



# نشرة التثقيف الصحي

العدد الثالث

نعود بحذر

قد يواجه الإنسان ظروفًا ومواقف صعبة تفرض نفسها فجأة ودونما إنذار، وعندما يكون لدى الإنسان المعرفة والدراية بكيفية التصرف في مثل هذه الظروف والمواقف فإن ذلك قد ينقذ حياة إنسان؛ تلك الحياة التي لا تقدر بثمن. ومن هذا المنطلق قرر فريقنا عمل نشره للتوعية عن الإسعافات الأولية للغرق والجروح والقواعد العامة للتسمم

٩٩٧

## الإسعافات الأولية لحالات التسمم

١. إن الهدف الأساسي من سرعة إجراء الإسعافات الأولية للمصاب بالتسمم هو تخفيف المادة السامة بأقصى سرعة ممكنة وطلب المساعدة الطبية والمحافظة على سلامة التنفس والدورة الدموية والوظائف الحيوية الأخرى لدى المصاب. لكي يتم الإسعاف بصورة سليمة يجب مراعاة الآتي:
  ١. تأكد من عدم وجود خطر إضافي (عليك أو على المصاب) بسبب قيامك بإسعاف المصاب.
  ٢. إذا كان ممكناً: • حدد نوع السم أو الدواء أو الغذاء واحتفظ بوعائه وبقيائه أو غلافه. - معرفة الجرعة أو المقدار المتعاطي من المادة. • وقت التعاطي (أي كم من الوقت مضى على تناول المادة). • عمر الشخص ووزنه.
  ٣. معرفة ما إذا كان التسمم عن عمد أم خطأ.
  ٤. ملاحظة الأعراض المصاحبة (سواء شديدة أو خفيفة).
  ٥. إذا وجد قيء يتم التحفظ عليه (ليسهل تحليله من الجهات المختصة).
  ٦. اتصل بمركز السموم أو أطلب الإسعاف أو المعونة الطبية، أو انقل المصاب.
  ٨. وتأكد أن السم ووعائه في معية المريض إلى المستشفى.
  ٩. إذا كان فاقدًا للوعي: يجب فحص التنفس وتقديم الإنعاش القلبي الرئوي إذا لزم الأمر.



## عمل أعضاء فريق رواد التمريض التطوعي:

بشاير سعدان الرشيدى - روان عبيدالله الحربي

هديل العطوي - ايمان البلوي

إشراف: د. عبير العطوي

يسعدنا متابعتكم على حسابات الفريق

Nursing Pioneers

nursespioneer1



المصادر: وزارة الصحة السعودية

٩٩٧

## الإسعافات الأولية لحالات الغرق

- ١) أطلب الإسعاف فوراً
- ٢) أفتح مجرى الهواء وتحقق من تنفس الغريق وتخلص من أي شيء بالفم عن طريق إرجاع الرأس للخلف وسحب الذقن للأمام
- ٣) تأكد من نبض الغريق إذا لم يكن يتنفس ابدا بعملية التنفس الاصطناعي
- ٤) قم بعملية التنفس الاصطناعي أغلق أنف الغريق وخذ شهيقاً عميقاً ثم ضع الجهاز أو يديك مضمومة على فم الغريق ثم أعطي دفعتين من الهواء
- ٥) ثم ضع يديك فوق بعض في منتصف الصدر وابدأ بالضغط الأسفل وبشكل عامودي
- ٦) اضغط ٣٠ مره متتاليه ثم أعط المصاب دفعتين من الهواء واعد العملية ٥ مرات حتى يعود النبض والتنفس للمصاب
- ٧) افحص نبض المصاب إذا كان قلب المصاب ينبض استمر بإعطاء التنفس بمعدل كل ٤ ثواني
- ٨) عندما يعود التنفس إلى حالته الطبيعية ضع المصاب في وضعية الافاقه.



٩٩٧

## الإسعافات الأولية لحالات الحرق

- في حاله حدوث حروق لا سمح الله ينصح فريق رواد التمريض الآتي:
- معابنه الحرق و تحديده ان كان من الدرجة الأولى او الثانية او الثالثة عن طريق وخز مكان الحرق فإذا كان هناك ألم فهو من الدرجة الاولى والثانية و اذا كان لا يوجد ألم فهو الأخطر و هي الدرجة الثالثة
  - اذا وجد فقاقيع لا تفتح الفقاقيع الموجودة بالجلد
  - وضع المكان المحترق بالماء البارد
  - غط جلد المصاب بالضماد النظيف
- تنبيه** يحذر فريقنا من وضع معجون الأسنان او كريمات الحروق او اي مواد اخرى على المناطق المحروقة.

