

## **Saveti za postupanje u urgentnim situacijama**

Poštovani korisnici, ovde su navedeni najvažniji saveti i uputstva kad su u pitanju neka česta stanja zbog kojih se traži lekarska pomoć. Ovi saveti predstavljaju samo uputstva i objašnjenje za osnovne postupke kod navedenih stanja, i ne mogu zameniti medicinsku pomoć.

U slučaju pogoršanja tegoba, pogoršanja opšteg stanja, ili nepopravljanje istih, odmah se javite **SVOM IZABRANOM** lekaru, pozovite **HITNU POMOĆ**, ili dođite u **PRIJEMNO ODELJENJE BOLNICE PIROT**.

Preporučeni lekovi kod pojedinih stanja su rezultat iskustva njihove primene i kod navedenih stanja i bolesti, ali napominjemo da su **NEŽELJENA DEJSTVA MOGUĆA KOD SVIH LEKOVA** TE DA JE **POTREBNO PRE PRIMENE PAŽLJIVO PROČITATI UPUTSTVO I POSAVETOVATI SE SA LEKAROM ILI FARMACEUTOM**.

## **KONTUZIJA –NAGNJEČENJE**

**Nagnječenje** je mehanička povreda koja ne uzrokuje oštećenje kože niti sluznice, nego se oštećenje nalazi ispod kože. Vrlo često je prisutan i hematoma – modrica. Javlja se u dva oblika:

- lakši: potres tkiva ili organa – nema strukturnih oštećenja;
- teži: uzrokuje oštećenja mišića ili retko organa.

Dolazak u PRIJEMNO-URGENTNO ODELJENJE je potreban kako bi se isključile teže povrede unutrašnjih organa ili prelomi kostiju.

Zbog toga je ponekad potrebno snimanje povređenog dela tela RTG-om.

**Lečenje** nagnečenja se sastoji od sledećeg:

- mirovanje
- ledeni oblozi (10-20 minuta, 3-4 puta dnevno)
- elevacija – uzdignuti položaj povređenog dela tela
- elastični zavoj, po potrebi
- analgetici – lekovi protiv bolova, po potrebi: Paracet, Ibuprofen, Diklofenak i sl. (nikada na prazan želudac)

U slučaju da u sledećih nekoliko sati:

- povređeni deo tela počne jako oticati ili izgubite osećaj u istom;
- da se pojača bol ili se ponovno javi;
- da je nagnječenje na glavi, a pojave se omaglice, slabost ili nešto slično;
- da vam se zdravstveno stanje pogorša;

**ODMAH SE VRATITE U PRIJEMNO-URGENTNO ODELJENJE!**

Inače kontaktirajte svog lekara ili hitnu medicinsku pomoć.

## **UDARAC U GLAVU**

**Udarac u glavu** je česta povreda koja uglavnom prolazi bez posledica. Međutim, može se desiti da tom prilikom nastanu i teže povrede, npr. potres mozga, a ponekad i prelom kostiju glave. Potres mozga je mehanička povreda glave koja ne uzrokuje trajno oštećenje mozga, nego samo kratkotrajni poremećaj funkcije. Nema povreda kostiju glave.

Glavni simptomi su:

- kratkotrajna nesvest – neposredno nakon povrede
- amnezija – gubitak pamćenja
- povraćanje, mučnina, glavobolja, vrtoglavica i slabost

Dolazak u **PRIJEMNO-URGENTNO ODELJENJE** je potreban kako bi se isključile teže povrede ili prelomi kostiju. Zbog toga je potrebno snimanje kostiju glave RTG-om.

Nakon udarca u glavu potrebno je:

- mirovanje
- observacija – praćenje povređenog, kako bi se na vreme mogle uočiti komplikacije nakon povrede

U slučaju da se radi o lakšoj povredi, udarcu tj. kontuziji, povređeni pacijent će biti otpušten kući ukoliko ima pratnju koja se može brinuti o njemu. Potrebno je proveravati stanje pacijenta svaka 2-3 sata, a tokom noći ga buditi.

U slučaju da se u sledećih nekoliko sati:

- pojavi jako povraćanje;
- pojača glavobolja ili se ponovno javi;
- pojave omaglice ili slabost ili nesvestica;
- nastupi promena ponašanja, pospanost ili jaki umor;
- zdravstveno stanje pogorša,

**ODMAH SE VRATITE U PRIJEMNO-URGENTNO ODELJENJE!**

Inače kontaktirajte svog lekara ili hitnu medicinsku pomoć.

## **UGANUĆE – DISTORZIJA**

Uganuće je povreda zgloba nastala kod preteranog pokreta u zglobu. Može da dođe i do istegnuća i oštećenja ligamenata i zglobne čahure.

Vrlo brzo dolazi do pojave bola i otoka pogođenog zgloba, a ponekad se razvija i hematoma-modrica.

Dolazak u PRIJEMNO-URGENTNO ODELJENJE je potreban kako bi se isključile teže povrede ili prelomi kostiju. Zbog toga je ponekad potrebno i snimanje povređenog dela tela RTG-om.

**Lečenje** uganuća se sastoji od sledećeg:

- mirovanje
- elastični zavoj ili gips longeta, po potrebi
- ledeni oblozi (10-20 minuta, 3-4 puta dnevno), ako nemate longetu
- elevacija – uzdignuti položaj povređenog dela tela
- analgetici – lekovi protiv bolova, po potrebi: Paracet, Ibuprofen, Diklofenak i sl. (nikada na prazan želudac)

U slučaju da u sledećih nekoliko sati:

- povređeni deo tela počne jako oticati, promeni boju ili izgubite osećaj u njemu;
- se pojača bol ili se ponovno javi,

**ODMAH SE VRATITE U PRIJEMNO-URGENTNO ODELJENJE!**

Inače kontaktirajte svog lekara ili ako je nedostupan, hitnu medicinsku pomoć.

Nakon sedam (7) dana je potrebno doći na kontrolu kod hirurga ili ortopeda. Kontrola se obavlja u ambulantama hirurgije ili ortopedije, i kontrolni pregled se zakazuje. Potrebno je sa sobom imati uput izabranog lekara i prethodni izveštaj hirurga ili ortopeda. **NE DOLAZITE** na kontrolne preglede u PRIJEMNO-URGENTNI CENTAR, osim ukoliko nije iznenada došlo do značajnog pogoršanja vaše povrede.

### **Održavanje gipsa i/ili longete**

Potrebno je:

- održavati gips/longetu čistim i suvim
- ne opterećivati gips/longetu da ne bi došlo do pucanja ili rastezanja longete

## **OTVORENA POVREDA – RANA**

**Rana** je mehanička povreda kože ili sluznice.

Po pravilu je potrebno lekarsko zbrinjavanje iz dva glavna razloga:

1. krvarenje iz rane
2. zagađenost rane ili opasnost od naknadnog zagađenja

**Lečenje** treba započeti odmah po povređivanju i ono podrazumeva:

- skidanje odeće sa povređenog dela tela
- ispiranje čistom tečnom vodom
- previjanje rane čistom gazom – kompresivnim zavojem ako krvari
- imobilizacijom
- odlazak lekaru tokom prvih 8 sati od povređivanja

**Lekar** će po potrebi ranu zatvoriti:

- šivenjem
- Steristrip trakicama

U slučaju da je rana nastala ugrizom čoveka ili životinje rana se ne sme zatvoriti zbog nastalog zagađenja.

**Po odlasku** iz PRIJEMNO-URGENTNOG CENTRA potrebno je proveriti kada ste se zadnji put vakcinisali protiv Tetanusa, te po potrebi isto ponoviti. U slučaju da je potrebno uzimati antibiotike obratite se Vašem ordinirajućem lekaru da Vam prepíše recept. Poseta vašem izabranom lekaru je obavezna i zbog provere vakcinalnog statusa.

Dva (2) dana nakon obrade rane potrebno je posetiti vašeg izabranog lekara koji će vam previti ranu. Nakon sedam (7) dana vaš lekar vam može ukloniti šavove odnosno trakice.

Kod kuće je potrebno da zavoj održite suvim i čistim i da povređeni deo tela bude podignut i da što više miruje kako bi se izbeglo oticanje i ubrzalo zarastanje rane.

Ako se pojavi bol, uzmite analgetik – lek protiv bolova: Paracet, Ibuprofen, Diklofenak i sl. (nikada na prazan želudac)

U slučaju da u sledećih nekoliko sati:

- rana jako prokrvari
- osetite jak bol u okolini rane

**ODMAH SE VRATITE U PRIJEMNO-URGENTNO**

**ODELJENJE!**

Inače kontaktirajte svog lekara ili hitnu medicinsku pomoć.

## **PRELOM**

Prelom je povreda kod koje dolazi do prekida kontinuiteta kosti. Nastaje delovanjem jake spoljašnje sile, ali ponekad može nastati i zbog povećane lomljivosti kostiju. Rentgenskim snimanjem se utvrđuje prelom i njegove osobine, te samim tim i mogućnost lečenja.

### **Lečenje:**

- u slučaju da se delovi slomljene kosti nisu razmakli stavlja se gips-longeta
- u slučaju da su se delovi slomljene kosti razmakli, ali se mogu staviti u normalan položaj bez operacije, radi se repozicija - gips logeta
- u slučaju da lečenje zahteva operaciju tada je potreban i prijem u bolnicu

**Lečenje** preloma kod kuće podrazumeva:

- mirovanje
- elevacija – uzdignuti položaj povređenog dela tela
- analgetici – lekovi protiv bolova, po potrebi: Paracet, Ibuprofen, Diklofenak i sl. (nikada na prazan želudac)

U slučaju da u sledećih nekoliko sati:

- povređeni deo tela počne jako oticati, promeni boju ili u njemu izgubite osećaj;
- se pojača bol ili se ponovno javi vrlo intenzivan,  
**ODMAH SE VRATITE U PRIJEMNO-URGENTNO ODELJENJE!**

Inače kontaktirajte svog lekara ili hitnu medicinsku pomoć.

Nakon sedam (7) dana je potrebno doći na kontrolu kod hirurga, odnosno ortopeda. Kontrola se obavlja u ambulanti hirurgije (ili ortopedije ) sa uputom vašeg izabranog lekara. Osim u slučaju da se javi akutno pogoršanje , **NEMOJTE** na redovne kontrole dolaziti u **PRIJEMNO-URGENTNI CENTAR**.

### **Održavanje gipsa i/ili longete**

Potrebno je:

- održavati gips/longetu čistim i suvim
- ne opterećivati gips/longetu da ne bi došlo do pucanja ili rastezanja longete
- poštovati savete ortopeda o oslanjanju na ekstremitet koji je imobilisan.

## **BOL U GRUDIMA**

Bol koja se javlja u grudima u toku mirovanja ili napora može biti uzrokovana različitim poremećajima u telu, počev od reume, prehlade, pa do upale pluća i bolesnog srca. Najčešći razlog zbog čega se pacijenti obraćaju lekaru je strah od srčanog infarkta.

Lekari u PRIJEMNO-URGENTNOM CENTRU će, u zavisnosti o znakova bolesti koji su prisutni kod pacijenta, učiniti sledeće:

- klinički pregled
- EKG snimak, pokazuje način rada srca i eventualne promene
- uzimanje krvi za potrebne analize

Ukoliko nijedan od navedenih nalaza ne potvrdi da se radi o srčanom oštećenju s velikom sigurnošću se može reći da trenutno nema razloga za ostanak u bolnici.

Kod kuće bi trebalo:

- biti bez fizičkih napora
- biti bez psihičkog stresa
- uzimati Andol 100 jednom dnevno - lek za prevenciju
- uzimati lek protiv bolova, ukoliko vam lekar to savetuje

Uz konsultaciju sa svojim odabranim lekarom, ukoliko proceni da je potrebno, bićete upućeni kod lekara specijaliste zavisno od poremećaja o kojem se radi.

U slučaju da se u sledećih nekoliko sati:

- bol ponovo javi i ne smanjuje se na tablete;
- pojave se novi znaci bolesti;
- osećate jako loše;
- dođe do pogoršanja,

**ODMAH SE VRATITE U PRIJEMNO-URGENTNO  
ODELJENJE!**

Inače kontaktirajte svog lekara ili hitnu medicinsku pomoć.

## **GASTROENTERITIS**

Gastroenteritisom nazivamo sve zarazne bolesti i poremećaje varenja , koji se karakterišu:

- bolovima u truhu
- mučninom i povraćanjem
- prolivom

U najvećem broju slučajeva ne dolazi do trajnog oštećenja već tegobe spontano prolaze i za nekoliko sati ili par dana. Uzročnici ulaze kroz usta vodom, hranom ili prljavim rukama, a uglavnom se izlučuju izmetom.

Lekari u PRIJEMNO-URGENTNOM CENTRU će pokušati utvrditi uzrok i težinu bolesti:

- pregledom
- laboratorijskim analizama
- po potrebi rentgenskim snimkom trbuha
- po potrebi konsultacijom sa specijalistima

Lečenje u PRIJEMNO-URGENTNOM CENTRU podrazumeva:

- infuziju u cilju nadoknade izgubljene tečnosti i elektrolita i antibiotsku terapiju samo u određenim slučajevima.

Ukoliko ne postoji razlog za ostanak u bolnici, nastavak lečenja se sprovodi kod kuće:

- nadoknada tečnosti: blago zašećerani čaj, supa iz kesice, razređeni negazirani sokovi, kod male dece specijalne vrste mleka i jogurt. U apoteci se mogu kupiti i posebni rastvori kojima se nadoknađuje tečnost i izgubljeni elektroliti. Objasnite svoje tegobe farmaceutu prilikom posete apoteci, kako bi vam posavetovao pravi preparat;

- lako svarljiva dijetalna ishrana:

- prvog dana suvi dvopek, kasnije pirinač i krompir na vodi
- postepeno uvoditi kuvanu hranu i izbegavati masnoće i hranu koja nadima

U slučaju da povraćate više od jednom po povratku kući ,ako se nastave jaki prolivi ili se pojavi krv u stolici, ukoliko se pojave izrazitiji bolovi u truhu u sledećih nekoliko sati, odmah se vratite u PRIJEMNO URGENTNI CENTAR!

Inače kontaktirajte svog lekara ili hitnu medicinsku pomoć.



## **HIPERTENZIJA – VISOK KRVNI PRITISAK**

Povišenim krvnim pritiskom nazivamo vrednosti iznad 140-160/80-95 mmHg.

Dijagnoza povišenog krvnog pritiska se postavlja tek kada se u tri različita merenja ustanove povišene vrednosti. Znaci povišenog krvnog pritiska su glavobolja, slabost, crvenilo, ponekad mučnina i povraćanje, bolovi u grudima, i sl.

Lečenje hipertenzije u PRIJEMNO-URGENTNOM CENTRU:

- antihipertenzivi – lekovi koji snižavaju krvni pritisak
  - anksiolitici – lekovi koji smanjuju psihički stres
- Ove lekove prepisuje lekar koji ustanovi povišen krvni pritisak.

Kod kuće treba:

- nastaviti sa terapijom ako je propisano
- ne izlagati se preteranim fizičkim i psihičkim naporima
- paziti na ishranu
- smanjiti prekomernu težinu
- prestati pušiti

Potrebne su redovne kontrole lekara opšte medicine da bi se utvrdilo da li je stvarno reč o povišenom krvnom pritisku.

Ako se potvrdi, potrebna je i kontrola interniste sa sledećim nalazima:

- EKG,
- ~~RKKS~~ S, urea, kalijum, šećer u krvi , lipidogram
- pregledom očnog dna

U slučaju pogoršanja u sledećih nekoliko sati, odmah se vratite u  
PRIJEMNO-URGENTNO ODELJENJE

Inače kontaktirajte svog lekara ili hitnu medicinsku pomoć.

Lečenje ustanovljenog povišenog krvnog pritiska **OBAVEZNO** nastavljate kod svog izabranog lekara!

## **INFEKCIJE KOŽE I SLUZNICA**

Infekcije kože nastaju ulaskom bakterija u kožu pri čemu one izazivaju u najvećem broju slučajeva gnojne upale. Koža je kod infekcije crvena, topla i otečena. Važno je znati da ukoliko se ne leče, ove infekcije mogu izazvati komplikacije koje ponekad ugrožavaju pogođeni ekstremitet, udaljene organe, pa čak i život.

**Lečenje** se sastoji od:

- incizije i čišćenja gnojnog sadržaja – ako je potrebno, radi lekar u PRIJEMNO-URGENTNOM CENTRU
- antibiotici, ako lekar prepíše
- mirovanje ili imobilizacija, po potrebi

**Kod kuće** je potrebno:

- nastaviti s antibioticima
- zavoj držati suvim i čistim
- pogođeni deo tela držati podignut i što više mirovati kako bi se izbeglo oticanje i ubrzalo lečenje
- kod pojave bolova, uzmite analgetik – lek protiv bolova: Paracet, Ibuprofen, Diklofenak i sl. (ove lekove nikada ne uzimajte na prazan želudac)
- svakodnevno ići na previjanje kod svog odabranog lekara

Ukoliko se pojave novi problemi obratite se vašem lekaru opšte medicine ili se vratite u PRIJEMNO-URGENTNI CENTAR.

## **STRANO TELO NA OKU**

Povrede oka najčešće nastaju pri poslovima kod kojih se u toku rada stvaraju čestice prašine. Povreda nastaje kada se takva sitna strana tela zabiju u rožnjaču – deo oka ispred zenice, ili u sluznicu kapka. Budući da su jako sitna, ne mogu probiti rožnjaču, ali ako se ne odstrane mogu izazvati upalu oka. U svakom slučaju, pacijentima stvaraju dosta smetnji.

**Lečenje** u PRIJEMNO-URGENTNOM CENTRU podrazumeva:

- uklanjanje stranog tela iz oka
- antibiotske kapi i mast
- previjanje oka

Nakon prestanka delovanja anestetika, posle jednog sata, ponovo će se javiti osećaj smetnje stranog tela, a ovo potiče od povrede koju je strano telo napravilo.

**Kod kuće** treba nastaviti s terapijom:

- mirovanje
- analgetik – lek protiv bolova: Paracet, Ibuprofen, Diklofenak i sl.
- antibiotske kapi 3 puta dnevno: Tobrex, ili druga koju prepíše očni lekar
- antibiotska mast 3 puta dnevno: Chloramphenicol ili Tobrex , ili druga koju prepíše očni lekar

Kontrola kod oftalmologa u slučaju pogoršanja, ili prema mišljenju vašeg izabranog lekara

## **BUBREŽNI KAMENCI**

Oko 1% stanovništva boluje od bubrežnih kamenaca, 2-4 puta češće muškarci. Bol se javlja kada se kamen pokrene iz bubrega i krene prema mokraćnoj bešici. Tada se javljaju jaki bolovi u slabini koji se šire prema karlici i preponi. Često se uz bubrežne kamence može javiti i upala mokraćnih puteva. Mogu se, ali ne moraju dokazati rentgenom i ultrazvukom, kao i analizom mokraće.

**Lečenje** akutnog napada boli u PRIJEMNO-URGENTNOM CENTRU:

- analgetici – lekovi protiv bolova
- spazmolitici – lekovi koji olakšavaju prolazak kamena do mokraćne bešike i kasnije izmokravanje
- infuzija tečnosti – takođe pomaže u izbacivanju kamena, ali i kao prevencija ponovnog stvaranja
- sedativi – lekovi za smirenje koji deluju opuštajući na mišiće

**Kod kuće** treba nastaviti s terapijom:

- analgetici: na primer: Diklofenak, Analgin
- spazmolitici: na primer Spasmex, Buscopan
- piti puno tečnosti
- kretanje pospešuje i ubrzava izbacivanje kamena
- antibiotici – ako ih je prepisao lekar zbog upale mokraćnog puta

U slučaju da u sledećih nekoliko sati:

- se bol pojača ili se ponovno javi i ne smanjuje se, uprkos upotrebi terapije;
- prestanete mokriti;
- pojavi se visoka temperatura, jeza, drhtavica,

**ODMAH SE VRATITE U PRIJEMNO-URGENTNO ODELJENJE!**

Inače kontaktirajte svog lekara ili hitnu medicinsku pomoć.

Potrebna je obavezna kontrola **UROLOGA**, kod koga će vas uputiti vaš izabrani lekar!

## ASTMA

Astma je bolest nastala kao posledica povećane osetljivosti disajnih puteva i manifestuje se njihovim opštim suženjem. Stanje bolesti se menja od momenta do momenta i otežano disanje dolazi u napadima. Na težinu bolesti utiču okolina, lekovi, psihički stres ili ponekad nastaje bez jasno vidljivih uzroka.

Lečenje u PRIJEMNO-URGENTNOM CENTRU:

- inhalacija – udisanje lekova koji olakšavaju disanje
- ukoliko je potrebno daje se kiseonik
- ukoliko je potrebno i injekcija lekova koji olakšavaju disanje i sprečavaju nove napade

Kod kuće lečenje treba nastaviti:

- sprejevima – pumpicama s lekovima koje je prepisao pulmolog ili vaš izabrani lekar
- lekovima u tabletama
- opštim merama: izbegavati okolnosti koje uzrokuju napad astme
  - razni alergeni: prašina, dlake, perje
  - fizički rad
  - psihički stres

U slučaju da se u sledećih nekoliko sati ponovo javi napad otežanog disanja koji ne prestaje na inhalacije, ili vam se pogorša opšte zdravstveno stanje odmah se vratite u PRIJEMNO URGENTNI CENTAR!

Inače kontaktirajte svog lekara ili hitnu medicinsku pomoć.

## **ŽUČNE KOLIKE – ŽUČNI KAMENCI**

Žuč se normalno izlučuje iz jetre i žučne kese prilikom varenja. Zbog modernog načina ishrane, a i nekih naslednih faktora, može doći do stvaranja kamenaca u žučnoj kesi. Ponekad kamenje u žučnoj kesi može biti praćeno i upalom. Žučna kolika je naziv za bol koji se javlja kada žučni kamenci smetaju tokom normalnog izlučivanja žuči.

**Lečenje** žučnih kamenaca:

- jedino efikasno i trajno lečenje je hirurško odstranjenje žučnih kamenaca

Ukoliko niste kandidat za hitnu operaciju, u PRIJEMNO-URGENTNOM CENTRU će vam se pokušati pomoći sledećim:

- analgetici – lekovi protiv bolova
- infuzija tečnosti – nadoknada zbog eventualnog gubitka ili smanjenog unosa

**Kod kuće** treba nastaviti s terapijom:

- analgetici: npr. Diklofenak, Analgin, Spasmex
- antibiotici – ako se pojavila i upala žučnog mehura
- dijeta: čaj i dvopek – dok traju bolovi

U slučaju da u sledećih nekoliko sati:

- se bol pojača ili se ponovo javi i ne smanjuje se na lekove;
- primetite žutu boju kože ili očiju;
- dođe do pogoršanja,

**ODMAH SE VRATITE U PRIJEMNO-URGENTNO ODELJENJE!**

Inače kontaktirajte svog lekara ili hitnu medicinsku pomoć.