



TEST DIN VIDEN BRUD OG RICE

Pjecens opbygning

Test din egen viden omkring emnet BRUD OG RICE ved at løse et par opgaver.

Baggrundsviden kan du finde i "Lægebog for Søfarende" s. 97 - 114 og i de videoer, som hører til bogen.

De rigtige svar finder du på bagsiden af pjecen. Men vent med at læse dem til du har prøvet din viden af.



Hold din viden ajour

**Du kan finde alle
opgaverne på vores
hjemmeside
www.sfs.dk**

**Du er altid
velkommen til at
stille os spørgsmål
på cms@dma.dk**

**Du kan også ringe til
os på 7219 6004**

SØFARTSSTYRELSEN

Center for det Maritime
Sundhedsvæsen
Vestervejen 1
6720 Fanø

Marts 2020

Læs eventuelt først kapitel 15 i "Lægebog for Søfarende".

Opgave 1

Forklar begreberne:

Direkte ømhed:

Indirekte ømhed:

Opgave 2

Hvor mange lag gips skal anlægges på hænder / arme?

På ben?

Opgave 3

Hvad er observationerne ved mistanke om brud?

Opgave 4

Hvad kan du spørge patienten om ved mistanke om brud?

Opgave 5

Hvad betyder RICE? Hvornår vil du bruge RICE princippet?

R: _____

I: _____

C: _____

E: _____



Støtteforbindingen skal ligge stramt, men ikke så stramt at det snurrer i tæerne (eller fingre) neden for støtteforbindingen.

Vidste du

Skelettet består af 206 knogler og udgør ca. 18 % af legemsvægten.

Hvis en knogle udsættes for et stort pres kan den brække.

Et brud kan være åbent (der er gået hul på huden) eller lukket (huden er intakt).

De alvorligste komplikationer for brud er infektioner samt skader på nerver og kar.

Brud kan forebygges ved rigelig aktivitet og styrketræning.

Svar på opgaven

Opgave 1

Forklar begreberne:

Direkte ømhed: Tryk på det sted, hvor du har mistanke om brud. Det gør ondt på samme sted, som du trykker.

"Lægebog for Søfarende" side 99.

Indirekte ømhed: Indirekte ømhed findes ved at du trækker eller trykker på begge sider af bruddet, og det gør ondt på brudstedet.

"Lægebog for Søfarende" side 99.

Opgave 2

Hvor mange lag gips skal anlægges på hænder / arme? På ben?

Hænder / arme: 8

Ben: 12

"Lægebog for Søfarende" side 108.

Opgave 3

Hvad er observationerne ved mistanke om brud?

- Er huden intakt?
- Kan fingre / tæer bevæges?
- Er der fejlstilling?
- Mål værdier.
- Observer desuden puls og kapillærrespons "syd" for brudstedet.
- Er der tegn på indre blødninger og shock?

"Lægebog for Søfarende" side 98-100

Opgave 4

Hvad kan du spørge patienten om ved mistanke om brud?

- Hvordan er skaden sket?
- Hvornår er skaden sket?
- Hvor gør det ondt?
- Er du svimmel / utilpas?
- Har du hovedpine / kvalme?
- Har du vejrtrækningsbesvær?
- Har du ondt i maven?
- Føles fingre / hænder / fødder / tæer ens på begge sider?
- Kan du bevæge fingre, tæer, arme og ben?
- Tager du noget medicin?
- Hvornår er patienten sidst stivkrampevaccineret?

"Lægebog for Søfarende" side 98.

Opgave 5

Hvad betyder RICE?

R: Rest

I: Ice

C: Compression

E: Elevation

Hvornår vil du bruge RICE princippet?

Ved forstuvninger og ledbåndsskader

"Lægebog for Søfarende" side 104.

