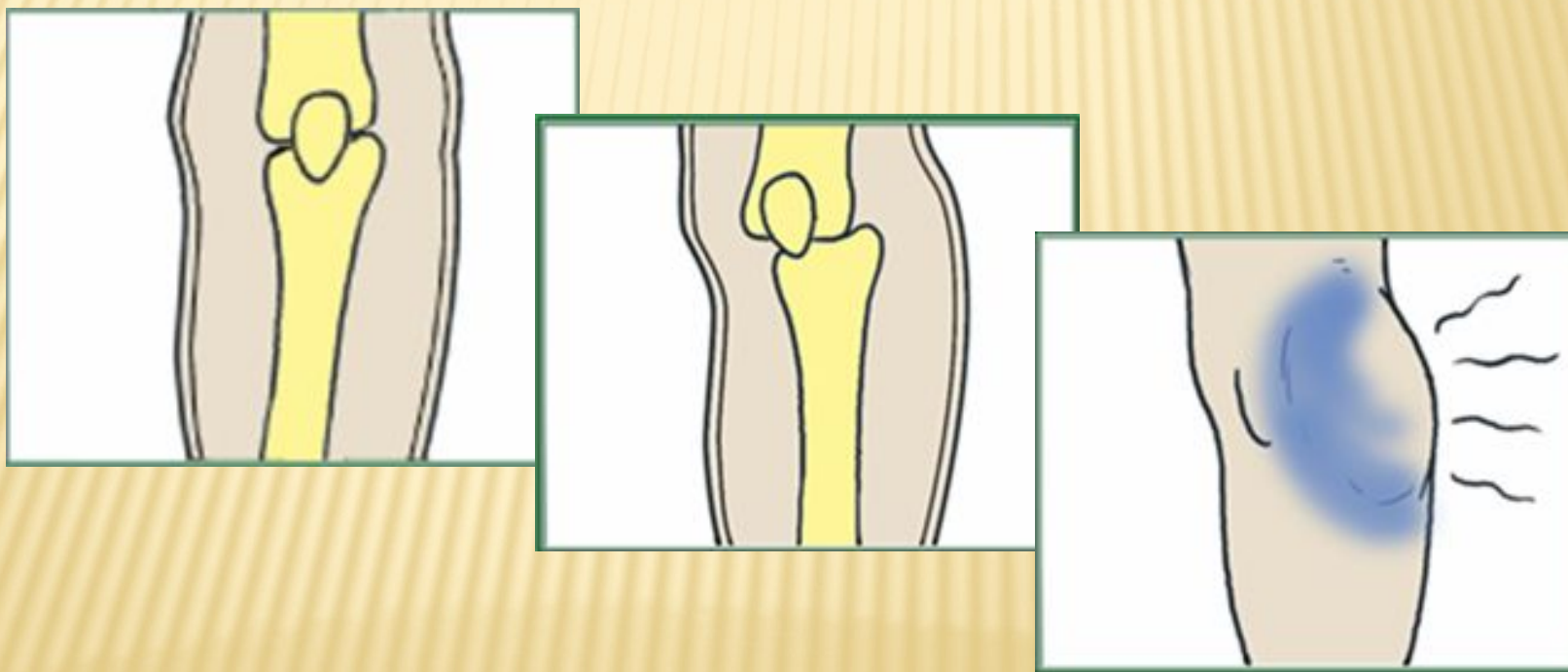
ПРИ ПЕРЕЛОМЕ
ГОЛЕНСТОПНОГО СУСТАВА



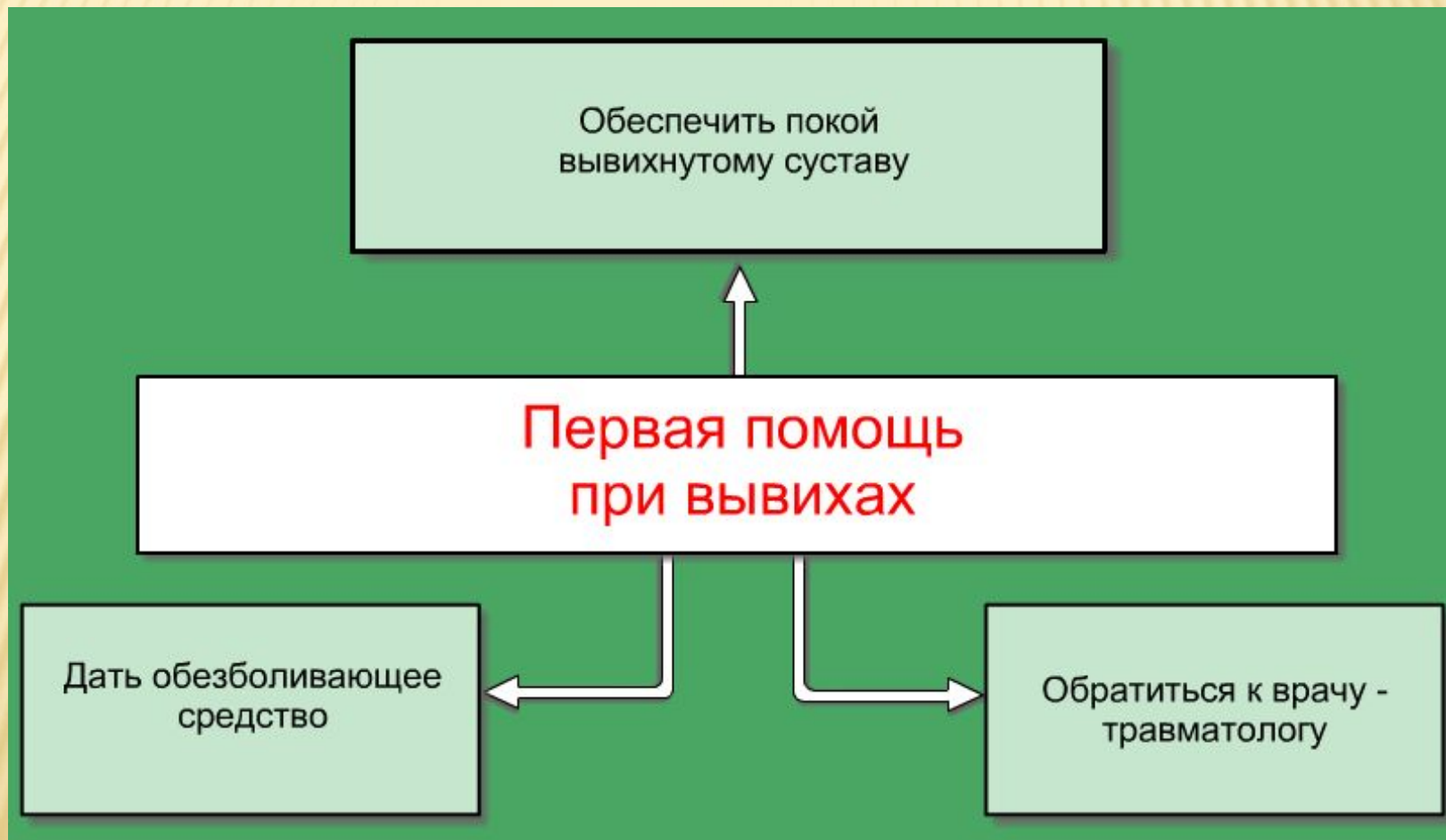
ПРИ ПЕРЕЛОМЕ
ОБЕИХ КОСТЕЙ ГОЛЕНИ

Вывих – это смещение кости по отношению к ее нормальному положению в суставе.

При вывихе наблюдаются: изменение формы сустава, неестественное положение конечности, изменение её длины, сильная боль в суставе и невозможность движения.

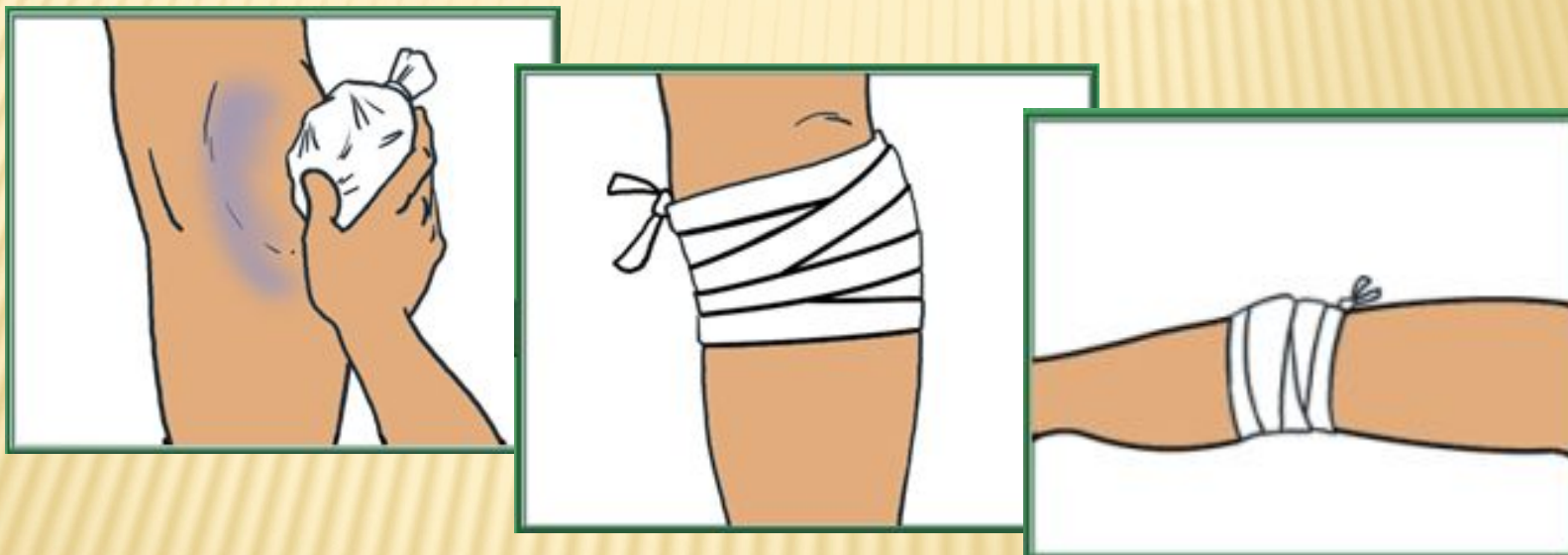


При вывихе необходимо обеспечить покой вывихнутому суставу, дать обезболивающее средство пострадавшему и без промедления обратиться к врачу-травматологу.



Растяжение и разрыв связок происходит, когда кость выходит за пределы обычной амплитуды движения.

При растяжении нельзя нагружать поврежденный сустав. В первые 72 часа не применяйте согревающие компрессы. Это усугубит травму.



При растяжении связок на место травмы положить холод, наложить тугую повязку, придать конечности возвышенное положение и обратиться к врачу.

*Симптомы **растяжения связок и мышц** сходны, хотя некоторые признаки могут отличать одну травму от другой.*



При **разрыве** наблюдается сильная боль, отёк сустава, синюшность кожи в районе травмы

В месте разрыва мышц на коже образуется видимое на глаз западение, ниже которого заметно выпячивание.



Первая медицинская помощь при разрывах связок и мышц

1. На поврежденное место положить холод

2. Наложить тугую повязку и обеспечить покой

3. В качестве обезболивающего средства дать пострадавшему таблетки анальгина

4. Для уменьшения отека конечности, ей следует придать возвышенное положение

5. Обратиться к врачу

Ушиб - результат повреждения тканей и органов тела тупым предметом.

Симптомы: наличие ссадины и (или) синяка на месте ушиба



Профилактика травм опорно-двигательного аппарата

Эффективная программа физической подготовки (бег, ходьба, аэробика, велоспорт, плавание, лыжи) способствуют укреплению организма и профилактике травм

