

الإسعافات الأولية

المحتويات

- الوحدة 1:

الوقاية من الحوادث ومبادئ الإسعافات الأولية

ACCIDENT PREVENTION AND PRINCIPLES OF FIRST AID

- الوحدة 2:

الإنعاش القلبي الرئوي (CPR) **CARDIO-PULMONARY RESUSCITATION**

- الوحدة 3:

الكسور والخلوع والإجهاد والوئي

FRACTURES & DISLOCATIONS & STRAINS & SPRAINS

- الوحدة 4:

إصابات العمود الفقري **SPINAL COLUMN INJURIES**

- الوحدة 5:

الجروح **WOUNDS**

- الوحدة 6:

فقد الوعي **UNCONSCIOUSNESS**

- الوحدة 7:

التسمم **POISONING**

• الوحدة 8:

BITES AND STINGS اللدغات واللسعات

• الوحدة 9:

BURNS الحروق

• الوحدة 10:

FOREIGN BODIES الأجسام الأجنبية

• الوحدة 11:

ENVIRONMENTAL INJURIES الإصابات البيئية

• الوحدة 12:

HAEMORRHAGE النزف

• الوحدة 13:

ASPHYXIA الاختناق

• الوحدة 14:

EMERGENCY CHILDBIRTH الولادة الطارئة

• الوحدة 15:

PATIENTS TRIAGE & CARRYING & MOVING فرز المرضى والحمل والنقل

الوحدة التعليمية

٢

الإنعاش القلبي الرئوي

CARDIO-PULMONARY RESUSCITATION (CPR)

• التعرف على تقنيات التنفس الاصطناعي. • الضغط على الصدر عند كل من البالغين والأطفال.	الهدف التعليمي Learning Objective
---	---

النتائج النوعية

- بعد إتمامك هذه الوحدة يجب أن تكون قادراً على:
 - تحديد الأسباب الشائعة للحالات التي تحتاج الإنعاش القلبي الرئوي.
 - وصف دعم الحياة الأساسي المقدم من قبل شخص واحد.
 - فتح الطريق الهوائي.
 - الاشتباه بأذية في العنق أو النخاع الشوكي.
 - التنفس الاصطناعي (فم - الأنف).
 - الضغط على الصدر.
 - وصف دعم الحياة الأساسي المقدم من قبل شخصين.
 - تحديد الفروقات بين أشكال الإنعاش القلبي الرئوي المقدم للرضع والأطفال والبالغين.

مصطلحات مهمة

- **الزراق Cyanosis** : هو ازرقاق الجلد والأظفار الناجم عن نقص الأكسجين في الدم.
- **النبض السباتي Carotid pulse** : هو نبضان الشريانين السباتيين الموجودين في كلا جانبي العنق تحت زاوية الفك السفلي مباشرة.
- **البدلة السنية Dentures** : هي أسنان اصطناعية.

- **القص Sternum** : هو عظم مسطح يقع في منتصف الجوف الصدري، تتصل به الأضلاع ribs في كلا الجانبين.

- **الرهابة Xiphisternum** : هي القسم السفلي من القص والذي ليس لديه أي اتصال مع الأضلاع.

- **التنفس الاصطناعي Artificial Breathing** : هو التنفس فم - فم - to - muth . mouth breathing

Cardio-Pulmonary Resuscitation (CPR)

الإنعاش القلبي الرئوي

تعريف

الإنعاش القلبي الرئوي عبارة عن توليفة الضغط على الصدر والتنفس الاصطناعي.

الـ ABCD في الإنعاش القلبي الرئوي

-A فتح طريق هوائي (airway open).

-B البدء بالتنفس مباشرة (breathing must commence).

-C الدوران من خلال الضغط على الصدر (circulation through chest compressions).

-D لا تتأخر (do not delay).

الأسباب الشائعة التي تحتاج الإنعاش القلبي الرئوي:

١ - انسداد الحلق بالمخاط أو باللسان أو بانفراز جسم ما .

٢ - الغرق drowning .

٣ - الشَّرْق بالدخان .

٤ - السموم (تجرّع أو استنشاق) .

٥ - أذية الرأس head injury .

٦ - أذية الصدر chest injury .

٧ - النوبة القلبية heart attack .

٨ - الإفراط بجرعة الدواء .

٩ - الخنق strangulation .

١٠ - الاختناق suffocation .

١١ - السكتة stroke .

علامات توقف التنفس :

- ١ - انعدام حركة الصدر والبطن.
- ٢ - عدم الشعور بأي حركة للهواء عند الأنف أو الفم.
- ٣ - عدم سماع تنفس الشخص.
- ٤ - ازرقاق المريض.

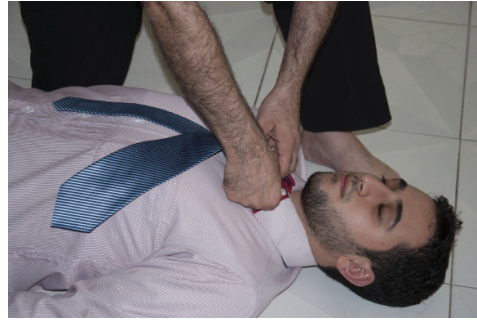
أعراض وعلامات توقف القلب :

- ١ - عدم وجود استجابة من قبل المريض.
- ٢ - عدم وجود نبض سباتي.

دعم الحياة الأولي Basic life support

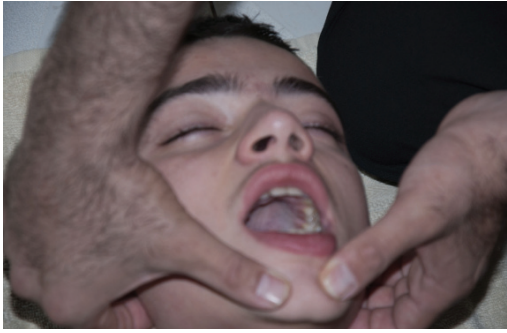
(الإنعاش القلبي الرئوي المقدم من شخص واحد)

- ١- تأكد من أن المكان آمن.
- ٢- تحقق هل يستجيب المريض للمنبهات. إذا كان المريض مستجيباً ابحث عن الإصابة وعالجها.
- ٣- إذا كان المريض غير مستجيب، اطلب المساعدة.
- ٤- قم بإرخاء أي ألبسة مشدودة على العنق، كربطة العنق على سبيل المثال.



٥- افتح طريقاً هوائياً :

- إذا لم تكن هناك إصابة في العنق أو النخاع الشوكي مشتبهاً بها:
ضع راحة يدك على جبهته forehead وإصبعي يدك الأخرى تحت الذقن chin ، ثم قم بإمالة الرأس نحو الخلف والذقن نحو الأعلى.



• إذا كانت هناك إصابة في العنق أو النخاع الشوكي مشتبه بها:
ثبت أصابعك على جانبي الفك السفلي وقم بإمالة الذقن نحو الأعلى دون تحريك العنق والرأس.

٦- قم بكنس sweep الفم عن طريق الإصبع للتحقق ما إذا كان هناك جسم ما في الفم. كن على حذر من ألا تدفع الأجسام الأجنبية foreign bodies عميقاً داخل الحلق.



٧- اترك البدلات السنية dentures.



٨- قم بجس النبض السباتي . ضع سبابتك وإصبعك الوسطى بشكل خفيف على تفاحة آدم adam's apple ، ثم أزلقهما بمقدار ± 2 سم جانب التفاحة. قم بجس النبض لعشر ثوانٍ.

٩- يجب أن نضع المريض على ظهره على سطح ثابت.



١٠- أدخل القطعة الفموية mouthpiece في فم المريض (إذا توفرت).

١١- أغلق أنف المريض بضغطه بينما تبقي الذقن مرفوعاً بإصبعك.

١٢- خذ نفساً عميقاً، أغلق فم المريض بفمك وأعطه نفساً كاملاً وبطيئاً بينما تقوم بالنظر لحركة صدر المريض.

١٣- أعط نفساً كل ٥ ثوانٍ.

١٤- افحص النبض لـ ١٠ ثوانٍ بعد كل ١٢ نفساً.

١٥- التنفس الاصطناعي فم - لأنف Mouth-To-

:Nose Artificial Breathing

• أغلق الفم بيدك التي تستخدمها لإمالة الذقن.

• ضع فمك فوق أنف المريض وافعل ما قمت

بإجرائه تماماً في التنفس فم - لفم .



طريقة الإنعاش القلبي الرئوي المقدم من شخص واحد :

١- افتح طريقاً هوائياً.

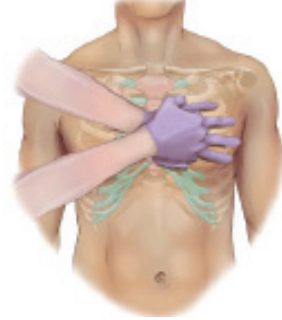
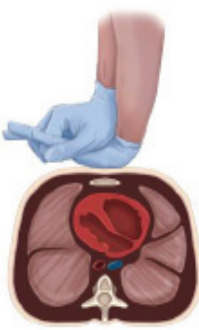
٢- انفخ نفسين كاملين وبطيئين لداخل الرئتين بمعدل ١٠-١٢ بالدقيقة.

٣- ضع يديك على القص. استخدم الإصبع الوسطى لتعيين موضع حافة القفص الصدري، وحرك

الإصبع للأعلى حتى مكان اتصال القفص الصدري بالرهاية.



- ٤- ضع راحة يدك بعيداً عن الرهابة بمقدار إصبعين.
ثم اشبك يدك الأخرى مع يدك التي على الصدر.
تذكر أن تستخدم قاعدة راحة يديك فقط لتطبيق الضغط.
- ٥- الذراعان يجب أن تكونا مستقيمتين والمرفقان ثابتان.
- ٦- طبق ضغطاً باتجاه الأسفل مباشرة.
- ٧- عمق الضغط يجب أن يكون ٤ إلى ٥ سم.



- ٨- طبق ٣٠ ضغطة بمعدل ١٠٠ ضربة بالدقيقة. تذكر العدّ كالآتي: ١ و ٢ و ٣ ..
- ٩- بعد تطبيق الضغط ٣٠ مرة أعط نفسين كاملين وبطيئين مدة النفس ثانية كاملة و بقوة بحيث يرتفع الصدر.
- ١٠- كرّر الدورة كاملة ٤ مرات. اختمها بنفسين.
- ١١- افحص النبض والتنفس: إذا كانا غائبين، فاستمر.
- ١٢- **التحقق من الاستجابة** : عندما ينجح الإنعاش يعود النبض السباتي. انظر إلى وجه المصاب وشفثيه تجد أن اللون قد تحسّن، لأن الدم المحتوي على الأكسجين يبدأ بالدوران، وعندما لا يتنفس المصاب، يتحول لون الدم الطبيعي إلى اللون الأزرق (الزراق cyanosis).
- ١٣- بعد عودة التنفس ونبض القلب نضع المريض بوضعية الافاقة ريثما يستعيد وعيه.

دعم الحياة الأساسي (الإنعاش القلبي الرئوي المقدم من شخصين)

إن دعم الحياة الأساسي الذي يقوم به شخصان هو نفسه الإنعاش القلبي الرئوي الذي يقدمه شخص واحد، عدا أن شخصين اثنين الآن منخرطان في العملية. لا يزال من الضروري اتباع كافة الخطوات باستثناء أن شخصاً واحداً سيكون مسؤولاً عن التنفس الاصطناعي، بينما الآخر سيكون مسؤولاً عن الضغط على الصدر.

دعم الحياة الأساسي للأطفال

إن دعم الحياة الأساسي للأطفال هو نفسه الإنعاش القلبي الرئوي المقدم من قبل شخص، باستثناء ما يلي:

• الرضع infants (حتى عمر السنة) :

١- نفس واحد كل ثانية مع ٣ ضغطات.

٢- يطبق الضغط على الصدر بإصبعين فقط للحيلولة دون كسر الأضلاع والإصابات الداخلية.

٣- عمق الضغط على الصدر ١,٥ إلى ٢,٥ سم.



• الأطفال children (١-٨ سنوات) :

١- نفس واحد كل ثانية مع ١٥ ضغطة.

٢- ينبغي تطبيق الضغط على الصدر بيد واحدة فقط.

٣- عمق الضغط على الصدر ٢,٥ إلى ٣,٥ سم.



الجدول ١ : التهوية والضغط على الصدر حسب العمر في الإنعاش القلبي الرئوي				
العمر	التنفس الاصطناعي	معدل الضغط على الصدر	عمق الضغط على الصدر	معدل التنفس الاصطناعي والضغط على الصدر
الرضع حتى السنة :	٦٠-٣٠ بالدقيقة	١٢٠ بالدقيقة	١,٥-٢,٥ سم استخدم إصبعين فقط	نفس واحد لكل ٣ ضغطات
الأطفال ٨-١ سنوات	٢٠-١٢ بالدقيقة	١٠٠ بالدقيقة	٢,٥-٣,٥ سم استخدم يداً واحدة	نفسان لكل ١٥ ضغطة
البالغون	١٠ بالدقيقة	١٠٠ بالدقيقة	٤-٥ سم استخدم اليدين	نفسان لكل ٣٠ ضغطة

نشاط للمتعلم :

قم مع شريك لك بالتدريب على التنفس الاصطناعي والضغط على الصدر على دمية الإنعاش. تذكر بأن الإنعاش القلبي الرئوي لا يتم التدريب عليه البتة على شخص يتنفس ولديه نبض نظمي rhythmic pulse.