



# Πρώτες Βοήθειες

ΤΡΑΥΜΑΤΑ ΚΑΙ  
ΑΙΜΟΡΡΑΓΙΕΣ

ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ



# ΤΡΑΥΜΑ

Όταν ένας ιστός ή αγγείο καταστραφεί ή τραυματισθεί, εσωτερικά ή εξωτερικά προκαλείται το τραύμα, το οποίο επιτρέπει την έξοδο του αίματος στην επιφάνεια του δέρματος ή μέσα στους ιστούς.

Τα τραύματα μπορεί να είναι πολύ επικίνδυνα, ιδιαίτερα αν υπάρχει μεγάλη αιμορραγία. Η άμεση δράση περιορίζει την απώλεια αίματος, την πρόκληση μόλυνσης και του σοκ.



# Τύποι Τραυμάτων



Θλαστικά  
τραύματα



Εκδορές



Τραύμα από  
τρύπημα



Μώλωπες



Τραύμα από  
κόψιμο

- Εκχυμώσεις (μώλωπες)
- Εκδορές (γδαρσίματα)
- Θλαστικά τραύματα
  - Ανώμαλη διακοπή (λύση) της δερματικής συνέχειας
  - Θλάση (χτύπημα) του δέρματος
- Τέμνοντα τραύματα
  - Κόψιμο από κοφτερό αντικείμενο
  - Μπορεί να τραυματιστούν τένοντες ή/και νεύρα



# ΤΡΑΥΜΑ - ΑΙΜΟΡΡΑΓΙΑ

## ΕΚΤΙΜΗΣΗ

- Μέγεθος και βάθος τραύματος
- Αιμορραγεί; Ποσότητα;
- Ξένο σώμα στο τραύμα;
- Αδυναμία σύσπασης του μυός ή κινητικότητας μέλους

## Πως επουλώνονται τα τραύματα

Όταν ένα αγγείο τραυματιστεί ή κακοποιηθεί, συσπάται για να εμποδίσει μεγάλη ποσότητα αίματος να χαθεί από τους τραυματισμένους ιστούς του σώματος. Τα τραυματισμένα κύτταρα των ιστών αντιδρούν και ειδικά κύτταρα του αίματος, τα αιμοπετάλια, διαπλέκονται μεταξύ τους, σχηματίζοντας τον θρόμβο.



# ΤΡΑΥΜΑ- ΑΙΜΟΡΡΑΓΙΑ

## ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ

- Φορέστε γάντια προστασίας
- Ξεπλένετε καλά την πληγή με καθαρό νερό
- Καλύψτε με αποστειρωμένη γάζα ή καθαρή πετσέτα.
- Σε αιμορραγία εφαρμόστε άμεση πίεση, περίδεση, ανύψωση και ακινητοποίηση
- Δεν αφαιρούνται ξένα αντικείμενα που είναι σφηνωμένα στο τραύμα
- Σε σοβαρό τραύμα ή αιμορραγία ξαπλώστε το άτομο ανάσκελα. Κίνδυνος απώλειας αισθήσεων.
- βεβαιωθείτε ότι το ασθενοφόρο θα φθάσει και φροντίστε το άτομο για πιθανό σοκ ή υποθερμία



## 4.2 ΣΥΝΘΛΙΠΤΙΚΑ ΤΡΑΥΜΑΤΑ

Μία κάκωση η οποία προέρχεται από σύνθλιψη, μπορεί να περιλαμβάνει κατάγματα, οιδήματα, εσωτερική ή εξωτερική αιμορραγία. Η δύναμη της σύνθλιψης μπορεί, επίσης, να διαταράξει την κυκλοφορία και να προκαλέσει μούδιασμα πάνω ή κάτω από το τραύμα.

Αν ο πάσχων παραμείνει παγιδευμένος για κάποιο χρονικό διάστημα, κινδυνεύει από δύο σοβαρές επιπλοκές λόγω παρατεταμένης σύνθλιψης:

1. Εκτεταμένη βλάβη στους ιστούς, ιδιαίτερα στους μυς. Μόλις αφαιρεθεί η πίεση, μπορεί να αναπτυχθεί ταχύτατα καταπληξία, καθώς διαφεύγει υγρό στην τραυματισμένη περιοχή.
2. Τοξικές ουσίες θα σχηματιστούν στους τραυματισμένους ιστούς, που αν απελευθερωθούν απότομα στην κυκλοφορία, οι τοξίνες αυτές μπορεί να προκαλέσουν νεφρική ανεπάρκεια.

Η διαδικασία αυτή, που ονομάζεται «σύνδρομο σύνθλιψης», είναι εξαιρετικά σοβαρή και μπορεί να αποβεί θανατηφόρα.





# ΑΓΩΓΗ

## ***Αν η σύνθλιψη έχει διάρκεια λιγότερη από 15 λεπτά:***

- Απελευθερώστε γρήγορα τον πάσχοντα. Φορέστε γάντια, αν έχετε. Ελέγξτε και σταματήστε εξωτερική αιμορραγία και καλύψτε τα τραύματα. Στηρίξτε πιθανά κατάγματα και φροντίστε τον πάσχοντα για καταπληξία.
- Καλέστε το 112 ή 199 για ασθενοφόρο. Δώστε σαφείς πληροφορίες για το ατύχημα. Ελέγχετε και καταγράφετε ζωτικά σημεία μέχρι να φτάσει εξειδικευμένη βοήθεια.

## ***Αν η σύνθλιψη έχει διάρκεια περισσότερη από 15 λεπτά:***

- Αφήστε το αντικείμενο που προκάλεσε τον τραυματισμό όπως είναι. Τοποθετήστε τον τραυματία σε άνετη θέση και ενθαρρύνετε τον.
- Καλέστε το 112 ή 199 για ασθενοφόρο. Δώστε σαφείς λεπτομέρειες για το ατύχημα. Ελέγχετε και καταγράφετε ζωτικά σημεία μέχρι να φτάσει εξειδικευμένη βοήθεια.



# ΑΚΡΩΤΗΡΙΑΣΜΟΣ

**Ακρωτηριασμός** είναι η τραυματική αποκοπή ενός μέλους ή τμήματος του μέλους του σώματος από το υπόλοιπο σώμα. Ένα άκρο που έχει τελείως ή μερικώς αποκοπεί μπορεί πολλές φορές να επανακολληθεί με μικροχειρουργική επέμβαση. Η εγχείρηση θα χρειαστεί γενική αναισθησία για τον λόγο αυτό ΜΗΝ αφήσετε τον πάσχοντα να φάει ή να πιει ή να καπνίσει.

**Είναι σημαντικό να μεταφερθεί ο πάσχων αμέσως σε νοσοκομείο, μαζί με το αποκομμένο μέλος.** Υπάρχει περίπτωση καταπληξίας και χρειάζεται θεραπεία.





# ΑΚΡΩΤΗΡΙΑΣΜΟΣ - ΑΓΩΓΗ

- Φορέστε γάντια, αν έχετε. Σταματήστε την απώλεια αίματος με άμεση πίεση και ανύψωση του τραυματισμένου μέλους.

## Διατήρηση ακρωτηριασμένου μέλους

- Περιτυλίξτε το αποκομμένο μέλος σε γάζα ή μαλακό ύφασμα, και σφραγίστε το σε σελοφάν κουζίνας ή πλαστική σακούλα.
- Τοποθετήστε το σφραγισμένο αποκομμένο μέλος, σε δοχείο ή σακούλα γεμάτο πάγο.
- Σημειώστε καθαρά στο δοχείο την ώρα του τραυματισμού και το όνομα του τραυματία. Παραδώστε το ιδιοχειρώς στο προσωπικό του ασθενοφόρου.
- **ΠΡΟΣΟΧΗ:** ΜΗΝ πλένετε το αποκομμένο μέλος και ΜΗΝ το αφήσετε να έλθει σε επαφή με τον πάγο.





# ΑΙΜΟΡΡΑΓΙΑ

Η σοβαρή αιμορραγία είναι δραματική και ανησυχητική. Μπορεί να προκαλέσει καταπληξία (σοκ) και ο πάσχων μπορεί να χάσει τις αισθήσεις του.

Αν δεν ελεγχθεί η σοβαρή αιμορραγία, η καρδιά του μπορεί να σταματήσει. Η αιμορραγία γύρω από το πρόσωπο μπορεί να εμποδίσει τη ροή του αέρα στους πνεύμονες και να διαταράξει την αναπνοή.

Όταν αντιμετωπίζετε μια αιμορραγία ή ένα τραύμα, εξετάστε με προσοχή αν υπάρχει κάποιο ξένο αντικείμενο.



# ΑΙΜΟΡΡΑΓΙΑ

## ΤΥΠΟΙ ΑΙΜΟΡΡΑΓΙΩΝ

Οι αιμορραγίες ταξινομούνται με βάση τα αγγεία που τραυματίζονται

- **Αρτηρίες**
  - Υψηλή περιεκτικότητα Οξυγόνου στο αίμα
  - Ρέει υπό πίεση και εκτοξεύεται με κάθε παλμό της καρδιάς
  - Υψηλός κίνδυνος απώλειας μεγάλης ποσότητας αίματος, σε πολύ μικρό χρονικό διάστημα
- **Φλέβες**
  - Χαμηλή περιεκτικότητα Οξυγόνου στο αίμα (πιο σκούρο χρώμα από το αρτηριακό αίμα)
  - Χαμηλή πίεση αίματος στα τοιχώματα των φλεβών
  - Σε τραυματισμό μεγάλης φλέβας υπάρχει κίνδυνος μεγάλης απώλειας όγκου αίματος.
- **Τριχοειδή αγγεία**
  - Μικρή απώλεια αίματος



# ΑΙΜΟΡΡΑΓΙΑ - ΑΓΩΓΗ

- Φορέστε γάντια προστασίας.
- Ξεπλένετε καλά την πληγή με καθαρό νερό.
- Καλύψτε με αποστειρωμένη γάζα ή καθαρή μη χνουδωτή πετσέτα.
- Σε εξωτερική αιμορραγία εφαρμόστε άμεση πίεση, περίδεση πάνω από το τραύμα με τα δάχτυλά σας ή την παλάμη, προτιμότερο πάνω στην αποστειρωμένη γάζα ή στο μη χνουδωτό ύφασμα. Στηρίξτε το επίθεμα με έναν επίδεσμο, αρκετά σφικτό για να προκαλέσει πίεση, αλλά να μην εμποδίζει την κυκλοφορία.





# ΑΙΜΟΡΡΑΓΙΑ - ΑΓΩΓΗ

- Στηρίζτε το τραυματισμένο άκρο ανυψωμένο με έναν επίδεσμο.
- Δεν αφαιρούνται ξένα αντικείμενα που είναι σφηνωμένα στο τραύμα.



- Σε περίπτωση σοβαρού τραύματος ή αιμορραγίας, βοηθήστε τον πάσχοντα να ξαπλώσει κάτω και σκεπάστε τον με μια κουβέρτα ή παλτό για προστασία από υποθερμία. Αν υποψιάζεστε ότι θα εξελιχθεί σε καταπληξία, ανυψώστε και στηρίξτε τα πόδια, έτσι που να είναι πιο πάνω από το επίπεδο της καρδιάς.







# ΡΙΝΟΡΡΑΓΙΑ

## ΣΤΟΧΟΙ

- Διατήρηση ανοιχτών αεραγωγών
- Έλεγχος αιμορραγίας

## ΑΓΩΓΗ

- Το άτομο να είναι καθιστό με το κεφάλι ελαφρώς γερμένο μπροστά
- Αναπνοή από το στόμα και πέστε του να «τσιμπήσει» (πιέσει) το μαλακό μέρος της μύτης για 10 λεπτά.
- Αποφυγή ομιλίας, βήχα, ρουθουνίσματος
- Μετά από 10 λεπτά πέστε του να σταματήσει την πίεση. Αν συνεχίζει η αιμορραγία συνεχίζουμε την πίεση για ακόμα δύο περιόδους των 10 λεπτών(30 λεπτά).
- Καθαρισμός με χλιαρό νερό
- Αποφυγή φυσήματος της μύτης. Αν η αιμορραγία είναι σοβαρή και συνεχίζει για περισσότερο από 30 λεπτά, μεριμνήστε για τη μεταφορά του σε νοσοκομείο.







# ΕΠΙΔΕΞΕΙΣ





**Ευχαριστώ!**