

Zdravověda

1 Zlomit si můžeš každou kost v těle, ale nejčastěji si zlomíš horní nebo dolní končetiny. Zlomeninu vždy provází různě silná bolest. Příznaky zlomeniny mohou být shodné s příznaky naraženiny či pohmožděnin. Proto **by při každém podezření na zlomeninu měl zraněného zkontrolovat lékař.**



ZLOMENINY

2 Na zlomené končetině se může objevit otok, modřina, ale i deformace končetiny. Je nutné nejprve opatrně sundat všechny šperky a hodinky, kvůli dalšímu otoku. Můžeme chladit, zraněného bude zlomená končetina pak méně bolet.

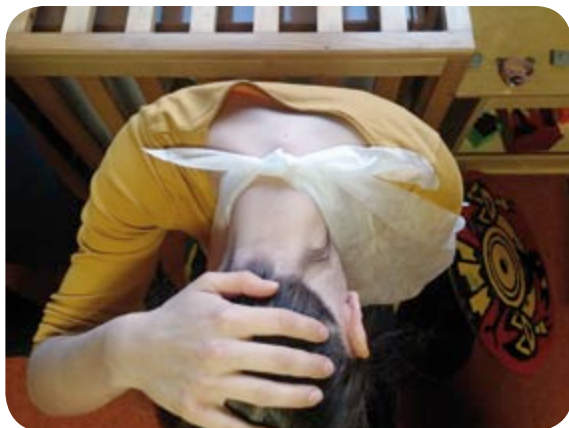
3 K ošetření zlomeniny předloktí si připravíme jednoduchý trojcípý šátek, který je v každé lékárnice. Na jeho vrcholu uděláme uzel.



4 Tento uzel posléze umístíme pod loket zlomené končetiny.



5 Zbývající dva cípy svážeme ambulantním uzlem za krkem.



6 Tomuto ošetření zlomeniny se říká šátkový závěs, poraněná ruka by měla být úplně celá v závěsu a končetina by v lokti měla svírat úhel zhruba 90°.



Článek vznikl ve spolupráci se Zdravotní pojišťovnou Ministerstva vnitra ČR



- 7** Pro větší stabilizaci lze šátkový závěs upevnit ještě druhým trojčipým šátkem přes trup poraněného.



- 8** Zlomenina kotníku má podobné příznaky jako zlomenina předloktí. Ve srovnání s rukou je v místě kotníku většinou otok.



- 9** Zlomeninu nejlépe ošetříme pomocí stahovacího obinadla a chlazením.



- 10** Stejně jako u zlomeniny horní končetiny by zraněného měl určitě vyšetřit lékař.



GURMÁN ZDRAVOTNÍKEM

