



Igor Štirn,
Jernej Kapus

Reševanje iz vode pri sumu poškodbe hrbtenice

Izvlaček

Pri sumu poškodbe hrbtenice se ponesrečenca rešuje z uporabo reševalne deske. Potrebna sta vsaj dva ali trije reševalci. Zelo pomemben je pristop k ponesrečencu in ustrezen ter pravilno izveden imobilizacijski prijem. Sledi natančno podlaganje reševalne deske in pričvrstitev ponesrečenca nanjo. Reševalci najprej učvrstijo pasove preko prsi, nato čez pas, stegna in stopala, nazadnje namestijo še vratni opori. Ponesrečenca se nato izvleče iz vode, obriše in pokrije ter počaka medicinsko pomoč. V članku so vsi postopki natančno opisani.

Ključne besede: voda, utapljanje, ponesrečenec, reševalna deska



Rescuing from water when suspecting a spine injury

Abstract

When a spine injury is suspected, the injured person should be rescued using a rescue board. At least two or three rescuers are needed. The important factors include an appropriate approach to the injured person as well as a suitable and correctly performed immobilisation grip. This is followed by accurate positioning of the rescue board beneath the injured person and strapping the person to the board. The rescuers first fasten the straps across the chest, then also across the waist, thighs and feet; the last manoeuvre is to position the neck immobiliser. The injured person is then pulled out of the water, wiped dry and covered with a blanket until medical assistance arrives. The article describes all procedures in detail.

Keywords: water, drowning, injured person, rescue board

Poškodbe hrbtenice so pogostejše pri skokih v nizko, kakor v globoko vodo. Vzrok za poškodbo hrbtenice je lahko močan udarec z glavo ob dno bazena ali pa tudi trd, slabo ublažen doskok na noge. Takšna poškodba se pogosto zgodi pri skoku na glavo v vodo, kjer ne vidimo dna in ne poznamo njene globine. V globoki vodi je poškodba možna, če skakalec udari v drugega plavalca ali pa nek drug trdi objekt, ki je potopljen (ali plava) v vodi. Poškodbe hrbtenice se zgodijo tudi pri naletih kopalcev drug na drugega, npr. na koncu vodnega tobogana. Poškodba je pogosta tudi pri skokih na glavo z večje višine, v primerih ko skakalec z rokami ni ustrezno zavaroval glave; zaradi velike sile pri udarcu glave v vodo, pride do zaklona glave v takšni meri, da lahko povzroči poškodbo vratnih vretenc. Mehanizem poškodbe hrbtenice ni tema tega prispevka, ampak je opis postopka reševanja iz vode pri sumu poškodbe hrbtenice.

Postopek reševanja obsega oceno stanja, pristop k poškodovancu z uporabo ustreznega imobilizacijskega prijema, podlaganje reševalne deske, privezovanje na reševalno desko ter izvlečenje iz vode.

■ Ocena stanja

Reševalec se za postopek reševanja z reševalno desko odloči v primerih, ko sam opazi nesrečo, za katero ocenjuje, da obstaja sum poškodbe hrbtenice, ali pa mu kaj takega opišejo kopalci. Najtežje je sum poškodbe hrbtenice predvideti, kadar nihče ni bil priča nesrečnemu dogodku, poškodovani pa negiben obleži na gladini ali celo pod njo. Kadar se zgodi slednje (poškodovanec neznan dolgo časa leži pod gladino, hkrati pa obstaja sum poškodbe hrbtenice), je primarni cilj reševalca čim prej izvleči poškodovanca iz vode in začeti s temeljnimi postopki oživljanja (hitro izvlečenje). Enako kot pri reševanju plavalca s sumom poškodbe hrbtenice, ki diha, reševalci uporabijo ustrezen imobilizacijski prijem in mu podložijo desko (opisano v nadaljevanju), vendar ga potem brez pritrjevanja pasov izvlečejo iz vode, s čimer pridobijo dragoceni čas pomemben za uspešnost oživljanja.

■ Pristop k poškodovancu

Ko reševalec opazi nesrečo ali je o njej obveščen ter oceni, da gre za sum poškodbe

hrbtenice, najprej hitro obvesti in zbere svoje kolege reševalce (če dodatnih reševalcev ni, so mu v pomoč lahko tudi prisebni kopalci). Razdeli jim naloge, sam pa kot prvi oziroma glavni reševalec pristopi k poškodovancu in ga stabilizira z uporabo ustreznega imobilizacijskega prijema. Eden od ostalih reševalcev najprej pokliče center za obveščanje 112. Pri tem kratko in jedrnatopišne stanje poškodovanca oziroma verjeten mehanizem poškodbe (sum poškodbe hrbtenice, zavesten/nezavesten) in sporoči kraj (kopališče) nesrečnega dogodka. Če sta pomožna reševalca dva, eden pristopi k poškodovancu in mu previdno dvigne noge, ki pri odraslih moških običajno močno tonejo in povzročijo nenormalno ukrivljenost hrbtenice. Drugi pomočnik prinese reševalno desko. Če je možno, je smiselno odstraniti ostale kopalce (izprazniti bazen ali vsaj del bazena, kjer se je zgodila nesreča), s čimer se zmanjša valovanje vode, ki lahko povzroči dodatne neželene premike hrbtenice ter ovira reševanje. Iz istega razloga vsi reševalci, ki sodelujejo pri reševanju, pri vstopu v vodo izvedejo brez-valovni vstop, torej v vodo ne skačejo, ampak se vanjo počasi in previdno spustijo.

■ Imobilizacijski prijemi

Prvi reševalec glede na položaj poškodovanca uporabi ustrezen imobilizacijski prijem.

Zgornji imobilizacijski prijem se uporablja v primeru, ko poškodovanec na vodi obleži na hrbtu. Reševalec se poškodovancu približa od zadaj za glavo, z dlanmi s podprijemom objame njegove nadlahti in jih najprej zasuka navzven, s čimer omogoči, da jih po gladini spravi v vzročenje (Slika 1).



Slika 1. Imobilizacija glave z zgornjim imobilizacijskim prijemom.

Zgornji imobilizacijski prijem z obratom okrog vzdolžne osi poškodovanca se uporablja, ka-

dar poškodovanec leži na gladini na prsih z glavo navzdol. Reševalec pristopi k poškodovancu s strani tako, da sta oba z obrazom obrnjena v isto smer. Poškodovanca prime od zgoraj za nadlahti, s katerimi mu stisne (imobilizira) glavo. Nato stopi korak naprej in zasuče poškodovanca okrog vzdolžne osi (Slika 2). Končni položaj poškodovanca je enak kot pri prejšnjem prijemu.



Slika 2. Zasuk poškodovanca okoli vzdolžne osi.

Spodnji imobilizacijski prijem se uporablja v primerih, kadar iz različnih vzrokov (amputacija, slaba gibljivost, debelost ipd.) ni mogoče uporabiti zgornjega imobilizacijskega prijema. Reševalec z eno roko prime poškodovanca od zadaj za glavo, z drugo roko pa za ličnice, pri čemer morata biti oba komolca na vzdolžni osi poškodovanca (Slika 3). Reševalec mora paziti, da poškodovanca ne dviguje previsoko iz vode. Voda naj mu sega do oči, s čimer se v največji meri izkorigi vzgon in s tem razbremeni hrbtenica.



Slika 3. Spodnji imobilizacijski prijem.

Najtežja in najmanj verjetna je različica spodnjega imobilizacijskega prijema, kjer je poškodovanec obrnjen z obrazom navzdol. V tem primeru ga reševalec s spodnjo dlanjo prime za ličnice in komolec položi na prsnico, z zgornjo dlanjo pa ga prime za teme in komolec položi na sredino hrbta. Potem ga zasuka okrog vzdolžne osi tako, da se potopi pod njega.

■ Podlaganje deske

Potem, ko je prvi reševalec poškodovanca s prijemom imobiliziral vrat, mu drugi previdno dvigne noge, s čimer prepreči

preveliko ukrivljenost hrbtenice, ko poškodovančeve noge potonejo. Sledi podlaganje deske. Tretji reševalec se s pripravljeno desko (zvitimi trakovi, odstranjene vratne blazine) približa poškodovancu z nasprotni strani, kot ga drži prvi reševalec. Z enim tekočim gibom desko potopi in jo podloži tako, da je del deske namenjen za imobilizacijo glave pod glavo poškodovanca, kar kasnejše omogoča pritrjevanje pasov na vratni opori. Drugi reševalec namesto nog zdaj prime desko.



Slika 4. Podlaganje deske.

Ko je deska podložena, sledi prepriem. Tretji reševalec, ki je podložil desko, s spodnjo roko podpre sredino deske, z zgornjo roko pa prime poškodovanca za ličnice in v celoti prevzame težo deske in poškodovanca. Zdaj lahko prvi reševalec umakne svoje roke izpod poškodovanca, ter premakne njegove roke iz vzročnja v priročnje (Slika 5). Nato počepne in si naloži desko na zgornji del prsi oziroma ključnico. Od strani s podlahtmi stisne desko, z dlanmi pa glavo poškodovanca. S tem spet prvi reševalec prevzame nadzor nad poškodovancem, drugi drži desko pri nogah, tretji, ki je od spodaj podpiral desko, pa se lahko umakne. Nato se vsi skupaj premaknejo do roba bazena, tako da se prvi reševalec, ki še vedno drži desko in glavo, nasloni na rob, pri čemer mu s čelnim potiskanjem pomaga reševalec, ki drži desko pri nogah.



Slika 5. Prepriem reševalcev.

■ Pričvrstitev poškodovanca na desko

Omenili smo že, da poškodovanca s sumom poškodbe hrbtenice, ki ne diha, reševalci izvlečejo iz vode brez privezovanja, da bi lahko čim prej začeli s temeljnimi postop-

ki oživljanja. V ostalih primerih ga s pasovi pričvrstijo na desko, glavo pa mu dodatno učvrstijo z vratnimi opornimi blazinami.

Tretji reševalec najprej z ene strani pripravi vse trakove, nato pa se previdno prestavi na drugo stran (se ne potopi pod desko) in jih pričvrsti s pasovi na drugi strani. Prvi pas gre čez prsi pod rokami, drugi preko priročnih rok (navadno nekje okrog zapestij), tretji preko stegen, z zadnjim pasom pa s tako imenovano osmico priveže stopala.



Slika 6. Pričvrstitev poškodovanca na desko.

Sledi nameščanje blazin za vratno oporo. Prvi reševalec umakne roko, s katero drži glavo. Istočasno tretji reševalec namesti oporo, tako da se ta dotika glave. Enako naredita tudi na drugi strani. Vratne oporne blazine nato pripneta s trakovoma v višini čela in brade.



Slika 7. Nameščanje blazin za vratno oporo.

■ Izvlačenje iz vode

Čvrsto pripetega poškodovanca reševalci previdno potegnejo iz vode. Ker poškodovanec med reševanjem miruje, obstaja velika verjetnost, da ga zebe, zato ga takoj po izvlečenju posušijo z brisačo, pokrijejo in tako počakajo na reševalno vozilo.



Slika 8. Izvlačenje iz vode.

Zaradi tega, ker poškodovanca zebe, mora celotno reševanje potekati gladko in hitro, vendar ne površno, kar bi lahko povzročilo dodatno poslabšanje poškodbe.

■ Literatura

1. Kapus, V., Fänrich, R., Zavšek, G., Možina, H., Vlahovič, D., Rapuš, A., Javornik, T., Štrumbelj, B., Štirn, I. in Kapus, J. (2004). *Reševanje iz vode, Aktivna varnost in prva pomoč*. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport.
2. Fänrich, R., Štirn, I., Štrumbelj, B. in Zavšek, G. (2011). *Reševanje iz vode*. DVD s prikazom postopkov: Ljubljana: Ministrstvo za obrambo, Uprava RS za zaščito in reševanje.
3. Slikovno gradivo je povzeto iz posnetkov Reševanja iz vode izdanih na DVD-ju, ki je naveden v literaturi.

izr. prof. dr. Igor Štirn, prof. šp. vzg.
Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport
igor.stirn@fsp.uni-lj.si