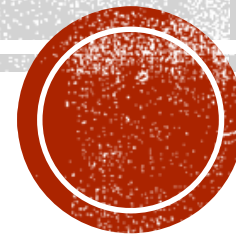


OZLJEDE PO REGIJAMA TIJELA



OZLJEDE KOSTIJU I ZGLOBOVA

PRIJELOMI

- **PRIJELOM** predstavlja pucanje ili lom kosti uslijed djelovanja direktne sile, kada kost puca na mjestu jakog udarca, ili indirektne sile, kada je prijelom posljedica izvijanja ili naglog trzaja.
- Kod prijeloma je potrebno izvesti postupke prve pomoći sa što manje pomicanja ozlijeđenog dijela tijela, s obzirom na to da je prisutna velika mogućnost daljnjeg oštećenja okolnih tkiva dijelovima kosti koja je slomljena.

S obzirom na prisutnost rane iznad mjesta prijeloma, razlikujemo

- **otvoreni i**
- **zatvoreni.**

Otvoreni prijelomi



- iznad mjesta prijeloma prisutna je rana
- kost probija kožu i vidi se na površini
- kost može, ali ne mora biti vidljiva, stoga je uvijek potrebno pregledati kožu (napomena: svaki prijelom s ranom iznad mjesta prijeloma spada u otvoreni prijelom)
- s obzirom na ranu iznad mjesta prijeloma, kod otvorenog je prijeloma prisutna velika opasnost od infekcije
- moguće krvarenje i razvoj šoka.



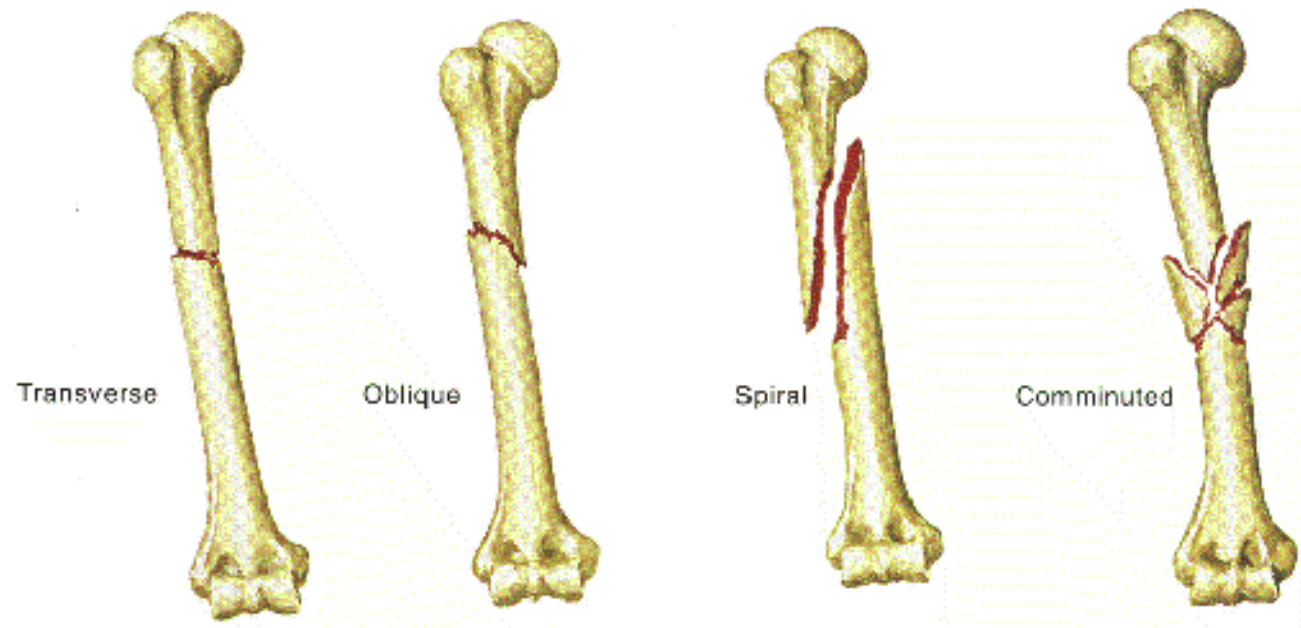
Zatvoreni prijelomi

- koža iznad prijeloma nije probijena
- krajevi kosti mogu oštetiti okolna tkiva i krvne žile, moguće je unutarnje krvarenje i razvoj šoka

Razlikujemo stabilni i nestabilni zatvoreni prijelom

- **stabilni** zatvoreni prijelom – krajevi se slomljene kosti ne miču (najčešće su to prijelomi na zapešću, ramenu, gležnju i kuku)
- **nestabilni** zatvoreni prijelom – krajevi slomljene kosti mogu se lako pomaknuti (opasnost od oštećenja krvnih žila, živaca i organa u području ozljede).





PRIJELOMI



**MOGUĆI
SIMPTOMI I
ZNAKOVI
PRIJELOMA**

izobličenost ozlijeđenog dijela tijela, asimetrija u odnosu na neozlijeđeni dio tijela, oticanje i modrice na mjestu prijeloma

bolovi i teškoće pri pokretanju područja prijeloma ili potpuno onemogućeno pokretanje

skraćenje, svijanje ili izvijanje ozlijeđenog dijela tijela

škripanje uzrokovano struganjem krajeva kostiju

rana na ozlijeđenom dijelu tijela iz koje može stršiti kost ili krajevi kosti

znakovi šoka



PRIJELOMI



Postupak prve pomoći kod prijeloma

- Unesrećenoj osobi savjetovati da miruje.
- Postaviti je u ležeći ili sjedeći položaj, ovisno o vrsti prijeloma .
- Pomoći osobi da podupre ozlijeđeni dio tijela.
- Izobličeni dio tijela ne ispravljati niti pokušavati vratiti ili namjestiti kost.
- Pozvati hitnu medicinsku službu.



Postupak prve pomoći kod otvorenog prijeloma

- Zaustaviti krvarenje, pokriti ranu velikom sterilnom gazom (ako kost strši kroz kožu, oko nje postaviti sterilne gaze i prekriti je).
- Pažljivo učvrstiti trokutastom maramom ili zavojem i po potrebi imobilizirati ozlijeđeni ekstremitet.



Postupak prve pomoći kod zatvorenog prijeloma



- Kod zatvorenog prijeloma poduprti zglobove iznad i ispod ozlijeđenog područja
- Ozljedu obložiti mekim materijalom radi potpore i po potrebi imobilizirati ozlijeđeni ekstremitet.
- **Ozlijeđeni dio tijela imobiliziramo kada nije moguć brz dolazak hitnih službi te kod potrebe za pomicanjem i prijevozom ozlijeđene osobe.**
- Kod prijeloma gornjih ekstremiteta ruka se imobilizira trokutastom maramom koja se veže oko vrata.

Postupak prve pomoći kod zatvorenog prijeloma



- Kod prijeloma donjih ekstremiteta neozlijeđena noga približi se ozlijeđenoj i učvrsti je se široko presavijenom trokutastom maramom.
- Čvorovi se vežu na neozlijeđenoj strani.
- Ako je potrebno zbrinjavati šok, podiže se ekstremitet koji nije ozlijeđen.
- *Ostati uz unesrećenu osobu. Ako ima ostalih ozljeda, zbrinuti ih po prioritetu, zaštititi je od hladnoće ili vrućine i pratiti stanje (razinu svijesti, disanje, puls) do dolaska hitne medicinske službe, smirivati je i ohrabrivati.*

VIDEO



<https://www.youtube.com/watch?v=1eITfytssOQ>

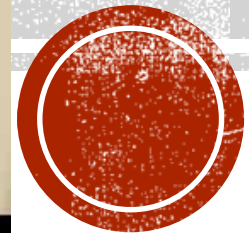
Imobilizacija ozljeda gornjeg dijela tijela trokutnom maramom

VIDEO

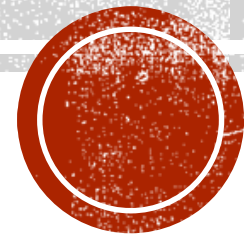


<https://www.youtube.com/watch?v=OX7pdQAY5rU>

Imobilizacija ozljede šake trokutnom maramom



VIDEO



<https://www.youtube.com/watch?v=wEzEowY6M1c>

Imobilizacija ozljede noge trokutnom maramom

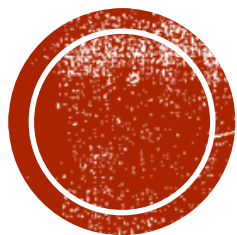
OZLJEDE ZGLOBOVA

ISTEGNUĆA I UGANUĆA

- Ozljede zglobova nastaju kada se krajevi kosti, koje sudjeluju u zglobu, pomaknu djelomično ili u potpunosti iz svojeg prirodnog položaja.
- Meka tkiva oko zgloba (ligamenti, mišići i tetive) mogu se ozlijediti na nekoliko načina, a najčešće su to uganuća i istegnuća.

Mogući simptomi i znakovi istegnuća i uganuća:

- bol i osjetljivost na dodir
- otežana pokretljivost ozlijeđenog dijela
- otekline i modrice u području ozljede.



OZLJEDE ZGLOBOVA

Postupak prve pomoći kod istegnuća i uganuća

- Istegnuća i uganuća zbrinjavaju se sljedećim postupkom:
 - engleska pokrata **RICE** prema prvim slovima engleskih riječi za odmor (*rest*), led (*ice*), učvrstiti (*compress*) i podignuti (*elevation*).
- Unesrećenoj osobi savjetovati da miruje
- Postaviti je u sjedeći ili ležeći položaj.
- Ozlijeđeni dio tijela hladiti hladnim oblogom, kako bi smanjili modrice, oticanje i bol.



Postupak prve pomoći kod istegnuća i uganuća



- Hladan oblog na mjestu ozljede omotati vatom ili tkaninom i pričvrstiti ga kružnim zavojem sve do sljedećeg zgloba.
- Ako je ozlijeđen gležanj, tada se zavoj mora protezati od nožnih prstiju do koljena.
- Poduprijeti ozlijeđeni dio tijela u povišenom položaju.
- Provjeravati cirkulaciju izvan zavoja svakih 10 minuta i po potrebi olabaviti zavoj.
- Pozvati hitnu medicinsku pomoć ili uputiti u medicinsku ustanovu.



Iščašenje predstavlja djelomično ili potpuno pomicanje kosti iz prirodnog položaja zgloba.

Može doći do prijeloma kostiju i oštećenja živaca koje može dovesti do paralize (iščašenjem kralježaka može se oštetiti leđna moždina).

Moguća su oštećenja krvnih žila.

Najčešća su iščašenja ramena, koljena, čeljusti i zglobova ručnih prstiju.

**OZLJEDE
ZGLOBOVA**

IŠČAŠENJE



Mogući simptomi i znakovi iščašenja

- bolnost mjesta iščašenja na dodir
- vrlo otežano ili u potpunosti nemoguće pokretanje ozlijeđenog zgloba
- otekлина i modrica oko iščašenog zgloba
- skraćenje, svijanje ili izobličenosť zahvaćenog područja.



Postupak prve pomoći kod iščašenja

- Nikad ne pokušavati namjestiti iščašeni zglob.
- Unesrećenoj osobi savjetovati da miruje i postaviti je u udoban položaj.
- U slučaju da je ozlijeđena šaka ili ruka, skinuti sav nakit zbog mogućeg oticanja.
- **Imobilizirati ozlijeđeni dio tijela u zatečenom ili prirodnom položaju (ne ispravljati izobličenja).**
- Pozvati hitnu medicinsku pomoć.
- Ako je potrebno, zbrinuti šok, ali ne podizati ozlijeđeni ekstremitet, već neozlijeđeni.
- *Ostati uz unesrećenu osobu. Ako ima ostalih ozljeda, zbrinuti ih po prioritetu, zaštititi je od hladnoće ili vrućine i pratiti stanje (razinu svijesti, disanje, puls, cirkulaciju) do dolaska hitne medicinske službe, smirivati je i ohrabrivati.*



IMOBILIZACIJA

- Imobilizacija je postupak kojim se **ozlijeđeni dio tijela postavlja u mirovanje**, čime se **smanjuje bol** i mogućnost pogoršanja ozljeda koje mogu nastati daljnjim pomicanjem ozlijeđenog dijela tijela, kao i mogućnost infekcije rane.
- Imobilizaciju primjenjujemo kada je potrebno pomicati ili prevesti unesrećenu osobu ili kada ne postoji mogućnost brzog dolaska hitne službe.
- Ozlijeđeni dio tijela uvijek je potrebno imobilizirati u prirodnom položaju ili u položaju u kojem smo ga zatekli.



IMOBILIZACIJA

- Za imobilizaciju se najčešće upotrebljavaju trokutaste maramе i priručna sredstva poput novina, odjeće, daščica i deka.
- Za imobilizaciju može poslužiti i drugi, neozlijeđeni dio tijela.
- **Kod prijeloma je potrebno imobilizirati kost i dva susjedna zgloba.**
- **Kod ozlijeđenog zgloba potrebno je imobilizirati ozlijeđeni zglob i uz njega susjednu kost.**
- Prste ostaviti slobodnima i redovito provjeravati cirkulaciju (bljedilo prstiju).
- Odjeću i obuću nije potrebno skidati ako nije nužno.



IMOBILIZACIJA

- Imobilizacija podlaktice
(na isti način nadlaktice, ključne
kosti i ramena)



IMOBILIZACIJA

- Imobilizacija šake i prstiju



OZLJEDE PO REGIJAMA TIJELA

➤ OZLJEDE GLAVE

➤ OZLJEDE PRSNOG KOŠA

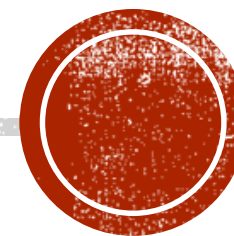
➤ OZLJEDE TRBUHA

➤ OZLJEDE ZDJELICE

➤ OZLJEDE KRALJEŠNICE



OZLJEDE GLAVE





OZLJEDE GLAVE

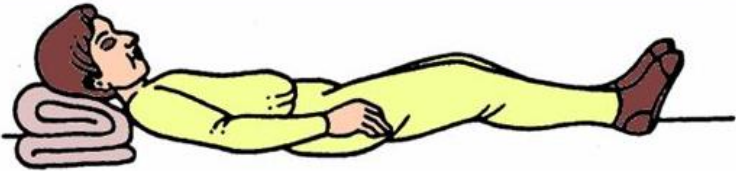
- Takve vrste ozljeda česte su kod prometnih nesreća. Sve su ozljede glave potencijalno teške jer može doći do poremećaja svijesti, oštećenja mozga i/ili ozljede vratne kralježnice.
- Ozljede glave rezultat su direktnog udarca ili mogu nastati kao posljedica naglog i snažnog djelovanja sila ubrzanja, usporavanja i rotacije na tijelo.
- Teške ozljede glave obično su kombinacija upravo ovih triju faktora.
- Kod svake ozljede glave treba sumnjati na ozljedu vratne kralježnice.
- Stanje osobe koje ima ozljedu glave može se popraviti ili pogoršati za vrijeme zbrinjavanja.

Mogući simptomi i znakovi ozljeda glave

- **rane** na glavi
- podljevi (**modrice**) u području glave i podljevi oko očiju
- **otekline** u području glave
- **krvarenje** iz rane, nosa, uha ili usta
- **istjecanje prozirne tekućine** kroz nos, uši ili usta
- glavobolja
- bolovi u vratu
- **vertoglavica ili mučnina**
- gubitak ravnoteže
- povraćanje
- **različita veličina zjenica**
- problemi s vidom (dvoslike)
- pojačana osjetljivost na svjetlost i zvuk
- tegobe s disanjem
- trzajni pokreti i grčevi mišića
- oduzetost dijela tijela, gubitak osjeta
- slabost ili trnci u rukama ili nogama
- **zbunjenost** (čudno ponašanje), pospanost, gubitak pamćenja
- **gubitak svijesti i ponovljeni gubitci svijesti !!!**



Postupak prve pomoći kod ozljede glave



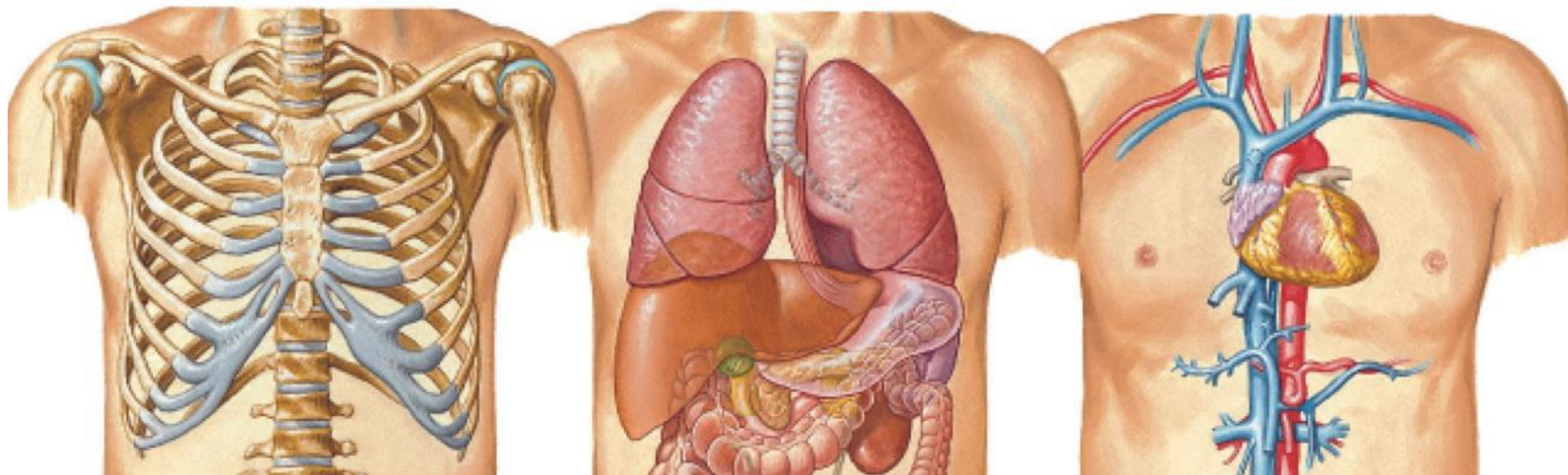
- Ako je riječ o **lakšoj** ozljedi glave, postaviti osobu u **udoban položaj**, dati joj **hladni oblog** da stavi na ozljedu i pratiti razinu svijesti.
- Po potrebi uputiti u medicinsku ustanovu.
- Ako je riječ o **težoj** ozljedi glave (prometna nesreća, pad s visine, jak udarac u glavu...), **ne pomicati** unesrećenu osobu ako to nije nužno.
- Glavu i vrat održavati u neutralnom položaju.
- Pozvati hitnu medicinsku službu.



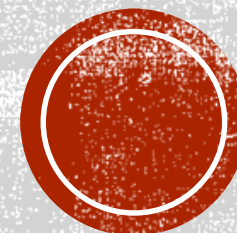
Postupak prve pomoći kod ozljede glave

Do dolaska hitne medicinske službe:

- **Zaustaviti krvarenje** ako je prisutno.
- Ako osoba **izgubi svijest**, a diše, postaviti je u **bočni položaj**.
- Ako osoba **ne diše** ili ne diše normalno, odmah započeti **oživljavanje**.
- Ostati uz unesrećenu osobu.
- *Ako ima ostalih ozljeda, zbrinuti ih po prioritetu, zaštititi je od hladnoće ili vrućine i pratiti stanje (razinu svijesti, disanje, puls) do dolaska hitne medicinske službe, smirivati je i ohrabrivati.*



OZLJEDE PRSNOG KOŠA



OZLJEDE PRSNOG KOŠA

PRIJELOM REBARA

- Razlikujemo zatvorene i otvorene ozljede prsnog koša. **Zatvorene** ozljede prsnog koša najčešće se odnose na prijelom rebara, a **otvorene** na probojnu ranu prsnog koša.
- Sve ozljede prsnog koša mogu biti opasne za život.
- Prijelom rebara može biti uzrokovan izravnom silom na prsni koš, npr. udarcem, nagnječenjem ili padom.
- Ozlijeđena rebra mogu uzrokovati **poteškoće s disanjem**, oštećenje drugih unutarnjih organa te mogu izazvati unutarnje krvarenje.



Mogući simptomi i znakovi prijeloma rebara

- **modrice**, oticanje ili rana na mjestu prijeloma
- **bol** na mjestu ozljede koja se pojačava pri pokretanju, kašljanju i dubokom udahu
- **poteškoće s disanjem**, površno disanje, nedostatak zraka
- neprirodni pokreti prsnog koša prilikom disanja
- mogući **znakovi unutarnjeg krvarenja** i šoka.



Postupak prve pomoći kod ozljede prsnog koša

- Unesrećenu osobu postaviti u **polusjedeći položaj**.
- Nagnuti je **prema ozlijeđenoj strani**.
- Osobi savjetovati da **miruje**.
- **Poduprijeti joj ruku na ozlijeđenoj strani** i imobilizirati je prema potrebi.
- Pozvati hitnu medicinsku službu.



Postupak prve pomoći kod ozljede prsnog koša

Ako unesrećena osoba **izgubi svijest i normalno diše**, postaviti je u **bočni položaj na ozlijeđenu stranu**.

Ako unesrećena osoba prestane normalno disati, postaviti je u ležeći položaj i započeti **oživljavanje**.

Ostati uz unesrećenu osobu. Ako ima ostalih ozljeda, zbrinuti ih po prioritetu, zaštititi je od hladnoće ili vrućine i pratiti stanje (razinu svijesti, disanje, puls) do dolaska hitne medicinske službe, smirivati je i ohrabrivati.



OZLJEDE PRSNOG KOŠA

PROBOJNA RANA PRSNOG KOŠA

- Probojna rana prsnog koša **za život je opasna ozljeda** jer može doći do ulaska zraka između opni koje štite plućno krilo, što dovodi do povećanja tlaka i plućno se krilo tada može skupiti.
- Unesrećena osoba **sve više ostaje bez daha.**
- Taj povišeni tlak može poremetiti rad srca i pogoršati cirkulaciju, što može dovesti do **šoka.**
- Takvo je stanje poznato kao tenzijski **pneumotoraks.**



Mogući simptomi i znakovi probojne rane prsnog koša

- izrazite **poteškoće u disanju**, otežano i bolno ili ubrzano, plitko i neravnomjerno disanje
- znakovi manjka kisika, **plavičasta do sivkasta boja kože**
- **uznemirenost**
- krv izbija iz rane u **mjehurićima**
- osjećaj **pucketanja kože** oko mjesta rane (zrak koji se nakuplja u tkivima)
- zvuk zraka koji se usisava u prsni koš dok unesrećena osoba udiše
- proširenje vratnih vena
- mogući znakovi unutarnjeg krvarenja i šoka
- moguć gubitak svijesti i prestanak disanja



Postupak prve pomoći kod probojne rane prsnog koša

- Pomoći unesrećenoj osobi da **sjedne i nagne se prema ozlijeđenoj strani.**
- **Ako rana krvari, prekriti je dlanom ruke unesrećene osobe,** kontrolirati krvarenje izravnim pritiskom i, ako je potrebno, postaviti gazu.



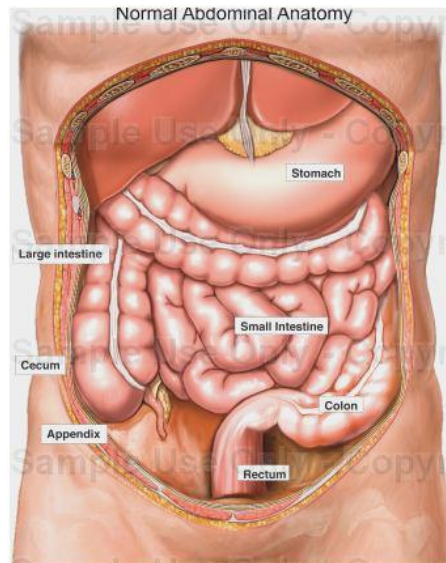
Postupak prve pomoći kod probojne rane prsnog koša

- Pozvati hitnu medicinsku službu.
- Ako unesrećena osoba **izgubi svijest i normalno diše, postaviti je u bočni položaj na ozlijeđenu stranu.**
- Ako unesrećena osoba ne diše ili ne diše normalno, postaviti je u ležećipoložaj i započeti oživljavanje.
- *Ostati uz unesrećenu osobu. Ako ima ostalih ozljeda, zbrinuti ih po prioritetu, zaštititi je od hladnoće ili vrućine i pratiti stanje (razinu svijesti, disanje, puls) do dolaska hitne medicinske službe, smirivati je i ohrabrivati.*



OZLJEDE TRBUHA





OZLJEDE TRBUHA

- Ozljede trbuha mogu biti vrlo teške jer često dolazi do oštećenja unutarnjih organa i velikih krvnih žila, što dovodi do **unutarnjih ozljeda i krvarenja** te se stanje šoka razvija vrlo brzo.
- Važno je što prije osigurati stručnu medicinsku pomoć.



rane i krvarenje u području trbuha

podljevi na mjestu udarca

bolovi i napetost u području trbuha (**trbuh tvrd poput kamena**)

mučnina i povraćanje

povraćanje krvavog sadržaja

pojava krvavog sadržaja na analnom otvoru

izbijanje trbušnog sadržaja na površinu

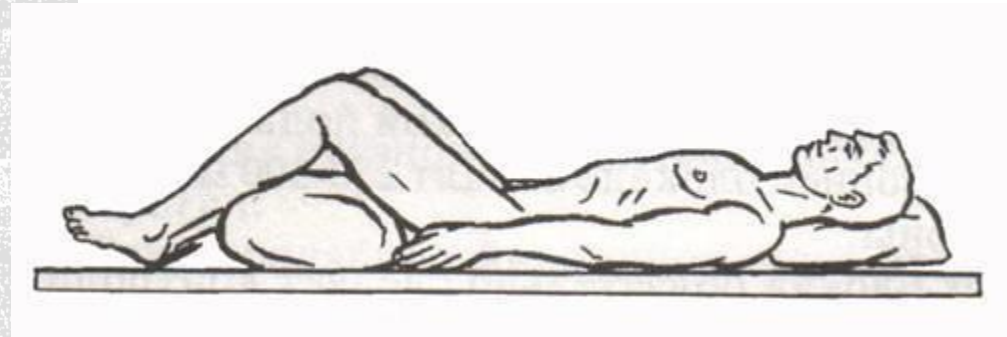
znakovi šoka i unutarnjeg krvarenja.

**Mogući
simptomi i
znakovi
ozljede
trbuha**



Postupak prve pomoći kod ozljede trbuha

- Unesrećenu osobu postaviti u ležeći položaj sa savijenim nogama u koljenima.
- Unesrećenoj osobi savjetovati da miruje.
- Pozvati hitnu medicinsku službu.
- Ako je došlo do izbijanja organa na površinu, nikad ih ne potiskivati natrag, ranu prekriti vlažnom sterilnom kompresom i učvrstiti zavojem bez stezanja.



Ako je strano tijelo zabodeno u trbuh, nikad ga ne vaditi, stabilizirati ga sterilnim kompresama i zavojima.

Unesrećenoj osobi **ne davati hranu ni piće.**

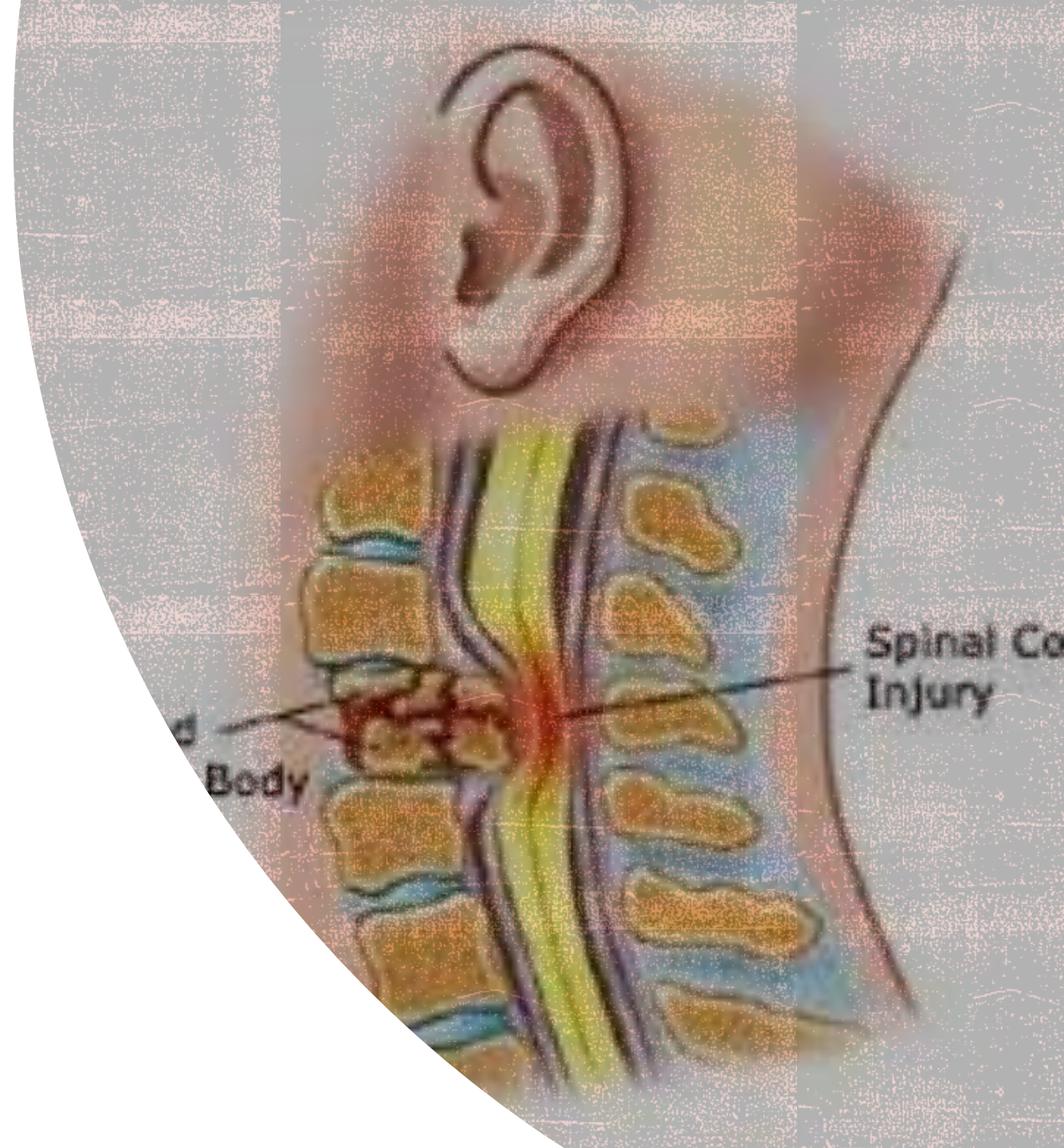
Ostati uz unesrećenu osobu.

Ako ima ostalih ozljeda, zbrinuti ih po prioritetu, zaštititi je od hladnoće ili vrućine i pratiti stanje (razinu svijesti, disanje, puls) do dolaska hitne medicinske službe, smirivati je i ohrabrivati.

Postupak prve pomoći kod ozljede trbuha



OZLJEDE KRALJEŽNICE



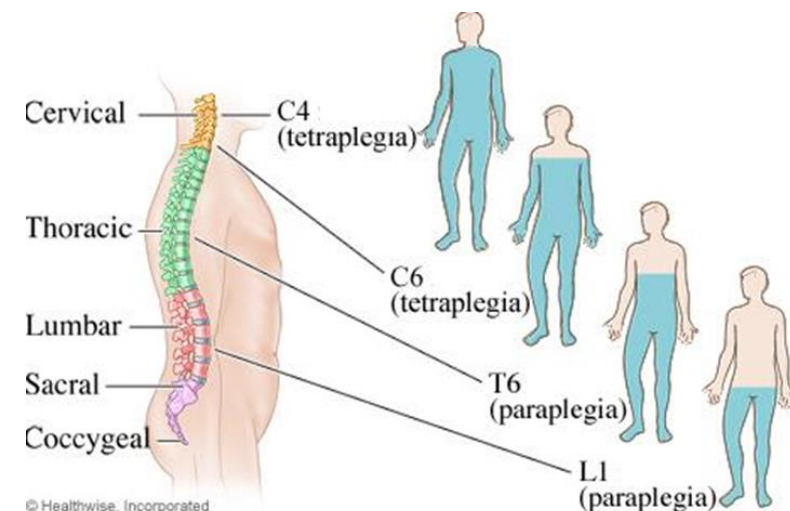
OZLJEDE KRALJEŽNICE

- Osljede kralježnice spadaju u najteže ozljede i mogu biti opasne za život jer osim oštećenja koštanog dijela, odnosno kralježaka može doći i do oštećenja leđne moždine koja se nalazi unutar kanala koji tvore kralješci.
- Oštećenje leđne moždine može nastati u trenutku ozljede kralježnice ili kasnije za vrijeme pomicanja unesrećene osobe, posljedice mogu biti trajni invaliditet ili smrtni ishod.
- Osljede kralježnice najčešće susrećemo u prometnim nesrećama, zatim pri padu s visine, kod skakanja na glavu u vodu, u tučnjavi te kod udaraca u glavu ili leđa teškim predmetima.



Mogući simptomi i znakovi ozljede kralježnice

- **bol** u vratu i leđima
- nepravilnosti i **rane** u području leđa
- osjetljivost na dodir i **modrice** u području kralježnice
- **slabost u rukama ili nogama**
- **nemogućnost pokretanja ruku ili nogu**
- **gubitak osjeta** i/ili osjećanje trnaca ili žarenja
- gubitak kontrole nad zadržavanjem mokraće i stolice
- otežano disanje



Postupak prve pomoći kod sumnje na ozljedu kralježnice



- **Ne pomicati unesrećenu osobu** osim ako joj prijeti životna opasnost i ako ne diše ili ne diše normalno.
- Pozvati hitnu medicinsku službu.
- **Ako je unesrećena osoba bez svijesti, a normalno diše, otvoriti joj dišni put podizanjem donje čeljusti:**
 - kleknuti iza glave, laktovima se osloniti na tlo ili koljena kako bi ruke ostale mirne,
 - uhvatiti glavu unesrećene osobe s obje strane, poduprijeti je tako da su glava, trup i noge poravnani,
 - postaviti vrhove svojih prstiju na kutove donje čeljusti, pažljivo joj podignuti čeljusti kako bismo otvorili dišne putove.



Postupak okretanja u bočni položaj kod sumnje na ozljedu kralježnice

- Važno je da kralježnica ostane ravna i da se glava i vrat održavaju u neutralnom položaju, odnosno da su u istoj ravnini s ostatkom tijela.
- Ako ste sami, dišni put otvorite **podizanjem donje čeljusti**.
- Ako tako ne možete održavati dišni put otvorenim, pažljivo okrenite osobu na bok.
- Ako imate jednog pomoćnika, jedan pridržava glavu i pazi da se ne pomiče, a drugi okreće unesrećenu osobu u bočni položaj.

(a)



(b)





Postupak okretanja u bočni položaj kod sumnje na ozljedu kralježnice

- Ako imate više pomoćnika, tada primijenite postupak **rolanja**.
- Postupak vodi osoba koja pridržava glavu.





Postupak okretanja u bočni položaj kod sumnje na ozljedu kralježnice

- Unesrećenoj osobi podupirite glavu i vrat, a pomoćnike rasporedite uzduž njezina tijela, izravnavajte ruke i noge, do tri pomoćnika neka budu na strani na koju ćete okrenuti unesrećenu osobu, a ostali neka na suprotnoj strani podupiru leđa i noge.
- Započnite s okretanjem unesrećene osobe na bok, pazeći pritom da su glava, trup i noge u ravnini. Gornju nogu treba podupirati u lagano povišenom položaju kako bi kralježnica ostala ravna.

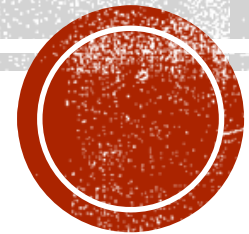


VIDEO



<https://www.youtube.com/watch?v=Ni3J4AF0aZI>

Modificirani bočni položaj tehnikom rolanja



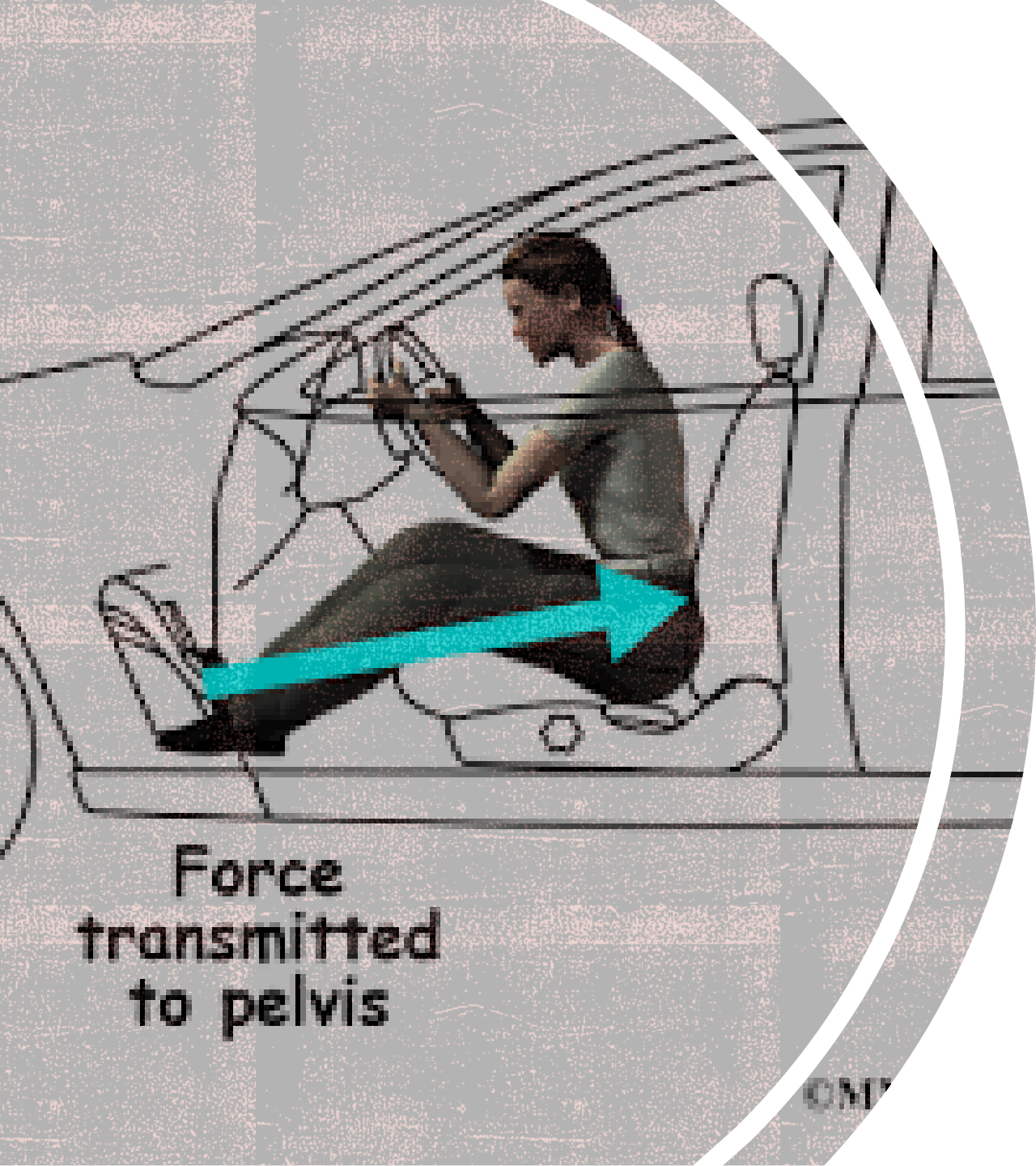
Postupak prve pomoći kod sumnje na ozljedu kralježnice

Ako je unesrećena osoba pri svijesti

- savjetovati joj da miruje i ne pomiče glavu
- glavu i vrat unesrećene osobe održavati u neutralnom položaju, u ravnini s ostatkom tijela (glavom, trupom i nogama)

Ako je osoba u ležećem položaju pri svijesti

- kleknuti iza glave, laktovima se osloniti na tlo ili koljena i objema rukama obuhvatiti glavu unesrećene osobe pazeći da uši budu slobodne kako bi vas čula, po potrebi dodatno stabilizirati smotuljcima deka ili odjeće s jedne i druge strane glave
- *Ostati uz unesrećenu osobu. Ako ima ostalih ozljeda, zbrinuti ih po prioritetu, zaštititi je od hladnoće ili vrućine i pratiti stanje (razinu svijesti, disanje, puls) do dolaska hitne medicinske službe, smirivati je i ohrabrivati.*

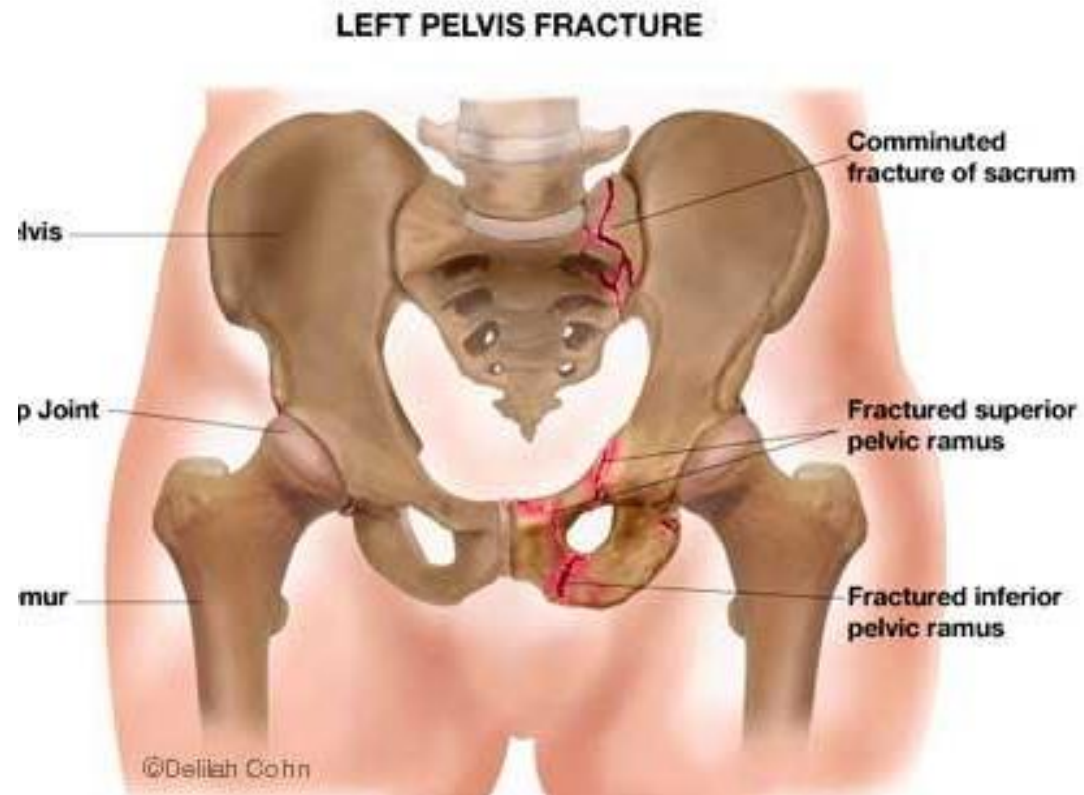


Force
transmitted
to pelvis

OZLJEDE ZDJELICE



OZLJEDE ZDJELICE





OZLJEDE ZDJELICE

- Ozljede zdjelice najčešće nastaju u **prometnim nezgodama**, pri **padu s visine** i kao posljedica nagnječenja.
- Prijelom zdjelice može biti uzrok oštećenja drugih susjednih organa u tijelu, npr. mokraćnog mjehura, spolnih organa ili dijelova crijeva.
- Moguća su oštećenja velikih krvnih žila prisutnih u zdjelici, što može dovesti do **unutarnjeg krvarenja** te posljedično i šoka.
- Često su prisutne i ozljede gornjeg dijela bedrene kosti.

Mogući simptomi i znakovi ozljede zdjelice

- nemogućnost hodanja i stajanja
- **bol u području prepona, kuka i donjeg dijela leđa** koja se pojačava pri pomicanju
- **asimetrija nogu** (kod prisutnog prijeloma gornjeg dijela bedrene kosti)
- teškoće ili bol pri mokrenju
- znakovi šoka i unutarnjeg krvarenja.



Postupak prve pomoći kod ozljede zdjelice



- Unesrećenu osobu postaviti u **ležeći položaj s ravno položenim nogama** priljubljenima uz podlogu i svesti pomicanje na najmanju moguću mjeru, po mogućnosti ne pomicati uopće zbog mogućeg unutarnjeg krvarenja.
- Između vrhova koljena i gležnjeva postaviti meki materijal.
- Imobilizirati noge presavijenom trokutastom maramom (usko presavijenom trokutastom maramom učvrstiti stopala i gležnjeve, a široko presavijenom trokutastom maramom učvrstiti koljena).
- Pozvati hitnu medicinsku službu.
- Zbrinuti znakove šoka, ali ne podizati noge.
- *Ostati uz unesrećenu osobu. Ako ima ostalih ozljeda, zbrinuti ih po prioritetu, zaštititi je od hladnoće ili vrućine i pratiti stanje (razinu svijesti, disanje, puls) do dolaska hitne medicinske službe, smirivati je i ohrabrivati.*