

Materiał prasowy
Warszawa, 19 czerwca 2017 r.

SKOKI NA GŁÓWKĘ – RYZYKOWNA ROZRYWKA

Mimo licznych akcji edukacyjnych, w Polsce co roku przybywa kilkuset młodych ludzi sparaliżowanych w wyniku pechowego skoku na główkę. Zdarzają się również skoki śmiertelne. Przed brawurą przestrzegają: dr n. med. Artur Zaczyński, neurochirurg Centrum Leczenia Chorób Kręgosłupa w Carolina Medical Center oraz pływak Jacek Czech, który sam doświadczył urazu.

Niefortunne skoki do wody mogą skończyć się uszkodzeniami kręgosłupa, trwałym kalectwem, a nawet utopieniem w wyniku zachłyśnięcia. Powrót do normalnego życia po wypadku jest trudny, a czasami niemożliwy. Blisko połowa urazów kręgosłupa, związanych ze skokami do wody, to uszkodzenia rdzenia kręgowego, powodujące paraliż kończyn. Często dochodzi także do złamania kręgosłupa.

Rodzaj urazu zależy od siły uderzenia ciała o taflę wody lub dno. Wpływa na nią wysokość, z której oddawany jest skok, ciężar ciała, a także głębokość zbiornika. Im płytsza woda, tym prawdopodobieństwo poważnego urazu wzrasta. Jednak nawet w pozornie głębszej wodzie, czy sprawdzonym akwenu, można uderzyć o dno lub leżący na nim kamień lub przedmiot.

Dr Artur Zaczyński, neurochirurg z Centrum Leczenia Chorób Kręgosłupa w Carolina Medical Center tłumaczy, że ogromne znaczenie ma miejsce urazu – im bliżej głowy, tym gorzej – najgroźniejsze i niestety najczęstsze, są uszkodzenia odcinka szyjnego kręgosłupa. Uraz poniżej klatki piersiowej na ogół kończy się porażeniem nóg.

– Uderzenie głową skutkuje różnego typu urazami. Te niewielkie, odczuwalne jako sztywnienie, ciągnięcie czy mrowienie odcinka szyjnego kręgosłupa, ustępują samoczynnie lub po rehabilitacji. Leczenie porażień kończyn trwa dłużej i przynosi różne efekty – czasem porażenie ustąpi całkowicie, innym razem pozostanie niedowład pełen lub częściowy. Skutkiem przerwania rdzenia kręgowego może być rozległy paraliż, a nawet śmierć – ostrzega neurochirurg.

Wstrząśnienie rdzenia

Najłagodniejszą konsekwencją skoku do wody na główkę jest wstrząśnienie rdzenia, czyli trwające kilka sekund zaburzenia jego funkcji motorycznej. Chwilowe wyłączenie funkcji rdzenia powoduje jednak napięcie mięśni, co wymaga rehabilitacji i masażu.

Złamania kręgosłupa

Skok do wody może też doprowadzić do urazu kręgosłupa bez uszkodzenia rdzenia kręgowego. Konsekwencje uszkodzenia kręgosłupa są nieco łagodniejsze niż uszkodzenia rdzenia, choć nadal są bardzo dotkliwe. Pacjent ma czucie i może poruszać kończynami. W takim przypadku niezwykle istotna jest dobrze udzielona pierwsza pomoc, gdyż w przeciwnym razie złamany kręgosłup może uszkodzić rdzeń kręgowy.

– Złamany kręgosłup powoduje ból w jego okolicach. Aby go odciążyć, pacjent musi nosić usztywniający gorset przez co najmniej kilka miesięcy. Niezwykle istotna jest rehabilitacja, której celem jest minimalizacja skutków urazu i prewencja zmian zwyrodnieniowych. W przyszłości mogą one bowiem wywołać kolejne urazy, ze względu na zmianę balansu kręgosłupa i rozłożenie przeciążenia trzonów i dysków – tłumaczy dr Artur Zaczyński. – Często konieczne jest operacyjne usztywnienie kręgosłupa, a nawet wszczepienie implantu. Po takim zabiegu w ciągu kilku tygodni można dojść do formy – dodaje dr Zaczyński.

Przerwanie rdzenia kręgowego

Najgroźniejszą w skutkach konsekwencją wypadków podczas skoków do wody są skręcenia i przerwanie rdzenia na skutek zwichnięcia kręgosłupa szyjnego, bądź jego złamania. Uraz rdzenia niesie za sobą zmiany neurologiczne, dlatego niezwykle istotne jest miejsce urazu. Najpoważniejsze są uszkodzenia w górnych partiach szyi i najwyższych segmentów rdzenia. Dochodzi wtedy do porażenia nerwu przeponowego, przez co pacjent się dusi. Jego przeżycie zależy od szybko przeprowadzonej akcji ratowniczej z intubacją.

Kolejnym skutkiem brawury może być **paraplegia**, czyli **niedowład kończyn dolnych**, przy **zachowaniu sprawności kończyn górnych**. Pacjent ma kontrolę nad mięśniami ramion oraz łokci, wykonuje także ruchy dłońmi. Charakterystyczne przy paraplegii jest zaburzenie oddawania moczu. Pacjent po takim niefortunnym skoku musi ciężko pracować, aby wrócić do sprawności, choć rzadko wraca do poziomu sprzed wypadku.

Z kolei do **niedowładu czterokończynowego i porażenia mięśni tułowia (tetraplegia)** dochodzi, kiedy kręgosłup zostaje uszkodzony na wysokich poziomach rdzenia szyjnego. Pacjent nie może samodzielnie jeść, ma problemy z potykaniem. Dopiero po długiej rehabilitacji udaje się częściowo odzyskać umiejętność posługiwania się dłońmi.

Niedowład czterokończynowy z zaburzeniami pracy układu oddechowego (pentaplegia), wymagający respiratora to jedna z częstszych postaci zaburzeń neurologicznych. Zazwyczaj jest połączona z zaburzeniami pracy jelit i potliwości skóry. Długa rehabilitacja zapobiega ciężkim powikłaniom, jak odleżyny, przykurcze i bloki kostne. W leczeniu wykorzystuje się często tzw. egzoszkielet, czyli kombinezon wspomagający ruch i umożliwiający pionizację pacjenta. Co więcej, egzoszkielet zmienia wydolność układu krążenia, poprawia ukrwienie, a także zmniejsza ryzyko osteoporozy związanej z ciągłym leżeniem.

– Uszkodzenia kręgów lub dysków wymagają jak najszybszej operacyjnej stabilizacji kręgosłupa. Likwidujemy nadmierną ruchomość, wynikającą z urazu. Już następnego dnia pacjent może być rehabilitowany. Nie należy jednak oczekiwać, że w każdym przypadku rdzeń odzyska swoje funkcje. Jeśli w wyniku wypadku pacjent nie doznał deficytów neurologicznych ma szansę wrócić do zdrowia. Jeśli wystąpiło u niego porażenie, szanse są niewielkie – wyjaśnia dr Zaczyński.

Jacek Czech – jeden skok, uszkodzenie rdzenia i paraliż całego ciała

Pływak, paraolimpijczyk Jacek Czech będzie nas reprezentował na Mistrzostwach Świata 30 września 2017 r. w Mexico City. W wieku 18 lat skoczył na główkę do jeziora. Doznał przerwania rdzenia kręgowego, a w konsekwencji paraliżu całego ciała. Dziś porusza się na wózku. Dzięki ogromnej pracy odniósł liczne sukcesy w sporcie. Codzienne życie jednak przysparza mu wiele trudności.

– *Jedynie 30% mojego ciała jest sprawne, reszta została sparaliżowana w różnym stopniu. Przeciętna osoba ubiera się w 5 minut, mi zajmuje to 20. Wiele czasu poświęcam na zwykłe czynności, takie jak: mycie, przygotowanie posiłku...* – powiedział Jacek Czech.

Ofiarami skoków do wody są najczęściej nastoletni chłopcy i młodzi mężczyźni. Mimo wielu kampanii społecznych, które co roku przestrzegają przed brawurą, wypadki wciąż się zdarzają. Dlatego warto mówić o ich konsekwencjach, szczególnie latem, kiedy tego typu zdarzeń jest najwięcej.

Więcej informacji o Carolina Medical Center w Warszawie na www.carolina.pl

Kontakt dla dziennikarzy:

Carolina Medical Center

Jowita Niedźwiecka

tel.: 885 990 904

e-mail: jowita.niedzwiecka@carolina.pl

Informacje o specjalistach

Informacje o specjalistcie

Dr n. med. Artur Zaczyński jest neurochirurgiem z Centrum Leczenia Chorób Kręgosłupa Carolina Medical Center w Warszawie. Kształcił się w Klinice Neurochirurgii CMKP pod okiem prof. dr. hab. n. med. Mirosława Ząbka. W 2009 r. pełnił funkcję Koordynatora Medycznego Stadionu Narodowego w Warszawie w trakcie finałowego turnieju UEFA EURO 2012. Zakres usług: choroby naczyniowe mózgu, chirurgia kręgosłupa, urazy układu nerwowego.

Informacje o Jacku Czechu

Pływak, paraolimpijczyk, zdobywca pięciu medali na Mistrzostwach Świata (trzech srebrnych, dwóch brązowych), trzech medali na Mistrzostwach Europy (dwóch srebrnych, jednego brązowego), a także siedmiokrotny Mistrz Polski. Od lat związany z warszawską kliniką ortopedii i medycyny sportowej Carolina Medical Center.

Informacje o Carolina Medical Center

Carolina Medical Center to pierwsza w Polsce prywatna placówka medyczna specjalizująca się w leczeniu i prewencji urazów układu mięśniowo-szkieletowego. Zatrudnia m.in. specjalistów ortopedii, neurochirurgii, chirurgii dziecięcej, reumatologii, neurologii i rehabilitacji. Zapewnia kompleksową opiekę medyczną – całodobowe ambulatorium urazowe, konsultacje specjalistyczne, diagnostykę obrazową i funkcjonalną, leczenie operacyjne i nieinwazyjne, rehabilitację, badania biomechaniczne, trening motoryczny.

Klinika ma bardzo duże doświadczenie w medycynie sportowej – wieloletni partner medyczny Polskiego Komitetu Olimpijskiego i Polskiego Baletu Narodowego. Placówka została także wybrana przez Europejską Unię Piłkarską (UEFA) do sprawowania opieki medycznej nad uczestnikami UEFA EURO 2012, a Międzynarodowa Federacja Piłkarska wyróżniła ją tytułem FIFA Medical Clinic of Excellence.

Carolina Medical Center jest częścią Grupy LUX MED – lidera rynku prywatnych usług medycznych w Polsce.

Więcej informacji o Carolina Medical Center można znaleźć na www.carolina.pl