NRH Trauma Riks

Del 2. Råd till dig som råkat ut för olycka och skadats.

Har du råkat ut för till exempel trafik-, sport-, dyk- eller fallolycka, eller misshandel eller på annat sätt skadats vid olycka/trauma.

Råd i senare skede.

Två till tre veckor – år efter olyckan.

Om du fortsatt har smärta och symtom, de kanske till och med har ökat två till tre veckor efter traumat sök vård hos din patientansvarige läkare inom primärvården. Det är värdefullt om läkaren har erfarenhet av fysikaliska/manuella undersökningstekniker.

Vid samtliga besök i vården ta med dig **Besvärsritningen** (alt. Barn/Kvinna/Man) som du själv fyller i innan besöket och **Mall omhändertagande av nack-/ryggdistorsionsfall** som läkaren fyller i.

Fyll i en **Besvärsritning** (svensk/engelsk version), så tidigt som möjligt.
Du hittar den via länk: https://www.nrhtrauma.se/besvarsritningar/ alternativ

- **Barn**, se via länk: https://nrhtrauma.se//wp-content/uploads/2019/11/Besv%C3%A4rsritning-barn-NRH.pdf
- **Kvinna**, se via länk: https://nrhtrauma.se//wp-content/uploads/2019/11/Besv%C3%A4rsritning-kvinna-med-f%C3%B6tter-2-NRH.pdf
- **Man**, se via länk: https://nrhtrauma.se//wp-content/uploads/2019/11/Besv%C3%A4rsritning-man-NRH.pdf

Har du inte tillgång till att skriva ut besvärsritningen, gör egna anteckningar och beskriv var du har ont och vilka övriga besvär du har så noggrant som möjligt. Det kan uppstå en lång rad symtom efter trauma mot Nacke-, Rygg- och Hjärna.

Mall omhändertagande av nack-/ryggdistorsionsfall som läkaren fyller i
https://nrhtrauma.se//wp-content/uploads/2019/03/Statusmall-nack-ryggdistortion.pdf

Dokumentet är framtaget av NRH Trauma Riks styrelse i samverkan med vetenskapligt råd.

Mall omhändertagande av nack-/ryggdistortionsfa datum och tid _____ undersökare _____ patient

A Anamnes (olycksbeskrivning, aktuella symtom, medvetandeslöming, tidigare och nuvarande sjukdomsbesvär, socialt)

_____

_____

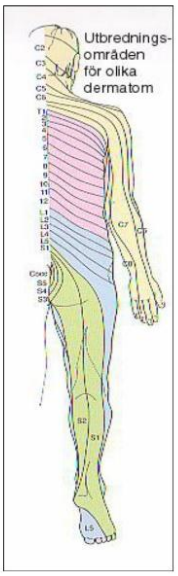
B Besvärsritning och besvärsskattning (VAS) enligt separat mall

C Status

Test Hypotrofi och sida	H	V	område	Sensorik beröring H	V	stick H	V	Reflexer	H	V	Motorik	H	V	Palpation av ryggraden	H	S	V	Andra tester	H	C	V	Nervpåverkan	H	C	V
nerv																		Rörlighet							
C 2			kind								huvudflx.			C 2				huvud flx							C 2
3			hals								hvd.sid.flx			3				huvud rot							3
4			supraspina					suprasp.			axelelev.			4				huvud ext							4
5			ö.arm					biceps			armabd.			5				axel							5
6			u.arm/tum					brachior.			armb.flx.			6				Nerv sträck							6
7			u.arm/dig3					triceps			armb.ext.			7				medianus							7
8			hand ulnart								lillfing.kro.			Pbr				radialis							8
T 1			axill övre								fingeradd.			T 1				ulnaris							T 1
2			axill nedre											2				Nack kompr./traktion							2
3			övre thorax											3				kompr.sm							3
4			övre mam.											4				trakt.lätt							4
5			mamillomr.											5				nackstab.							5
6			ned. mam.											6				Rörlighet							6
T 7			övre buk											7				rygg flx							7
8			buk					buk						8				rygg rot							8
9			ovan navel											9				rygg ext							9
10			navelreg											10				höft							10
11			nedom navel					ned. buk						11				Nerv sträck							11
12			nedre buk											12				femoralis							12
L 1			ljumske											L 1				ischias							L 1
2			övre lår								höftflek.			2				slump							2
3			meil. låret								knäext.			3				Länd kompr./traktion							3
4			knä					patella			fotledsext			4				ext.rot							4
5			lat.vad					plantar			stortåext			5				trak.sm							5
S 1			lat. fot					akilles			fotledsflx			S 1				trak lindr							S 1

Utvärdering och förkortningar; H = höger, V = vänster, S = spinalt, C = cervikal, T = torakal, PBr = plexus brachialis, C = centralt

3	*uttalad*	*saknas*	*saknas*	*paralys*	*uttalat obehag*	*uttalat nedsatt/obehag/lättnad*	3	*uttalad*
2	*klar*	*nedsatt*	*nedsatt*	*nedsatt*	*obehag*	*nedsatt/ obehag/ lättnad*	2	*klar*
1	*lätt*	*lätt nedsatt*	*lätt nedsatt*	*lätt nedsatt*	*lätt obehag*	*lätt nedsatt/ obehag/ lättnad*	1	*lätt*
0	*ingen*	*normal*	*normal*	*normal*	*inget obehag*	*normal/ inget obehag/ lättnad*	0	*ingen*
4		*hyperestesi / allodyni*	*hyperreflexi*					



Kranialnervstatus och ev. övriga statusfynd _____

D Bedömning WAD grad 0 inga nackbesvär eller fynd I besvär men status ua II muskuloskeletala fynd III neurologiska fynd IV fraktur / dislokation / ligamentruptur

och ev. andra skador: _____

E Radiologisk utredning (ej vid WAD grad 0-I)
vid WAD grad II **Slätrtg i ext /flx** (efterfråga skelettskada, subluxation, mjukdelssvullnad, avstånd mellan spinalutskott, uträtad lordos, degeneration)
vid WAD grad III/IV **DT/MRT/belastad eller fMRI /PET**

F Kompletterande undersökning / remiss efter behov _____

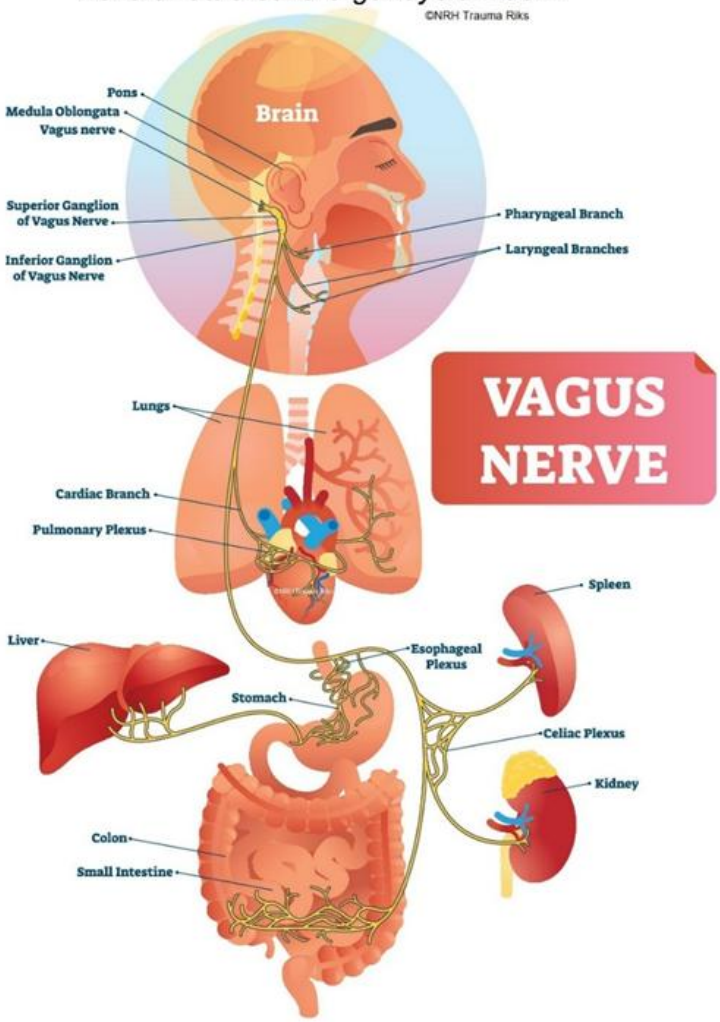
G Atgardsplan _____

Vagusnerven -kroppens största nerv!

Vagusnerven är kroppens största nerv och en signalväg mellan hjärnan och de inre organen. Den består av över 80 000 nervtrådar och har kontakt med tal, röst, våra ansiktsuttryck och är en stor del av det parasympatiska nervsystemet.

Med hjärnstammen som fäste färdas Vagusnerven ner till de inre organen genom nacke, bröst, diafragma, hjärta och lungor.

Med vetskap om detta är det lätt att förstå att en klämd påverkad nerv riskerar att orsaka organdysfunktion.



Symtom tydande på skada i CCJ (kranio cervikala ledkomplexet) efter ett trauma.

