



Namatek
True Education

**physical
trauma**

www.namatek.com

ٲروما چيست؟

فهرست مطالب

۱. تروما چیست؟
۲. آسیب تروماتیک
۳. پاسخ بدن به تروما چیست؟
۴. تشخیص و معاینه تروما
۵. جلوگیری از تروما

همه ما قطعاً ضربه‌هایی که باعث ایجاد آسیب شده را تجربه کرده ایم ولی ممکن است ندانیم که تروما چیست؟ این آسیب‌ها می‌توانند منجر به زخم یا شکستگی استخوان‌های ما شوند. در این مقاله، متوجه می‌شویم که تروما چیست و درباره انواع تروما، علائم و گزینه‌های درمانی او صحبت می‌کنیم.

با ما همراه باشید.

#۱ تروما چیست؟

تروما (ضربه) اساس و سرمنشاء هر صدمه‌ای است که باعث ایجاد ناتوانی طولانی مدت یا مرگ می‌شود. اما دلایل به وجود آمدن تروما چیست؟

- سقوط
- برخورد وسیله نقلیه موتوری
- زخم چاقو
- زخم گلوله

غالباً افرادی که یک ضربه جسمی را تجربه می‌کنند، ممکن است به دلیل شوک آسیب غیرمنتظره، دچار مشکلات روانی نیز شوند. شدت آسیب دیدگی، سرعت مدیریت و انتقال به یک مرکز درمانی مناسب در میزان جلوگیری از آسیب‌های احتمالی متفاوت می‌باشد.



#۲ آسیب تروماتیک

در بخش اول متوجه شدید که تروما چیست، اکنون به معرفی انواع این آسیب ها خواهیم پرداخت. آسیب تروماتیک توسط نیروهای مختلف از خارج بدن ایجاد می شود که می تواند آسیبی شدید یا معمولی باشد.

دو نوع اصلی از آسیب های تروماتیک یا آسیب های جسمی عبارتند از:

- ضربه بلانت: هنگامی که یک جسم یا یک نیرو به بدن برخورد کند که اغلب باعث ضربه مغزی، بریدگی های عمیق یا شکستگی استخوان شود.



Blunt
trauma

- ترومای نفوذی: وقتی جسمی پوست یا بدن را سوراخ می کند و معمولا باعث ایجاد زخم باز می شود.

بیماران ترومایی می توانند عوارض جدی از جمله موارد زیر داشته باشند:

- خون ریزی: با از دست دادن مقدار زیادی خون فرد ممکن است دچار شوک و سایر عوارض شود. وقتی بدن با یک آسیب تهدید کننده زندگی رو به رو می شود، برای نجات مغز و قلب، خون را به سمت آن ها هدایت می کند. این ممکن است اکسیژن روده و ریه ها و سایر موارد حیاتی را از بین ببرد. پزشکان می توانند به بیمار، خون و مایعات دیگری بدهند تا از آسیب به اعضای دیگر بدن جلوگیری کنند.

- عفونت: با وجود زخم های باز خطر عفونت افزایش می یابد.

#۳ پاسخ بدن به تروما چیست؟

هنگامی که دچار ضربه می شویم، پاسخ بدن به تروما چیست؟ التهاب طولانی مدت ممکن است باعث اختلال در عملکرد چند عضو شود. بدن پس از آسیب، بلافاصله تولید گلوکز و مصرف چربی را افزایش می دهد. در مرحله بعدی، بدن از طریق آنابولیسم سعی در ذخیره مجدد انرژی در گلوکز و پروتئین دارد. در نتیجه در این حالت بدن به طور موقت حداکثر تلاش خود را برای بهبود سلول های آسیب دیده نمایش می دهد.

مطالعات مربوط به فعالیت ژن نشان می دهد که آسیب شدید، تعداد زیادی از ژن ها را تغییر می دهد. با نگاهی دقیق به این تغییرات، دانشمندان می توانند نحوه واکنش بدن به ضربه را در کوتاه مدت و بلند مدت بهتر درک کنند. بدن به صدمات ضربه ای، هم به صورت سیستماتیک و هم براساس محل آسیب پاسخ می دهد.

این پاسخ سعی در محافظت از اندام های حیاتی، مانند کبد دارد که امکان تکثیر بیشتر سلول و التیام آسیب را دارد. زمان بهبودی یک آسیب به عوامل مختلفی از جمله جنس، سن و شدت آسیب بستگی دارد. با این حال آسیب های تروما می توانند جدی تر باشند و برای درمان آن نیاز به بستری شدن در بیمارستان می باشد.

میزان کامل آسیب‌ها همیشه هنگام ورود بیمار به بیمارستان مشخص نیست و ممکن است در چند روز اول به معاینه عمیق و آزمایش‌های متعدد مانند اسکن و اشعه ایکس یا عمل نیاز داشته باشند.

علائم آسیب ممکن است به روش‌های مختلفی بروز کند؛ از جمله:

- وضعیت ذهنی تغییر یافته
- تب
- افزایش ضربان قلب
- ورم
- افزایش برون‌ده قلب
- افزایش میزان متابولیسم

برخی از انواع متداول آسیب‌های تروماتیک شامل موارد زیر است:

- آسیب تروماتیک مغز
- آسیب نخاعی
- شکستگی ستون فقرات
- ضربه به صورت
- ضربه مغزی
- فک شکسته یا در رفته
- شکستگی جمجمه

#۴ تشخیص و معاینه تروما

تا این جای مقاله متوجه شدیم که تروما چیست و چه آسیب هایی را به همراه دارد. در ادامه درباره تشخیص تروما صحبت می کنیم. تروما به وسیله انواعی از روش های پزشکی تشخیص داده می شود. معاینه اولیه بدن برای شناسایی مشکلات انجام می شود و پس از آن معاینه ثانویه صورت می گیرد. معاینه ثانویه شامل ارزیابی سیستماتیک نواحی شکم، لگن و قفسه سینه است. بعضی آسیب هایی که شاید بعدا خود را نشان دهند ممکن است در هنگام ارزیابی اولیه، مانند زمانی که بیمار به بخش اورژانس بیمارستان آورده می شود، از بین بروند.

در رادیوگرافی که از کل بدن انجام می شود، اگر ضربه ها باعث شکستگی قابل توجهی در هر دو استخوان ران شده باشد، نشان دهنده ترومای اساسی است. در افراد دارای ترومای اساسی معمولا عکس برداری از قفسه سینه و لگن انجام می شود.

از تکنیک های جراحی و استفاده از لوله برای تخلیه مایعات از قفسه سینه در موارد ترومای شدید به قفسه سینه یا شکم استفاده می شود.



#۵ جلوگیری از تروما

برای پیشگیری و جلوگیری از کاهش ایجاد آسیب در اثر تروما باید مواردی را رعایت کنیم.

موارد لازم برای جلوگیری از روی دادن تروما چیست؟

قوانینی برای جلوگیری از آسیب دیدگی وجود دارد، برای مثال در هنگام رانندگی:

- بستن کمربند ایمنی
- قرار دادن صندلی کودک برای استفاده آن ها

- استفاده از کلاه ایمنی
- کاهش یا منع مصرف الکل و مواد مخدر در جهت کاهش تصادفات رانندگی

محققان امیدوارند پیشرفت هایی را در زمینه های مراقبت از زخم ها داشته باشند، مثل، سلول های آزمایشگاهی که نوید تسریع در ترمیم را می دهند.