

Ушибы

Ушибы – самый распространенный вид травмы у детей, который может встречаться как самостоятельно, так и сопутствовать другим более тяжелым травмам (вывихи, переломы, повреждения внутренних органов).

Ушиб обычно является следствием падения с небольшой высоты или удара, нанесенного тупым предметом. Наиболее часто мы встречаемся с ушибами кожи и подкожной клетчатки, однако возможен и ушиб внутренних органов (ушиб головного мозга, сердца, легких).

Основными симптомами ушиба являются боль, припухлость, гематома (синяк, кровоизлияние в ткани), нарушение функции.

Боль возникает сразу в момент получения травмы и может быть весьма значительной, в течение нескольких часов боль стихает. Практически сразу после повреждения появляется болезненная припухлость, которая нарастает в течение нескольких часов (до конца первых суток).

Примерно через 30-60 минут может появиться синяк. Цвет кровоподтека меняется с течением времени. Свежий кровоподтек красного цвета, затем его окраска становится багровой, а через 3-4 дня он синеет. На 5-6 день кровоподтеки становятся зелеными, а затем желтыми, после чего постепенно исчезают. Таким образом, по цвету кровоподтека можно определить давность повреждений.

Нарушение функции при ушибе происходит обычно не сразу, а по мере нарастания гематомы и отека. Страдают обычно активные движения: человек, например, не может самостоятельно согнуть поврежденную руку или ногу из-за сильной боли, но конечность может сгибаться пассивно (с помощью другого человека), хотя это тоже весьма болезненно. Этим ушибы отличаются от переломов и вывихов, при которых уменьшение объема движений возникает сразу после травмы и касается как активных, так и пассивных движений.

Лечение ушибов

Для уменьшения развития гематомы и травматического отека как можно раньше следует местно применить холод и покой. Ушибленное место можно поместить под холодную проточную воду, приложить снег или лед, забинтовать мокрым полотенцем. Для уменьшения движений при ушибах в области суставов накладывают давящую повязку (как можно раньше от момента получения травмы). Для уменьшения отека применяют возвышенное положение конечности.

Холод необходимо приложить на 15-20 минут, а затем убрать, так как при более длительном воздействии реакция сосудов на холод будет извращенной: вместо сокращения произойдет их холодовой паралич, в результате чего сосуды, расширившись, не смогут сократиться, и отек будет нарастать.

По той же причине нельзя в первые два дня делать согревающие компрессы (тепло вызывает расширение сосудов и способствует нарастанию отека и увеличению синяка). Маленькому ребенку не рекомендуется также

рисовать йодную сеточку: кожа малыша очень нежная и тонкая, и ее легко можно «сжечь» (т.е. нанести химический ожог). Область ушиба можно помазать гепариновой мазью, троксевазином: они способствуют рассасыванию отека и синяка, а также гелями долобене, мазью траумель (2 раза в день в течение 7-10 дней), которые, кроме вышеописанных эффектов, обладают еще и обезболивающим действием.

Ушибы головы могут сопровождаться сотрясением головного мозга. Родителей должны насторожить длительное беспокойство ребенка или, наоборот, вялость; отказ от груди; рвота, особенно фонтаном; потеря сознания. При появлении хотя бы одного из симптомов необходимо вызвать бригаду скорой помощи или самостоятельно доставить ребенка в больницу. До приезда «скорой помощи» необходимо успокоить малыша, усадить его или положить на спину, повернув голову на бок (для того чтобы ребенок не вдохнул случайно рвотные массы). К месту ушиба приложите полотенце, смоченное холодной водой или лед.

Иногда ребенок ударяется суставом (ушиб сустава) - локтевым или коленным. Сустав отекает, в области ушиба может появиться гематома (синяк). Отличием **ушиба сустава** от вывиха является сохранение движений в нем. Для того чтобы предотвратить нарастание отека и гематомы, необходимо приложить к больному месту холод.

Растяжения

Растяжения обычно возникают при движениях в суставе, превышающих его возможности, или при движении в несвойственном суставу направлении. Чаще повреждаются связки суставов, особенно голеностопного (при подворачивании стопы). Симптомы при растяжении напоминают ушиб с локализацией в области суставов. Здесь также наблюдается боль, припухлость и гематома, а нарушение функции сустава выражено еще в большей степени, чем при ушибе.

Лечить растяжения дома можно, только если вы уверены, что у пострадавшего нет перелома или вывиха. Необходимо наложить давящую повязку и холод на место повреждения.

Чтобы ускорить выздоровление после ушибов и растяжений, можно использовать различные медикаментозные средства для местного применения, обладающие противовоспалительным и обезболивающим действием (диклофенак-гель, индовазин, фастум гель). Все препараты наносятся на место повреждения 2-3 раза в сутки, курс лечения – до 10 дней. Наносить их можно только на неповрежденную кожу (т.е. рану мазать нельзя), препараты противопоказаны людям с непереносимостью нестероидных противовоспалительных средств.

Вывихи

Вывих – это смещение суставных поверхностей костей в суставных сочленениях.

При этом возможно повреждение суставной сумки с травмой сосудов, нервных стволов. Вывихи возникают от чрезмерной нагрузки на суставы. Вывихи у маленьких детей встречаются очень редко, так как связки и суставы у детей очень эластичны. Вывих может произойти во время игры, когда родитель или старший ребенок сильно и неловко тянет малыша за руку. При этом одна из костей верхней конечности может выскочить из локтевого или плечевого сустава. Также у детей часто встречаются вывихи пальцев и челюсти.

Вывихи костей предплечья в локтевом суставе занимают первое место среди всех вывихов в раннем детском возрасте. Значительно реже встречаются вывихи плеча, костей голени, бедра. Механизм травмы – падение на вытянутую и разогнутую в локтевом суставе руку, что приводит к вывихиванию костей предплечья.

Признаки:

Боль в области сустава, его отек. Смещение костей сустава, изменение нормальной формы сустава. Ненормальное движение сустава. Изменение длины конечности. **ОЧЕНЬ ПОХОЖЕ НА ПЕРЕЛОМЫ!!!** При осмотре обращают на себя внимание отек локтевого сустава, невозможность согнуть руку в локте, изменение формы локтевого сустава. Попытка дотронуться до локтя вызывает боль. У каждого второго ребенка вывих костей предплечья сопровождается переломом.

Действия по оказанию первой помощи:

Не следует самостоятельно вправлять вывих или придавать конечности естественное положение! Зафиксируйте поврежденную конечность и сустав. При вывихах суставов руки подвесьте её на повязке по типу “косынки”. Если рука находится в разогнутом положении, можно также прибинтовать к травмированному суставу шину (ее можно сделать из подходящего по размеру журнала или дощечки). Затем ребенка доставляют в травмпункт, где после проведения рентгеновского снимка врач поставит диагноз и окажет необходимую помощь. Важно обратиться к врачу как можно раньше, потому что мышцы постепенно сокращаются и затрудняют вправление вывиха. В идеале ребенка необходимо доставить к врачу не позднее чем через шесть часов после травмы.

Наиболее типичной травмой для детей от 1 года до 3 лет является **подвывих головки лучевой кости**. Подвывих — это неполный вывих сустава, характеризующийся смещением сочленяющихся поверхностей костей при сохранении контакта между ними. Собственно, при вывихе происходит все то же самое, кроме того, что контакт между сочленяющимися поверхностями костей не сохраняется.

Механизм травмы — неловкое резкое движение рукой при переодевании или потягивание за руку при прогулке (например, когда вы

пытаетесь удержать ребенка за руку при его падении). Малыш становится беспокойным, рука разогнута в локтевом суставе, попытка сгибания вызывает усиление боли. Самостоятельное вправление не рекомендуется, так как может привести к разрыву связок локтевого сустава. Ребенка необходимо успокоить, зафиксировать локтевой сустав повязкой с импровизированной шиной. В данной ситуации рука находится в разогнутом в локтевом суставе положении, поэтому шина прибинтовывается к тыльной поверхности локтевого сустава. Это делается для исключения дополнительных движений в суставе, которые причиняют ребенку боль. После этого следует обратиться в травмпункт.

Как наложить шину?

При переломах, вывихах и подвывихах необходимо наложить ребенку шину. В идеале простейшая шина представляет собой маленькую металлическую лесенку различной длины, способную гнуться. Но, конечно, никто не будет носить такую шину с собой. Поэтому в случае возникновения необходимости воспользуемся подручным материалом. Это может быть плотный глянцевый журнал (или дорожная карта), дощечка, палка; в конце концов, в качестве шины можно использовать разрезанную пластиковую бутылку. Плотный журнал обертывается вокруг руки и фиксируется марлевым бинтом достаточно крепко, чтобы он не сполз, но и не слишком сильно, чтобы не онемела рука ниже повязки; дощечку, палку, бутылку предварительно нужно обернуть хлопчатобумажной тканью или марлевым бинтом, чтобы острые края не поранили кожу, а затем плотно прибинтовать к поврежденной конечности (чтобы не пережимать сосуды) марлевым бинтом.

Самолечение опасно!

Никогда не пытайтесь самостоятельно вправить вывих. Если вывих сопровождается переломом, а вы будете пытаться вправлять сустав, костные отломки могут травмировать проходящие рядом крупные сосуды и нервы, и ваши неумелые действия приведут к сильному кровотечению или даже разрыву нерва. Кроме того, неправильно сопоставленные отломки, особенно в зоне роста, могут в дальнейшем повлиять на рост кости (часто бывает отставание в росте), функцию конечности (ограничение подвижности) и потерю опороспособности ноги или нарушение функции руки.