

nezadostne ter pretesne obutve. Na ta način se največ toplote izgublja s kondukcijo, v manjši meri pa tudi z radiacijo, konvekcijo in evaporacijo. Zelo pogosto so prizadeti tudi prsti rok, redkeje pa nos, ušesa in drugi izpostavljeni deli telesa.

Simptomi ob nastajanju zmrzlin so lahko zelo različni. Navadno so prisotni spremenjena občutljivost kože, zbadanje, mravljinčenje in otrplost. Na začetku je pogosto prisotna bolečina, kasneje pa dostikrat izgine. Lahko pride do zmanjšane občutljivosti ali celo do popolne neobčutljivosti zmrznjenega dela telesa, kar ima lahko usodne posledice zaradi prepoznega ukrepanja, še posebej, če poškodovanec zaradi okoliščin, na primer alkoholiziranosti, ali zaposlenosti s kako aktivnostjo, na primer s hojo ali plezanjem, na te spremembe ni pozoren.

Na začetku težko sklepamo o stopnji okvare tkiva. Tudi pri posamezni zmrzlini je tkivo na različnih območjih različno okvarjeno. Strokovna ocena prizadetosti tkiva je v večini primerov možna od 7 do 14 dni po zmrznjenju.

Ločimo povrhnje in globoke zmrzline, podrobneje pa jih delimo v štiri stopnje:

POVRHNJE ZMRZLINE

I. stopnja: delno zmrznjenje kože.

Znaki: rdečina, otekanje, povečan pretok krvi, ni mehurjev ali odmrta tkiva, možno je luščenje kože (5 do 10 dni po zmrznitvi).

Simptomi: prehodno zbadanje in pečenje, možno je mravljinčenje, bolečnost, povečano znojenje. Občutljivost je ohranjena.

II. stopnja: zmrznjenje vseh slojev kože.

Znaki: rdečina, izrazito otekanje, mehurji, ki so napolnjeni z bistro tekočino.

Simptomi: otrplost, bolečine, motnje zaradi širjenja ali oženja žil.

GLOBOKE ZMRZLINE

III. stopnja: zmrznjenje vseh slojev kože in podkožja.

Znaki: mehurji, ki so napolnjeni s krvavkasto vsebino, odmrte kože, modro sivo obarvanje kože.

Simptomi: sprva neobčutljivost, olesenelost, kasneje trgajoče bolečine, pečenje, zbadanje, mravljinčenje.

IV. stopnja: zmrznjenje vseh slojev kože, podkožja in globokih struktur (mišic, kit, kosti).

Znaki: zmerno otekanje. Koža je lisasta, temno rdeča ali modrikasta, lahko pa tudi suha, počrnela, mumificirana. Pulzi na perifernih žilah so odsotni.

Simptomi: neobčutljivost, togost.

PROGNOZA

Ovisna je od narave in obsega zmrzline, od pridruženih drugih bolezenskih stanj ali poškodb (podhladitev, zlomi, kronične bolezni

ipd.) in od začetne oskrbe, predvsem od načina ogrevanja zmrzlega tkiva. Slab prognostičen znak so mehurji, napolnjeni s krvavo vsebino. Sivkasta, modrikasta ali črna barva v obdobju po ogrevanju kažejo na hujšo okvaro, ne pomenijo pa nujno izgube prizadetih tkiv. Dokončna ocena vitalnosti vseh prizadetih tkiv je običajno možna od enega do treh mesecev po zmrznjenju, včasih pa je na jasno ločitev odmrlega od preživelega tkiva potrebno čakati tudi dlje, kar potrjuje star kirurški rek: »Zmrznjenje januarja, amputacija julija.«

Pozitivni prognostični dejavniki: odsotnost splošne podhladitve, hitro ogrevanje zmrzline, kot je opisano pri zdravljenju, zaščita prizadete ga predela pred ponovno zmrznitvijo in okužbo.

Negativni prognostični dejavniki: prisotnost splošne podhladitve, počasno ogrevanje zmrzline (na primer počasno, spontano ogretje v toplejšem okolju), pretirano ogrevanje, ponovno ohlajanje ali celo zmrznjenje po ogrevanju zmrzline. Končni izhod zmrzline je v marsičem odvisen tudi od dokončne oskrbe v bolnišnicah, kjer uporabljajo različne metode (kirurški posegi, zdravlila, hiperbarična oksigenacija itd.).

Če je poškodovanec tudi podhlajen, najprej rešujemo podhladitev, saj je to stanje, ki lahko neposredno ogroža življenje. Šele ko podhlajenca ogrejemo in zaščitimo pred nadaljnjo izgubo toplote, se lahko lotimo oskrbe zmrzlin.

Začetna pozornost velja predvsem zaščiti zmrznjenega dela telesa pred mehanskimi poškodbami in pred nadaljnjimi učinki mraza,

Anapurna, oktobra 1994

ALENKA GLAZER

Spominu Bena Dolinska

Obstal si.

Med nebom

in goro.

Z divjo besedo
sta spregovorila.

Ti molčiš
in čakaš.

Zdivjana razsrjenost
te zagrinja
v viharen mir.

Čakaš.

Molčiš.

V molku čakajo
stisnjena srca.

Se vračaš, daljni,
iz svoje samote?

Stisnjena srca
čakajo v črnem molku.