

1. Lesions traumàtiques: contusions, esquinços, luxacions i fractures

Què és una contusió

També anomenada *cop*, és una lesió que s'ha produït sobre la pell per un impacte, sense arribar a rompre-la.

Signes i símptomes

Dolor, inflamació, hematoma (embassament de sang a l'interior dels teixits o en una cavitat orgànica) i edema (acumulació excessiva de líquid en un lloc no habitual del cos).

Actuació

1. Aplicau-hi fred local sense contacte directe amb la pell (gel embolicat en un tros de tela) durant uns 5 minuts.
2. Evitau mobilitzar la zona afectada.
3. Aixecau la zona afectada (en el cas de les extremitats), sempre que això millori el dolor.

Què és un esquinç

És una distensió violenta d'una articulació, amb possible ruptura d'algun lligament o de fibres musculars al voltant d'una articulació.

Signes i símptomes

Dolor en una zona articular concreta, que pot anar acompanyat d'inflamació.

Actuació

1. No mobilitzeu ni forceu la zona.
2. Aplicau-hi fred local sense contacte directe amb la pell (gel embolicat en un tros de tela).
3. Si es produeix en algun membre inferior, aixecau-lo.
4. Si la lesió sembla alarmant, avisau el 061 i seguïu les indicacions que us donin.
5. Avisau la família de la víctima.

Què és una luxació

És el desplaçament permanent d'un os fora de la seva articulació.

Signes i símptomes

S'observa una deformació de l'articulació, dolor i impossibilitat de mobilitzar la zona afectada.

Actuació

1. No mobilitzeu ni forceu la zona afectada.
2. Aplicau-hi fred local sense contacte directe amb la pell (gel embolicat en un tros de tela).
3. Si es produeix en algun membre inferior, aixecau-lo.
4. Avisau el 061 i seguïu les indicacions que us donin.
5. Avisau la família de la víctima.

Què és una fractura

És la solució de continuïtat (ruptura total o parcial) d'un o més ossos, generalment com a conseqüència d'un traumatisme. És oberta si hi ha ruptura de la pell i tancada si no n'hi ha.

Signes i símptomes

Té els mateixos símptomes d'una contusió; a més, pot haver-hi deformació del membre afectat i impossibilitat de fer moviments o d'aguantar càrregues.

Actuació

1. Aplicau-hi fred local sense contacte directe amb la pell (gel embolicat en un tros de tela).
2. Si hi ha ferida, protegiu-la amb gases o compreses netes o estèrils banyades en sèrum fisiològic per evitar que s'aferrin a la ferida.
3. Immobilitzau l'extremitat de manera que no faci mal.
4. Si la lesió sembla alarmant, avisau el 061 i seguïu les indicacions que us donin.
5. Avisau la família de la víctima.

Si el traumatisme és al cap
o a la columna vertebral,
no mogueu la víctima i avisau el 061.
Si calgués moure-la, s'ha de fer
en bloc i evitant vinclar-li l'esquena.