

# Äkkhaigestumised

Marju Peärnberg

2020

# Minestus

- Ajuverevoolu ajutisest vähenemisest tingitud lühiajaline teadvusekaotus
- Valu, kurnatus, toidupuudus, emotsionaalne stress, õhupuudus, palavus seismine, vere nägemine, kurnatus jne
- Füüsiline tegevusetus põhjustab vere kogunemise jälgadesse, mis vähendab ajuni jõudva vere hulka

# Tunnused

- Lühiajaline teadvusekaotus, kukkumine
- Aeglane pulss
- Kahvatu nahk

# Esmaabi

- Aseta lamama (kui ta pole juba ise kukkunud maha)
- Jalad kõrgemale (šoki asend)
- Värske õhk
- Ava pigistavad kaelused
- Kui kannatanu ei tule kiiresti teadvusele, helista 112, kontrolli hingamist

# Suhkurtõbi e diabetes mellitus

- Vere kõrge suhkrusisaldus (hüperglükeemia) on insuliini tootmise peamine stimulant
- Neerupealiste hormoon adrenaliin pidurdab insuliinieritust
- Insuliini vähesuse või sellele alareageerimise korral tekib suhkurtõbi
- Ebaselge põhjusega teadvusekaotus võib olla suhkruhaiguse tagajärg
- Mõõdetakse glükomeetriga

# Glükoositaseme normväärtused

- Tühja kõhuga inimese vere glükoositaseme piirväärtused:
  - Täiskasvanu 3,8–5,6 mmol/l
  - Imik 2,4–4,2 mmol/l
  - Vastsündinu 2.1–3,5 mmol/l

# Suhkurtõbi ehk diabeet

## I tüüpi suhkurtõbi

- I tüüpi suhkurtõbi- insuliinsõltuv
- Kõhunääre ehk pankreas on lakanud tootmast insuliini- hormooni, mis langetab veresuhkru taset
- Naha alla tuleb süstida insuliini, insuliinipump
- Haigestuvad lapsed, noored täiskasvanud, kõige sagedamini eelkooli- ja puberteedieas
- Tüsistused- veresooned kahjustuvad üle kogu organismi ja sealt elundite kahjustused

# II tüüpi suhkurtõbi

- II tüüpi suhkurtõbi- insuliinsõltumatu-organismi alareageerimine suhkrutaseme tõusule
- Organism ei tunne ära insuliini, mida kõhunääre toodab
- Keskeas ja vanemad inimesed tavaliselt
- Enamus suhkruhaigetest



# Madala veresuhkru tunnused

- Ebaadekvaatsus, uimasus kuni teadvuse kaotuseni
- Lihasvärinad
- Pulss kiire, tugev
- Nahk kahvatu, külm, higine- aga mitte alati

<b>Tunnus</b>	<b>Veresuhkur kõrge</b>	<b>Veresuhkur madal</b>
Avaldumise kiirus	aeglane	kiire
Janu	+	-
Näljatunne	-	+
Uriini hulk	Suur	normis
Õhu lõhn	Puuvilja, magus	-
Hingamine	Kiire	normis
Pulss	Kiire, nõrk	Kiire, tugev
Nahk	Soe, kuiv	Kahvatu, külm, higine
Krabid, värinad	-	+
Teadvus	uimane	Kiire teadvusekaotus

# Esmaabi

- Suhkruhaigetel võib veresuhkrutase kiiresti langeda alla normi
- Tunne ära, tegutse kiiresti
- Kui suu kaudu võtab magusat vastu, siis midagi magusat või süsivesikute rikast toiduainet anda
- Kui ei jõua suu kaudu anda ja kannatanu kaotab teadvuse, keerata püsivasse külili asendisse ja kutsuda kiirabi 112

# Krambihood

- Lihaste tahtmatu kokkutõmme
- Põhjuseks elektrilise aktiivsuse häire ajus
- Krambid võivad põhjustada teadvusekaotuse või teadvusehäired
- Mitte kõigi krambihoogude põhjuseks ei ole epilepsia

# Krambihoogude põhjused

- Trauma, langetõve, insuldi, ajukasvaja, mürgistuse tagajärjel
- Südamehaigetel- rütmihäirete korral
- Elektrolüütide ainevahetushäired, madal veresuhkur, krambid väikelastel
- happe-aluse taseme kõikumine
- Psüühiline põhjus (teadvusel)- tagasihingamine kas patsiendi riiete alla või kilekotti / paberikotti aitab süsinikdioksiidi tagasi hingata ning seega happe-aluse taseme uuesti tasakaalu viia (hingamistehnika)
- Palavikukrambid (5kuud-5 aastat; 3,5% lastest), mõned minutid, silmad pahupidi
- Provotseeritud epilepsiahood- kõrge palavik, valu, ehmatus, alkohol, lastel hüsteeriline nutt- käsitleda kui epileptilist hoogu

# Krambihoog

- Kaua on kestnud?
- Kas on varem esinenud?
- Kas on tegureid, mis võisid esile kutsuda?

# **Epileptiline hoog, epileptiline staatus (langetõbi)**

- Järsk teadvuse, motoorika, tundlikkuse, psüühika häire, mis tekib ajukoore mõne piirkonna või ajutüve elektrilise häirena
- Võivad tekkida ootamatult, võib olla hoiatusperiood (aura)
- Epileptiline staatus- krambihhoog üle 30 minuti (üle 10 minuti) või üle 2 järjestikuse krambihoo
- Krambihoole võib eelineda korisev häälitsus

# Epileptiline hoog

- Tahteale allumatud kogu keha, jäsemete või lihasgruppide tõmbused
- Teadvus puudub
- Sügav sagenenud hingamine või lühiajaline hingamise seiskus ja sinakus
- Kontrollimatu urineerimine, roojamine- mitte alati
- Südame pekslemine
- Kõrgenenud RR- kui saab mõõta
- Kõrgenenud veresuhkur
- Hoog raageb tavaliselt 1- 5 minuti jooksul



# Epileptiline hoog

- Ei mäleta toimunut
- Võib hammustada keelde
- Süljeeritus suurenenud
- Võib end vigastada
- Hoo ajal kannatanu ei hinga
- Huuled, nägu- sinakas
- Pupillid ei reageeri valgusele

# Esmaabi

- Väldi pea vigastamist
- Püüa kukkumist kergendada, kui jõuad appi
- Suhu ei tohi midagi panna
- Krambihoo möödumisel kontrolli hingamist
- Info lähedastelt, lähedal olijatelt
- Krambi ajal ära hoia kinni (luumurd, lihaste rebend)
- Peale hoogu püsiv külili asend, katmine- kannatanu on väsinud
- Vajadusel 112

# Millal helistada 112?

- Kui krampihoog üle 10 minuti
- Esmakordne hoog
- Lühikeste vahedega korduvad krampihood või hood, mis kestavad üle 15 minuti, osutavad *Status epilepticusele* ning tähendavad eluohtlikku seisundit
- Laps
- Ühiskondlikus kohas
- Kui kahtled, helista alati- **vastutus**

# Narkolepsia- “äraolek”

- kontrollimatu lühiajaline unevajadus, mille tõttu võib esineda 10–15 minuti pikkusi teadvusekaotusi
- ootamatu lihastoonuse nõrkus, mida põhjustavad tugevad emotsioonid (leidub ka inimesi, kes ei vaja emotsiooni tõukeid)
- päevane liigunisuus, lihastoonuse nõrgenemine, ajutine võimetus rääkida või liigutada ärkamise hetkel, hirmutavad, unenäosarnaseid kogemused, mis esinevad tukastamise ja uinumise käigus
- narkolepsia on seotud teatud geeniga
- mitteteadlik ümbritseva suhtes
- ootamatu väljalülitumine, tühi pilk
- kerged tõmblused, suu matsutamine, mälumine, häälitsemine

# Esmaabi

- Aita istuma rahulikku kohta, eemalda ohtlikud asjad ümberringi
- Jää tema juurde kuni kannatanu on kontaktne
- Soovita arsti poole pöörduda

# Astma (asthma bronchiale)

- Hingamisteede krooniline põletikuline seisund- bronhiaalastma
- Põhjuseks on bronhide limaskesta ja lihaste reageerimine erinevatele ärritajatele allergia, infektsiooni, psüühilise koormuse või kehalise pingutuse korral. Tekib hingamisteede obstruktsioon (sulgus, ahenemine), hapnikupuudus ja süsinikdioksiidi sisalduse suurenemine veres
- Ärritajatele reageerib hingamisteede ahenemisega
- Äge astmahoog- ulatuslik hingamisteede ahenemine ja hingamisteede seina tursumine
- Bronhide silelihaste kokkutõmme, limaskesta turse (põletik), limaerituse ja viskoossuse tõus
- Hoog algab äkki

# Tunnused

- Pikenenud, raskenenud väljahingamine, köhäärritus, vilinad väljahingamisel- õhupuudus
- Suutmatus ühe hingetõmbega lauseid öelda
- Hingamissagedus üle 25 x minutis
- Rinnus pigistuse tunne
- Sundasend- istuv ja ettepoole kummargil, abilihaste kasutamine
- Südame pekslemine üle 110 x minutis, hapnikuvaegusest segasusseisund, rahutus
- Abilihaste rakendamine
- Kurnatus

# Eluohtlik seisund

- Hingamissagedus üle 30 x minutis
- Ebaefektiivsed hingamisliigutused
- Sinakus
- Südame rütmihäired
- Teadvusehäired, kurnatus, kooma



# Esmaabi

- Anda istuv asend ettepoole, rindkere üleval
- Kas on ravim kaasas- lõõgastav inhalaator (sinise otsikuga), leevendab mõne minuti jooksul- uuri raviarstilt
- Rahustamine
- 112
- Inhalatsioon võimalusel
- Jälgi teadvust, hingamist, pulssi
- Ole kõrval, ära jäta üksinda
- Rahustid ja sedatiivsed ravimid, atsetüülsalitsüülhape, valuvaigistid, kõhavaigistid pole näidustatud

# Esmaabi

- Kerge astmahoog möödub 3 minutiga
- Kui hoog ei leevendu, teine doos lisaks
- Profülaktilise inhalaatori otsik pruun või valge-ei ole tõhus astmahoo leevendamisel
- Kui hoog ei möödu 5 minutiga või inhalaatorit pole, helista 112
- Jälgi teadvust, hingamist, pulssi
- Vajadusel elusta- elustamine problemaatiline

# Isheemia (müokardi verevarustushäire)

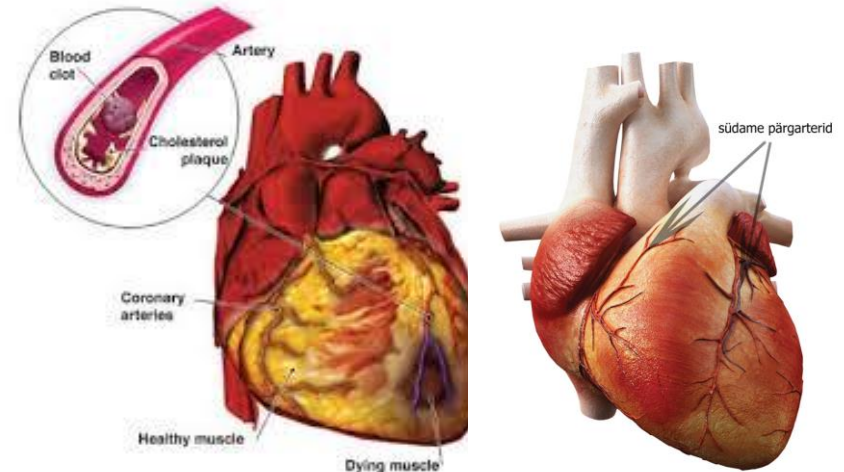
- Südamelihase (müokardi) puudulik verevarustus, hapnikupuudus
- **Pigistav valu** rinnus- rindkere keskosas
- Valu alalõuas, kaelas, vasakus käes, abaluu piirkonnas, paremas käes ülakõhus (meestel ja naistel sümptomid erinevad)
- Südamekloppimine, õhupuudus, külm higi, iiveldus ja oksendamine
- Südamelihast verrega varustavad pärgarterid muutuvad kitsaks ega suuda tagada piisavat verevoolu, mis on vajalik südamelihase tööks (pumpamiseks)
- Valuhoo, rahuolek võib aidata leevendada valu
- Õhupuudus
- Nõrkus, ängistustunne
- Akuutse müokardiinfarkti ja raske isheemiatõvega patsientide suurim oht seisneb eluohtlike südame rütmihäirete tekkimises

# Isheemia (müokardi verevarustushäire)

- Esmaabi:
  - Puhkamine, mugav istuv asend
  - 112
  - Kannatanu enda ravimid?
  - Kui valu ei möödu (mõne minutiga), kahtlуста südameinfarkti
  - Jälgi teadvust, hingamist
  - Vajadusel elustamine

# Müokardi infarkt

- Südamelihase mõne osa verevarustuse järsk katkemine verehüübe tõttu pärgarteris
- Pärgarteri sulguse või ahenemise tõttu südame verevarustus väheneb või lakkab ning selle tulemusena tekib südamelihase hapnikupuudus ja südamelihase kahjustus, **müokardiinfarkt**
- Südameseiskuse oht



# Tunnused

- Pigistav valu, raskustunne, põletustunne, survetunne rinnaku taga; valu, mis kiirgab kaela, lõuga, õlgadesse, abaluu piirkonda, kätesse, ülakõhtu
- Seedehäire, kõrvetised, iiveldus, oksendamine
- Õhupuudus
- Nõrkus, pearinglus, uimasus, teadvusekadu
- Ähvardava ohu tunnetamine

# Esmaabi

- Kui nitroglütseriin ei leevenda ägedat valu 5 minuti jooksul, siis kahtlustame infarkti (kannatanu enda ravim)
- Hinnata teadvust, hingamist
- Vajadusel elusta
- Mugav asend- istuv, rahustamine
- Ära pane lamama, kui on teadvusel (istuv mugav asend)
- Värske õhk, pigistavad riided lahti
- 112

# Äge kõhuvalu

- Võimalikud põhjused:
  - Trauma
  - Müokardi infarkt
  - Pankreatiit
  - Toidumürgitus
  - Kõhuõõneelundite haigused- kolestsüstiit, perforerinud haavand, gastriit, neeru- ja kuseteede haigused
  - Songad
  - Soolte ummistus e ileus- valu lainetena, oksendamine
  - Apenditsiit (ussripiku) põletik, lõhkemine- valu algab tavaliselt keskkõhus ja liigub edasi paremale alakõhtu, palavik, iiveldus, oksendamine, kõhukatted laudkõvad, Blumbergi fenomen
  - Kõhukelmepõletik e peritoniit- äkiline tugev valu, suureneb liigutamisel



# Äge kõhuvalu- esmaabi

- Mugav asend
- Vajadusel perearst, EMO, 112
- Väldi ravimeid, sööki, jooki- võib vajada narkoosi