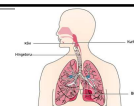


## Erakorralised haigusseisundid

E.Mattus  
2014

## Bronhiaalastma



- **Peamised sümptomid on:**
  - hingamisraskus
  - õhupuudus
  - hingeldus
  - vilistav hingamine
  - köha
- **Astmat võivad esile kutsuda või vallandada mitmesugused tegurid:**
  - viirused
  - allergeenid
  - külm õhk
  - õhusaaste
  - tubakasuits
  - teravad lõhnad
  - kehaline koormus
- Sundasend
- Raskendatud väljahingamine

## Erakorralised haigusseisundid

1. Bronhiaalastma
2. Insult
3. Valu rinnus (infarkt, neuralgia jt)
4. Äge kõhuvalu
5. Krambid (epileptiline staatus)
6. Kõrge palavik
7. Hüpo- ja hüperglükeemiline kooma
8. Allergia ja anafülaktiline šokk

## Astma esmaabi

Inimesel endal olemasolevate hingamisteid laiendavate ravimite manustamine



**Rahustamine**  
**Kui olukord ei leevene**  
**Kutsuda kiirabi**  
**112**

## 1. ASTMA

- Astma korral on hingamisteedes krooniline põletik

Hingamisteed ahenevad järgmistel põhjustel:

- Bronhide limaskestast põletik ja turse.
- Bronhiseina silelihaste spasm ehk kokkutõmbumine
- Lima ületootmine, mis võib hingamisteed ummistada.



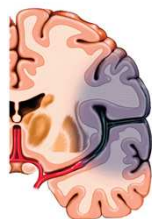
## 2.INSULT e. ajurabandus

- Äkki tekkiv peaaegu verevarustuse häire, mis põhjustab neuroloogiliste sümptomite kujunemise.
- **Sümptomite kestuse järgi:**
  - >24 tunni = insult
  - <24 tunni = transitoorne isheemiline atakk (TIA) ehk "miniinsult"



## Insuldi alaliigid

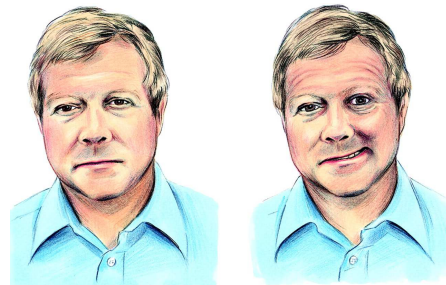
Veresoon ummistub –  
**INFARKT (85%)**



Veresoon lõhkeb –  
**VEREJOOKS (15%)**



- Käe ja jala nõrkusega koos samal pool näolihaste halvatus



## Millest sõltub peaju kahjustuse ulatus?

- Kui kaua peaju vajalikke toitaineid ja hapnikku ei saa;
- Kui suur veresoon on lõhkenud või ummistunud;
- Missugust peaju osa kahjustatud veresoon varustas.

## Mida peab inimene teadma insuldist?

Insuldi sümptomite tekkimisel  
**kutsuge kiirabi, mitte perearsti!**



**112**



**Kiire abi päästab aju!**

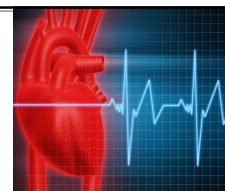
## Insuldi sümptomid

- Ühe kehapolee halvatus, tasakaaluhäire
- Tundlikkuse häire samas kehapooles



## Insuldi põhjustajaks

Sageli südame rütmihäire (kodade virvendusarütmia) mistõttu tekivad trombid ning võivad põhjustada veresoonte ummistusi.



Seetõttu peab virvendusarütmia korral trombid tekke vältimiseks kasutama verd vedeldavaid ravimeid (*Marevan*)

Verd vedeldavate ravimite kasutamine arütmia korral vähendab insuldiriski ligi **70% võrra!**



### Insuldi põhjustaja - Kolesterool

Liigne kolesterool võib kuhjuda veresoontes, mistõttu tekib kolesteroolinaast ning halveneb verevool


Üldkolesterooli normväärtus **<5.2 mmol/l** ning  
LDL kolesterooli normväärtus **< 2.6 mmol/l**

Kui vere kolesteroolisisaldus on normist suurem, alustatakse selle vähendamist **dieediga**. Kui dieet ei ole piisavalt tõhus, lisatakse kolesteroolisisaldust vähendav **ravim**.

### 3. Tugev valu rinnus

#### Mis kõik rinnus valutada võib?

- 1) Neuralgia e roietevaheliste närvide valu
- 2) Rindkeret katvad lihased- Valu rindkerelihastes
- 3) Rindkere keskel asuvad hingetoru ja söögitoru.
- 4) Pleuriit (kopsud ja bronhid valu ei tunne)
- 5) Stenokardia e rinnaangiin
- 6) Infarkt
- 7) Kopsuarteri trombemboolia
- 8) roidemurd (murrud)



### Insuldi põhjustaja - Suhkurutõbi

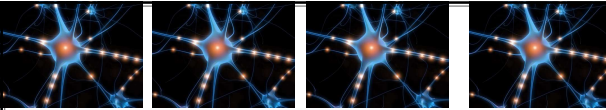
Suhkurutõbi **kahjustab veresooni** suurendab insuldi haigestumise riski

Suhkurutõve ravi peab olema pidev ning tagama tühja kõhuga **<5.5 mmol/l**

Suhkurutõve algus võib olla "hiiliv", seetõttu peaksid kõik **>50 a vähemalt kord aastas** kontrollima oma veresuhkru väärtust.

### Valu rinnus - Neuralgia

- **Roietevaheliste lihaste ja närvide haiguslik seisund võib anda tugevaid valusid rindkere piirkonda.**
  - Valud enamasti ühel pool rindkeres.
  - tugevnevad tunduvalt sissehingamisel või liigutustel.
  - Valu terav/torkav või nagu "tõmbaks viitsad ümber".
  - sügav hingamine raskendatud ja köhimine piinav.
  - Lamades valulikul küljel, on hingamine vabam.
- **Roietevaheliste lihaste ja närvide valu pole kiirabile**
- Otsi sobiv asend, kus saad korralikult hingata. Võta valuvaigisteid kuni 4 korda päevas. Paranemine võtab nädalapäevad.



**Alusta insuldi ennetamist juba täna.**

Tervislikud eluviisid tagavad kvaliteetsema elu.

Kui teil või teie lähedasel siiski tekivad insuldi tunnused, kutsuge viivitamatult kiirabi!

### Valu rindkere lihastes

- tekib peale tugevat trenni
- eriti tugev valu tekib ülemiste hingamisteede haigestumise korral esineva kõha esimestel päevadel

**Esmaabi:**  
Rindkerelihaste valu annab pisut järgi palaviku ja valuvaigistavate tablettide kasutamisel.  
Taandub mõne päeva pärast nagu lihasvalu ikka.

## Valu hingetorus või söögitorus

**Hingetoru valu** eristab teda see, et valu ei kiirgu kuhugi ja esinevad ka muud viirusele iseloomulikud sümptomid

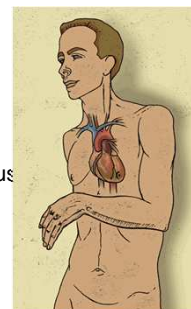
EA:

Kuiva köha ajal hinga sisse auru ravimiteedest, mis niisutab kuiva, põetikut hingetoru limaskesta ja sellega leevendab pisut valu.

**Äge söögitorupõletik** on aga suhteliselt harv haigus ja muidu tervel inimesel võib tekkida näiteks korduva oksendamisega kulgeva viirusnakkuse korral.

## OHTLIKUST VALUST RINNUS!

- Valu ei ole seotud sügava hingamise ega liigutamisega
- Valu kestab üle kahe minuti
- Valu võib tekkida ka rahulolekus
- Nitroglütseriini tarvitajal **kahe doosiga** valu ei möödu
- Riskigruppi kuulumine!?
- **Aeg on lihas – lihas on elu!!!**



## Valu rinnus- Pleuriit

- **Kopsukelmepõletiku e. (pleuriit)** korral hõõrduvad põetikutised kelmed üksteise vastu ja hingamine ja köhimine on seotud suurte valudega.
- Sellele valule peate tähelepanu pöörama siis kui nädal palavikku ja köha on seljataga, kuid paranemise märke pole.
- Valuvaigistid

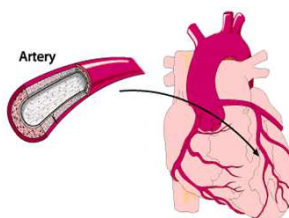
## 4. ÄGE KÕHUVALU

- **Kroonilised**, s.o. korduvalt esinevad, ühetaolised kõhuvalud tunneb patsient enamasti ära ja on õppinud neid valusid leevendama perearsti poolt välja kirjutatud rohtudega.

## Valu rinnus-SÜDAMEINFARKT

### KAEBUSED JA SÜMPTOMID

- ÄNGISTAV VALU RINNAKU TAGA
- VALU ÜLAKÕHUS
- VALU KIIRGUB VASAKUSSE KÄTTE ABALUU TAHA
- VALU KAELAS, LÕUAS
- NÕRKUS, IIVELDUS/OKSENDAMINE
- KÕHULAHTISUS, KÜLM HIGI
- TEADVUSETUS/TEADVUSEKAOTUS



## Äge kõhuvalu

- **Gaasivalud ehk koolikud ehk voolmed** on kõige sagedasem ja kõige lihtsam ootamatu kõhuvalu põhjus. Tekivad:
  - Mingi norm. sooletegevust muutva toidu söömisel
  - Pikast liikumatust asendist
  - Palavikust või sooletegevusega mitteseotud kõhuorgani haigestumisest

Ehki valud on lõikavad, võta asja rahulikult.

## Äge kõhuvalu

- **sooleummistusega e. iileus** Kui gaasivalud süvenevad, gaasid ei välju, kõht puhitub üha enam, lisandub palavik ja oksendamine
- Vajab arstlikku läbivaatust ja sekkumist,
- Mine või lase viia EMO-sse või kutsu kiirabi (helista 112)

## Valu alakõhus

- **Tugevad alakõhuvalud meestel tekivad täielikul uriinipeetusel** (eesnäärme adenoom või muu põhjus)
- Kutsu kiirabi või mine ise EMO-sse

## Ülakõhu valu

- Sapikoolika
- Kõhunäärme põletik
- Mao perforatsioon - Äkki tekkiv valu "**nagu noahoop kõhtu**", jääb püsima ja üha tugevneb. Haige väldib igasuguseid liigutamist. Kõht laudkõva. Haige nahk muutub kahvatuks, niiskeks. - KUTSU KIIRABI

## 5.KRAMBID

### MIS ON KRAMPIDE TEKKIMISE PÕHJUSED?

- pikaajase alkoholitarvitamise lõpetamine
- raseduse või sünnituse ajal tekkinud ajukahjustused
- lastel hüsteeriline nutt, kõrge kehatemperatuur
- mürgistused
- ainevahetushäired
- peaju vereringehäired
- ajuhaigused või kasvaja
- peatraumad
- epilepsia

## Valu alakõhus

- **pimesoole põletik** –valu alakõhus paremal puusanuki kõrgusel ühes punktis, palavik, oksendab
- **Väga tugevad püsivad või hootised valud naistel**, mis tekivad alakõhus
- Veel on alakõhus kusepõis, mis võib valu teha, kuid sel juhul kaasnevad kindlasti ka urineerimishäired.

## Esmaabi krampitamise korral

- Kaitse krampitaja pead vigastuste eest
- Krampitajale ei tohi midagi suhu panna
- Krampitaja jäsemeid ei tohi kinni hoida (lihaste rebendi või luumurru ohu tõttu)
- Võimalusel aseta krampitaja külgasendisse juba krampihoo ajal
- Säilita rahu – kes "tõmbleb" pole veel surnud!

## Krambitajale ei tohi!

- Mitte midagi suhu panna!
- Püüda kangestunud lihaseid "lahti murda"!
- Hoo ajal juua anda ja vett peale valada!
- "Tõmblevat isikut" püüda elustada!
- Peale krampi proovida energiliselt äratada !

## Kõrge kehatemperatuur - ESMAABI

- Riietus! Mähkmed! Voodipesu! Ruumi õhk!
- Aдекватne ravimidoos -PARACETAMOL kuni 15mg/kg/korraga. Mitte rohkem kui 50mg/kg/ööpäevas
- *Palju juua!!!!*
- Jahutamine  
ülehoõrumised (vesi, vesi½+viin ½)  
mähised - pähe, kubemesse, kaenlaaukudesse  
ventilaatorid  
|

## KÕRGE PALAVIK

- Kehatemperatuur on inimesel stabiilne ja normaalselt 36 ja 37 kraadi
- Palavik, mis tõuseb väga kiiresti, 39-40 kraadini on kergesti ära tuntav. Tekkib külmatunne kuni vappkülmani. –põhjustaja enamasti mingi viirushaigus.
- JAHUTAMINE

## Kõrge kehatemperatuur – millal tähelepanu??

- Kolm päeva kõrge palavik!! (nädalavahetus tulemas..).
- Palavik ja lööve!
- Puugijärgne palavik!
- Korduv palavik!
- Muidu vilets!??
- Palavik ja kõhulahtisus ja/või oksendamine, kokku 7 korda ööpäevas!
- Palavik ja võimalik narkomaania!
- Palavik ja viited ägedale valusündroomile!?

## Kõrge kehatemperatuur

- Kuidas mõõta keha temperatuuri?
- Ära anna lapsele apiriini, diklofenaci!
- Mis kaasneb palavikuga?
- Ära mürgita – konsulteerii!!
- Väldi "jääkülma" vett!
- Väldi liigset mahajahtumist
- Väldi külmakahjustusi!
- Ära poolita küünlaid!



Millal alustada kehate langetamist?

## 6.MADAL VERESUHKUR



### **Madalast veresuhkrust tingitud teadvusetus**

**Teadvusetus võib tekkida kiiresti!**

**Võib esineda enne koomat agressiivsust, desorienteeritust!**

#### **Põhjused:**

- liiga suur insuliinidoos
- suur füüsiline koormus ja/või vähene toitumine  
Ka suhkruhaigust mitte põdevatel isikutel!

### **Esmaabi (suhkruhaigele), kui kannatanu on teadvusetu....**

- Ei tohi anda süüa ega juua!
- Keera külgasendisse ja taga vabad hingamisteed!
- kutsu kiirabi!