

Luumurrud

Marju Peärnberg

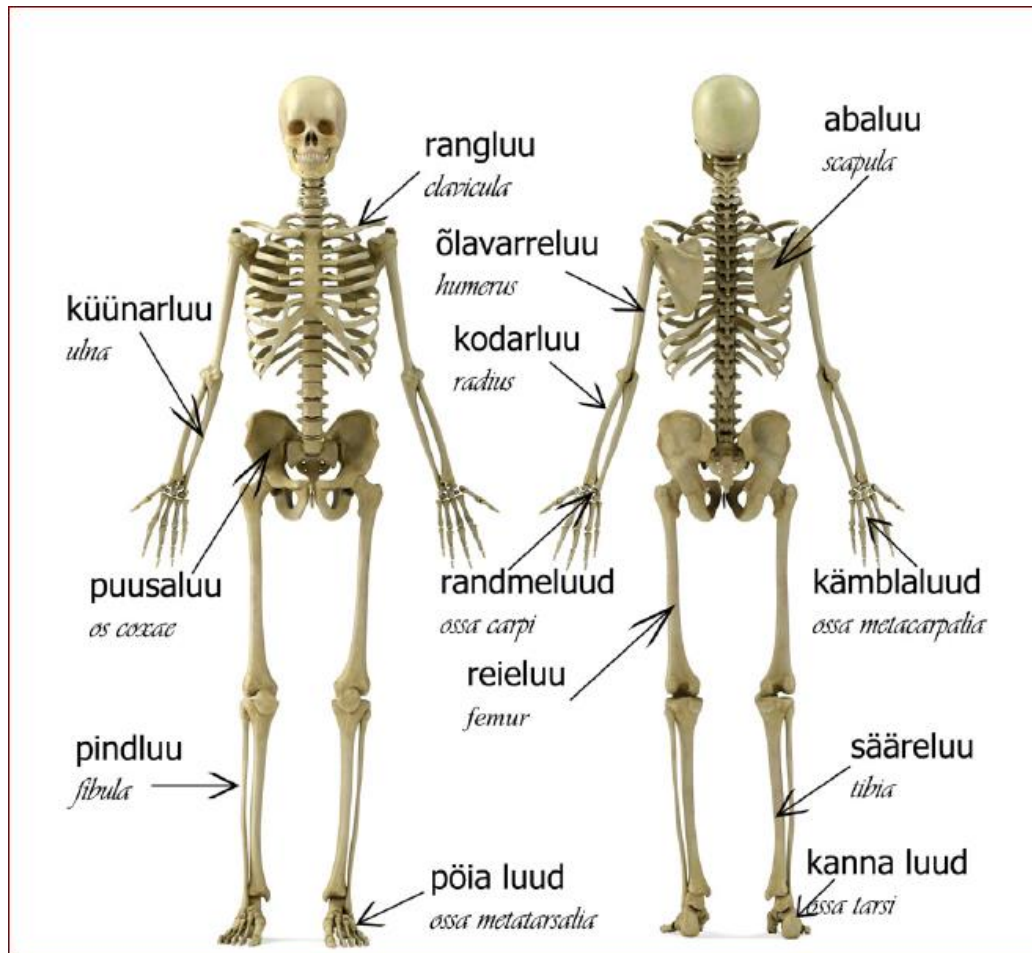
Luumurd

- Luumuru korral on luu terviklikkus katkenud
- Luumurruga võivad kaasneda pehmete kudede, veresoonte, närvide kahjustused
- Lahtised ja kinnised luumurrud
- Lahtine luumurd- nahk on katki (Fractura aperta)
- Kinnine luumurd- nahk on terve
- Dislotseerunud (nihkega) luumurd – luumurd, mille korral murdekohas on luuotsad üksteise suhtes nihkes

Luumurru tekkimine

- tekkimise põhjuseks on otsene jõud (kukkumine, võimalik et vastu serva, löök, hoop tugeva esemega) või kaudne jõud (väändumine, paindumine, kokkusurumine) luule
- väsimusmurrud
- luu hõrenemise tõttu

Luud



Luumurrud

- Reieluumurd
- Õlavarreluumurd
- Reieluukaelamurd
- Küünarvarreluumurd
- Randme- ja kämbaluude murd
- Rangluumurd
- Õlavarreluumurd
- Roidemurrud
- Rinnaku murd
- Vaagnaluumurd
- Koljuluude murrud
- Lülisambamurd

TEKKEMEHHANISMI järgi liigitatakse murde

- painutus
- väänamis
- rebimis
- rõhumis
- lõmastus
- laskevigastusest

Luumurrud

- **Risti ja põiki murrud**- arvesta luustumise aega, paraneb hästi
- **Väsimusmurrud**: tibia ,fibula, metatarsalis I, II, alaselg, jalatalla all
 - Valed jalanõud (650-800 km), kõva pinnas, liiga suur koormus, toitumine (Ca, D vit, Omega 3)
 - Ootamatu terav valu, paistetused, hematoom, valu jääb püsima 6-8 nädalat
 - Vajalik MRT uuring, Röntgen uuring ei näita
 - Lihast on vaja lõdvestada- massaaž

Luumurru tunnused

- tugev valu
- vigastatud jäseme välise kuju muutus
- funktsiooni tunduv halvenemine
- verevalum
- turse
- murdunud luuotste krepitatsioon
- jäseme halvatus, diafragma paralüüs, hingamishäired, pärasoole ja kusepõie halvatus
- prillhematoom
- tundlikkuse kadumine, torkimistunne

Luumurruga kaasnevad ohud

- verekaotus
- šokk
- närvivigastused
- Suurte veresoonte vigastused
- tromb
- lastel luukasvuvööndi vigastus (kasvuplaad)
- põletiku tekke oht

Võimalik verekaotus jäsemetrauma korral

- küünarvarreluu murd 50–400 ml
- õlavarreluu murd 100–800 ml
- sääreluumurd 100–1000 ml
- reieluumurd 300–2000 ml
- vaagnaluumurd 500–5000 ml

Esmaabi

- vabasta murdunud jäse rõivastest ning eemalda ehted, jalanõude eemaldamine on soovitatav, kuid ei ole alati vajalik
- peata verejooks lahtise luumurru korral
- väldi kannatanu asjatut liigutamist ja tõstmist
- valu leevendamiseks saad rakendada tõmbejõudu pikisuunas
- kõikide õlavigastustega võivad kaasnedada veresoonte- ja närvivigastused
- kaitse kannatanut külma ja kuuma eest
- Väldi valu tekitamist, lahasta ainult siis, kui kiirabi ei ole tulemas kiiresti
- 112 või vii kannatanu haiglasse

Lahastamise reeglid

- alusta lahastamist siis, kui kannatanu elu on väljaspool ohtu
- lahasta murdunud jäse sellises asendis, milles sa kannatanu leiad, vigastatud jäse peale lahastamist jääks keskmisesse füsioloogilisse asendisse, luba kannatanul võtta kõige mugavam asend
- lahas peab olema polsterdatud
- kindlusta liikumatus vähemalt kahes liigeses, millest üks asub murru kohast kõrgemal, teine allpool

Lahastamise reeglid

- polsterda luuvälje lahastamisel
- ära tekita lisavalu
- lahas seotakse jäseme kujule vastavaks terve jäseme järgi, polsterdatakse, kinnitatakse marli või kolmnurkrätikuga
- kui on raske kindlaks teha kas on murd, siis lahastatakse ikkagi
- lahtiste luumurdude korral aseta lahas nii, et haavale oleks vaba juurdepääs

Lahastamise reeglid

- Kinnise luumuru korral asetatakse lahas vajadusel riiete peale
- Fikseeri jalapöid 90 kraadise nurga all, veidi väljapoole roteeritult
- Lahastatud jäse tõsta kõrgemale
- Pane kõik vajalikud vahendid käeulatusse
- Lahaste tüübid
- Lahaste puudumisel seo luumurruga jalg terve jala külge ja käsi kolmnurkrätikuga rindkere külge

Lülisamba vigastused

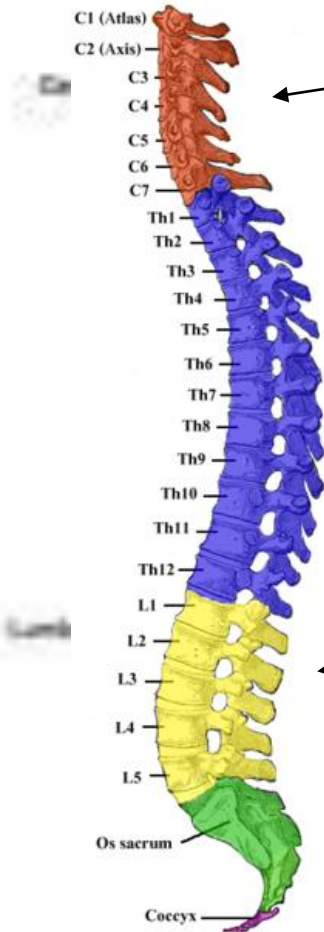
Marju Peärnberg

2021

Lülisamba vigastused

- Lülide vigastused, seljaaju vigastus
- Seljaaju läbilõige- taastumisvõimalus väike
- Surve seljaajule- prognoos parem
- Halvatus või tundlikkuse puudumine
- Seljaaju ja närvijuure kahjustus võib olla mööduv või püsiv
- Kõige sagedamini murrud kaela ja nimmepiirkonnas
- Kaelapiirkonna seljaaju vigastusega kaob sinu iseseisev toimetulek

Lülisamba ehitus



1. Pea, kaela, õla ja käte häired; halvemal juhul halvatus ja iseseiva hingamise kadumine
2. Käed, siseelundid
3. Väikese vaagna elundid ja jalad
4. Ei mõjuta

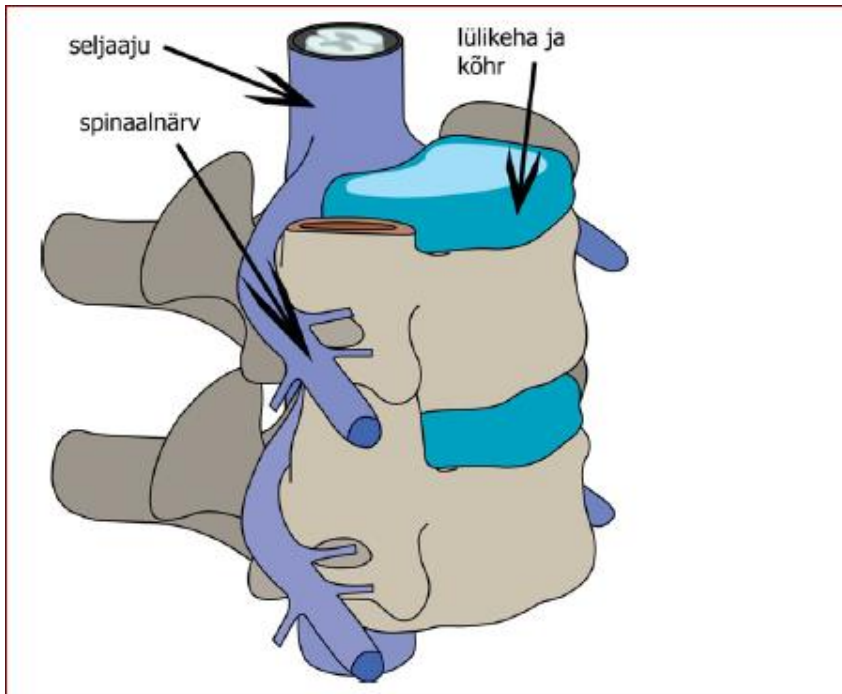
Lülisamba probleemid

Lülisambahaiguste põhjustatud piirangud –
valu, liikuvuspiiratus, tursed

- ülekoormuse ja lihaspinge sündroomid
- diski (lülivaheketta) haigused
- närvijuurte kompressioon (lülidevahelise mulgu ahenemise tõttu)
- lülisambakanali ahenemine
- spondülolistees ehk lülilibisemine
- skolioos



Lülisamba ehitus



- Seljaaju on umbes 40 cm pikkune ja kaalub 35 grammi, läbimõõt 1cm
- Seljaaju asub lülisambalülide avades ehk lülisambakanalis
- Seljaaju on lülisambakanalist lühem ning lõpeb **1. nimmelüli** tasemel ning moodustab alumistes segmentides nimme- ja ristluulülisamba kanalis närvikimbu, mida nimetatakse hobusesabaks (cauda euina)

Lülisamba ehitus

1. Kaks naaberlüli
2. Lülidevaheline kõhreketas
3. Kaks fassettliigest
4. Kaks närvijuurt, mis väljuvad seljaajust



Seljaajukahjustused

- Haigused, traumad
- Seljaaju kaelaosa kahjustus avaldub nii käte kui jalgade töö häires, rinna- või nimmeosa kahjustus aga ainult jalgade töö häires
- Osaline, täielik
- **Täielik seljaajukahjustus** tähendab, et kahjustusest allpool puuduvad tahtlikud liigutused, puudub tahtele alluv põie- ja pärakusulgurlihase töö kontroll ning kadunud on igasugune tundlikkus
- **Seljaaju osalise kahjustuse** korral säilivad erineval määral nii tahtlikud liigutused, tundlikkus kui ka sulgurlihaste töö

Seljaajukahjustused

- lülisambakanali ahenemisest tingitud surve seljaaju kaelaosale või nimmeosale (seisundit nimetatakse müelopaatiaks)
- seljaajusisesed või -välised kasvajad
- **seljaaju infarkt või verevalandus-** põhineb ebapiisaval verevoolul ja sellest tuleneval hapniku ja glükoosi alavarustamisel. Tagajärjed on halvatuse sümptomid, valu ning häiritud temperatuur ja valuaisting
- seljaajupõletikud (müeliidid)
- tundmatul põhjusel tekkiv amüotroofne lateraalskleroos, mille korral tekib tahtlikke liigutusi sooritavate lihaste atroofia

Seljaajutrauma

- Välise jõu mõjul tekkinud seljaajukahjustus, mille tagajärjel häirub käte või jalgade liikumisfunktsioon, tundlikkus, põie ja sooletegevuse funktsioon

Statistika

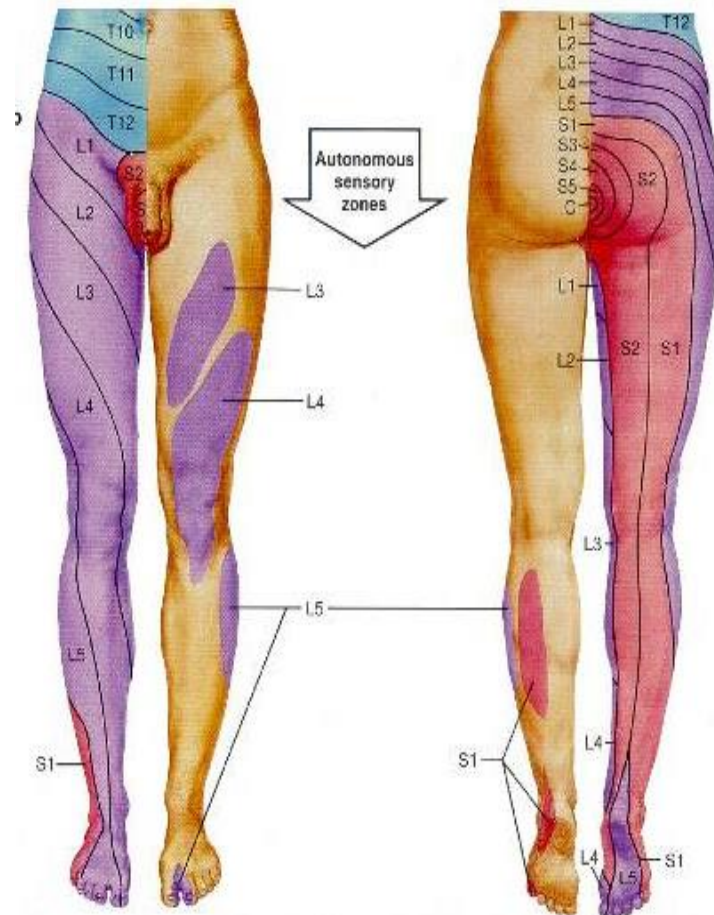
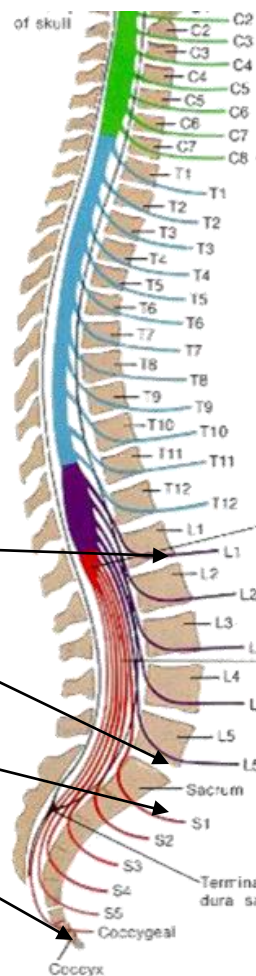
- Seljaajutraumad: 50 juhtumit/a (+ juhtumid, kus silmapilkse surma tõttu pats ei jõudnud haiglasse)
- Vanus: 16-30 a, enamus mehed
- Peamised põhjused: kõrgelt kukkumine (41%), autoõnnetus (30%), alkoholijoove (50% oli tarbinud), vette hüppamised, lained, ekstreemsport (14%)
- Tagajärg: halvatus, tundlikkusehäired
- Surm – pooled surid 1 aastal peale traumat

Nimmeosa anatoomilised struktuurid

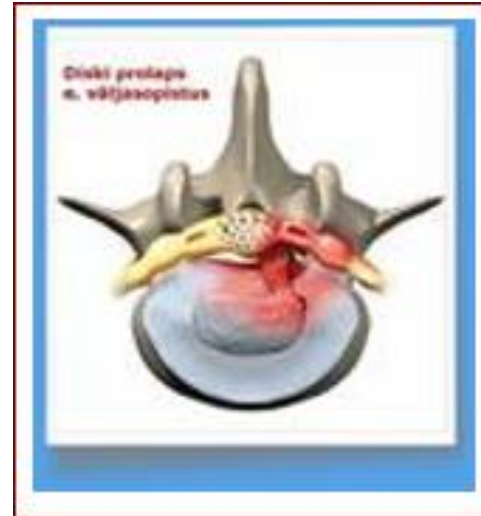
- närvijuured, perifeersed närvid

Lumbaarnärvid

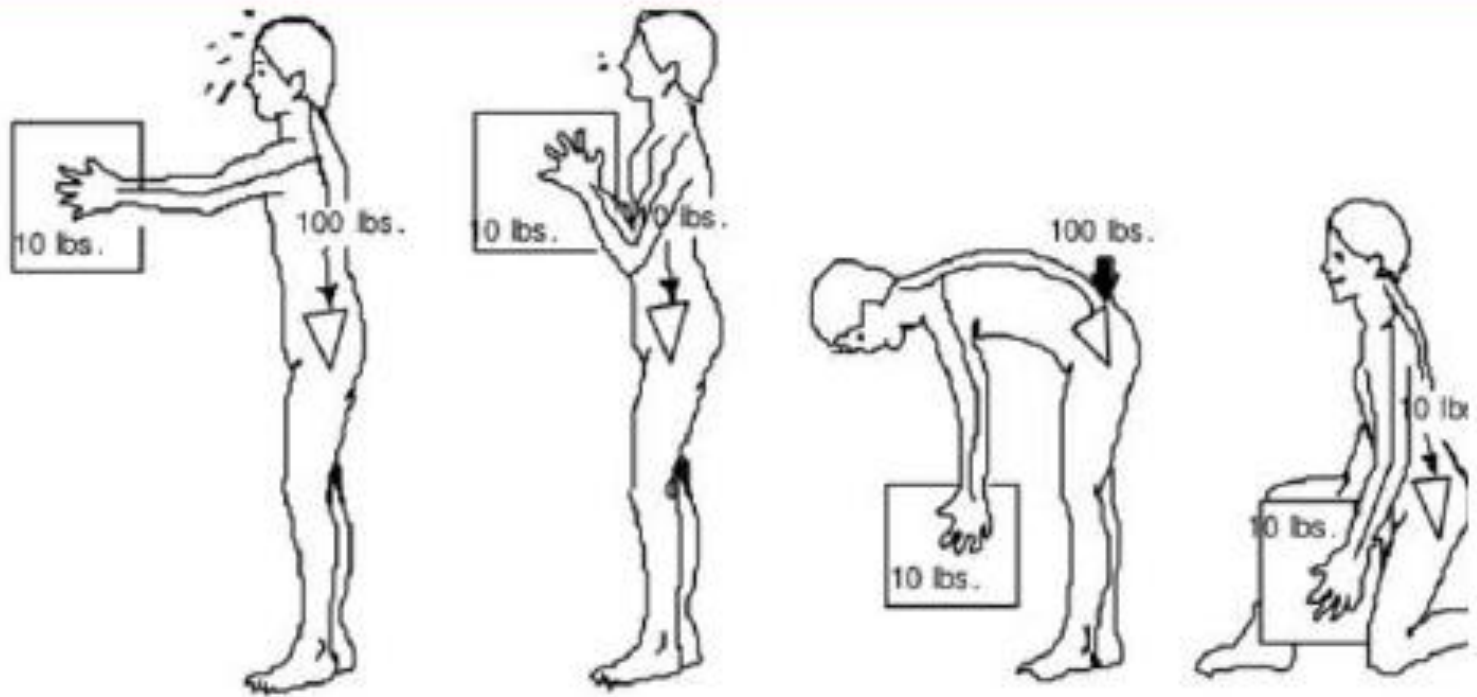
Sakraal- ja
kotsügeaalnärvid



Närvijuure kompressioon väljasopistunud diskist



Raskuste käsitsi teisaldamine



Keep The Weight Close To The Body

*(Adapted from: The Saunders Group inc.,
4250 Norex Drive, Chaska, MN 55318)*

Lülisamba vigastuste põhjused

- Kukkumine kõrgusest, näiteks tööaluselt, redelilt
- Vette hüppamine vastu takistust
- Löögid vastu lülisammast
- Liiklusavariid
- Laskevigastused
- Sporditraumad

Tunnused

- Mõne kehaosa tundetus, nõrkus, liikumatus
- Surin jäsemetes
- Jõu kadumine
- Valu seljas
- Pidamatus- rooja , uriini
- Selgroot ebatasasused

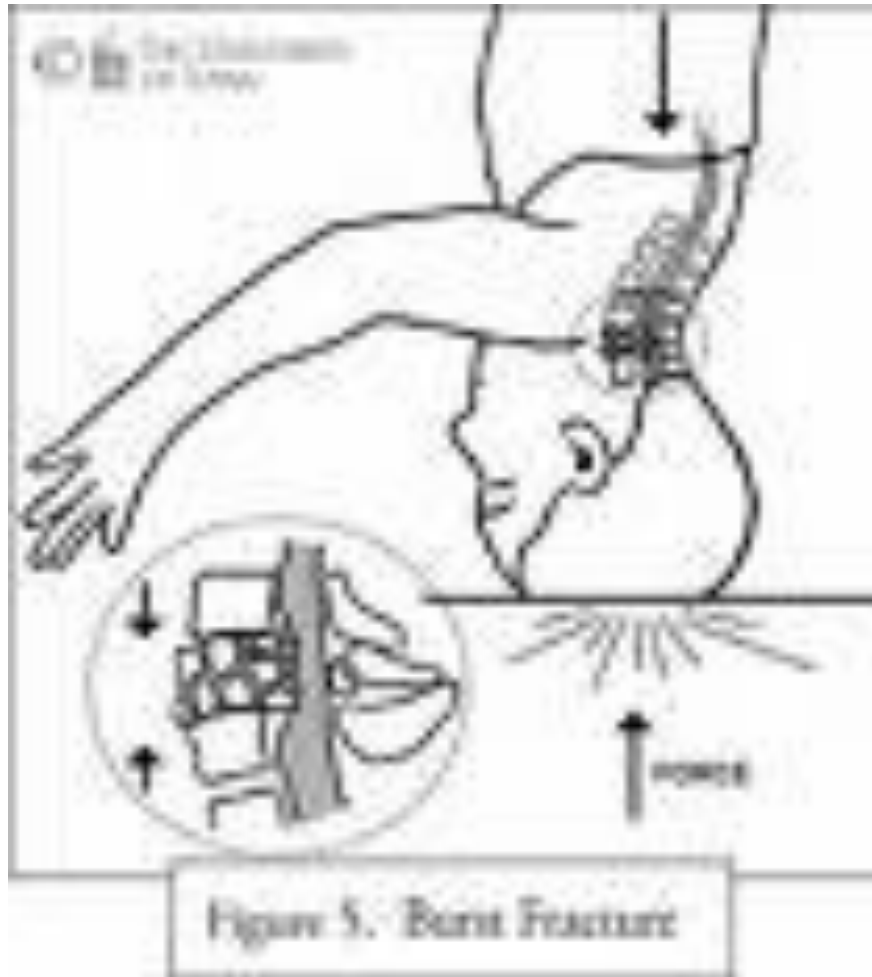
Esmaabi lülisambavigastuse korral

- Hinda traumamehhanismi
- Kui on vigastuse kahtlus, püüa kannatanut mitte liigutada
- Parim- selili kõval alusel
- Liigutamine ainult hädavajadusel
- Lülisamba kaelaosa kontrollimatu liikumise vältimine
- Võimalusel kaelatugi- kui oled seda õppinud
- Kata soojalt
- Jälgi kannatanu seisundit
- Helista 112

Seljavigastus???



Peaga vastu takistust



Kukkumine kõrgusest veejoaga



Seljavigastusega uppunu väljatoomine



Et ei juhtuks nii

