

# Переломы



Работа учащихся  
Даньковской основной школы

- Перелом – это нарушение целостности кости. Различают переломы травматические и патологические (в результате некоторых заболеваний); закрытые (без повреждения кожи) и открытые (с повреждением кожи);



- Кости ломаются, если они не могут выдержать действующую на них нагрузку. Это может быть вызвано прямым или косвенным воздействием силы: при падении, несчастном случае и пр.
- Если прочность костей ослаблена, например, при остеопорозе, то достаточно уже небольшого перенапряжения. У пожилых людей даже после незначительного падения может возникнуть перелом, обычно шейки бедра. Об открытом переломе говорят тогда, когда травмированная кость пробивает кожу над ней. Это часто бывает при переломах голени, потому что там кожа находится прямо над костью.
- Наиболее частые места переломов: лучевая кость над лучезапястным суставом, ключица, предплечье, голень, шейка бедра.

- Осложнения: при открытых переломах — остеомиелит (гнойное воспаление кости); синдром сдавления при тугой гипсовой повязке, что приводит к отмиранию мышц и нервов; укорачивание связок и сухожилий; синдром Зудека — нарушение кровоснабжения и обмена веществ в области перелома; артроз; уменьшенный рост костей, особенно у детей. Переломы костей заживают хорошо только в том случае, если в месте перелома может быть предотвращено любое движение в двух прилегающих суставах с помощью гипса, пластмассы, вытяжной конструкции с грузами, аппарата со спицами Елизарова, хирургическим введением специальных штырей и других соединений, в том числе из костной ткани.

## Универсальная система комплексного лечения при переломах костей с помощью БАД Тяньши

Коррекция метаболизма в костной и хрящевой ткани.

1. **Биокальций**: 1 пакет с порошком развести в 250 мл отвара шиповника (20 ягод настоять в термосе в течение 12 часов в 1 л воды) принимать утром за 30 мин. до завтрака, пить небольшими глотками.

2. **Биоцинк**: по 3 капсулы вечером, через 1,5 часа после ужина, запить 250 мл воды. Детям дозы назначают в соответствии с возрастом. Курсовая доза — 20 дней.

3. **Хитозан**: по 2 капсулы вечером за 30 мин. до приема Пищи, запивать не менее 250 мл очищенной воды в течение 7 дней, затем по 3 капсулы — 10 дней и 14 дней по 4 капсулы. Детям с 12 лет доза приема снижается вдвое.

4. **Digest natural**: принимать после каждого приема пищи независимо от времени активной работы меридианов, хорошо пережевывая. Запить 1/2 -1 стаканом воды.

Дозировка: дети от 1 года до 5 лет: по 1 таблетке 1 раз в день;

дети старше 5 лет: по 1 таблетке 2 раза в день; дети 10-14 лет: по 1 таблетке 3 раза в день; взрослые: по 2 таблетки 2 раза в день.

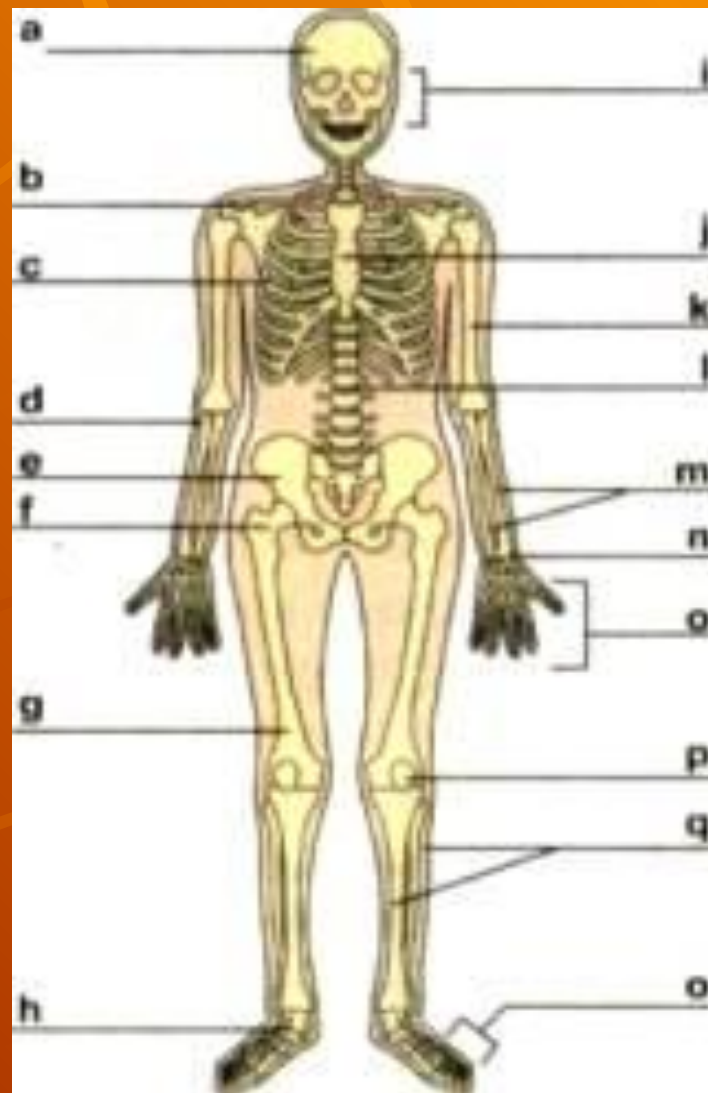
5. **Капсулы канли**: принимать по 1 капсуле 2 раза в день, запивая капсулу 0,5-1 стаканом теплой воды. Курсовая доза — 1 месяц.

# Причины и места переломов

- Любая кость в теле может быть сломана при прямом давлении, при изгибе или перекручивании, при действии силы, передающейся вдоль кости, при избыточном напряжении, возникающем от мышечного напряжения, или из-за болезни, ослабляющей кости. Старые кости ломаются быстрее и чаще, чем молодые кости, которые часто страдают от неполных переломов (трещин).
- Некоторые из переломов более распространены. Ниже показаны места наиболее распространенных переломов.

# Места переломов

- а череп
- в ключица
- с ребра
- д локоть
- е таз
- ф шейка бедра
- г бедро
- н лодыжка
- і НОС, челюсть и скула
- ј грудина
- к плечевая кость
- l позвоночник
- т предплечье
- п кости запястья
- о пальцы рук и ног
- р коленная чашечка
- q большая и малая берцовые кости



Избегайте любых ненужных движений в области перелома.

- При переломах ног перемещайте пострадавшего только в случае опасности для его жизни.
- Проверяйте пульс ниже места перелома. Если вам покажется, что пульс отсутствует, считайте этот случай крайне неотложным.
- Позвоните в "Скорую помощь" и подробно объясните, что случилось.
- Помните о том, что у медиков "Скорой помощи" имеются прекрасные шины для помощи при переломах, и не спешите накладывать их сами.
- Впрочем, вы можете устроить более удобно человека с переломом руки, кисти или ключицы, наложив на перелом повязку и подвесив руку на косынку.
- Открытые переломы требуют особого внимания .

- Переломы шеи и позвоночника особенно опасны, и с ними следует обращаться с большой осторожностью.
- Если вы вынуждены наложить временные шины, помните о том, что необходимо фиксировать не менее двух суставов, ближайших к поврежденной области, иначе место перелома не будет обездвижено.
- Всегда тщательно защищайте место повреждения ватной или марлевой прокладкой и избегайте ненужного давления, кроме случаев, когда приходится останавливать сильное кровотечение. При переломе нижних конечностей иммобилизацию можно достичь методом "нога к ноге" - пораженную конечность связывают со здоровой, сделав мягкие прокладки.
- Переломы ребер могут сопровождаться пневмотораксом - засасывающей раной, через которую проходит воздух. В таких случаях рану следует запечатать немедленно и тщательно. Этим вы можете спасти жизнь пострадавшему. Запечатайте ее своей ладонью и попросите кого-нибудь принести подходящую прокладку, которую потом надежно прикрепите в месте раны.

# Открытый перелом



- **Симптомы**

- В области перелома всегда видна рана.
- Могут быть видны выступающие костные отломки.
- **Если кость не торчит**
- Вызовите "скорую".
- При сильном кровотечении производите, если возможно, прямое давление на рану (а).
- Сдавите края раны, чтобы унять кровотечение.
- Накройте рану прокладкой (а) из чистой ткани, например сложенным носовым платком. Если есть, используйте стерильный бинт (b).



- Накройте прокладку другой прокладкой и зафиксируйте ее бинтом (с).
- Выполните иммобилизацию поврежденной конечности и обеспечьте госпитализацию пострадавшего.
- Не затягивайте бинт слишком туго, так как это может привести к нарушению кровообращения. Выполняя эту процедуру, старайтесь не тревожить перелом и поддерживайте поврежденное место рукой.

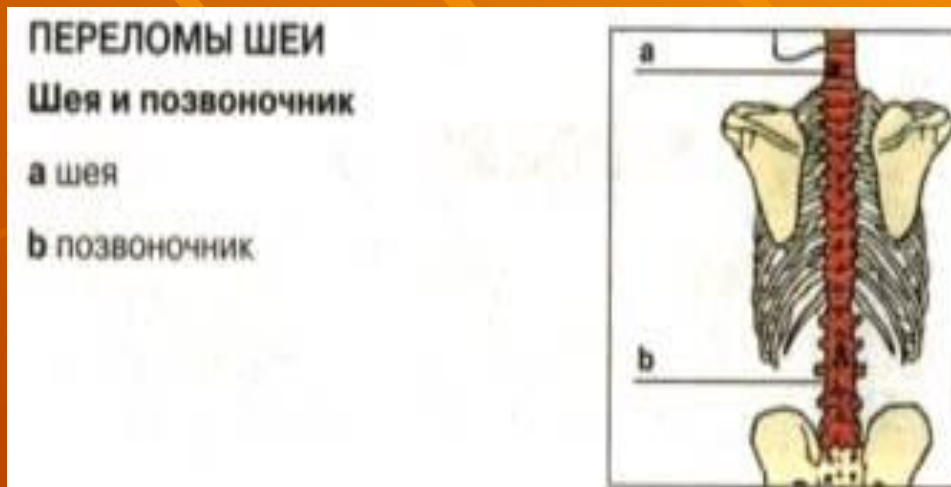


- **Если кость торчит**
- Положите на рану стерильную марлевую салфетку, если есть, или кусок чистой ткани (а).
- Положите кольцо из ваты вокруг открытой раны, поверх марлевой салфетки. Оно должно быть выше, чем торчащая кость.



- Зафиксируйте его на месте надежной диагональной перевязкой (b).
- Произведите иммобилизацию травмы.
- Обеспечьте перевозку пострадавшего для госпитализации.
- Всячески избегайте движения в месте перелома. Надежно поддерживайте руками травмированную конечность.

# Переломы шеи



- **СИМПТОМЫ**
- У пострадавшего не поворачивается шея.
- Иногда он не может двигать руками или ногами.
- Ниже места перелома может быть покалывание или ступит полная потеря ощущений.

- **Иммобилизация и помощь**
- Немедленно позвоните и вызовите "скорую".
- Оставьте пострадавшего лежать на спине на ровной поверхности.
- Успокаивайте его.
- Встаньте на корточки за головой пострадавшего и поддерживайте его голову обеими руками в области ушей (а).
- Может помочь круглый и твердый воротник вокруг шеи, сделанный из свернутой газеты, но вы все равно поддерживайте голову.

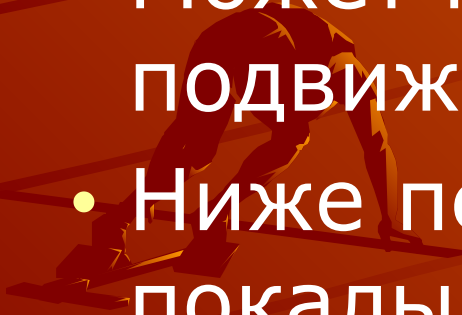


- Не перемещайте пострадавшего, делайте это только в крайних случаях, если этого требует его безопасность. Неосторожное движение может привести к полной парализации или смерти.
- Не снимайте раздавленный шлем, делайте это лишь при крайней необходимости, если заблокированы дыхательные пути или если не слышите ни дыхания, ни пульса.

# Переломы позвоночника

- **Симптомы**

- Может быть сильная боль в позвоночнике.
- Может произойти потеря подвижности рук и ног.
- Ниже перелома может ощущаться покалывание или произойти потеря чувствительности.



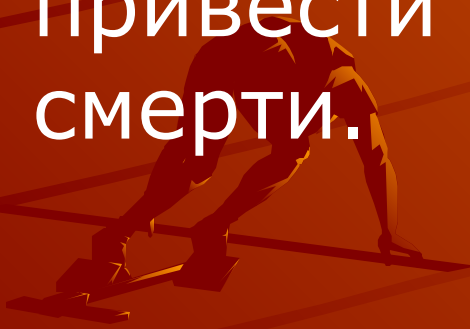
- **Иммобилизация и помощь**

- Нужны два спасателя.
- Скажите пострадавшему, чтобы он попытался не шевелиться.
- Следите за дыханием и кровообращением .
- Немедленно позвоните и вызовите "скорую".
- Один человек должен встать на корточки за головой пострадавшего и придерживать ее руками в области ушей (а). Голову следует держать ровно.
- Поддерживайте туловище пострадавшего свернутой одеждой, подложенной с обеих сторон (b).



- Подложите между ногами мягкую прокладку и свяжите их вместе по бедрам, коленям и лодыжкам (с).
- Если начинается рвота, положите пострадавшего в позицию на боку при травме позвоночника.
- Проверяйте, чтобы дыхательные пути оставались чистыми.
- Отвезите пострадавшего для госпитализации в лежачем положении.

- Не перемещайте пострадавшего, делайте это только в крайних случаях, если этого требует его безопасность. Неосторожное движение может привести к полной парализации или смерти.



Никогда не  
подвергайтесь  
травмам!

