

6 «а».Тема. Первая помощь при вывихе(13 апреля).

Вывихом называется смещение суставных поверхностей костей относительно друг друга. Травму можно получить при падении или чрезмерном растягивании конечностей. Кроме того, если слишком сильно открыть рот, например, во время крика или зевания, может произойти даже вывих челюсти.

Оказать первую помощь при вывихе нетрудно, но есть несколько правил, которые стоит запомнить.

Симптомы вывиха сустава

Существует полный вывих, когда поверхности сустава полностью прекращают соприкасаться друг с другом, и неполный (иначе – подвывих), когда костные поверхности частично соприкасаются между собой.

Предположить вывих можно по следующим симптомам:

1. Сильная болезненность в области сустава, усиливающаяся при движении.
2. Затруднение движения пораженного сустава.
3. Из-за смещения суставных поверхностей конечность может выглядеть короче и находиться в неестественном положении.
4. Отечность, припухлость в области сустава.



При появлении таких симптомов нужно как можно скорее обратиться в травмпункт. Через несколько часов после получения травмы начинает развиваться отек тканей, вправлять сустав в этом случае будет тяжелее, а восстановление будет проходить гораздо дольше.

Что делать при вывихе?

1. Первое, что нужно запомнить – ни в коем случае нельзя пытаться вправлять вывих самостоятельно.
2. Сразу после получения травмы следует обеспечить полный покой больному суставу для предотвращения еще большего повреждения тканей.
3. Для предотвращения отека и воспаления к поврежденной области следует приложить лед, предварительно обмотанный тканью. Холод нужно держать не более 15-20 минут.
4. При сильных болях необходимо принять обезболивающие препараты.
5. В срочном порядке следует обратиться в медицинское учреждение – там сделают рентгеновский снимок, поставят диагноз и проверят нет ли перелома костей. При наличии вывиха врачи его вправят и наложат повязку.
6. После посещения врача травмированный сустав рекомендуется несколько дней не тревожить и избегать резких движений.