الإسعافات الأولية

ملخص حول الإسعافات الأولية

تعتبر معرفة الخطوات التي يجب اتباعها في حال وقوع حادث أمرا حاسما من أجل إنقاذ الأرواح والتقليل من الإصابات.

4 مراحل للقيام بالإسعافات الأولية

1. تقييم الوضع

عليكم أولا أن تتأكدوا من أن مكان الحادث خال من أي خطر. توخوا الحذر وقوموا بتقييم الوضع بشكل دقيق. إذا كان عمال الإغاثة بعين المكان، أكملوا سيركم.

2. مساحة الأمان

استعينوا بمعدات الإغاثة التي تتوفرون عليها بسيارتكم من أجل تخصيص مساحة للأمان. ستتمكنون بهذه الطريقة من تفادي التسبب في مزيد من الحوادث وتنبيه السائقين بأنه يجب السير بحذر.

3. إنذار الخدمة الطبية المستعجلة

اتصلوا بخدمة المستعجلات من أجل الإخبار عن الوضع الراهن والمخاطر التي قد تحدث (حريق، مواد كيميائية) ما الذي حدث؟ أين؟ كم هو عدد الجرحى؟ حافظوا على هدوئكم واتبعوا التعليمات.
* يمكن الاتصال بهذا الرقم من أي هاتف ثابت أو محمول.

4. المساعدة

اقتربوا من الضحايا وحاولوا التعرف على طبيعة جروحهم. ابذلوا أقصى جهدكم من أجل الحفاظ على هدوئهم وحاولوا التقليل من إصابتهم في انتظار وصول الخدمة المستعجلة.

وضعية الأمان

إذا كان المصاب فاقدا للوعي ويستطيع التنفس يجب وضعه في وضعية الأمان من خلال:
- تحويله على الجانب الأيمن أو الأيسر بهدوء دون التسبب في جروح من أجل وضعه في وضعية مستقرة
- التأكد من أن وجه المصاب يميل نحو الأسفل وأن فمه مفتوح

هذه الوضعية تمكن من فتح مجرى الهواء وتجنب اختناق المصاب إذا كان فاقدا للوعي.
تأكدوا دائما من أن المصاب يتنفس في انتظار وصول الإسعافات.

الإنعاش القلبي الرئوي

إذا كان المصاب فاقدا للوعي ولا يتنفس، اتبعوا الخطوات التالية:

1) أميلوا رأسه إلى الوراء وارفعوا ذقنه بهدوء وتأكدوا من أن مجرى الهواء مفتوح.

4) اضغطوا على صدر المصاب وادفعوا بواسطة كامل ثقل جسمكم حوالي 5 أو 6 سنتمترات (دون طي المرفقين). كرروا العملية 30 مرة على التوالي (مع الضغط مرتين كل ثانية) وانفخوا بعد ذلك في فم المصاب مرتين.

2) تأكدوا من تنفس المصاب لمدة عشر ثوان على الأكثر. إذا لم يتمكن من ذلك، اتبعوا الخطوات المتعلقة بالإنعاش القلبي الرئوي.

5) انفخوا في فم المصاب مرتين. ستلاحظون بعد ذلك أن صدره قد ارتفع.

3) قوموا بضم كفتي اليدين إلى بعضهما، مع بسط المرفقين بالكامل.

6) كرروا العملية (الضغط على صدر المصاب 30 مرة والنفخ بعد ذلك مرتين في فمه) إلى أن تصل الإسعافات أو أن يستعيد المصاب تنفسه بشكل طبيعي.

الجروح : النزيف والحروق واللدغات

إذا تعرضتم لنزيف، استعينوا بالمعدات المتوفرة بصندوق الإسعافات الأولية من أجل تضميد الجرح. استعينوا إذا أمكن بمنديل نظيف واضغطوا على الجرح مع الحرص على حماية أيديكم.

إذا تعرضتم لحروق، مرروا الجرح تحت الماء البارد بأسرع وقت إلى أن يهمد الألم.

ارفعوا يدكم واضغطوا على الجرح بالاستعانة بضمادة.

إذا تعرضتم للدغ من طرف حيوان أو كنتم تعانون من جروح أخرى، مرروا الجرح تحت ماء نظيف واتصلوا بالخدمة الطبية من أجل تفادي العدوى.

تجنبوا الحوادث

إذا كانت حالتكم سيئة، تجنبوا السير وتوقفوا في أقرب مكان أمن. اتصلوا بالطبيب واتبعوا التعليمات.

استريحوا إلى أن تتعافوا بشكل كامل.

خدمة سيارة الإسعاف

خدمة المساعدة
الطبية المستعجلة

اتصلوا بـ *2477

أو 0529004488

مستشفى جامعي
دولي الشيخ خليفة

علاج تكوين بحث

* يمكن الاتصال بهذا الرقم من أي هاتف ثابت أو محمول