

المحاضرة رقم: (10)

الإسعافات الأولية

1. تعريف الإسعاف الأولي: الإسعاف الأولي عبارة عن العناية الفورية التي تقدم إلى الشخص الذي يعاني من الإصابة، أو الذي تعرض للمرض بصورة مفاجئة وتشتمل على مساعدة الشخص لنفسه والعناية الطبية الإسعافية المنزلية في حالة عدم توفر المساعدة الطبية أو تأخر وصولها. و تشتمل كذلك على تشجيع المصاب وطمأننته برغبتك بالمساعدة وإحراز ثقته بك من خلال إثبات الكفاءة .

- كما يمكن تعريفه أيضا على أنه رغبة و حالة استعداد يتم بشكل فوري لإيصال المصاب بأفضل حالة ممكنة إلى أيدي الأخصائيين، كما أنه حالة استعداد دائم للقيام بكل التقنيات و الخطوات اللازمة في سبيل مساعدة المصاب (وذلك بالإلمام بمبادئ الإسعاف الأولي)

2. أهداف الإسعاف الأولي

الحفاظ على حياة المصاب وحمايته، منع حصول مضاعفات بعد الإصابة، الوقاية من وقوع حادث آخر بسبب سوء التصرف.

3. كيف يتم حماية المصاب

القاعدة الأساسية هي عدم تحريك المصاب و لكن هناك بعض الظروف التي تضطرنا إلى إبعاد المصاب عن مكان الحادث وذلك لحمايته من حوادث إضافية أو لحماية المسعف نفسه، حيث يتم سحب المصاب بضعة أمتار عن مكان الحادث إلى مكان أكثر أمناً بحيث يتمكن المسعف من تقديم الإسعافات اللازمة دون خطر.

4. لوازم الإسعاف الأولي في المدرسة أو النوادي الرياضية

1. ضمادات معقمة بأحجام مختلفة.
2. ضمادات لاصقة غير مسربة للماء بأحجام مختلفة.
3. أشرطة طبية مسامية.
4. علاقات مثلثة الشكل لتثبيت الضمادات أو لتدلي من العنق لحمل الذراع.
5. قطن طبي.
6. مرهم الكالامين، Calamine، لعلاج مشاكل الجلد وحروق الشمس واللسعات.
7. حبوب مسكنة (كالأسبرين)
8. ملقط ومقص ودبابيس التثبيت.
9. ميزان حراري.
10. محلول مطهر.

إرشادات يجب إتباعها بخصوص

La boîte à pharmacie

بعيدا عن متناول التلاميذ أو الرياضيين.

بعيدا عن ضوء الشمس المباشر ... في مكان بارد
وجاف يمكن قفلها.

ذات حجم كاف لترتيب الأدوية ولوازم الإسعاف.



النزيف

يحدث النزيف الخطر بسبب القطوع العميقة وتهتك شرايين الدم.

- أ- تأكد من عدم وجود خطر إضافي على المصاب أو على نفسك بسبب قيامك بالإسعاف الأولي
- ب- اتصل بالإسعاف أو اطلب مساعدة من آخرين تليفونياً
- ج- قم بالضغط المباشر على الجرح ، كما يلي
 - * أزل ملابس المصاب حتى ينكشف مكان الجرح .
 - * غط الجرح بشاش معقم أو قماش نظيف .
 - * قم بضغط قوي بيدك مباشرة فوق الجرح .
 - * إذا لم يتوفر لديك قماش فاستعمل يدك مباشرة على الجرح .
- د- استمر بالضغط المتواصل حتى يقف النزيف (من 15-20 دقيقة) ثم قم بعمل الآتي:
 - * أعن المصاب على الاستلقاء على الأرض .
 - * ارفع الجزء النازف من الجسم ما لم يكن هناك كسور في العظام .
 - * عندما يقف النزيف ، ضع أقمشة أو شاشات إضافية أخرى فوق الضماد الأولي وأربط الجرح جيد *
- إذا استمر النزيف من خلال قطعة الضماد فأضف قماشاً أو شاشاً آخر واربط الجرح بضغط أكثر من السابق .

هـ - في حالة بروز قطع العظم أو الزجاج أو أشياء أخرى من خلال الجرح في الجلد.



* لا تزيل الأشياء المتعمقة في الجرح.

الإنعاش



- 1- تأكد من أنك أنت و المصاب غير معرضين لأي خطر.
- 2- حاول التحدث مع المصاب -3- اطلب المساعدة. ←
- افتح مجرى الهواء إذا كان المصاب فاقد الوعي .

5-افحص التنفس (لاحظ، اسمع ..) إذا كان المصاب يتنفس ضعه في وضعية الاستشفاء-6-
إذا لم يكن يتنفس ابدأ (عملية التنفس الصناعي) من الفم إلى الفم



7- إذا لم يكن هناك نبض، ابدأ بعملية الضغط الخارجي على الصدر:

• اضغط 15 مرة متتالية ثم أعط المصاب دفعتين من الهواء ثم اضغط 15 مرة واستمر هكذا... من 2- 15 مرة .

- بعد 4 دورات افحص النبض و التنفس.
- استمر بعملية التنفس والضغط الخارجي على الصدر حتى يعود النبض و التنفس للمصاب.
- ضع المصاب في وضعية الاستشفاء .



علامات عدم التنفس أو التنفس بصعوبة

- 1- لا يتعالي الصدر إلا بعد مجهودات عنيفة،
- 2- تأخذ الشفتين لونا بنفسجيا،
- 3- تكون الحركات التنفسية غير منتظمة،
- 4- تحدث للمصاب غرغرة.



الصدمة الكهربائية

عند ملاحظة أي شخص يتعرض لصدمة كهربائية فإنه يجب الاهتمام به والعمل على إنقاذه مهما كانت حالته لأن المصاب بالكهرباء قد يبدو مغمى عليه أو يبدو طبيعياً لم يتأثر بالحادث ولكن بعد بضع دقائق قد يسقط مغمى عليه ولإنقاذ حياة هذا الإنسان يجب وضعه تحت المراقبة والإشراف الطبي وتقديم الأوكسجين له أو إجراء تنفس صناعي له حتى يعود إلى وعيه .

وتعتمد الإسعافات الأولية على الحالة التي يكون عليها المصاب بعد تخليصه من التيار الكهربائي ، فمثلاً :

1- إذا كان المصاب قد عاد إلى وعيه بعد أن فقدته نتيجة للصعقة فيجب وضعه في مكان مناسب ودافئ ثم يفرش تحته ويغطى بأي نوع من أنواع الألبسة ويترك بهدوء دون أن يزعجه أحد مع المراقبة المستمرة لتنفسه وعمل قلبه حتى يحضر الطبيب ولا يسمح للمصاب بالتحرك أو متابعة العمل حتى ولو لم تبدو عليه أي علامات سيئة بعد الإصابة.

2- فقد المصاب وعيه (حالة إغماء) مع استمرار عمل جهاز تنفسه وقلبه . في هذه الحالة يجب تمديد المصاب على أرض مريحة وتفك عنه الأحزمة والألبسة الضيقة ويبعد عنه الأشخاص المحيطين به لتأمين استنشاق الهواء النقي ويؤمن له الهدوء التام ويمكن تدليك جسد المصاب ورش وجهه بالماء أو تشميمه قطنه مبللة بالنشادر ريثما يحضر الطبيب.

3- فقد المصاب وعيه (حالة إغماء) مع استمرار عمل جهاز تنفسه وقلبه . في هذه الحالة يجب تمديد المصاب على أرض مريحة وتفك عنه الأحزمة والألبسة الضيقة ويبعد عنه الأشخاص المحيطين به لتأمين استنشاق الهواء النقي ويؤمن له الهدوء التام ويمكن تدليك جسد المصاب ورش وجهه بالماء أو تشميمه قطنه مبللة بالنشادر ريثما يحضر الطبيب.



الحروق الكهربائية

تعرض هذان الإصبعان لحروق عميقة نتيجة التلامس المباشر بكابل كهربائي غير معزول.

الكسور

تعريف :

الكسر هو انعدام استمرارية نسيج عظم ما في الجسد نتيجة لصدمة تكون قوتها فوق ما تتحمله كثافة وصلابة هذا النسيج. ومن الضروري أن نتعرف فوراً على الكسر وموقعه للتمكن من معالجته بسرعة.

طريقة الإسعاف :

في انتظار الإسعاف الطبي لتفادي بعض المضاعفات التي يمكن أن تصاحب الكسر (كجروح الأوعية الدموية، أو الضغط عليها أو على الأعصاب وكذلك التعفن...)، يتعين على المسعف اتباع الخطوات التالية:

- عدم تحريك العظم المكسور
- تسخين المصاب بثياب إضافية
- عدم إعطاء المصاب أي مشروب أو طعام لأنه قد يكون بحاجة لعملية جراحية
- تضميد الجرح بضماد معقمة
- تثبيت العضو المكسور
- رفع معنويات المصاب خاصة إذا كان (طفلاً) حتى لا يصاب بصدمة.

