

БЫТОВОЙ ТРАВМАТИЗМ ЧАСТО СТАНОВИТСЯ ПРИЧИНОЙ НЕТРУДОСПОСОБНОСТИ.

ПОЧТИ 35% БЫТОВЫХ ТРАВМ ЯВЛЯЮТСЯ СЛЕДСТВИЕМ НАРУШЕНИЯ ТЕХНИКИ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ВЫПОЛНЕНИИ ДОМАШНИХ РАБОТ; НА ДОЛЮ ТРАВМ, ПОЛУЧАЕМЫХ НА УЛИЦЕ И В МЕСТАХ ОБЩЕСТВЕННОГО ОТДЫХА, ПРИХОДИТСЯ 30%.

## Бытовой травматизм: помоги себе сам



О.В. Котова, канд. мед. наук, невролог, старший научный сотрудник Лаборатории патологии вегетативной нервной системы научно-исследовательского отдела неврологии Первого МГМУ им. И.М. Сеченова

**Ушиб** – это механическое повреждение мягких тканей без видимого нарушения целостности кожи. Он возникает чаще при ударе тупым предметом или при падении с небольшой высоты на плоскую поверхность. При ушибах, как правило, но не всегда, повреждаются мелкие кровеносные сосуды, в результате чего развивается внутритканевое кровоизлияние, что приводит к развитию гематом.

Клинически ушиб мягких тканей проявляется болью в месте повреждения и посттравматическим отеком.

**Растяжения связок** возникают при резких движениях, превышающих допустимую амплитуду движения сустава или не совпадающих с его нормальным направлением.

При растяжении связок происходит частичный надрыв или полный разрыв соединительных волокон. Обычно такие травмы возникают в голеностопном суставе и кисти при неудачном их повороте или падении. Растяжения связок коленного и локтевого суставов встречаются реже. Плечевой сустав повреждается при резком рывке или взмахе вытянутой рукой.

Клиническая картина растяжения связок и мышц сходна с таковой при ушибе: преобладают боль, припухлость и ограничение функции в травмированном суставе. Боль в области повреждения усиливается при движении и пальпации частично разорванных соединительно-тканых структур. Возможны кровоизлияния в окружающие мягкие ткани, а при плотном прилегании связки к синовиальной мембране суставной капсулы в сустав – гемартроз. Для исключения подвывиха, вывиха или перелома в обязательном порядке производят рентгенографию.

Выделяют три степени тяжести растяжения связок:

- I степень (легкое растяжение связок) – повреждение небольшого участка связки.

Отмечается незначительная боль, которая может практически не мешать двигательной активности. Отека может и не быть;

- II степень (умеренное растяжение связок) – частичный разрыв связки.

Характерна сильная боль, появляются отеки и гематомы;

- III степень (тяжелое растяжение связок) – полный разрыв связки.

Наблюдаются очень сильная и острая боль, сильный отек, синяки. Если разрыв произошел в области голеностопного су-

става, то наступить на поврежденную конечность практически невозможно. Опасность разрыва связки заключается в формировании “слабого” сустава, склонного к частым повреждениям.

**Мышечно-тонические болевые синдромы** при бытовой травме обусловлены острым перерастяжением мышц.

Общими принципами лечения перечисленных бытовых травм являются: охлаждение зоны ушиба в течение первых суток, наложение давящей повязки на место повреждения, иммобилизация; позже назначают тепловые ванны, компрессы, физиотерапевтическое лечение. Используют лекарственные средства, уменьшающие воспаление, отек и боль.

Относительно недавно ассортимент почти каждой аптеки пополнился таким изделием медицинского назначения, как лечебный обезболивающий противовоспалительный пластырь **НАНОПЛАСТ ФОРТЕ**. Он улучшает крово- и лимфообращение, снижает воспаление, уменьшает отек и боль в очаге поражения. Лечебный обезболивающий противовоспалитель-

ный пластырь **НАНОПЛАСТ ФОРТЕ** способствует восстановлению функции опорно-двигательного аппарата при заболеваниях позвоночника и суставов (остеохондрозы, радикулит, невралгии, артриты, артрозы и т. д.). **НАНОПЛАСТ ФОРТЕ** является высокоэффективным средством при различных травмах, в т. ч. и спортивных (вывихи, растяжения мышц и связок, ушибы, гематомы и кровоподтеки).

Высокая эффективность, уникальность состава (магнитный порошок из редкоземельных металлов и нанопорошок – продуциатор инфракрасного излучения в далекой инфракрасной области спектра) и длительное лечебное действие (до 12 ч) позволяют применять **НАНОПЛАСТ ФОРТЕ**, как самостоятельное средство (без дополнительного приема НПВС). А безопасность **НАНОПЛАСТ ФОРТЕ** и удобство в применении подходят даже для пациентов детского возраста.

Лечебный обезболивающий противовоспалительный пластырь **НАНОПЛАСТ ФОРТЕ** стал заслуженно незаменимым средством в домашней аптечке любой семьи.

Лечебный обезболивающий  
противовоспалительный пластырь  
**НАНОПЛАСТ ФОРТЕ**  
nanoplast forte™

**Быстро и эффективно снимает воспаление и боль  
в СУСТАВАХ, ШЕЕ, СПИНЕ, ПОЯСНИЦЕ**

Использование пластыря удобно и комфортно: не ограничивает движений, не оставляет следов на коже и одежде, снимается легко и безболезненно, без запаха и незаметен на коже.

Применяется для лечения заболеваний опорно-двигательного аппарата

- артрит, остеоартроз
- остеохондроз
- межреберная невралгия
- люмбаго, ишиас, радикулит
- боли в шее, спине, поясничной области
- ушибы, растяжения мышц и связок
- вправленные вывихи суставов
- кожные гематомы и кровоподтеки
- спортивные травмы



**Иновация**  
создан на основе нанотехнологий и восточной медицины.

NanoTech Pharma [www.nanoplast-forte.ru](http://www.nanoplast-forte.ru)

**Доказанная клиническая  
эффективность и безопасность**

**Не содержит гормонов и НПВС**

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ  
ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ

РУ № ФСЗ 2008/03447 от 19.01.2009 Реклама