

27 czerwca 2023



## **Apel lekarzy i fizjoterapeutów podczas korzystania z**

## wypoczynku nad wodą

**Lekarze i fizjoterapeuci ze Świętokrzyskiego Centrum Pediatrii oraz zespół Wojewódzkiego Szpitala Zespolonego w Kielcach apelują o zachowanie rozsądku i przestrzeganie obowiązujących zasad bezpieczeństwa, podczas korzystania z wypoczynku nad wodą. Każdy skok do wody może stać się przyczyną niepełnosprawności, nawet jeśli wykonuje go osoba, która dobrze pływa i świetnie skacze.**

Do niefortunnych wypadków podczas skoków do wody może dojść nie tylko nad rzeką, czy jeziorem, lecz także w hotelowych basenach. Najniebezpieczniejszy jest skok na „główkę”, którego wynikiem może być nieodwracalne uszkodzenie rdzenia kręgowego, skutkujące ciężkim inwalidztwem – permanentnie ograniczającym życie osoby poszkodowanej.

Do takich tragedii dochodzi często po spożyciu alkoholu, narkotyków i dopalaczy, czy też przez zwykły brak wyobraźni, skłonność do ryzykownych zachowań i popisywania się przed grupą rówieśniczą. Ofiarami takich wypadków są głównie nastolatki oraz młodzi mężczyźni w wieku ok. 20 lat.

Duża liczba występujących obrażeń rdzenia kręgowego wynika z urazów kręgosłupa, doznanych podczas skoków do wody – skutki zależą od poziomu oraz rozległości tego uszkodzenia.

Najczęściej zdarzają się porażenia na wysokości szóstego kręgu szyjnego: wówczas pacjent zachowuje niewielką kontrolę nad szczałkowymi ruchami kończyn górnych.

Gdy dochodzi do uszkodzenia rdzenia na poziomie pierwszego, drugiego i trzeciego kręgu odcinka szyjnego, ujawnia się: czterokończynowe porażenie ciała (poszkodowany nie może ruszać kończynami górnymi ani dolnymi), jednocześnie pojawiają się poważne zaburzenia funkcjonowania organizmu, w tym utrata samodzielnego oddychania tj. podstawowej czynności życiowej. Wówczas, aby uratowany pacjent mógł żyć, niezbędny staje się personalny respirator, który sztucznie umożliwia pacjentowi oddychanie. Rozległym obrażeniom rdzenia kręgowego w odcinku szyjnym, towarzyszą często podtopienia oraz obrażenia czaszkowo-mózgowe, co dodatkowo zwiększa ryzyko ciężkiego inwalidztwa czy nawet śmierci.

Każdy uratowany pacjent, który doznał obrażeń rdzenia kręgowego, wymaga stosowania

nowoczesnych technologii medycznych i metod leczenia. Przede wszystkim jednak wiedzy, olbrzymich umiejętności i wysiłków ze strony interdyscyplinarnego zespołu leczącego: lekarzy, pielęgniarek, fizjoterapeutów, psychologów, mikrobiologów oraz analityków medycznych. Leczenie pochłania ogromne środki finansowe. Mimo zintegrowania nakładów sił i środków, możliwość powrotu do pełnej lub nawet częściowej sprawności ruchowej, często jest niemożliwa.

Sytuację poszkodowanej osoby pogarszają m. in. schorzenia urologiczne w tym pęcherz neurogeny, nietrzymanie moczu, przykurcze w stawach oraz schorzenia pulmonologiczne i zaburzenia gastryczne. Pacjentowi i jego rodzinie towarzyszy olbrzymi stres, trwający przewlekłe, który jest wynikiem drastycznej zmiany stylu życia osoby poszkodowanej i jej najbliższego otoczenia. Do tak niezwykle trudnej sytuacji zdrowotnej, dołącza się izolacja społeczna tj.: ograniczone kontakty z przyjaciółmi, rówieśnikami, szkołą, a nawet najbliższą rodziną.

- Skoki do wody, na głowę, wykonywane w niewłaściwych miejscach i w niewłaściwy sposób, bez nadzoru ratowników wodnych, to chwilowa, niepotrzebna "rozrywka", z której należy całkowicie zrezygnować - podkreśla w imieniu interdyscyplinarnego zespołu ŚCP dr hab. **Wojciech Kiebzak** prof. UJK, konsultant wojewódzki w dziedzinie fizjoterapii.