



Nušalimų pasitaiko net tik spaudžiant stipriam šalčiui, bet ir esant darganotam, vėjuotam orui, ypač vaikstant be pirštinių ir avint ankštus batus.

Blogiausia yra tai, kad daugelis žmonių nežino, ką daryti nušalus, ir neretai dar labiau sau pakenkia. Jiems būtų labai naudingi specialistų patarimai.

Pirmosios pagalbos klaidos

Nušalimo požymiai labai greitai pastebimi. Iš pradžių oda pabąla ir pradeda nestipriai skaudėti. Vėliau skausmas stiprėja, kol nušalusi vieta užtimpsta, sustingsta ir įgauna negyvą vaškinį atspalvį.

Dėl pablogėjusios kraujotakos iš pradžių susilpnėja pažeistų ląstelių gyvybingumas, o vėliau jos žūva. Kuo gilesni pažeidimai, tuo labiau nušalusi vieta panašėja į... įšilusią. Ypač kai neteisingai bandoma padėti nukentėjusiajam. Dažniausiai žmogui šauna į galvą mintis nušalusią vietą patrinti. Be vadinamosios šalčio traumos, tokiu atveju patiriama dar ir mechaninė.

Ypač pavojinga trinti vilnone pirštine arba sniegu. Šiurkšti vilna kiaurai pratrina ir infekuoja odą, o sniegas ne tik pratrina, infekuoja, bet ir dar labiau ją atšaldo. Bet blogiausia būna, kai bandoma nušalusią ranką ar koją atšildyti laikant ją virš laužo liepsnos.

Nušalusios odos temperatūra yra minusinė, ir jos skirtumas net šiltame vandenyje gali išlikti 20°C. Dėl susilpnėjusios kraujotakos, atsigavusios ląstelės žūva - išsivysto nekrozė.

Štai kodėl nušalusią vietą reikia šildyti lėtai, iš vidaus, stengiantis pamažu normalizuoti kraujotaką. Tik taip dažniausiai pavyksta išvengti nušalusių galūnių amputacijos.

Ką daryti

Pirmiausia nušalusią vietą reikia aprišti šildomuoju tvarsčiu: vilnioniu šaliku, šilta skara.

Namų sąlygomis galima prieš aprišant uždėti storą sluoksnį vatos ir klijuotę arba 2-3 polietileno sluoksnius. Toks tvarstis pamažu šildo nušalusią vietą ir didina jos ląstelių

Kaip gydomi nušalimai

Parašė MedicinaVisiems.lt
Sekmadienis, 05 Vasaris 2012 14:44

gyvybingumą.

Negalima šildyti šiltomis rankomis, ypač jeigu nušalimas III arba IV laipsnio, kai pažeista ne tik oda, bet ir raumenys, sausgyslės, kraujagyslės, nervai.

Vadinamosios šalčio traumos labai klastingos, nes dažniausiai tuo pačiu metu atšąla visas organizmas, ir dėl to išsivysto komplikacijos, pažeidžiančios inkstus, plaučius.

Todėl svarbu kuo greičiau nukentėjusįjį įnešti į šiltą patalpą, duoti jam karšto gėrimo - kavos, arbatos su medumi, citrina, avietėmis ar balzamu.

Tolesnis gydymas

Kai nušalusi vieta pradeda skaudėti, niežtėti, peršėti arba dilgčioti, galima pasidžiaugti, kad blogiausia jau praėjo: tie pojūčiai byloja apie pagerėjusią kraujotaką.

Po keleto valandų galima nuimti šildomąjį tvarstį, patrinti odą degtine ar spiritu suvilgyta vata, vėl aprišti ir užkloti šilta antklode.

Vėliau reikėtų apsilankyti pas gydytoją. Kartais nekrotiniai audinių pokyčiai išryškėja tik praėjus keletui dienų po patirtos šalčio traumos. Tokiais atvejais net pačiam sumaniausiam gydytojui belieka gelbėti pacientą tik nuo tolesnių traumos pasekmių.

Kaip elgtis nušalus

Negalima:

- nušalusią vietą trinti sniegu ar pirštine;
- šildyti virš liepsnos;
- mirkyti karštame vandenyje.

Būtina:

- aprišti šildomuoju tvarsčiu (skara, šaliku);
- gerti karštą arbatą su citrina, avietėmis, medumi.

Kas priklauso rizikos grupei

Pasak medikų, dažniausiai šalčio traumas patiria neblaivūs asmenys, kurie praranda jautrumą šalčiui.

Be to, jų dažniau pasitaiko gatvėse prekiaujantiems prekeiviams, statybininkams, sargams, kiemsargiams, žodžiu, žmonėms, kuriems tenka ilgai būti lauke. Kartais nušalimų neišvengia ir žvejai, kurie savo laimikio kantriai laukia sėdėdami ant ledo.

Kaip gydomi nušalimai

Parašė MedicinaVisiems.lt
Sekmadienis, 05 Vasaris 2012 14:44

MedicinaVisiems.lt