|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **МЕХАНИЗМ ДИАГНОСТИКИ СОТРЯСЕНИЯ МОЗГА**  **(5-е ИЗДАНИЕ)**  **Помощь в диагностировании сотрясения мозга у детей, подростков и взрослых** | | | | | | | | | **ШАГ 3: СИМПТОМЫ** | | | | | |
| * Головная боль * \*Давление в голове\* * Проблемы с координацией * Тошнота или рвота * Сонливость * Головокружение | * Нечеткое зрение * Чувствительность к свету * Чувствительность к звукам * Усталость, упадок сил * \*такое чувство, что что-то не так\* | | * Повышенная эмоциональность * Повышенная раздражительность * Подавленность * Нервозность или обеспокоенность * Боли в шее | | * Трудности с концентрацией * Трудности с запоминанием * Чувство заторможенности * Ощущение \*как в тумане\* |
| При поддержке | | | | | | | | | **ШАГ 4: ОЦЕНКА ПАМЯТИ**  **(ДЛЯ СПОРТСМЕНОВ, СТАРШЕ 12 ЛЕТ)** | | | | | |
| http://store-images.s-microsoft.com/image/apps.49790.13719597469468051.2d653461-79b9-4edf-bda3-4a920b40a14b.1f2e0157-b33a-44ba-9008-fce0e9352114 | http://lofrev.net/wp-content/photos/2014/11/fifa_logo.png | | | https://im0-tub-ru.yandex.net/i?id=02273dbaf5e88e937f075468c5ed0b68-l&n=13 | https://im0-tub-ru.yandex.net/i?id=d882ad456a5011062b678e9806065d48-l&n=13 | | | https://im0-tub-ru.yandex.net/i?id=5d28912c73831e6641da9bd2fe32d9c6-sr&n=13 | Неспособность ответить ни на один из этих вопросов (формулировка вопроса должна быть изменена в зависимости от вида спорта) может свидетельствовать о сотрясении мозга: | | * «На какой арене мы сегодня находимся?» * «Какая половина матча идет сейчас?» * «Кто забил последнюю шайбу в этом матче?» | | * «Против какой команды ты играл на прошлой неделе/ провел прошлый матч?» * «Твоя команда выиграла последний матч?» | |
| **ОПРЕДЕЛЕНИЕ И ПЕРЕМЕЩЕНИЕ**  Удары в область головы могут привести к серьезным и потенциально смертельным травмам говолного мозга. Необходимо применять механизм диагностики сотрясения мозга (5-е издание) при выявлении подозрения на сотрясение головного мозга. Он не предназначен для диагностирования сотрясения мозга. | | | | | | | | | **Недопустимо в отношении спортсменов, у которых диагностировано подозрение на сотрясение мозга:**   * Составлять их одних (по крайней мере, первые 1-2 часа) * Употребление алкоголя * Прием рекреационных препаратов или лекарств, выдаваемых по рецепту * Отправлять их домой без сопровождения. Они должны находиться в сопровождении взрослого * Не садиться за руль транспортного средства до получения соответствующего разрешения от специалиста здравоохранения   Данный механизм диагностики сотрясения мозга (5) может быть скопирован в настоящем виде для распространения среди отдельных лиц, команд, групп и организаций. Любые исправления и любое воспроизведение в цифровой форме требует специального утверждения рабочей группы, занимающейся вопросами сотрясения головного мозга. Эта форма не может быть изменена, подвергнута ребрендингу или продана в коммерческих целях. | | | | | |
| **ШАГ 1: ПОКАЗАТЕЛИ РИСКА – ВЫЗОВ СКОРОЙ ПОМОЩИ**  Игрок должен быть немедленно и осторожно эвакуирован с ледовой площадки/ выведен из игры при наличии ЛЮБОГО из перечисленных симптомов или ЛЮБОЙ жалобы, возникших после получения травмы. В случае отсутствия залецинзированного специалиста здравоохранения, вызовите скорую помощь для немедленного вынесения медицинского заключения:  ● Боль или чувствительность ● Сильная или усилива- ● Ухудшение состояния  в области шеи ющаяся головная боль сознания  ● Двойное зрение ● Спазмы или судороги ● Рвота  ● Слабость или покалывание/ ● Потеря сознания ● Возрастающее беспо-  жжение в руках или ногах койство, возбуждение,  аггрессивность | | | | | | | | |
| **Вы должны помнить следующее:** | | * Во всех случаях следоать основным принципам оказания первой помощи (угроза, ответ, воздушные пути, дыхание, кровообращение) * Своевременность оценки при подозрении на посреждение спинного мозга | | | | * Не пытайтесь переместить игрока, если вы не имеете специальной подготовки (за исключением случаев, когда требуется оказание помощи при повреждении дыхательных путей) * Не снимайте шлем или любые другие предметы экипировки, если не вы не обучены тому, как сделать это безопасно | | | **ЛЮБОЙ СПОРТСМЕН С ПОДОЗРЕНИЕМ НА СОТРЯСЕНИЕ ГОЛОВНОГО МОЗГА ДОЛЖЕН БЫТЬ НЕМЕДЛЕННО ВЫВЕДЕН С ТРЕНИРОВКИ ИЛИ МАТЧА. ОН НЕ МОЖЕТ ВЕРНУТЬСЯ К ТРЕНИРОВОЧНОМУ И ИГРОВОМУ ПРОЦЕССУ ДО МЕДИЦИНСКОГО ОСМОТРА, ДАЖЕ ЕСЛИ СИМПТОМЫ ИСЧЕЗЛИ.** | | | | | |
| **Если показателей риска нет, то для выявления возможного сотрясения мозга необходимо соблюдать следующие шаги:** | | | | | | | | |
| **ШАГ 2: ВИДИМЫЕ ПРИЗНАКИ** | | | | | | | | |
| **Зрительные признаки, свидетельствующие о возможном сотрясении мозга:** | | | | | | | | |
| * Лежит без движения на игровой площадке * Не может быстро встать после прямого или касательного удара в голову | | | * Дезориентация или частичная потеря ориентации, или невозможность дать правильные ответы на вопросы * Бессмысленный или отсутствующий взгляд | | | | * Неуверенная походка, дисбаланс, моторная несогласованность, спотыкание, замедленные, затрудненные движения * Лицевые повреждения в результате травмы головы | |