

إسعاف الحوادث المنزلية

المفاهيم الرئيسة:

- السقوط.
- الصعقة.
- التنفس الاصطناعي.

الإصابة في الحوادث المنزلية أمر قد يقع في حياتنا، ونحن معرضون لها في منازلنا، وقد تصل نتائجها إلى وفاة المصاب متأثراً بإصابته، أو ينجو منها برحمة الله وفضله. ولإهمال ساكن المنزل أو جهله للتدابير الأمنية ضد الحوادث المنزلية دور كبير في التعرض للإصابة، كما أن عدم توفير حقيبة إسعافات أولية في المنزل يعوق تقديم المساعدة العاجلة للمصاب، ومهما كانت أسباب الحوادث فإن المصاب بحاجة إلى رعاية إسعافية سريعة قد تنقذ حياته - بإذن الله - أو تقلل أثر الضرر الذي لحق به من إصابته. ومن الحوادث المنزلية ما يأتي:

أولاً: السقوط



شكل (٢)



شكل (١)



شكل (٤)



شكل (٣)

من مسبباته

اذكر أكبر عدد من مسببات السقوط غير الموضحة أعلاه.

عدم تجفيف الأرض، عدم ترتيب أثاث المنزل، وضع الأثاث قرب النافذة المفتوحة ، وجود أسلاك على الأرض ، ترك الطفل على السرير بمفرده ، التنقل في الظلام ، ترك الأغراض دون ترتيب.

نتائج السقوط

قد تنتج بعض الأضرار من السقوط، مثل: الكدمة، والخلع، والكسر.

١- الكدمة:

نزيف داخلي يتسرب عبر الأنسجة فيغير لون الجلد في المنطقة المصابة إلى اللون الأزرق المائل للاحمرار.



إسعاف الكدمة

تُسعف بوضع كمادات باردة عليها.



٢- الخلع:

انتقال أو تحرك عظام المفصل من مكانها أو بعد أحد طرفي المفصل عن الآخر مع تمزق أربطة المفصل، وقد يحدث ضغط على الأعصاب والأوعية الدموية المجاورة.

٣- الكسر:

انفصال أنسجة العظم، ويتفاوت من شرج بسيط إلى كسر كامل.

معلومة
إثرائية

قد ينتج الكسر من
مسببات أخرى
إضافية، مثل:

- ١- التقلص الفجائي
الشديد للعضلات.
- ٢- تعرض العظام
لصدمة خارجية
كحوادث السيارات.
- ٣- نخر العظام
نتيجة الإصابة
ببعض الأمراض، أو
هشاشة العظام.



أكدت الدراسات العلمية أن نسبة عالية من الأطفال في المملكة يعانون من مرض لين العظام، من خلال بحثك في مصادر المعرفة المختلفة أبدأ رأيك في:

- ١- أسباب انتشار هذا المرض.
- ٢- طرق الوقاية منه.

١- قلة تناول الحليب، قلة التعرض للشمس لتكوين فيتامين دي، قلة الحركة وقلة الرياضة، بسبب عوامل وراثية

٢- التغذية الصحية المتوازنة والتركيز على الحليب، تجنب شرب المشروبات الغازية، الحرص على التعرض لأشعة الشمس، الحرص على ممارسة الرياضة

أنواع الكسور

كسور مفتوحة

وفيها يخترق أحد طرفي العظم المكسور الجلد الخارجي مسبباً جرحاً، وهي أخطر من السابقة.

من السابقة؟ لماذا؟

بسبب تعرض جرح المصاب ومن ثم العظم إلى التهابات جرثومية خطيرة

كسور مغلقة

وفيها يظل طرفا العظم المكسور أحدهما بجوار الآخر داخل العضو المصاب دون تمزق للجلد.

يُعرف العضو أنه مكسور عند وجود تورم وانتفاخ عند اللمس، وكذلك قد يتغير شكل العضو المصاب كان يقصر أو يتحرك باتجاه آخر، ويلاحظ ذلك عند مقارنته بالعضو السليم.



إسعاف الخلع والكسور

لأن نزيف الدم أخطر من الكسر وربما يؤدي الإهمال فيه إلى نزيف داخلي.

على

يُضمد الجرح في الكسر المفتوح بحرص شديد قبل إسعاف الكسر.

يُوضع المصاب في وضع مريح له، ويُثبت العضو المصاب بإسناده باليد أو بالسادة أو أي طريقة أخرى، مع تجنب تحريكه قبل نقل المصاب إلى المستشفى.

لا يحرك المصاب نهائياً إذا كانت الإصابة في العنق أو العمود الفقري إلا إذا كان هناك ما يعوق مجرى التنفس فلا بد من إزالته بالطريقة المناسبة ويترك لحين وصول الإسعاف، حيث إن أي حركة خاطئة قد تؤدي إلى ضرر بالحبل الشوكي وتهدد حالة المصاب صحياً.

الرباط الموضوع على الكسر يجب أن يكون ثابتاً ومستقراً يمنع الحركة ولا يسبب أي ألم أو منع للدورة الدموية.



تذكر

مراقبة الأطفال ومتابعتهم داخل المنزل وفي أثناء اللعب.



ثانياً: الغرق

مع بداية فصل الصيف وكثرة ارتياد المسابح، تزداد حالات الغرق. ولمنع تفاقم المشكلة هناك عدد من الاحتياطات التي تقلل من حوادث الغرق -ياذن الله-.



ضع علامة (✓) أمام ما تراه مناسباً من الاحتياطات المقترحة التالية :

غير منطقي	منطقي	الاحتياطات المقترحة
()	صح	١- وجود شخص يجيد السباحة لمراقبة الأطفال وإنقاذهم.
()	صح	٢- استعمال سترة النجاة القابلة للنفخ للأطفال والبالغين ذوي المهارات الضعيفة في السباحة.
()	صح	٣- وضع أبواب للمسباح لإغلاقها بعد الانتهاء من السباحة.
()	صح	٤- المشاركة في دورات تدريبية لتعلم الإسعافات الأولية.
()	صح	٥- ترك الأطفال الماهرين في السباحة دون إشراف ليزيد من قدراتهم وثقتهم بأنفسهم.
صح	()	٦- منع الأطفال المحدودي المهارة من السباحة.
صح	()	٧- استخدام المياه النقية في المسابح.
صح	صح	٨- تعليم الأطفال إصدار صرخة إنقاذ أو تنبيه لحالات الغرق.

أن بعض حالات الغرق للأطفال الصغار سببها حوض الاستحمام في دورات المياه.





كيفية إسعاف الغريق

إذا لم يفقد الغريق وعيه يُرمى إليه طوق النجاة أو أي حبل أو عصا؛ ليمسك بها.



لمحاولة تعريضه للهواء وتأكد من عدم امتلاء انفه وفمه من الماء

يُرفع الغريق من الماء والمسعف ممسك به من الخلف (عل).
محاولة عدم ثني رقبته أو جسده فربما يكون لديه كسر.



شكل (٥)

يُقلب الغريق على بطنه ورأسه مدلى للأسفل.

يُضغط على ظهره؛ حتى يتم إفراغ الماء من جوفه.

يُغطى ببطانية؛ لتدفئته وحمايته من البرد.

يُتأكد من أن الغريق في كامل وعيه وأن مجرى الهواء مفتوح وقلبه ينبض.



شكل (٦)

إذا كان الغريق غير واع ولا يتنفس ولديه نبض فيجب على المسعف القيام بعملية التنفس الاصطناعي أو الإنعاش القلبي الرئوي إذا كان متقناً لذلك.

ملاحظة: يجب المسارعة بطلب الإسعاف على الرقم أو ينقل المصاب للمستشفى.

الجلول اون لاين

تذكر

عدم قذف نفسك في الماء عند إنقاذ الغريق إذا كنت لا تجيد السباحة، ولكن يُكتفى بمد يدك أو عصا أو رمي حبل إليه في الماء ثم سحبه للخارج.



أنت مسؤول عن رعاية إخوتك في أثناء السباحة، ما الإجراءات التي ستتخذها؟

البسم سترة النجاة القابلة للنفخ، مع التنبيه عليهم بإصدار صرخة للتنبيه إذا شعروا بالخطر

١- قبل دخولهم حوض السباحة

٢- في أثناء وجودهم في حوض السباحة؛ متابعتهم أثناء تواجدهم بالمسبح و عدم الاغفال عنهم نهائياً

ثالثاً: الاختناق



شكل (٨)

متى تكون الخيوط المتدلية من الستائر
مصدراً للخطر؟



شكل (٧)

كيف تكون الأكياس خطرة على الأطفال
عند اللعب؟



شكل (١٠)

ماذا يحدث عندما نأكل بهذه الطريقة؟



شكل (٩)

ما الذي يمكن حدوثه لهذا الصغير لو
ترك دون مراقبة؟

للاختناق أسباب أخرى، اذكرها.

ابتلاع جسم غريب مثل الألعاب الصغيرة ووصولها للقصبة الهوائية – انسداد
الجهاز التنفسي بالماء الناتج عن الغرق

تعريف الاختناق:

انسداد مجرى التنفس بتأثير جسم غريب.



إسعاف حالات الاختناق

الرضع



شكل (١٣)

الصغار



شكل (١٢)

الكبار



شكل (١١)

رابعاً: الصعقة الكهربائية

- ١- استخدمت ماكينة حلاقة الشعر، وأنت حافي القدمين داخل دورة مياه مبللة أرضيتها؟
- ٢- تركت مصادر التيار الكهربائي على الجدران دون غطاء؟
- ٣- استخدمت الهاتف الجوال أو المذياع في أثناء المطر؟
- ٤- تركت الأسلاك الكهربائية في المنزل تحت السجاد أو قطع الأثاث؟
- ٥- عض طفل سلكاً كهربائياً، أو وضع قطعاً معدنية في لوح مخرج التيار الكهربائي في الجدران؟

ماذا

يمكن أن

يحدث

إذا

تعريف الصعقة الكهربائية :

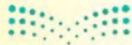
هبوط مفاجئ في قوى الجسم نتيجة التعرض لشحنات كهربائية يصاحبها عدم وصول الدم بالكمية الكافية لأنسجة الجسم.

تذكر

عليك التأكد من فصل التيار الكهربائي عند إصلاح الأجهزة وعند الانتهاء من استخدامها مباشرة.



تختلف درجة خطورة الصعقة الكهربائية باختلاف كمية التيار المار في جسم الإنسان ومدة سريانه في الجسم.





إسعاف المصاب بالصعقة الكهربائية

فصل مصدر التيار الكهربائي أو إيقاف تشغيل الجهاز الكهربائي.



إبعاد المصاب عن مصدر التيار الكهربائي باستخدام العصا الخشبية أو الكرسي أو قطع الأثاث



الأخرى مع عدم لمس المصاب؛ لأن جسمه أصبح ناقلاً للكهرباء فيصبح المسعف الضحية الثانية.

الإسراع بطلب الإسعاف.



بعد أن يصبح المصاب في مأمن من التيار الكهربائي، يتم فحص سلامة المجرى التنفسي أي:



الفم، والأنف، والحلق، والتأكد من جريان عملية التنفس.

لو بدت على المصاب علامة الصدمة من إغماء أو شحوب لون الجلد عن اللون الطبيعي يوضع



المصاب على الأرض مع بقاء الرأس في مستوى أقل من بقية الجسم ورفع الساقين والفخذين إلى

أعلى شيئاً يسيراً؛ كي يتم تزويد الدماغ بالدم، مع تغطية الجسم بغطاء جاف، كالبطانية أو غيرها.



الفرد. البعد عن ملامسة الأجهزة الكهربائية بأيادي مبتلة

الأسرة. تعويد الأبناء على التعامل الأمثل عند استخدام الأجهزة الكهربائية

الجهات الرسمية. صيانة الكابلات المكشوفة وأعمدة الإنارة والتأكد من سلامتها



أ- لتفادي حوادث الصعقة الكهربائية ما الذي يجب أن يفعله كل من:

الفرد:

الأسرة:

الجهات الرسمية:


ب - ما أفضل عبارة قرأتها لتفادي حوادث الصعقة الكهربائية؟

لا تكن ضحية للإهمال

خامساً: التسمم

إسعافه

التأكد من نوع الميكروب المسبب للتسمم.

- ١- يُحتفظ بعينه من الطعام ويؤخذ للمستشفى  لماذا؟
- ٢- يراعى عدم إعطاء المريض أي أدوية أو علاج يوقف الإسهال أو القيء.
- ٣- يُنقل للمستشفى؛ لإسعافه من قبل الطبيب، وتعويضه عن السوائل التي فقدوها.

نوع التسمم

١- التسمم الغذائي:

أكثر أنواع التسمم انتشاراً، ويحدث نتيجة تناول غذاء ملوث بالبكتيريا أو سمومها.



شكل (١٤)



قرأت في مواقع التواصل الاجتماعي خبراً عن حادثة تسمم في أحد المطاعم، دوّن الأسباب المؤدية لهذه الحادثة، مع ذكر طرق الوقاية منها؟

نشاط صفي

إسعافه

- ١- غلق مصدر تسرب الغاز.
- ٢- فتح النوافذ والأبواب ووضع المصاب في مكان متجدد الهواء.
- ٣- تدفئة المصاب ولفّه بغطاء.
- ٤- إذا لم يفقد المصاب وعيه يُهدأ من روعه ويُطمأن.
- ٥- يُنقل المصاب إلى المستشفى  للعلاج اللازم.

نوع التسمم

٢- التسمم بالغازات:

يحدث هذا التسمم نتيجة استنشاق بعض الغازات الضارة بالجسم، مثل: غاز أول أكسيد الكربون وغاز الكلور وغاز ثاني أكسيد الكربون وغاز البيوتان.



شكل (١٥)

إسعافه

- يجب منع المصاب من القيء؛ لأن له تأثيراً سيئاً.
- يعطى المصاب زيت الزيتون؛ حتى يؤخر من عملية امتصاص هذه السموم من الأمعاء إلى الدم.

نوع التسمم

٣- التسمم بمشتقات البترول؛

مثل: البنزين، الجازولين، الكيروسين.



شكل (١٦)

إسعافه

لتجنب حدوث القيء للمصاب.

- إسعاف المتسمم بالأحماض: يعطى المصاب محلولاً قلويًا ضعيفاً كاللبن أو زلال البيض أو زيت الزيتون. **لماذا؟**
- إسعاف المتسمم بالقلويات: يُعطى المصاب محلولاً ضعيفاً كالخل المخفف أو عصير الليمون ثم حليب مع زلال البيض. **لماذا؟**

لإخراج السموم من المعدة أولاً، ثم تطهير المعدة

- نخلع الملابس الملوثة عن المصاب بعد ارتداء المسعف للقفازات الطبية.
- تُغسل المنطقة المصابة بالماء الغزير مدة عشر دقائق.
- يُغطى الجلد المصاب بالضماد المعقم أو الملابس النظيفة.

نوع التسمم

٤- التسمم بالأحماض والقلويات؛

أ- شرب الأحماض والقلويات يسبب حروقاً في الشفتين والحلق وتورماً في الفم وعطشاً شديداً وألماً في المعدة.



شكل (١٧)

ب - لمس مواد حارقة، مثل: الكلوروكس أو الفلاش.



شكل (١٨)



إسعافه

- ١- تهدئة المصاب وعدم تحريك الجزء الملدوغ؛ حتى لا ينتشر السم في سائر الجسم.
- ٢- وضع كمادات باردة مكان اللدغة.
- ٣- المبادرة السريعة بنقل المصاب إلى المستشفى لإجراء العلاج اللازم.
- ٤- تجنب إعطاء المصاب أي دواء قبل عرضه على الطبيب؛ حتى لا تزيد الحالة سوءاً.

نوع التسمم

٥- التسمم باللدغ:

يحدث نتيجة لدغ نوع من الحشرات أو الحيوانات الزاحفة في المناطق النائية والصحراوية، وهناك قواعد رئيسة لإسعاف إصابات التسمم الناتجة من هذا النوع.



شكل (١٩)

الإرشادات العامة للوقاية من التسمم

١ - المحافظة على النظافة العامة، وغسل اليدين قبل الأكل وبعده وبعد الخروج من دورة المياه.

٢ - التأكد من ذوبان الثلج عند طهي اللحوم المجمدة وطبخها بشكل كامل.

٣ - الابتعاد التام عن تناول الأطعمة المحفوظة في علب صدئة أو منتفخة.

٤ - عند تسخين الطعام يترك ليغلي بضع دقائق.

٥ - الحرص على نظافة الأيدي والأدوات، ويفضل لبس القفازات عند إعداد الطعام.

٦ - التأكد من تاريخ صلاحية المواد الغذائية المعلبة.

٧ - حفظ الأدوية والمبيدات الحشرية والمنظفات بعيداً عن متناول الأطفال.

٨ - التأكد من طريقة استعمال الدواء وجرعته، كذلك التخلص منه بعد انتهاء صلاحيته.

٩ - مكافحة الحشرات والزواحف السامة داخل البيئة السكنية.

١٠ - حفظ المواد الكيميائية في علب خاصة بها بعيداً عن متناول الأطفال.

تعليم جميع أفراد الأسرة خاصة الأطفال والعمالة المنزلية رقمي الدفاع

المدني والهلال الأحمر؛ لاستخدامها عند الضرورة.



بعض الإصابات يتوقف فيها التنفس، أو ينخفض بصورة حادة فيكون الأكسجين المستنشق غير كاف؛ لذا يُجرى للمصاب عملية تسمى (التنفس الاصطناعي)، وقد يتوقف النبض فيُجرى للمصاب عملية (الإنعاش القلبي) قبل القيام بإسعافه. ومن هذه الحالات الغرق والصعقة الكهربائية والتسمم.

التنفس الاصطناعي:

العملية التي تهدف لاستعادة التنفس الطبيعي للمصاب الذي توقف تنفسه لسبب ما.



كيفية إجراء التنفس الاصطناعي



شكل (٢٠)

إزالة الأشياء العالقة داخل فم المصاب وحلقه، ثم سحب لسان المصاب إلى الأمام، شكل (٢٠).



شكل (٢١)

وضع راحة اليد على جبهة المصاب وبنفس الوقت وضع طرفي أصبعي اليد الثانية السبابة والوسطى على عظمة الذقن؛ لفتح مجرى التنفس عند المصاب، شكل (٢١).



شكل (٢٢)

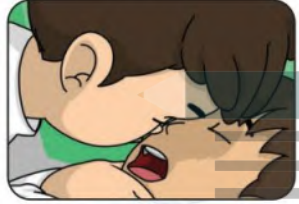
قيام المسعف بفتح فمه ووضعه على فم المصاب بإحكام مع إقفال أنف المصاب، ثم النفخ بقوة داخل فمه، شكل (٢٢).





شكل (٢٣)

مراقبة قلب المصاب بين الحين والآخر؛ للتأكد من عودة صدر المصاب إلى التحرك للأعلى والأسفل بانتظام، شكل (٢٣).



شكل (٢٤)

متابعة نفخ الهواء داخل فم المصاب مع انتظام نبض القلب؛ لأن تحرك الصدر يشير إلى انتظام التنفس مع سماع نبض القلب بالأذن، وإذا لاحظنا انتظاماً في تنفس المصاب نتابع إجراء التنفس الاصطناعي في أثناء نقل المصاب إلى المستشفى أو إلى مركز الطوارئ، شكل (٢٤).



هل سمعت بحالة أجريت لها عملية التنفس الاصطناعي ونجحت - بفضل الله - اسردها على معلمك وزملائك.

ابتلع أخي الصغير لعبة صغيرة جعلته يمتنع عن التنفس ، اسعفه والذي بإخراج اللعبة أولاً ثم قام اجراء عملية تنفس اصطناعي له ونجحت بفضل الله واستعاد أخي تنفسه



سادساً: الجروح

تعريف الجروح:

قطع أو فصل في أنسجة الجسم، سواء أكان داخلياً أو خارجياً نتيجة عنف أو استخدام آلة حادة أو تعرض الجسم لحادث ما.

تصنيف الجروح

الجروح المغلقة:

إصابة الأنسجة الداخلية دون قطع في الجلد، مثل: العين أو النخاع الشوكي.

الجروح المفتوحة:

تمزق الأنسجة الخارجية كالجلد.



اربط أنواع الجروح المفتوحة بمسبباتها بوضع الرقم المناسب تحت كل صورة:



١- القطع.



٢- النافذ.

6

4

٣- الواخزي (الثقوب).



٤- التهتكى (التمزق).

٥- الخدش.

1

2

٦- البتر.



3

5



إسعاف الجروح

رتب الخطوات التي تقوم بها عند إسعافك لشخص مصاب بجرح ما حسب ما تراه في الصور التي أمامك:



3



2



1



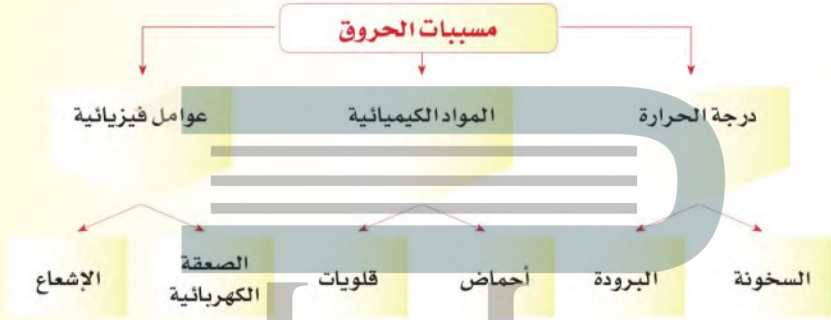
4



سابعاً: الحروق

تعريف الحروق:

تعرض الجسم لمؤثر خارجي غير طبيعي أو شديد، مثل: الحرارة أو البرودة مما يؤدي إلى إصابة أنسجة الجلد بدرجات متفاوتة.



يكون الحرق بالحرارة الساخنة نتيجة التعرض للإصابة بحرارة جافة، مثل: المدفأة، أو رطبة، مثل: الماء الساخن.





إسعاف الحروق

رتب الخطوات التي تقوم بها عند إسعافك لشخص مصاب بحرق ما حسب ما تراه في الصور التي أمامك:



2



1



4



3

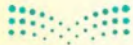
تذكر
طلب المساعدة الطبية إذا استمر الاحمرار والألم أكثر من بضع ساعات، أو إذا كان الحرق يؤثر على مساحة كبيرة من الجلد أي أكثر من ٧ سم.



ضع علامة (✓) في المكان المناسب أمام كل فقرة بحسب ما تراه من واقع أسرتك:

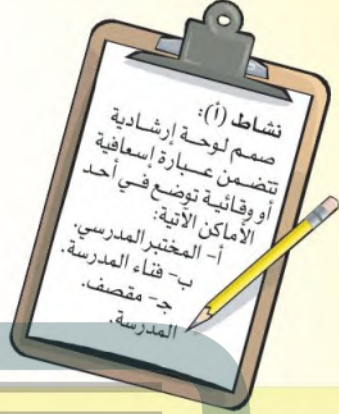
أبداً	أحياناً	دائماً	العبارة
.....	صح	١- يحمل والدي حقيبة الإسعافات الأولية في سيارته.
.....	صح	٢- نربط حزام الأمان عند ركوب السيارة.
.....	صح	٣- نتفقد صلاحية محتويات حقيبة الإسعافات الأولية باستمرار.
.....	صح	٤- نعلق العبارات الإرشادية التحذيرية عند مصادر الخطر في المنزل.
.....	صح	٥- نراقب الصغار عند لعبهم؛ حتى لا يصابوا بأذى.
.....	صح	٦- نتدرب على الإسعاف الأولي للإصابات المختلفة.

إذا كانت عدد إجاباتك (دائماً) من (٤-فاكثر) فأنتم أسرة تحرص على اتباع أساليب السلامة، وإذا كانت أقل من ذلك فاحرص على توعية أسرتك بالإرشادات المدونة في هذه الوحدة والتدريب عليها.



نشاط (ب):

نشاط صفي



نشاط (أ):

السلامة أولاً: انتبه المخاطر حتى لا تصاب بالأذى

