|  |  |
| --- | --- |
| **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
 |