

Entorsele, luxațiile

Luxația – constă în deplasarea capetelor articulare ale oaselor și fixarea lor în această poziție vicioasă, în urma unui traumatism care provoacă o hiperextensie sau hiperflexiune a articulației. Ligamentele și capsula articulară se rup, capul articular iese din cavitatea articulară și rămâne așa. După re poziționare, ligamentele și capsula articulară se consolidează. Luxația se produce mai mult la tineri. La vârstnici, aceeași mișcare poate să ducă la fracturi. Articulația luxată se tumefiază și devine imobilă (contrar cu fractura). Repunerea luxației o poate efectua medicul. Anumite luxații (congenitale, vechi) se rezolvă prin operații.

La o mișcare forțată care depășește limitele funcționării normale a articulației (mobilitatea ei) se produce o leziune articulară. Aceasta este **entorsa**. Însă nu rămâne o deplasare a pozițiilor normale ale suprafețelor articulare. Spre deosebire de luxație, la entorsă oasele care alcătuiesc articulația nu sunt deplasate. Apar dureri, umflarea articulației, câteodată lichid articular. Uneori sunt lezate ligamentele articulare și se produc tulburări circulatorii locale (la genunchi, glezne, degete). Ligamentele articulare sunt fascicule de fibre care leagă oasele între ele. Câteodată entorsele pot fi însoțite de fracturi. *Entorsele de gleznă* sunt cel mai frecvent întâlnite. În acest caz, ligamentele dintre oasele piciorului și ale gambei sunt întinse sau rupte. În momentul accidentării grave se simte ruperea ligamentului și chiar se poate auzi o pocnitură. Uneori se pot produce răsuciri severe ale ligamentelor. Entorsele de gleznă se vindecă într-o perioadă de 6 săptămâni până la 4 luni, în funcție de gravitate. Gravitatea traumatismului nu este neapărat indicată de durere, ci de umflătura și învinețirea care apar.

La o leziune de gradul I cu întindere și o mică ruptură a ligamentelor, se produce un edem (inflamare prin acumulare de lichid în țesuturi) și eventual puțină durere la mers, fără să predominie echimoza (învinețirea).

La gradul II, când ruptura ligamentelor nu este totală, există edem, durere și hemartroză (se strânge sânge în cavitatea articulară). Mai târziu se produce învinețire moderată (echimoză). Echimoza este învinețirea de suprafață când în interior există un hematom. La palparea zonei lezată este sensibilă. Pot să apară uneori semne de instabilitate articulară (se simte că glezna fuge).

La gradul III, când se rupe total ligamentul, există edem și învinețire severă, antrenând mișcări anormale de ample la nivelul articulației. Mersul poate deveni imposibil, deoarece glezna se poate deplasa în exterior și inițial există dureri mari la mers. Poate chiar să provoace luxație. După lezare pot să apară amorțeli și furnicături (parestezii). În acest caz este necesar un consult medical.

În entorsă apare acidoza metabolică, metabolismul schimbându-se dinspre aerob (când poate lupta contra radicalilor liberi ce afectează țesuturile) spre anaerob (acesta se dezvoltă în lipsa oxigenului). Metabolismul anaerob (când celulele fără oxigen nu pot realiza conversia substratului energetic la CO₂ și apă) duce la apariția acidului lactic. Astfel crește acidoza locală, iar scăderea pH-ului excită receptorii, aceasta ducând la menținerea edemului încă o săptămână.

La o entorsă de grad mic, edemul poate să dispară în maximum 3 săptămâni. Se face repaus și se merge puțin, cu prudență. Dacă după 2-3 săptămâni durerea și echimoza nu dispar, trebuie consultat medicul.

Se recomandă repaus, se pun comprese reci, antiinflamatoare. Se pun compresele ude într-o pungă de nailon în congelator și se aplică din oră în oră pe leziune. Mai eficientă este aplicarea unei pungi cu legume mici congelate (de exemplu, mazăre, legume rase). Gheața nu se ține mult timp (cam 15 min.) deoarece poate afecta țesuturile. Dacă afecțiunea este la picior, se ține acesta la un nivel mai ridicat decât restul corpului. După 48 h de la accident, pentru reducerea edemului și a echimozei, se fac timp de aproximativ 2 săptămâni, de 1-3 ori/zi, dușuri scoțiene pe locul afectat, foarte reci și foarte calde, timp de câteva secunde fiecare. O variantă ar fi folosirea a 2 ligheane cu apă rece și caldă în care se poate adăuga și sare grunjoasă,

săruri Epsom sau de mare. Sarea Epsom (luată de la farmacie), pe lângă diminuarea inflamației ajută și la eliminarea acidului lactic care la acumulare dă dureri musculare. Timpul total al băii, rece-cald-rece, va fi de aproximativ 5 min.

La o entorsă de grad mic sau mediu, în primele 48 h se leagă glezna în forma cifrei 8, dar nu prea strâns, cu o fașă elastică specială (pusă de medic sau cumpărată de la farmacie – de exemplu, Scholl), compresivă, care ajută la reducerea edemului și diminuarea durerii. În unele cazuri, fașa se poartă 3 săptămâni. Dar ea nu oferă protecție gleznei. La sfatul medicului, pentru deplasare, dacă mersul este dureros (la gradul II), se folosesc cârje sau, după caz, dacă nu se poate susține greutatea în piciorul lezat, se recurge la atelă gipsată (cam 2 săptămâni) sau gips (pentru 4-5 săptămâni). Dacă ligamentul sau osul asociat este rupt complet sau dacă după mai multe exerciții glezna rămâne instabilă (la gradul III), se recurge la tratament chirurgical.

Dacă entorsa nu este gravă, în limita posibilului, cu prudență, exercițiile de refacere (balans genunchi stând pe scaun cu tălpile pe sol, mișcări ale degetelor etc.) și mersul se pot executa la puțin timp după traumatism, iar după 1-2 zile se vor face exerciții de întindere a tendonului lui Ahile, pentru întărirea mușchilor și controlul echilibrului. Acestea vor fi recomandate de fizioterapeut și se vor executa și după vindecare, pentru întărirea gleznei și refacerea mușchilor.

În concluzie, în primele ore de boală se folosesc comprese foarte reci, băi reci doar pe locul afectat (cam de 15 min.) dacă afară este cald sau alternante rece-cald-rece, se pune fașă elastică specială, eventual se iau analgezice, antiinflamatoare naturale (de exemplu, harpagophytum – produsul Gag). Nu se fac în aceste ore masaje cu unguente, doar la nevoie ungeri ușoare cu produse analgezice, antiinflamatoare, antiechimoze pe locul afectat. Vezi la „Traumatismele pielii – Contuziile, vânătăile”.

Nu este recomandată expunerea la soare.

Tincturile de plante sau oțetul de plante vor fi diluate cu apă sau ceai de plante. Dacă se pune cataplasma cu tinctură de plante nediluată, va încinge și va înroși local, neajutând contra inflamației.

- Siliciul din alimente (sau siliciu organic tablete) ajută țesuturile elastice să se refacă. (Vezi „Sărurile minerale” – „Siliciu”).
- Mie mi-a apărut după căzătură o umflătură în afara gleznei cât un ou de porumbel. Aveam tinctură de mentă de munte proaspăt preparată. Am pus seara o compresă cu apă stropită cu tinctură și dimineața am constatat că edemul se diminuase.
- Consumul de ananas poate ajuta la dispariția echimozei.
- Comprese cu frunze de captalan (brusture dulci); cașul-popii (nalbă mică – vezi „Inflamațiile pielii”); cu terci de rădăcini de brusture; comprese cu pelin; comprese cu alge marine; comprese cu pedicuță (cât mai proaspătă) sau compresă udată cu apă rece și stropită cu tinctură de pedicuță; cataplasme cu frunze verzi de tătăneasă sau pulbere de rădăcină de tătăneasă amestecată cu apă, care calmează durerea (există în comerț și unguent cu tătăneasă). Foarte eficiente sunt și compresele cu tinctură de tătăneasă.
- Băile în apă de mare sunt cele mai eficiente. În legătură cu aceasta, iată propria mea experiență. Mergeam pe plajă și la o denivelare mi-a alunecat piciorul în nisip. Laba piciorului s-a îndoit atât de puternic, încât și soțul meu, aflat în apropiere, a auzit trosnituri și a crezut că nu o să mă mai pot deplasa. L-am rugat să mă ajute să intru în apa mării, care în acea perioadă era plină de alge. Am făcut mișcare în apă cât am putut de mult. În următoarele 4 zile am putut să mă deplasez la plajă și am repetat zilnic procedeul în apa mării (care din cauza răcirii vremii devenise din ce în ce mai rece). Piciorul se umflase foarte puțin și durerea era suportabilă la deplasare. Apoi a trebuit să ne întoarcem în București. În ziua următoare piciorul era umflat de nu se mai vedea glezna, dar mă deplasam fără vreo durere semnificativă. Timp de o săptămână, unguentele naturiste (cu arnică, salcie, camfor, uleiuri de plante etc.), spălările cu tinctură de coada-șoricelului, aloe vera sau bitter suedez, cataplasmele cu ceai de arnică nu m-au ajutat prea mult. De

abia când am aplicat comprese cu plante rămase de la prepararea bitterului suedez (mai conțineau bitter) timp de 2-3 h/zi, apoi ungeri cu unguentele amintite mai sus, piciorul a început să se dezumfle treptat, astfel că în alte 4 zile a revenit la normal. Deci apa de mare și compresele cu bitter suedez m-au ajutat foarte mult. Din experiența proprie, foarte mult ajută la îndepărtarea umflăturii și cataplasmele cu varză. Când după câteva ore se dă la o parte cataplasma, se observă că frunzele sunt umede deoarece trag din lichidul acumulat. O stare generală de bine și calmarea durerii o dau cataplasmele cu ceapă tocată fin + sare (puse pe un strat de vată și un bandaj) aplicate cu ceapa pe zona afectată. Dar chiar dacă se pun deasupra 3 straturi protectoare de plastic, tot nu se scapă de mirosul de ceapă. După îndepărtarea cataplasmei se spală locul respectiv cu oțet de mere diluat, apoi se face duș.

- Ungere cu ulei de cimbru.
- Eficient este și tratamentul cu aloe vera (Aloe First, gel de aloe – firma Forever Living Products).
- Decoct de podbal (5-10 linguri de frunze sau rădăcini/1 litru) – comprese.
- Infuzie de rozmarin (5-6 linguri/1 litru apă); salvie (10 linguri/1 litru de vin – spălături, comprese).
- Ulei de sunătoare. Se fac frecții.
- Se aplică 3 straturi de frunze de varză zdrobită (cu sticla sau cu bătătorul de șnițele). Varza este antiinflamatoare, reduce durerea, ajută la refacerea ligamentelor, se formează mai puțin lichid sinovial. Este bine să se consume și salată de varză.
- *Arnica* conține lactone sesquiterpenice antiinflamatorii și flavonoide care întăresc vasele de sânge. Lactonele previn scurgerea de sânge sub piele și inflamarea țesuturilor de lângă zona lezată, astfel făcând să dispară vânătăia. Ajută în tratarea luxațiilor și a altor leziuni mici cu inflamație, dar fără hemoragii. Planta ajută și în tratarea infecțiilor bacteriene și fungice, dar folosită doar extern. Se poate folosi sub formă de tinctură, cremă sau gel. Se pot pune cataplasme cu frunze și flori de arnică strivite pe vânătăi. Decoct cu 1-2 linguri (5-20 g) flori/1 l de apă – se folosește în entorse, scrântituri, strivituri, sub formă de comprese; frecție cu esență de arnică. **Atenție!** Se folosește doar extern, dar nu pe răni deschise. Nu se aplică la copiii sub 3 ani. Lactonele pot să producă alergii cutanate, de aceea se testează înainte de folosire.
- *Tătăneasa* (rădăcină) conține alantoină, mucilagii, tanin, colină, glico-alcaloizi, gumirezine, asparagină, puțini alcaloizi pirolizidinici, un acid cu proprietăți antigonadotroifice, colină etc. Alantoina îi conferă un puternic efect antiinflamator. Tătăneasa reduce inflamațiile, vindecă rănilor, ajută la vindecarea luxațiilor, sudarea fracturilor. Alantoina conținută de ea are proprietăți antitumorale benigne și maligne (mai ales de intestin, stomac, prostată, ficat, piele), regenerează, cicatrizează rapid pielea, mucoasele și în general țesuturile, vindecă polipi stomacali, fibrom uterin. Frunzele conțin mucilagii, colină, ulei volatil, consolidină etc. Ar avea efect în ulcer, diaree, colită, bronșită, tuberculoză, hemoragii, osteoporoză (fixează calciul), dar este bine să se folosească intern, numai dacă este absolut necesar, cu prudență (sub 4 g/zi) și o anumită perioadă, din cauza toxicității. Se poate folosi tratamentul homeopat, mai ales pentru fixarea calciului. În acest caz nu se folosesc și plante puternic aromatate (menta, busuiocul). Extern, este utilă în entorse, contuzii, escare, fisuri, ulceratii, vaginite, metrite, stomatite, psoriazis, arsuri, răni, cicatrice, vegetații veneriene, herpes și boli venerice (potențiază efectul rostopascăi) etc. Se pot folosi unguente cu tătăneasă de 2-3 ori/zi, dar nu mai mult de 6 săptămâni. **Atenție!** Nu se folosește în cantitate mare sau timp îndelungat deoarece are potențial toxic, putând să dea toxicitate hepatică, gastrointestinală, pancreatică, renală. Nu este recomandată folosirea internă în timpul sarcinii sau lactației. Poate să provoace dermite de contact iritative, cu potențial carcinogen.

- Cataplasme cu flori zdrobite de bănuți (părăluțe), lavandă. Se folosesc în entorse, contuzii.
- Cataplasma cu argilă rece la interval de 2 h.
- Masarea zonelor corespondente. În caz de luxații de ligament la braț, se masează piciorul.
- „Arthralgin” ajută în entorse, tendinite, fracturi, nevralgii, mialgii. Foarte eficient este unguentul cu Arthralgin. De asemenea, există produsul Gag Plus ce conține *Harpagophytum*, cu efect antiinflamator. Este produs de Laboratoarele Medica, România. Pentru detalii ale acestor produse, vezi „Reumatismul”.
- Carpicon – firma Romdan – pentru detalii, vezi „Arsurile”.
- Pentru întinderile de ligament există în comerț tinctură și unguent cu untul-pământului (Tamus), care ajută foarte mult în caz de inflamații.
- Se stropește pâine neagră cu bitter suedez sau oțet de mere, se pune într-un săculeț de tifon și se leagă pe locul cu durere. Când se usucă, se schimbă. Acest tratament ajută și în caz de bursită la genunchi sau cot ca urmare a unui traumatism sau entorsă. În comerț există gel de bitter suedez, care formează o peliculă protectoare și hrănitore pe epidermă.
- La Plantextract, Cluj, s-a produs un unguent de arnică bun pentru entorse, dureri reumatice, fracturi, furuncule, înțepături de insecte. „Arnica Oil” produs de această firmă conține extract de arnică în ulei de măsline, care are acțiune antiinflamatoare și antiseptică, ajutând în caz de dureri musculare, reumatice, dureri de cap reumatice, entorse sau luxații. Folosită timp îndelungat, poate da edeme sau iritații. Și alte firme au produs unguente cu arnică, spre exemplu, firma Tis Farmaceutic. Recomand și unguentul Symphytum pe bază de tătăneasă, produs de firma Plantextract (pentru detalii, vezi „Pielea” – „Contuzii”).
- Produsul Osteocicatrat gel (procurat de la farmacia veterinară) ajută în entorse, luxații, reumatism articular. Conține tătăneasă care prin alantoină curăță locul de celulele necrozate, reface calusul osos și țesutul, diminuează inflamația articulației; rostopască care reduce durerea, este citostatică; camfor și mentol care răcoresc, rubefiază. Se aplică pe pielea nelezată, de 2-3 ori/zi, timp de 4-5 zile. Este produs de S.C. Romvac Company S.A.
- „Pell Amar” capsule conține harpagophytum, salcâm, extract de Pell Amar. Se recomandă în dureri de la fracturi, luxații, entorse, artroze, nevralgii. Este produs de Laboratoarele Medica din România.
- Pătrunjelul are efect antiinflamator și calmant. Se pot pune cataplasme cu frunze de pătrunjel zdrobite pe articulația care doare.
- Gheara-diavolului (*Harpagophytum*) reduce durerea, este antiinflamator, diuretic, micșorând edemele, grăbește vindecarea – vezi „Reumatismul”. Există unguente, capsule, tablete produse de diferite firme.
- „Natural salicylol” produs de Hofigal. Vezi „Aparatul locomotor” – „Mușchii”.
- „Bio Seleniu Zinc” – Lab. Medica. Vezi „Aparatul locomotor” – „Reumatismul”.

Hernia – prin noțiunea generală de hernie se înțelege umflătura formată prin ieșirea unui organ din cavitatea sa naturală. Astfel, „hernia” de disc este ieșirea nucleului cartilajinos din discul intervertebral. Atunci discul vertebral este rupt, miezul gelatinos ieșit apasă asupra nervilor și se comprimă o rădăcină nervoasă, apărând durerea. Poate fi și din cauza unei musculaturi slabe.

De obicei ia naștere în urma unui efort dar intervine și factorul constituțional. Pentru început, se pot purta centuri speciale. Dar există pericol de strangulare a organului herniat. În acest caz se intervine de urgență la medic.

Trebuie acordată atenție alimentației, deoarece supraacidifierea face ca acizii să se depună în articulații și țesutul conjunctiv, ceea ce are ca rezultat faptul că oasele și cartilajele nu mai primesc substanțele nutritive necesare. În consecință, scade rezistența lor la solicitări mecanice.

- În tratament se recomandă „Alflutop” – fiole.

- Tinctură de sânziene : 20 linguri de pulbere din flori uscate/1 l alcool de 50° sau 1 l rachiu natural se macerează 14 zile, se strecoară. Se ia 1 lingură tinctură într-un pahar de apă, de 3 ori/zi, între mese, timp de 49 de zile.
- Se evită alimentele care balonează sau constipă. Se evită efortul.
- Inițial se stă în pat, se fac băi ce calmează durerea. Apoi se face masaj, acupunctură pentru calmarea durerii, gimnastică medicală. Se face exercițiul fizic numit lumânarea (se stă mai multe min. în această poziție) sau kinetoterapie pe perioade lungi. Discul vertebral are rol de amortizor între 2 vertebre, împiedicând frecarea acestora. La efort mare discul poate să crape. Prin kinetoterapie se pun în mișcare mușchii coloanei, alimentând astfel sangvin și nutritiv și discul vertebral, ceea ce ajută la refacerea lui.
- „Vitalizantul Groza”, produs românesc, fiind un extract din 12 plante. Dl Groza poate fi contactat la Arad, Cabinetul „Natura”.
- Se fac timp de 2 săptămâni împachetări cu nămol și băi calde în apele minerale de la Sărata Monteoru din jud. Buzău.
- Căldura la gura sobei (la jar) timp de 20 min., dimineața și seara, a făcut ca după 1 lună de tratament durerea să dispară. Dar aceasta depinde de pacient. Unor bolnavi le-au făcut bine aplicările reci, cu gheață, sau dușurile scurte reci de câteva secunde.

Hernia inghinală

- Infuzie de crețșoară cu 1 linguriță plantă/200 ml apă, 3-4 căni/zi, timp de 21 zile.
- Masaj cu tinctură de traista-ciobanului, de 2-3 ori/zi.

Întinderea musculară și ruptura de mușchi

- Comprese cu esență de gălbenele.
- Se fierbe apă și se adaugă o lingură de bicarbonat de Na. După ce apa se răcește puțin, se fac băi cu acest lichid pe porțiunea afectată. Se repetă. Bicarbonatul de sodiu are rolul de a relaxa și de a reduce aciditatea din mușchi.
- „Bio Seleniu Zinc” – Lab. Medica. Vezi „Aparatul locomotor” – „Reumatismul”.
- Siliciu din alimente (vezi „Sărurile minerale” – „Siliciu”).

Miopatiile – afectează mușchii. Pot fi primare sau secundare (neuropatice). Există miopatie coxofemurală, osteoplastică, primitivă progresivă și tardivă progresivă.

- Frecții de mai multe ori pe zi cu esență de traista-ciobanului.
- Ceai cu amestec de crețșoară și traista-ciobanului în părți egale – 3-4 ceaiuri/zi.

Oasele

Există 3 tipuri de oase care intră în componența scheletului : lungi, scurte și plate. Osul este alcătuit dintr-un înveliș extern compact, înăuntru cărui se află osul spongios. În centrul osului se află măduva. Scheletul este constituit din oase și formațiunile care le leagă (ligamentele și articulațiile) precum și organele anexe (periost, măduvă, cartilaj).

Oasele conținând măduva roșie sunt organul formator al globulelor roșii și albe. Celulele roșii (hematiile sau eritrocitele) asigură transportul oxigenului spre țesuturi, iar celulele albe (leucocitele) sunt importante pentru sistemul imunitar. Oasele se înnoiesc pe tot timpul vieții. Cele 223 de oase din corp reprezintă circa 10% din masa corpului. Rezistența oaselor este dată de cantitatea mare de săruri minerale conținute (Ca, P), mai ales fosfat și carbonat de calciu, iar compoziția este controlată de sistemul endocrin (hormoni endocrini).

Osul compact este format din matricea organică (30%) și săruri (70%). Matricea conține 90-95% fibre de collagen (așezate de-a lungul osului, la distanță de 6,4 cm una de alta) care dau rezistența fizică (la tensiune, deformare) a osului și o substanță numită fundamentală

alcătuită din lichid extracelular și proteogliconi (acid hialuronic și condroitin sulfat). Sărurile principale din os sunt calciul (care dă rezistență la compresiune) și fosfații, dar mai există magneziu, sodiu, potasiu, carbon și metale ca aurul, plumbul și alte metale grele. Depunerea substanțelor radioactive în os poate produce iradiere și induce cancer osos.

Pentru problemele de sănătate a oaselor există remedii naturiste, dintre care enumăr câteva :

- Se bea suc de morcov + sfeclă + spanac ; morcov + păpădie + gulie ; morcov + lăptucă + spanac ; morcov + păpădie + lăptucă. Păpădia conține Ca, Fe, S dar și K, Na, Ca, Mg, Fe care previn fragilitatea oaselor. Gulia conține mult Ca iar păpădia Mg. Combinate cu morcov dau tărie oaselor. Se folosesc și frunzele de la gulie (conțin Na, Fe, Ca).
- Se recomandă următoarele vitamine și săruri minerale : vitaminele C, D (cu B, C, A), S (oase, tendoane, articulații), Ca, D₂, ionul fosfat, siliciu organic (vezi „Sărurile minerale” – „Siliciu”).
- Se consumă : usturoi, ceapă, ridichi, cartof, migdale, polen, măceșe, pătrunjel, citrice, untură de pește, coajă de ou pisată cu lămâie, miere, măr. Unele legume rădăcinoase, cum ar fi țelina, rubarba, au tije care seamănă cu oasele. Ele conțin săruri minerale cum ar fi sodiu în proporția necesară oaselor, deci întăresc sistemul osos.
- Sunt recomandate exercițiile fizice. Punând mușchii în funcțiune, ne consolidăm oasele. Rika Zarai, în cartea *Salvată de medicina naturistă*, face următoarea observație : „Țintuit la pat timp de 6 luni, un bărbat de 20 ani pierde 50% din masa osoasă. Ceea ce accelerează nașterea celulelor osoase este tocmai contracția musculară. Este cel mai bun mijloc de prevenire a osteoporozei”.
- Se ia de 2-3 ori/zi câte 1 linguriță cu pudră de rădăcină uscată de urzică, care este foarte bogată în minerale și oligoelemente necesare întăririi oaselor, dinților și unghiilor.
- Picioare deformate : masarea zonelor reflexe tiroidă, puncte limfatice, insistând asupra gleznei situate în golul dintre primul și al doilea metatars.
- Pentru refacerea cartilajului de la glezne : unguent cu tătăneasă și rostopască. Tătăneasa este antiinflamator, reduce durerea și contribuie la refacerea calusului osos. Unguentul se numește „Osteocicatrat TR”, înregistrat ca produs veterinar, dar se folosește și în terapia umană. Se găsește în rețeaua de farmacii și depozite Romvac Company SA.
- Contra putrezirii oaselor se recomandă folosirea plantei coada-calului, care este eficientă și pentru răni vechi, cancer, ulcer ; curăță stomacul ; contra litiazei, sângerărilor, vărsăturilor cu sânge, anemiilor post-hemoragice, infecțiilor pulmonare, consolidarea oaselor și a dinților, tratarea bolilor cardiovasculare. Se utilizează cataplasme cu fiertură de coada-calului sau paie de ovăz.

Fractura – este ruptura osului cauzată de traumatism sau poate apărea spontan dacă osul este bolnav. Diagnosticul este pus de medic în urma examenului radiologic și radiografic.

În general, la fractură apar următoarele semne revelatoare : în funcție de gravitatea fracturii, apare o durere mai mare sau mai mică ; în momentul producerii se aude un zgomot de parcă trosnește, iar la scurt timp pielea din jurul fracturii se înroșește și se umflă.

După fractură, locul apare tumefiat ca urmare a hemoragiei vaselor afectate din vecinătate. Apare deformare și mobilitate anormală însoțită de durere mare.

La locul fracturii se simt mici fragmente ce se deplasează independent între ele. Mușchii sunt puternic contractați în jurul fracturii. Mai jos de fractură nu se mai simte pulsul, apar furnicături, amorțeală și zone de piele în care se pierde parțial sau total sensibilitatea tactilă. Uneori, pielea se perforază și se văd fragmente de os. Anumite grupe musculare nu mai pot fi coordonate. Câteodată, membrul respectiv se poate scurta. În primul rând se va imobiliza osul prin bandajare, eventual se pune o atelă care să țină imobil membrul lezat. Osul are marea