

الباب الخامس
إصابات العضلات والمفاصل

إصابات العضلات هي الشد العنيف والتمزق.



الإسعافات الأولى:

- ١ - راحة العضو المصاب بقدر الإمكان.
- ٢ - وضع كمادات باردة.
- ٣ - استدعاء الطبيب.

• طريقة عمل الكمادة الباردة:

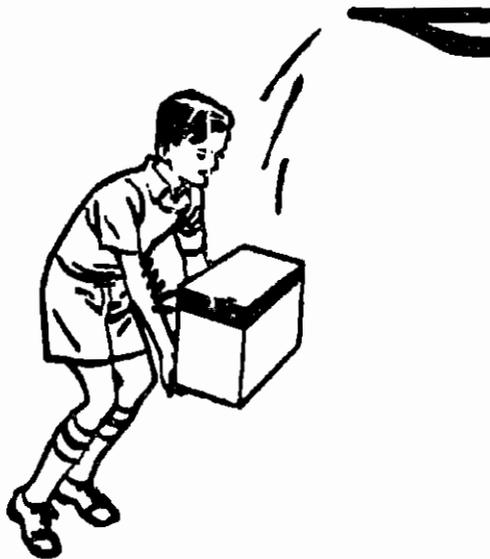
- ١ - إحضار قطعة فائقة أو تيل أو منديل كبير الحجم.
- ٢ - يثنى القماش حسب الاحتياج.
- ٣ - يبلل في الماء البارد ثم يعصر جيدا ويوضع على الجزء المصاب وتستبدل بغيرها بصفة مستمرة حتى يبقى الجزء المصاب باستمرار مبللا.

الشسد: ينشأ من المبالغة في حركة ما كما يحدث في رفع الأثقال أو الالتواء.. أثناء الألعاب.



تمزق العضلة:

ينشأ من حركة مفاجئة صعبة تكون السبب في تمزيق بعض ألياف العضلات.



الأعراض • ورم وتغير فى لون سطح الجلد
(كدمات) • ألم مفاجئ حاد يزداد مع الحركة
وفى بعض الأحيان يسبب انقباض



الإسعاف:

- ١ - راحة العضو المصاب بقدر الإمكان.
- ٢ - استعمال كمادات باردة لإقلال النزيف داخل العضلة.
- ٣ - استدعى الطبيب.
- ٤ - فيما بعد عندما يقف النزيف ويشير الطبيب باستعمال الدفء توضع زجاجة ماء ساخنة أو غطاء دافئ أو كمادات دافئة.

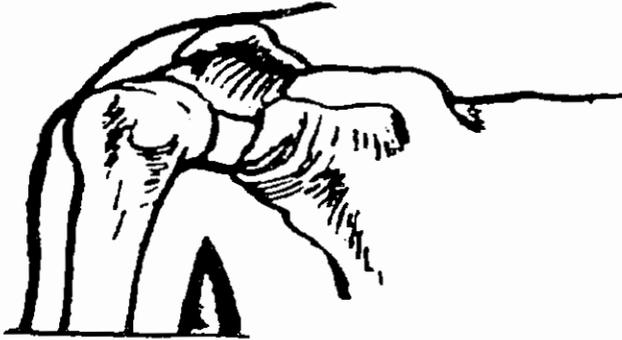
الإصابات التي تصيب المفاصل هي :

الالتواء - الخلع

الالتواء: يحدث هذا من التواء المفصل ويتسبب عنه تمزق الأربطة فقط وعدم انفصال العظام.



مفصل القدم

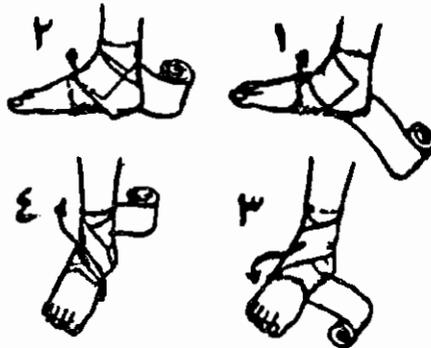


التواء الكتف

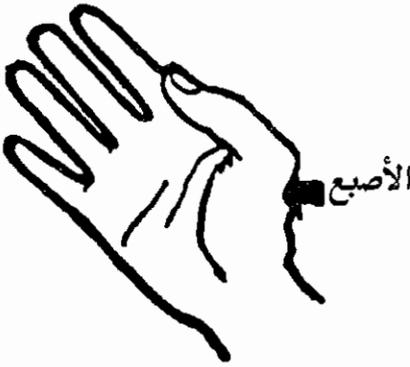
الأعراض : ورم وتغير في اللون حول المفصل
آلام في مكان الإصابة ويزداد الألم
إذا حاول المصاب تحريك المفصل.

الإسعاف الأولي :

- ١ - يغطي كل القدم عدا الأصابع بقطعة سميقة من القطن ويربط برباط حرف  كما هو مبين بالرسم في ٤،٣،٢،١.
- ٥ - يبيل الرباط بالماء البارد.
- ٦ - يؤخذ المريض إلى المنزل أو إلى الطبيب.



الخلع؛ يحدث من الالتواء العنيف ويتسبب عنه انفصال العظام وتمزق الأربطة.



خلع الكتف

الأعراض : تشوه شكل العضو
حتى لا يظهر على حقيقته .
ورم وكدمات .
عدم القدرة على حركة
المفصل المصاب، آلام في
الجزء المصاب، تنميل مسبب
من شد الأعصاب.





الإسعافات:

- ١ - تجنب زيادة الإصابة.
- ٢ - راحة العضو المصاب راحة تامة.
- ٣ - استدعاء الطبيب.

على المسعف الا يحاول
إرجاع العظام إلى مكانها