

Εργαλείο αναγνώρισης διάσεισης

Βοήθεια στον εντοπισμό διάσεισης σε παιδιά, εφήβους και ενήλικες

Τι είναι το CRT6??

Η διάσειση είναι εγκεφαλική βλάβη. Το Εργαλείο Αναγνώρισης Διάσεισης 6 (CRT6) πρόκειται να χρησιμοποιηθεί από άτομα που δεν είναι ιατρικά εκπαιδευμένα για τον εντοπισμό και την άμεση αντιμετώπιση ύποπτης διάσεισης. Δεν έχει σχεδιαστεί για τη διάγνωση διάσεισης.

Αναγνωρίσε και απομακρυνε

Κόκκινες σημαίες Καλεσε ασθενοφορο

Εάν παρατηρηθεί ΟΠΟΙΟΔΗΠΟΤΕ από τα ακόλουθα σημάδια ή αν αναφερθούν παράπονα μετά από πρόσκρουση στο κεφάλι ή το σώμα, ο αθλητής θα πρέπει να απομακρυνθεί αμέσως από το παιχνίδι/παιχνίδι/δραστηριότητα και να μεταφερθεί για επείγουσα ιατρική φροντίδα από επαγγελματία υγείας (HCP):

- Πονος και ευαισθησία στον αυχένα
- Επιληπτικές κρίσεις, ή σπασμοί
- Απώλεια όρασης ή διπλή όραση
- Απώλεια συνείδησης
- Αυξημένη σύγχυση ή επιδείνωση συνειδητής κατάστασης (ελλειπής ανταποκρίση, υπνηλία)
- Αδυναμία ή μούδιασμα/μυρμήγκιασμα σε περισσότερα από ένα χέρια ή πόδια
- Επαναλαμβανόμενος Έμετος
- Σοβαρός ή αυξανόμενος πονοκέφαλος
- Ο αθλητής είναι ανήσυχος, ταραγμένος ή επιθετικός
- Ορατή παραμόρφωση του κρανίου

Θυμσου

- Σε όλες τις περιπτώσεις, θα πρέπει να τηρούνται οι βασικές αρχές των πρώτων βοηθειών: εκτίμηση του κινδύνου στο σημείο, έλεγχος αεραγωγών, αναπνοής, κυκλοφορίας, μειωμένη επίγνωση του περιβάλλοντος ή βραδύτητα ή δυσκολία να απαντήσει σε ερωτήσεις.
- Μην επιχειρήσετε να μετακινήσετε τον αθλητή (εκτός από αυτό που απαιτείται για υποστήριξη των αεραγωγών) εκτός εάν εκπαιδευτείτε να το πράξετε.
- Μην αφαιρείτε το κράνος (αν υπάρχει) ή άλλο εξοπλισμό.
- Υποθέστε έναν πιθανό τραυματισμό του νωτιαίου μυελού σε όλες τις περιπτώσεις κακώσης του κεφαλιού. Οι αθλητές με γνωστές σωματικές ή αναπτυξιακές αναπηρίες θα πρέπει να έχουν χαμηλότερο όριο απομάκρυνσης από το παιχνίδι.

Εάν δεν υπάρχουν κόκκινες σημαίες, η αναγνώριση πιθανής διάσεισης θα πρέπει να γίνει ως εξής:

Θα πρέπει να υποπτευόμαστε διάσειση μετά από πρόσκρουση στο κεφάλι ή στο σώμα όταν ο αθλητής φαίνεται διαφορετικός από το συνηθισμένο. Τέτοιες αλλαγές περιλαμβάνουν την παρουσία ενός ή περισσότερων από τα ακόλουθα: ορατές ενδείξεις διάσεισης, σημεία και συμπτώματα (όπως πονοκέφαλος ή αστάθεια), διαταραχή της εγκεφαλικής λειτουργίας (π.χ. σύγχυση) ή ασυνήθιστη συμπεριφορά.

Αυτό το εργαλείο μπορεί να αντιγραφεί ελεύθερα στην τρέχουσα μορφή του για διανομή σε άτομα, ομάδες, ομάδες και οργανισμούς. Οποιαδήποτε τροποποίηση (συμπεριλαμβανομένων των μεταφράσεων και της ψηφιακής επανάλιψης μορφοποίησης), αλλαγή επωνυμίας ή πώληση για εμπορικό κέρδος δεν είναι επιτρεπτά χωρίς τη ρητή γραπτή συγκατάθεση της BMJ.



1: Ορατές ενδείξεις ύποπτης διάσεισης

- Απώλεια συνείδησης ή ανταπόκρισης
- Αθλητής ξαπλωμένος; ακίνητος στην επιφάνεια του γη
- Πτώση απροσάτευτη στην επιφάνεια του παιχνιδιού
- Αποπροσανατολισμός ή σύγχυση στο βλέμμα ή περιορισμένη ανταπόκριση ή ανικανότητα να απαντήσει κατάλληλα σε ερωτήσεις
- Ζαλισμένο, κενό ή άδειο βλέμμα
- Επιληπτικές κρίσεις, ή σπασμοί
- Αργεί για να σηκωθεί μετά από ένα άμεσο ή έμμεσο χτύπημα στο κεφάλι
- Αστάθεια στα πόδια / προβλήματα ισορροπίας ή πτώση / κακό συντονισμός / ταλαντευόμενος
- Τραυματισμός προσώπου

2: Συμπτώματα ύποπτης διάσεισης

Σωματικά συμπτώματα

Πονοκέφαλος
 «Πίεση στο κεφάλι»
 Προβλήματα ισορροπίας
 Ναυτία ή έμετος
 Υπνηλία Ζάλη
 Θολή όραση
 Ευαίσθησια στο φως
 Ευαίσθησια στο θόρυβο
 Κούραση ή χαμηλή ενέργεια
 «Δεν αισθάνομαι καλά»
 Πόνος στον αυχένα

Αλλαγές στα συναισθήματα

Πιο συναισθηματικός
 Πιο οξύθυμος
 Θλίμμενος
 Νευρικός ή ανήσυχος

Αλλαγές στη σκέψη

Δυσκολία συγκέντρωσης
 Δυσκολία στη μνήμη
 Αίσθημα επιβράδυνσης
 Αισθάνομαι σαν «σε ομίχλη»

Θυμηθείτε, τα συμπτώματα μπορεί να εμφανιστούν μέσα σε λίγα λεπτά ή ώρες μετά από έναν τραυματισμό στο κεφάλι.

3: Επίγνωση

(Τροποποιήστε κάθε ερώτηση κατάλληλα για κάθε άθλημα και ηλικία αθλητή)

«Πού είμαστε σήμερα;» «Τι αγώνα ειχατε;» «Ποιος σκόραρε τελευταίος σε αυτό το παιχνίδι;» "Με ποια ομάδα έπαιξες την περασμένη εβδομάδα/παιχνίδι;" «Η ομάδα σου κέρδισε το τελευταίο παιχνίδι;»

Οποιοσδήποτε αθλητής με υποψία διάσεισης θα πρέπει - ΑΠΟΜΑΚΡΥΝΕΤΑΙ ΑΜΕΣΑ ΑΠΟ ΤΗΝ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ Ή ΤΟ ΠΑΙΧΝΙΔΙ και ΔΕΝ θα πρέπει να ΕΠΙΣΤΡΕΦΕΙ ΣΕ ΟΠΟΙΑΔΗΠΟΤΕ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ ΜΕ ΚΙΝΔΥΝΟ ΕΠΑΦΗΣ ΜΕ ΤΟ ΚΕΦΑΛΙ, ΠΤΩΣΗΣ Ή ΣΥΓΚΡΟΥΣΗΣ, συμπεριλαμβανομένης της ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑΣ μέχρις ότου τα συμπτώματα υποχωρήσουν ΙΑΤΡΙΚΑ.

Οι αθλητές με υποψία διάσεισης **ΔΕΝ** πρέπει:

- Μείνετε μόνοι
 - σας αρχικά (τουλάχιστον για τις πρώτες 3 ώρες). Η επιδείνωση των συμπτωμάτων θα πρέπει να οδηγήσει σε άμεση ιατρική φροντίδα. Να σταλούν μόνοι τους στο σπίτι. Πρέπει να είναι με έναν υπεύθυνο ενήλικα. Πίνετε
 - αλκοόλ, χρησιμοποιήστε ψυχαγωγικά ναρκωτικά ή φάρμακα που δεν συνταγογραφούνται από τον γιατρο τους
- Οδηγήστε ένα μηχανοκίνητο όχημα έως ότου εγκριθεί από έναν επαγγελματία υγείας

