

## Rehabilitacija

- Za začetek rehabilitacije poskrbijo fizioterapevti na oddelku po naročilu zdravnika.
- Vsak poškodovanec dobi individualna navodila o omejitvah gibanja in načinu rehabilitacije.
- Rehabilitacija se lahko nadaljuje v domačem okolju ali na Inštitutu za rehabilitacijo Republike Slovenije, glede na poškodbo.

## Odpust iz bolnišnice

- Po končanem zdravljenju poškodovanec prejme zdravnikova navodila.
- Pomembno je, da poškodovanec upošteva navodila o omejitvah gibanja.
- Pomembna je dosledna in pravilna uporaba otropejskih pripomočkov v domačem okolju ter pravilna skrb za njih.
- Poškodovanci in njihovi svojci imajo možnost vključevanja v društva, ki združujejo ljudi s podobnimi težavami.

## Prva pomoč pri poškodbah hrbtenice

- Na poškodbo hrbtenice vedno pomislite pri prometnih nesrečah in padcih z višine.
- Vedno preverite stanje zavesti in dihanja poškodovanca.
- Preverite, ali čuti okončine in jih lahko premika.
- Ne premikajte poškodovanca, v kolikor to ni nujno potrebno.
- Če premikate poškodovanca, poskrbite, da leži na trdi in ravni podlagi in da ne upogiba hrbtenice.
- Poškodovanca naj premešča šest oseb.
- V primerih, ko sumite, da gre za poškodbo hrbtenice, kličite na št. 112.



***Nepravilno ravnanje s poškodovancem lahko povzroči hude trajne posledice, kot so ohromelost ali celo smrt.***

---

# POŠKODBA HRBTENICE

Zdravstveno vzgojne vsebine

---

NP KRG KOTR 019

---

izdaja 1 (05/2013)

---

Poškodbe hrbtenice in hrbenjače so najpogosteje posledica delovanja nenadnih, močnih in sunkovitih sil. Prizadenejo v glavnem ljudi v najbolj produktivnem življenjskem obdobju.

## Vzroki

- Prometne nesreče.
- Padci z višine.
- Ekstremni športi.
- Nasilna dejanja.

## Vrste

- Zvin hrbtениčnih vezi.
- Izpah vretenc.
- Zlom vretenc.
- Poškodbe hrbenjače.

## Znaki

- Bolečina v predelu poškodbe.
- Mravljinčenje.
- Slabša moč v rokah ali nogah.
- Težave z odvajanjem vode in blata.
- Delna ali popolna ohromelost pod nivojem poškodbe.

## Diagnostika

- Poškodovanca pregleda zdravnik in se z njim pogovori o mehanizmu poškodbe.
- Rentgensko slikanje (RTG).
- Računalniška tomografija (CT).
- Magnetna resonanca (MRI).

## Sprejem na oddelek

- Poškodovanci se na oddelek sprejemajo iz urgentnega kirurškega bloka.
- Na oddelku se opravi dokončna diagnostika in načrt zdravljenja.
- Dokler ni natančnih navodil zdravnika, naj leži z ravnim zglovljem.
- Poškodovanec naj ne vstaja brez zdravnikovega navodila in pomoči fizioterapevta.

## Zdravljenje

### Konzervativno:

- samo z ležanjem in razbremenjevanjem;
- z različnimi mavci glede na poškodbo;
- z različnimi opornicami glede na poškodbo;
- skeletna trakcija.

### Operativno:

- z različnimi operativnimi tehnikami;
- eventualno endoskopska operacija.

## Priprava na operativni poseg

- S poškodovancem se pogovori zdravnik in pridobi vsa pisna soglasja.
- Medicinska sestra poskrbi za vse potrebne izvide in dokumentacijo.
- Zdravstveni tehnik izvede higiensko pripravo poškodovanca.
- Poškodovanec ima pravico izvedeti vse, kar ga zanima glede operacije.