



Термічні опіки – практичні рекомендації для надання допомоги в умовах обмежених ресурсів

Цільова аудиторія та відмова від відповідальності: Рекомендації насамперед призначені для людей без медичної освіти, які надають допомогу, та медичних працівників, що раніше не працювали з пораненнями. Кваліфіковані професіонали, які доглядають постраждалих, можуть додатково ознайомитися з публікаціями за посиланнями нижче. Рекомендації та посібники були обрані спеціальною групою експертів EWMA, що мають досвід лікування травм та пошкоджень, отриманих під час воєн, криз та спеціалізуються на наданні невідкладної допомоги. Таким чином, керівництво не ґрунтується на широкому консенсусі.

Перед наданням допомоги, якщо це можливо, забезпечте навколо максимально можливу стерильність і обов'язково використовуйте антисептик або воду з милом для очищення рук.

Цей текст натхненний двома статтями від «Wilderness Medical Society Journal»:

Догляд за пацієнтами з термічними травмами в операційних, катастрофах з великою кількістю постраждалих та критичних ситуаціях від Wilderness

[https://www.wemjournal.org/article/S1080-6032\(17\)30098-4/fulltext](https://www.wemjournal.org/article/S1080-6032(17)30098-4/fulltext)

<https://www.wemjournal.org/action/showPdf?pii=S1080-6032%2817%2930098-4>

Лікування опіків у дикій природі в умовах нестачі ресурсів від Wilderness

[https://www.wemjournal.org/article/S1080-6032\(16\)30216-2/fulltext](https://www.wemjournal.org/article/S1080-6032(16)30216-2/fulltext)

<https://www.wemjournal.org/action/showPdf?pii=S1080-6032%2816%2930216-2>

Термічні опіки зустрічаються доволі часто. Вони виникають внаслідок надмірного впливу на організм різних джерел тепла. Наприклад, можна відмітити вогонь, киплячу воду, пару та розігріті предмети, наприклад, розплавлений метал, тощо.

Важливо відрізнити: Опіки можуть бути викликані іншими причинами, наприклад, електрикою, хімічними речовинами, радіацією. Часто вони виглядають і лікуються інакше, ніж термічні опіки.

Основна класифікація базується на:

1. Процентне співвідношення обпеченої поверхні тіла (% ОПТ):
 - а. Найпростіший спосіб вимірювання – порівняти площу поверхні опіку з площею долоні пацієнта (1 долоня \approx 1% поверхні тіла)



2. Глибині опіків; може бути поверхневою (I ступінь), не на всю глибину шкіри (II ступінь) або на всю глибину шкіри (III ступінь):
 - a. Поверхневі (I ступінь): уражені лише епідерміс або поверхневий шар дерми. Місце опіку червоне, болісне, сухе, без пухирів. Прикладом може бути легкий сонячний опік.
 - b. Опіки не на всю товщину шкіри (II ступеня): включають епідерміс та деяку частину дерми. Місце опіку виглядає червоним, покритим пухирями, може бути набряклим і болючим.
 - c. Опіки на всю глибину шкіри (III ступеня): відбувається руйнування епідермісу та дерми. Можуть залучатися прилеглі кістки, м'язи і сухожилля. Місце опіку виглядає білим та/або обвугленим. Через руйнування нервів, чутливість у пошкодженій ділянці відсутня.

Великі опіки (>20% ОПТ) дуже небезпечні, оскільки можуть потенційно призвести до загибелі потерпілого.

Зверніть увагу, через те, що іноді повноцінний опік може розвинутися лише протягом декількох днів після впливу ушкоджуючого фактора, необхідно провести повторну його оцінку через 72 години з метою підтвердження правильності діагнозу.

Опіки дуже болючі та іноді можуть інфікуватися.

Залежно від механізму виникнення (вибух, пожежа в будинку, тощо) у постраждалих можуть виникнути також інші супутні ускладнення, наприклад, отруєння чадним газом, переломи, пошкодження внутрішніх органів і т.д.

Первинна допомога при термічному опіку

При догляді за постраждалим від опіків пам'ятайте про власну безпеку і уникайте контактів із джерелами тепла, електрикою, газом, хімікатами, токсичними газами та/або вдихання гарячого повітря (зверніть увагу, що іноді проблеми з диханням можуть виникнути лише через 24–48 годин після зіткнення з ушкоджуючим фактором).

Місцеве лікування

Перша допомога включає охолодження ушкоджених ділянок шкіри. Це необхідно, щоб відвести якомога більше тепла від вогнища ураження, оскільки залишкове тепло всередині тканин продовжуватиме руйнувати їх досить ще тривалий час після того, як вплив основного джерела тепла припиниться.

Зазвичай, потрібного ефекту можна досягти водою. Вода має бути прохолодною, але не крижаною. Не можна використовувати лід, тому що ви ризикуєте додати до опікових уражень



ще й обмороження. Рекомендуємо застосувати «правило 20-ти»: 20-хвилинне зрошення проточною водою температурою 20 °C на відстані 20 см між опіком та джерелом води.

Якщо зрошення неможливе, обпечені кінцівки можна помістити у відра з водою. Якщо опік знаходиться в іншому місці, можна використовувати просочену водою марлю (її потрібно регулярно міняти).

- За наявності пухирів, їх не слід здирати, якщо тільки вони не сильно здуті (тоді їх можна надрізати, а частину, що залишилася, залишити на місці для запобігання потрапляння у рану інфекції).
При поверхневих опіках (I ступеню), коли дерма майже не уражена, достатньо буде застосувати крем. Підійде зволожуючий крем для тіла, парафін, вазелін, олія, і т.д.
- Якщо зачеплена дерма — краще накласти пов'язку, що не прилипатиме до рани.
- Крем із сульфадіазином срібла — це загальноприйнятий стандарт, але марля, просочена вазеліном, загалом може його замінити.
- Інші альтернативи: накладання вареного листя капусти або варених картопляних очисток (внутрішньою стороною на місце ураження) на опік. Також можна наносити цукор чи мед.
- Зверху накладають марлю або чисту бавовняну тканину, також можна використовувати поліетиленову харчову плівку.
- Пов'язку можна не змінювати кілька днів. Проте потім пов'язки потрібно буде знімати, відмочуючи водою, щоб вони не прилипали, не шкодили тканинам і не завдавали болю.
- Під час перев'язок необхідно стежити за станом опіків. З часом вони можуть змінюватись, і може знадобитися зміна лікувальної тактики (опіки можуть ставати більш вологими, сухими, інфікуватися, тощо).

Загальне лікування

Дуже важливо зменшити біль. Можна застосовувати парацетамол, ацетамінофен, протизапальні препарати (ібупрофен та ін.). Іноді можна використовувати і більш сильні знеболювальні. У пацієнтів з масивними опіками (більше 10-20% ОПТ) можуть виникати наступні ускладнення:

- **Гіпотермія.** Температура тіла може впасти, тому потерпілому слід якнайшвидше помірно зігрітися.
- **Гіповолемія.** Об'єм циркулюючої крові може впасти до рівня, коли серце не справляється з підтримкою належного кровотоку. У такому разі необхідно ставити крапельниці. Якщо це неможливо, хворий повинен якнайбільше пити.
- **Домашній розчин для відновлення об'єму крові.** На 1 літр води потрібно додати 6 чайних ложок цукру і 1/2 чайної ложки солі.



Глибокі опіки можуть призвести до утворення стяжок на шкірі та навіть інвалідності; при опіках на та поряд з суглобами може знадобитися знерухомити їх.