

TVARSTYMAS

Tvarstymas – tai pirmosios pagalbos būdas: naudojant įvairių tvarsliaivą (marlę, sterilius ar nesterilius tvarščius, pleistrą, tvarstomąsias skareles ir parankines priemones) uždengiama žaizda.

Tikslai

1. Apsaugoti žaizdą nuo aplinkos užkrato.
2. Sustabdyti kraujavimą.
3. Sumažinti skausmą.
4. Sugerti išsiskiriantį kraują ar skystį.

Tvarstymo principai

- Naudokite vienkartinės pirštines (tai apsauginė jūsų priemonė).
- Naudokite tvarstį, kuris visiškai uždengia žaizdą.
- Tiek išimdami tvarstį iš pakuotės, tiek tvarstydami žaizdą nelieskite tos tvarščio pusės, kuri bus dedama ant žaizdos, nesvarbu, ar naudojate sterilų ar nesterilų tvarstį.
- Jei tvarstis nuslydo nuo žaizdos, uždėkite jį iš naujo.
- Fiksuokite tvarstį pleistru arba jį apriškite tvarščio juosta.
- Patikrinkite ar tvarstis netrikdo kraujotakos.

ŽAIZDŲ TVARSTYMAS

1. Plaukite žaizdą vandentiekio ar kitokio švariu tekančiu vandeniu 5 min. arba tol, kol išplausite svetimkūnius iš žaizdos.
2. Jei turite, galite plauti specialiu antiseptiniu tirpalu.
3. Žaizdos kraštus nuvalykite specialia drėgna servetėle arba tamponu, suvilgytu antiseptiku.
4. Žaizdą uždengkite tvarščiu, specialia sterilia servetėle arba, jei neturite, kitokia tvarstomąja medžiaga.
5. Tvarstį fiksuokite pleistru arba apriškite tvarščio juosta.
6. patikrinkite ar tvarstis netrikdo kraujotakos.

Tvarstymas tvarščiais lipniais kraštais

- Nuvalyti ir nusausinti odą apie žaizdą.
- Atplėšti apsauginę plėvelę nuo tvarščio, bet iki galo jos nenuplėšti.
- Laikant už lipnių kraštų, uždėti tvarstį ant žaizdos.
- Nuplėšti apsauginę plėvelę, prispausti lipnius tvarščio kraštus prie odos.

Tvarstymas parankinėmis priemonėmis

- Jei neturite tvarščio, žaizdą galite uždengti bet kokia švaria nepūkuota medžiaga.

- Naudokite vidinę audeklo (skarelės, nosinės ir pan.) pusę, nes yra didesnė tikimybė, kad ji bus mažiau suteršta.

- Uždenkite visą žaizdą.

- Fiksuokite tvarščiu ar kitokiu švariu audeklu.

- Patikrinkite, ar tvarstis netrikdo kraujotakos.

Tvarstymas tvarščio juostomis

Teikiant pirmąją pagalbą, tvarstymas gali būti tvarščio fiksavimo, kraujavimo stabdymo, galūnės imobilizavimo, pakėlimo arba patinimo mažinimo būdas.

Tvarstymo principai

- 1.Tvarstis susideda iš galvos (suvyniotosios dalies) ir uodegos (laisvosios dalies).

- 2.Tvarstyti pradedama nuo tvarščio galo (uodegos). Jis laikomas kairiojoje rankoje, o galva dešiniojoje, tarp nykščio ir smiliaus. Vyniojama iš kairės į dešinę.

- 3.Vyniojama tvarščio juostelė.

- 4.Tvarščio plotis parenkamas atsižvelgiant į žaizdą.

- 5.Tvarstoma nuo plonesnės kūno dalie storesnės link.

- 6.Smulkiosios kūno dalys tvarstomos siaurais tvarščiais, stambiosios plačiais.

- 7.Tvarstis turi lygiai priglusti prie tvarstomos kūno dalies, nevarginti.

- 8.Tvarstyti būtina taip, kad tvarstis nenusmuktų nuo žaizdos.

- 9.Tvarstyti reikia nestipriai, kad tvarstis nesuspaustų kraujagyslių ir nervų.

- 10.Negalima mazgo rišti ties žaizda.

- 11.Būtina patikrinti ar nesutriko kraujotaka.

- 12.Tvarstyti galima tik apsimovus pirštines.

TVARSTYMO BŪDAI

Žiedinis būdas.

- Toks būdas tinka tvarstant rankų, kojų sužalojimus, kaktą, kaklą.

- Paimamas laisvasis tvarščio galas, pirma vija kiek palaikoma pirštais, kitos vyniojamos ant kitos.

- Kiekviena vija turi visiškai uždengti prieš tai buvusią.

- Vyniojame tvirtai, bet nestandžiai.

- Šiuo tvarstymo būdu pradedami kitų tipų tvarstymo būdai.

Spiralinis būdas

Taip tvarstant kiekviena vija dengia pusę ar trečdalį prieš tai buvusios vijos.

- Spiralinis bėgamasis būdas:

- toks būdas tinka tvarstant lygias kūno dalis: pirštus, žastą, krūtinę, pilvą;

- vynioti pradedama taip, kaip tvarstant žiediniu būdu. Po to vyniojama įstrižai: vijos tarsi spirale kyla aukštin.

Kiekviena aukštesnė vija dengia maždaug trečdalį žemiau esančios vijos.

- Spiralinis bėgamasis su perlenkimais būdas
- toks būdas tinka pailgoms nevienodo dydžio kūno dalims tvarstyti;
- pradėkite tvarstyti nuo siauriausios kūno vietos žiedinėmis vijomis;
- perlenkimus darykite taip: tvarsčio vidurį prispauskite kairiosios rankos nykščiu, o tvarsčio juostą ir galvą pasukite 180 laipsnių kampu: tada viršutinis tvarsčio kraštas taps apatiniu;
- kiekviena vija turi dengti pusę prieš tai buvusios vijos;
- perlenkimai turi būti vienoje linijoje, ne ant žaizdos.

Kryžminis (aštuoniukės) formos būdas

- Tvarstomi arba įmobilizuojami sąnariai.
- Vijų vyniojimo kryptis primena skaičių „8“.
- Vijų elementų kryptis įstriža.
- Vijos perdengiamos iš dalies, vyniojimo kryptis keičiama.

Varpinis būdas

- Vijos kryžiuojamos vienoje linijoje, kildamos aukštyn (kylamasis varpinis) arba leisdamosi žemyn (nusileidžiamasis varpinis).
- Varpiniu būdu tvarstomi peties ir klubo sąnariai.

Vėžlinis būdas

- Vijos kryžiuojamos vienoje vietoje, o kilpos arba artėja viena prie kitos (glaustinės vėžlinis), arba tolsta viena nuo kitos (skėstinis vėžlinis).
- Vėžliniu būdu tvarstomi alkūnės, kelio sąnariai, kulnas.

Tvarstymas skarelėmis

- Skarelės gali būti sterilios, specialiai skirtos pirmajai pagalbai, be to, jų galima pasidaryti patiems iš bet kokios švarios, tvirtos, nepūkuotos medžiagos.
- Skarelės tinka tvarsčiui fiksuoti ir galūnei imobilizuoti. Sterilios skarelės gali būti naudojamos kaip tvarstis žaizdai uždengti.
- Skarelėmis galima sutvarstyti bet kurią kūno vietą.
- Paprastai naudojamos trikampės skarelės. Ilgiausia jos kraštinė vadinama pagrindu, prieš pagrindą esantis kampas – viršūnė, kiti trikampės skarelės kampai – galais.

SVARBUS KRAUJOTAKOS PATIKRINIMAS PO TVARSTYMO

- Po tvarstymo būtina patikrinti, ar tvarstis nesutrikdė žemiau esančių audinių kraujotakos.
- Būtina tikrinti iš karto po tvarstymo ir vėliau kas 10 min. : po sužeidimo audiniai tinsta ir net gerai uždėtas tvarstis vėliau gali trikdyti kraujotaką.
- Kraujotakos sutrikimo atpažinimas:

-patinimas žemiau tvarščio;

-pamėlusi oda, išsipūtusios;

-skausmingumas.

•Vėliau gali būti:

-blyški oda;

-šalta, sustingusi galūnė;

-diligčiojimas, stiprus skausmus;

-judesių sutrikimas.

•Nusprendus, kad sutvarstyta per stipriai ir yra trikdoma kraujotaka, reikia atlaisvinti tvarstį (atvynioti jį), patikrinti ar oda sušilo, atgavo spalvą, po to vėl sutvarstyti.