



ПРЕВЕНЦИЈА НЕНАМЕРНИХ ПОВРЕДА КОД ТРУДНИЦА

др Марија Марковић
Центар за промоцију здравља

ДЕФИНИЦИЈА ПОВРЕДЕ

- ▶ "Акутна изложеност неком физичком агенсу као што су механичка енергија, топлота, електрична енергија, хемикалије или јонизујуће зрачење, која у интеракцији са телом својим интензитетом превазилази праг физиолошке толеранције.
- ▶ У неким случајевима повреде могу настати и услед изненадног недостатка есенцијалних агенаса, попут кисеоника или топлоте”

(Гибсон, 1961; Хадон, 1963)

НЕНАМЕРНЕ ПОВРЕДЕ

- ▶ Повреде настале без намере наношења штете
- ▶ Задесне, акциденталне
- ▶ У њих спадају:
 - ▶ Падови
 - ▶ Саобраћајне незгоде
 - ▶ Незгоде у радном или кућном окружењу
- ▶ Разликују се од повреда насталих услед насиља

ЗАСТУПЉЕНОСТ ПОВРЕДА КОД ТРУДНИЦА

НА ГЛОБАЛНОМ НИВОУ

- ▶ Траума компликује 1 од 12 трудноћа
- ▶ Повреде које захтевају ургентно медицинско збрињавање: 3,7-3,9% трудноћа
- ▶ Најзаступљеније:
 - ▶ саобраћајни трауматизам
 - ▶ повреде услед пада

У СРБИЈИ

- ▶ Не постоји национални регистар
- Према клиничким студијама:
- ▶ Траума настаје код 6-7% трудноћа
 - ▶ Хоспитализација услед трауме- око 0,4% трудница

ПОВРЕДЕ У ТРУДНОЋИ - ЈАВНОЗДРАВСТВЕНИ ЗНАЧАЈ

- ▶ Истовремено угрожавају здравље мајке и плода
- ▶ Водећи неакушерски узрок смрти трудница
- ▶ Често занемарена тема у рутинској пренаталној нези

- ▶ У великој мери превентабилне!

НАЈЧЕШТИ МЕХАНИЗМИ ПОВРЕЂИВАЊА У ТРУДНОЋИ

TABLE 2

Estimated incidence/prevalence of injury by type of trauma during pregnancy

Mechanism of injury	Estimated incidence/prevalence in pregnancy	Study design	Estimated incidence/prevalence outside of pregnancy
Motor vehicle crashes	207/100,000 live births ¹¹	Population-based cohort	1104/100,000 women ^{c99}
Falls and slips	48.9/100,000 live births ²⁴	Retrospective case-control	3029/100,000 women ¹⁰⁰
Burns	0.17/100,000 person-years ²⁷	Retrospective case-control	2.6/100,000 person-years ²⁷
Accidental poisoning	N/A	N/A	N/A
Domestic violence	8307/100,000 live births ¹⁰¹	Review	5239/100,000 women ^{c44}
Suicide ^a	2/100,000 live births ⁶¹	Retrospective cohort	8.8/100,000 population ^{c102}
Homicide	2.9/100,000 live births ⁶¹	Retrospective cohort	2.3/100,000 women ¹⁰⁰
Penetrating trauma ^b	3.27/100,000 live births ^{c62}	N/A	3.4/100,000 women ^{c62}
Toxic exposure	25.8/100,000 person-years ¹⁰³	Retrospective cohort	115.3/100,000 person-years ¹⁰⁴

Literature relating to incidence of burns during pregnancy is limited to most severe cases admitted to burn units and referral centers. Rate for accidental poisoning during pregnancy could not be calculated from available published literature. Domestic violence incidence includes all forms of partner violence: sexual, physical, and psychological.

N/A, not available.

^a Rates exclude attempted suicides. *Attempted* suicide rate during pregnancy is approximately 40/100,000 pregnancies⁶⁵ and during postpartum period is 43.9/100,000 live births⁶⁶; ^b Rates include only causes leading to fatality; ^c Rates calculated using 2009 US data from Centers for Disease Control and Prevention.

Mendez-Figueroa. Trauma in pregnancy. *Am J Obstet Gynecol* 2013.

ПОСЛЕДИЦЕ ПОВРЕДА У ТРУДНОЋИ

ПО МАЈКУ

- ▶ Лакше и умерене телесне повреде
- ▶ Истегнућа, уганућа, ишчашења и преломи
- ▶ Повреде главе и унутрашњих органа
- ▶ Хоспитализација
- ▶ Хронични здравствени проблеми
- ▶ Неакушерски морталитет
- ▶ ПСИХОЛОШКЕ ПОСЛЕДИЦЕ:
 - ▶ Анксиозност
 - ▶ Посттрауматски стресни поремећај
 - ▶ Страх од кретања
 - ▶ Негативан утицај на квалитет пренаталне неге

АКУШЕРСКЕ КОМПЛИКАЦИЈЕ

- ▶ Абрупција плаценте
- ▶ Превремене контракције
- ▶ Превремени порођај
- ▶ Преурањено прснуће плодових овојница

ПО ФЕТУС

- ▶ Фетални дистрес
- ▶ Интраутерина смрт
- ▶ Ниска телесна тежина на рођењу
- ▶ Компликације услед превременог рођења

ФАКТОРИ РИЗИКА ЗА НАСТАНАК ПОВРЕДА У ТРУДНОЋИ

ФИЗИОЛОШКИ

(Физиолошке промене у трудноћи)

- ▶ Померање центра гравитације
- ▶ Лабављење лигамената
- ▶ Промена начина хода
- ▶ Пораст телесне тежине
- ▶ Раст стомака
- ▶ Задржавање течности и последични едеми
- ▶ Смањена стабилност, равнотежа, координација
- ▶ Повећана осетљивост на трауму

БИХЕЈВИОРАЛНИ

- ▶ Неадекватна одећа и обућа
- ▶ Журба и преоптерећеност свакодневним обавезама
- ▶ Умор и поспаност
- ▶ Смањена концентрација

ФАКТОРИ ОКРУЖЕЊА

- ▶ Клизаве и неравне површине
- ▶ Слабо осветљење
- ▶ Недостатак рукохвата на степеништима
- ▶ Неадекватни услови на радном месту

ПАДОВИ

- ▶ Настају код 25-27% трудница
- ▶ Најчешћи у трећем триместру
- ▶ Углавном унутар просторија- често у кућном окружењу - 39% на степеништима
- ▶ Могу имати озбиљне последице
најчешће:
 - ▶ фрактуре карлице и доњих екстремитета
 - ▶ тупе повреде абдомена и утеруса

НАЈЧЕШЋИ ФАКТОРИ РИЗИКА ЗА НАСТАНАК ПАДОВА

- ▶ Померање центра гравитације
- ▶ Повећана лабавост зглобова
- ▶ Вртоглавица и пад притиска
- ▶ Журба
- ▶ Недостатак/пад коцентрације
- ▶ Кретање по степеницама
- ▶ Клизаве и неравне површине
- ▶ Неадекватна обућа
- ▶ Ношење терета

ТРИМЕСТАР	Доминантни фактор ризика
ПРВИ	Најчешће вртоглавица и мучнина (низак притисак)
ДРУГИ	Почетна промена центра гравитације и већа лабавост зглобова
ТРЕЋИ	Максимална промена центра гравитације, отежано кретање и отечена стопала

ПРЕВЕНЦИЈА ПАДОВА

- ▶ Процена ризика од пада
- ▶ Анализа околности претходних падова
- ▶ Савети за безбедност у дому (рукохвати на степеништима и у купатилима, неклизајуће подлоге, адекватно осветљење и сл.)
- ▶ Ношење адекватне одеће и обуће (стабилна, са гуменим ђоном)
- ▶ Прилагођавање кретања
- ▶ Вежбе за стабилност
- ▶ Прилагођавање окружења (прилагођени тротоари, осветљење и сл.)

САОБРАЋАЈНИ ТРАУМАТИЗАМ

- **Значајан узрок смрти и озбиљног повређивања у току трудноће (2-3% свих трудноћа)!**
- **Повећан ризик од компликација у даљем току трудноће!**
- **Водећи узрок феталне смртности настале услед повреда мајке!**

Изазива:

- ❖ **7% свих компликација у трудноћи**
- ❖ **26% свих хоспитализација у трудноћи**
- ❖ **30% свих смртних исхода у трудноћи**

Око 3000 изгубљених трудноћа годишње/8 дневно!

НАЈЧЕШЋЕ ПОВРЕДЕ У САОБРАЋАЈУ

МАЈКА

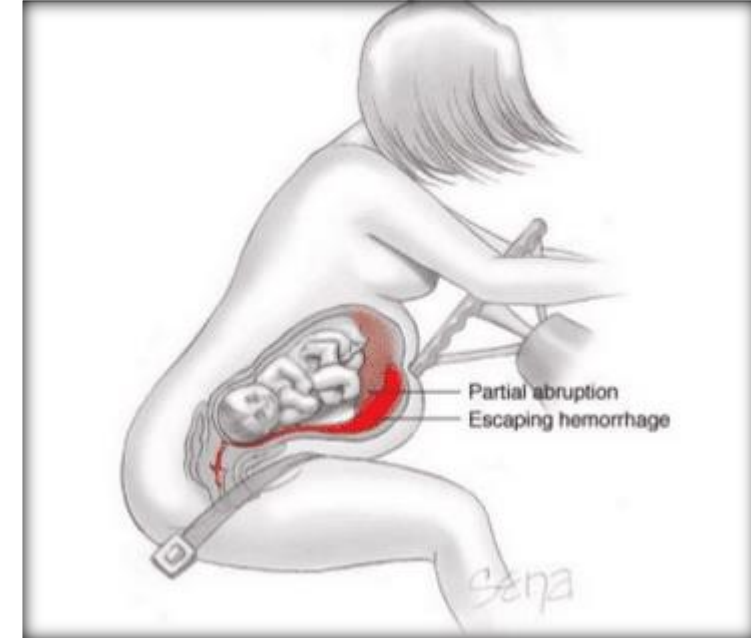
- ▶ Најчешће повређени делови тела: глава и абдомен
- ▶ Лакше повреде: дислокације, уганућа, контузије и отворене ране
- ▶ Тешке повреде: прелом карлице, руптура слезине, руптура материце

ПЛОД

- ▶ руптура слезине, повреде главе, интракранијалне повреде (директна сила)
- ▶ одлубљивања плаценте, превремено рођење, фетални дистрес (индиректна сила)

Стопа смртности плода 3x већа у односу на матерналну!

Минимална повреда мајке - 60-80% случајева могуће тешко оштећење плода!



Озбиљност ових исхода зависи од различитих фактора, укључујући **гестацијско доба** у време повреде, **тежину судара** и **употребу сигурносног појаса**.

ФАКТОРИ РИЗИКА ЗА НАСТАНАК ПОВРЕДА У САОБРАЋАЈУ

- ▶ Учестало путовање
- ▶ Вожња у стању умора или претеране исцрпљености
- ▶ Вожња у стању анксиозности
- ▶ Избегавање употребе сигурносног појаса
- ▶ Искључивање ваздушних јастука
- ▶ Неправилна употреба сигурносног појаса
- ▶ Употреба мобилног телефона у току вожње
- ▶ Непоштовање саобраћајних прописа

ФАКТОРИ РИЗИКА

Искључивање ваздушних јастука!

Ваздушни јастуци...

у комбинацији са сигурносним појасевима

- ▶ при фронталним сударима - ризик од фаталних исхода на предњем седишту мањи за 68%
- ▶ општа ефикасност у смањењу смртних исхода код свих врста судара од 8-14%



Код трудница умањују ризик од повреда уколико су правилно везане и заузимају правилан положај у возилу!

ВЕЗИВАЊЕ СИГУРНОСНИХ ПОЈАСЕВА

**СИГУРНОСНИ ПОЈАС- ОБАВЕЗАН!
ПРАВИЛНО НАМЕШТЕН = НЕШКОДИЉИВ!**

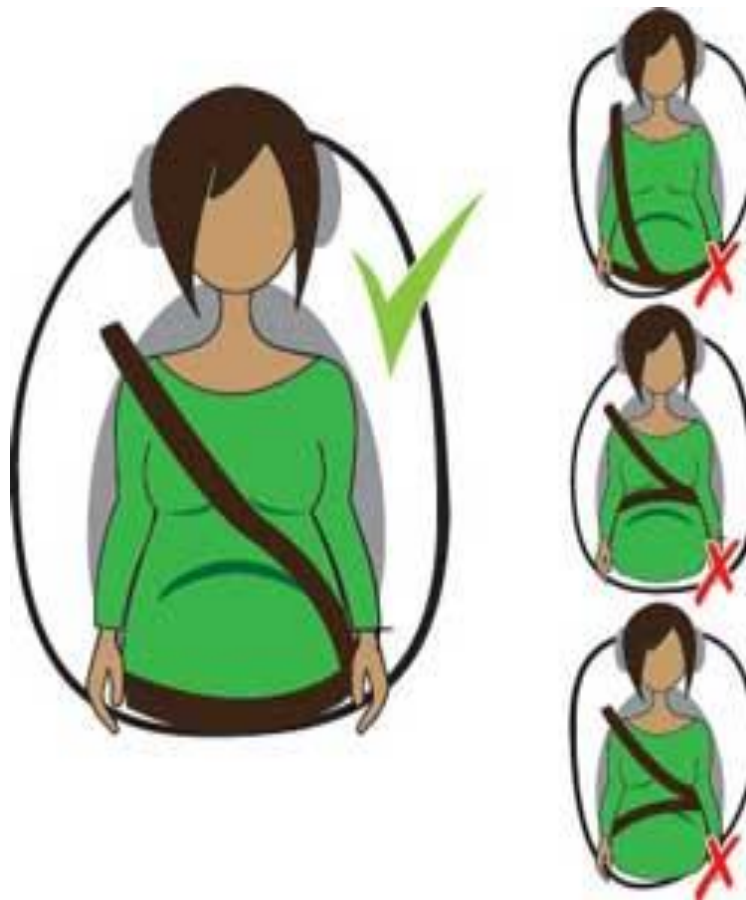
ЧИЊЕНИЦЕ:

- ▶ Чеони судар
 - брзина 13 km/h:
ризик за феталну смртност: **32% код везаних,
44% код невезаних трудница**
 - брзина 35 km/h:
ризик од феталне смртности >75%
- ▶ Ризик за абрупцију плаценте: **33% код везаних
61% код невезаних трудница**

ВЕЗИВАЊЕ СИГУРНОСНИХ ПОЈАСЕВА

ПРАВИЛНО ПОСТАВЉАЊЕ ПОЈАСА:

- ✓ Доњи -попречни део:
испод трбуха,
преко целе карлице,
(кукова)
- ✓ Горњи- дијагонални део:
Преко рамена, кључне кости
и дијагонално и између
груди



Делови појаса не смеју бити нити превише стегнути нити превише лабави (опуштени)!



ВЕЗИВАЊЕ СИГУРНОСНИХ ПОЈАСЕВА

Приликом судара:

ПОЈАС НИКАКО НЕ СМЕ ДА ИДЕ ПРЕКО ИЛИ ИЗНАД СТОМАКА, НИТИ ПРЕКО МАТЕРИЦЕ!



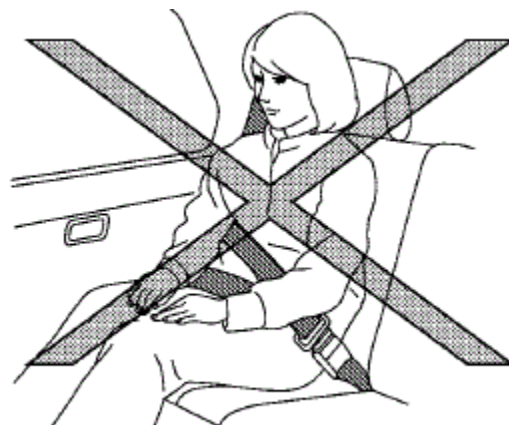
Појас преко стомака - могуће повреде абдомена труднице, повреда органа фетуса, абрупција плаценте

Појас преко материце -могућа руптура материце

Појас испод пазуха- могући преломи ребара

Појас иза леђа губи безбедносну функцију- нити ће заочити нити ће зауставити горњи део тела

НИКАДА НЕ ПОСТАВЉАТИ ГОРЊИ ДЕО ПОЈАСА ИСПОД РУКЕ ИЛИ ИЗА ЛЕЂА!



ПРЕПОРУКЕ ЗА БЕЗБЕДНО УЧЕШЋЕ ТРУДНИЦА У САОБРАЋАЈУ

- ▶ Избегавање вожње у тренуцима премора, поспаности или претеране раздражљивости
- ▶ Правилна употреба сигурносног појаса
- ▶ Избегавање употребе мобилних телефона у току вожње
- ▶ Прављење адекватних пауза током дужих путовања
- ▶ Поштовање саобраћајних прописа
- ▶ Едукација о мерама безбедности у саобраћају

Зашто је важна превенција ненамерних повреда у трудноћи?

- ▶ Очување здравља мајке и фетуса
- ▶ Повреде су у великој мери превентабилне
- ▶ Нискобуџетне интервенције
- ▶ Велики здравствени и друштвени бенефит

Превенција у оквиру здравственог система

- ▶ Интеграција у рутинску пренаталну негу
- ▶ Рано препознавање ризика
- ▶ Здравствено васпитни рад
- ▶ Мултидисциплинарни приступ

ЈАВНО ЗДРАВСТВЕНИ ПРИСТУП У ПРЕВЕНЦИЈИ ПОВРЕДА

- ▶ Едукативне активности
- ▶ Креирање и спровођење мера и активности у окружењу
- ▶ Креирања и имплементација различитих политика и друге законске регулативе

Кључна улога у спровођењу превенције повреда у трудноћи - здравствени радници у примарној здравственој заштити!

Активности здравствених радника у превенцији повреда код трудница

- ▶ Циљане (прилагођене и континуиране) едукације трудница и њихових породица о различитим аспектима безбедности: Плански вођене активности на нивоу локалне заједнице - здравствени радници и сарадници у ПЗЗ
- ▶ Предавања у програму постојећих школа родитељства или психофизичких припрема за труднице
- ▶ Индивидуално саветовање у оквиру саветовалишта за труднице
- ▶ Психолошка подршка
- ▶ Редовни прегледи и процена здравственог стања трудница и ризика од повређивања
- ▶ Упућивање и праћење
- ▶ Сарадња са осталим секторима

Најчешће баријере у спровођењу превентивних активности

- ▶ Недовољно развијена свест опште и стручне јавности
- ▶ Недостатак адекватних системских података о повредама
- ▶ Ограничено време здравствених радника
- ▶ Неадекватна комуникација (опречне информације, фокус на бебу а не на мајку, фрагментисана нега)
- ▶ Непрепознавање повреда као јавноздравственог проблема
- ▶ Недостатак адекватних смерница и протокола

Могућности унапређења превентивних активности

- ▶ Стандардизација процене ризика
- ▶ Едукација здравствених радника
- ▶ Укључивање превенције повреда у смернице
- ▶ Јачање надзора
- ▶ Спровођење циљаних истраживања
- ▶ Развој визуелних и дигиталних едукативних алата
- ▶ Заступање важности превенције повреда

ХВАЛА НА ПАЖЊИ!

marija.markovic@zdravlje.org.rs