



Kafli 14

Áverkar á vöðva og útlími



Beinagrindarkerfið

- Samanstendur af 206 beinum
- Fjögur hlutverk
 - Styður líkaman
 - Ver líffæri
 - Aðstoðar við hreyfingu
 - Framleiðir rauð blóðkorn



Skipting beinagrindarinnar

- Höfuð
- Mæna
- Axlir
- Efri útlímir
- Rif
- Mjaðmagrind
- Neðri útlímir





Vöðvakerfið

- Vöðvarnir styðja og hreyfa
- Tengdir við beinin með sinum
- Þrjár tegundir af vöðvum
 - Sjálfráðir (beinagrindar) stjórnað af einstaklingnum
 - Ósjálfráðir (sléttir) ekki hægt að stjórna af einstaklingnum
 - Hjartavöði : finnst eingöngu í hjartanu
 - Sérkenni ?





Gerð áverka

- Brot
 - Opin
 - Lokuð
- Liðhlaup
 - Liðurinn gengur í sur
- Tognun
 - Teygja eða rifa á liðböndum





Teikn og einkenni útlímaáverka

- Verkur á áverkastað
- Opin sár
- Bólgur og blámi
- Skert hreyfigeta
- Aflögun
- Eymsli á áverkastað



First Responder

Your First Response in Emergency Care
Third Edition

Skoðun á útlím

- Leita eftir:
 - Opnu sári
 - bólggu
 - aflögun
 - mæri
- Skoða blóðrás og tilfinningu PMS:
 - Púls/háræðafyllingu P
 - Hreyfigetu M
 - Tilfinningu S



AAOS

First Responder

Your First Response in Emergency Care
Third Edition

Spelkun

- Fjarlægja fatnað
- Skoða útlím
- Hylja opin sár
- Ekki hreyfa útlím áður en spelkað er
- Spelka liði fyrir ofan og neðan áverka
- Eftir spelkun athuga PMS

AAOS

First Responder

Your First Response in Emergency Care
Third Edition

verklegt: togspelka

1. Meta púls tilfinningu og hreyfigetu
2. Toga með höndum um ökkla
3. Stilla lengd á spelku
4. Koma spelkunni fyrir og festa
5. Mynda tog með spelkunni
6. Meta PMS
7. Koma festiólum fyrir



AAOS



Höfuð, háls og hryggáverkar

- Háls og hryggáverkar geta orsakast af fjölda áverkabáttá
- Algengir áverkar
- Höfuðkúpan samanstendur af tveimur aðal þáttum
 - Höfuðkúpunni
 - Andlitsbeinum





Teikn og einkenni

- Illa áttaður
- Óeðlileg hegðun
- Meðvitundarleysi
- Minnkandi meðvitund
- Ógleði og uppköst
- Misvið sjáöldur
- Lömun
- Krampar
- Ytri áverkar
 - Blæðing
 - Bólgur
 - Mar





meðferð 1 af 2

- Halda við höfuð í hlutlausri stöðu
- Viðhalda opnum öndunarvegi með kjálkatakí
- Viðhalda öndun
- Fylgjast með blóðrás





meðferð 2 af 2

- Athuga með mænuvöka eða blóð frá sárum, nefi, munni
- Stöðva blæðingar
- Skoða og meðhöndla aðra áverka
- Undirbúa flutning



Meðferð andlitsáverka

- Halda við höfuð í hlutlausri stöðu
- Viðhalda opnum öndunarvegi
- Viðhalda öndun
- Fylgjast með blóðrás
- Stöðva blæðingar
- Leita að og meðhöndla aðra áverka
- Undirbúa flutning



Áverkar á hrygg

- Eðli áverka
 - Ef fleiri en einn hryggjarliður er skaddaður getur mænan líka verið sködduð
 - Samfall, bólgur eða blæðing geta valdið þrýstingi á mænu
 - Áverkar á mænu geta valdið lömum
 - Áverkar á mænu geta valdið lömum á þind og þar með öndunarerfiðleikum.



First Responder

Your First Response in Emergency Care
Third Edition



Teikn og einkenni háls og hryggáverka

- Sár, mar eða önnur teikn um áverka á höfuð, háls og/eða hrygg
- Eymsli
- Máttminkun í útlimum, lömun eða takmörkuð hreyfigeta
- Minnkað snertiskyn, tilfinning eða dofi í líkamanum fyrir neðan háls

AAOS

First Responder

Your First Response in Emergency Care
Third Edition



Meðferða háls og hryggáverka 1 af 2

- Styðja við höfuð og háls í hlutlausri stöðu
- Viðhalda opnum öndunarvegi
- Styðja við öndun
- Fylgjast með blóðrás
- Meta púls, hreyfigetu og tilfinningu í útlimum. PMS

AAOS

First Responder

Your First Response in Emergency Care
Third Edition



Meðferða háls og hryggáverka 2 af 2

- Ekki hreyfa við sjúkl.
- Styðjið við höfuð og háls
- Aðstoðið við að færa sjúkl á bakbretti.
- Undirbúið og aðstoðið við flutning á viðeigandi sjúkrahús

AAOS

First Responder

Your First Response in Emergency Care
Third Edition

Hjálmar

- Í flestum tilfellum þarf ekki að fjarlægja hjálma
- Aðeins skal fjarlægja hjálma ef:
 - Hjálmur hindrar súrefnisgjöf eða öndunaraðstoð
 - Hjálmurinn er laus þannig að ekki er hægt að veita viðunandi stuðning við háls og hrygg.

AAOS

First Responder

Your First Response in Emergency Care
Third Edition

Áverkar á brjósthol

- Lungun, hjarta og nokkrar aðal æðar líkamans liggja um brjóstholið
- Varið af brjóstkassanum
- Brjóstkassinn samanstendur af rifjum, brjóski og brjóstvöðvum
- Áverkar á brjósthol eru t.d. rifbrot, flekabrjóst og stungur

AAOS

First Responder

Your First Response in Emergency Care
Third Edition

Meðferð rifbrota

- Setja púða að áverkasvæði
- Hindra óþarfa hreyfingu
- Gefa súrefni ef það er til staðar
- Undirbúa flutning

AAOS

First Responder

Your First Response in Emergency Care
Third Edition

Flekabrstjst

- Þrstj eða fleiri rif brotin á a.m.k. Tveimur stöðum
- Öfug hreyfing á brotasvæði m.v. Eðlilega öndunarhreyfingar brjstkkassa
- Setja púða á áverkastað
- Fylgjast með öndun
- Fylgjast með og styðja við ABC

AAOS

First Responder

Your First Response in Emergency Care
Third Edition

Stunguáverkar

- Þegar að e-h hlutur stingst í gegnum brjstvegg
- Loft og blóð fer þá á milli lungna og brjstveggjar
- Lunga getur fallið saman
- Miklar blæðingar í brjstholi geta valdið blæðingarlosti

AAOS

First Responder

Your First Response in Emergency Care
Third Edition

Meðferð stunguáverka

- Hylja sár með loftþéttum umbúðum
- Gefa súrefni
- Fylgjast með öndun
- Hindra hreyfingu á hlutum sem enn eru í sárinu
- Undirbúa flutning

AAOS