

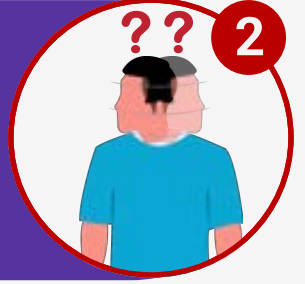
أولويات الرعاية الطبية الطارئة والمعدات
الطبية المرتجلة

أولويات الرعاية الطبية الطارئة

تنبه من الخطر



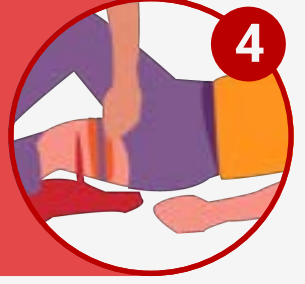
عاين المكان



اتصل بخدمات
الطوارئ الطبية



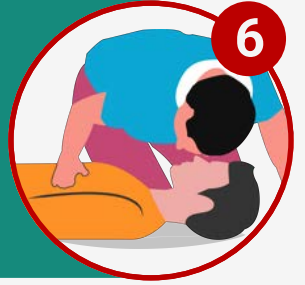
أوقف أي نزيف مهدد
للحياة



افتح مجرى الهواء



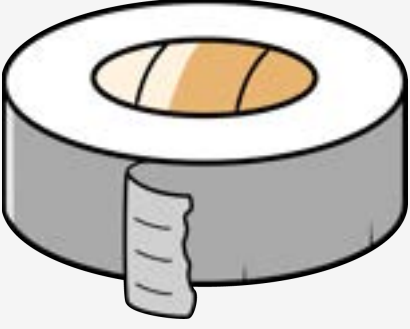
افحص التنفس



أجرِ مسحا ثانويا
للجسم

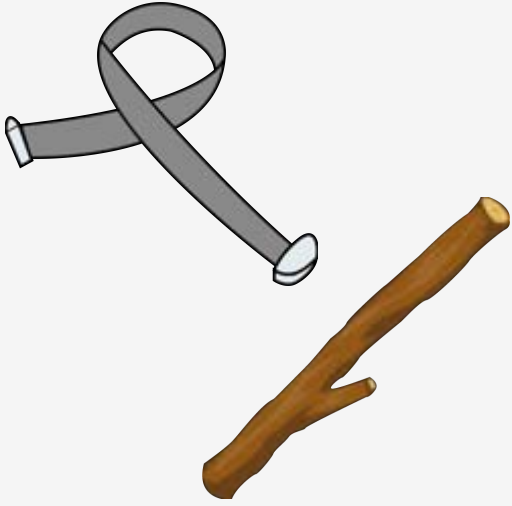


المعدات الطبية المرتجلة



شريط لاصق

يوصى باستخدام مواد قوية ومتينة ومقاومة للماء مثل الشريط اللاصق و/أو قطع طويلة من القماش لربط العقد.



عاصبة

قطعة طويلة ومتينة من القماش، كوشاح أو مفرش طاولة أو ملاءة سرير يمكن تحضيرها (عبر تقطيعها إلى قطع طويلة ومتينة) قبل حالة الطوارئ.

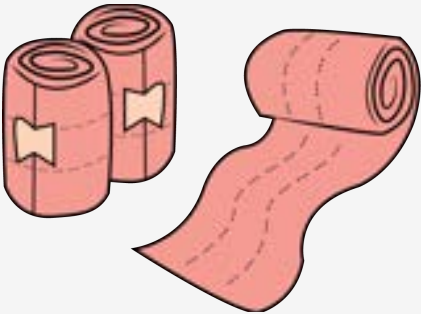
أغراض صلبة، وطويلة ومتينة لشد القماش حول الأذرع أو الأرجل المصابة.

مواد تكميد الجروح



قطعة قماش نظيفة، يتم قصها إلى قطع طويلة، رفيعة، ومتصلة.

ضمادة ضاغطة



قطعة قماش نظيفة ومطوية للضغط وقطعة قماش طويلة للف الجرح.

المعدات الطبية المرتجلة



ضمادة لاصقة لختم جرح الصدر

مادة تغليف متينة ومحكمة الغلق، مثل أغلفة البلاستيك الشائعة، مع شريط لاصق قوي ومتين ومقاوم للماء.



نقلات

أجسام صلبة مسطحة، مثل الطاولات القابلة للطي والسلالم والكراسي لنقل و/أو سحب المصابين.



مواد مدفئة

مادة متينة ودافئة، مثل معاطف أو بطانيات، ليتم وضعها تحت و/أو جر الضحايا.



مصباح يدوي

يفضل أن يكون مصباحاً للاستعمالات الخارجية يُلف حول الرأس، أو مصباح جيب صغيراً يمكن استخدامه بدون استخدام اليدين، ويكون مثبتاً على خوذة/قبعة.

مقص

يجب أن يكون متيناً وقوياً، ويمكن استخدامه لقص الملابس من أجل الكشف عن الجلد والإصابات.

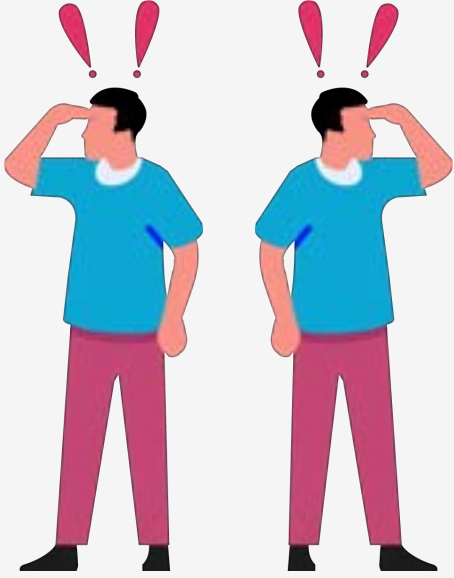


لمحة عن هذه الوثيقة

هذه الإرشادات مخصصة للصحفيين الذين يتعاملون مع حالات الطوارئ الطبية أثناء أداء مهامهم في مناطق النزاع، في ظل محدودية الدعم الطبي في الميدان. قبل تطبيق المعلومات الواردة في هذه الوثيقة، ينبغي قراءتها بالكامل والتحقق منها عن طريق إجراء بحث خاص والتأكد من مصادر موثوقة أخرى. وينبغي اعتبار الطرق المستخدمة هنا (وخاصة المعدات الطبية المرتجلة) على أنها الخيار الأخير عندما لا تكون هناك بدائل أفضل في المتناول. قبل استخدام هذه التقنيات في حالة طوارئ حقيقية، يجب التمرن عليها وإتقانها في سياق تدريب أولي. ولا بد من تنفيذ خطوات الرعاية الطبية الطارئة ذات الأولوية بالترتيب الوارد في هذه الوثيقة ومباشرة في حالة الإصابات المهددة للحياة. في أفضل الأحوال، ينبغي أن يتم ذلك خلال الدقائق الخمس عشرة الأولى من الرعاية، بينما يتم نقل المصابين لتلقي الرعاية الطبية المتخصصة، حيث يُعد ذلك شرطا أساسيا للحفاظ على حياتهم بعد الإصابات الخطيرة. استخدم معدات الوقاية الشخصية (مثل القفازات الطبية) للحفاظ على سلامة مقدم الرعاية الطارئة وسلامة المصاب على السواء.

شرح أولويات الرعاية الطبية

1



تنبه من الخطر

انظر في جميع الاتجاهات واحترس جيداً قبل الدخول إلى مكان الحادث. إذا كان **الخطر** موجود، **فلا تدخل** إلى مكان الحادث وتعرض حياتك للخطر. انتظر حتى يصبح المكان أكثر أماناً.

أثناء تقديم الرعاية الطبية، من المهم للغاية ألا تصبح ضحية. تحتل هذه الخطوة دائماً الأولوية على حساب أي شيء آخر، لذا تنبه للخطر بشكل متكرر. إذا بدأت في تقديم الرعاية الطبية وبدأ الخطر يلوح في مكان الحادث، فيجب عليك الابتعاد إلى مكان آمن (مع المصابين إن أمكن، أو بدونهم إذا كانوا لا يستطيعون التحرك) ولا تعد إلى مكان الحادث حتى يصبح آمناً.

أما إذا ظل الخطر قائماً، فقد يتعين عليك توجيه المصابين شفهيّاً إلى كيفية علاج أنفسهم، والقذف بالمعدات الطبية نحوهم ومن دون مغادرة مكانك الآمن.

شرح أولويات الرعاية الطبية

??

2



عاين المكان

بمجرد التأكد من انتفاء الخطر، ابدأ بمعاينة مكان الحادث بينما تقترب منه.

1. بينما تعاین المكان، ابدأ بارتداء معدات الوقاية الشخصية (مثل القفازات الطبية)، إذا كانت متوفرة.
2. اجمع معلومات عن الآلية التي تسببت بالإصابة (انفجار، طلقات نارية، تساقط حطام، حروق، وما إلى ذلك). فمن شأن ذلك أن يساعدك على تجنب المخاطر ذات الصلة وفي تحديد نوع الإصابات.
3. تبين عدد المصابين الذين سيحتاجون إلى العلاج وتأكد من مدى قدرتهم على السير ووعيهم حتى تتمكن من نقل هذه المعلومات إلى خدمات الطوارئ الطبية، ومعالجة من هو في أمس الحاجة إلى ذلك أولاً ونقله.
4. إذا كان المصاب واعياً، اطلب إذنه قبل البدء بعلاجه.

يمكن إسناد مهمة معاينة المكان (الأولوية رقم ٢) إلى أعضاء الفريق الآخرين المتواجدين في مكان الحادث؛ ولكن يجب أن تظل هذه الخطوات ذات أولوية عليا لضمان توفير الرعاية الطبية المهنية في الوقت المناسب. اطلب من أعضاء الفريق المعنيين اعلامك عند إكمالهم مهامهم.

112



اتصل بخدمات الطوارئ الطبية

انقل المعلومات التي جمعتها بعد معاينة المكان، **وابدأ في تنسيق نقل / انتشال المصابين لتلقي الرعاية الطبية المهنية.**

يجب عليك تعجيل نقل الضحايا للرعاية الطبية المهنية بأسرع وقت.

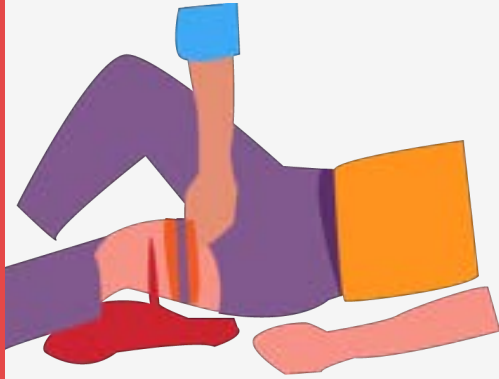
يجب أن تكون الأولوية بشكل عام للنقل السريع ونقل الضحايا المتضررين من: النزيف المهدد للحياة، والإصابات المختزقة (مثل الطلقات النارية، أو الانفجارات، أو الطعنات)، و/أو المصابين الذين ما زالوا يتنفسون.

يمكن إسناد مهمة الاتصال بخدمات الطوارئ الطبية وتنسيق نقل المصابين (الأولوية رقم ٣) إلى أعضاء الفريق الآخرين المتواجدين في مكان الحادث؛ ولكن يجب أن تظل هذه الخطوات ذات أولوية عليا لضمان توفير الرعاية المهنية في الوقت المناسب. اطلب من أعضاء الفريق المعنيين اعلامك عند إكمالهم مهامهم.

شرح أولويات الرعاية الطبية

4 أ

أوقف أي نزيف مهدد للحياة



علامات النزيف المهدد للحياة:

نبضان، ارتفاع ضغط الدم، الدم بلون أحمر ساطع و/أو تدفق سريع وثابت للدم الأحمر الداكن. إذا كنت في حالة شك، عامل الأمر كنزيف مهدد للحياة.

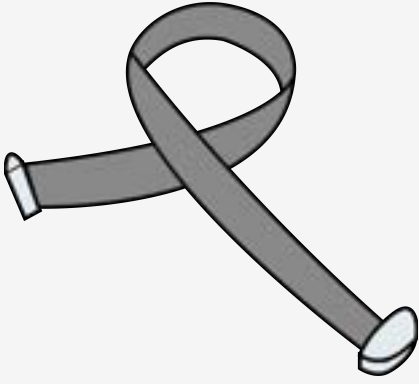
قم بإيقاف النزيف باستخدام مجموعة من الطرق التالية:

الجاذبية: ارفع الجزء النازف من الجسم فوق مستوى القلب لتقليل تدفق الدم والنزيف من ذلك الجرح. وينبغي أن يترافق ذلك مع طرق أخرى للسيطرة على النزيف

الضغط المباشر: استخدم يديك (مع الاستعانة بمادة ضاغطة، ويفضل أن تكون شاشاً أو قطعة قماش نظيفة مطوية، إذا لم يتوفر أي شيء آخر) للضغط مباشرة على مصدر النزيف من أجل إبطائه أو إيقافه. استمر في الضغط على مكان الجرح لمدة ٥-١٠ دقائق لتسهيل تشكل جلطة دموية. عند التحقق لمعرفة ما إذا كان النزيف قد تباطأ أو توقف، ارفع يديك ببطء وحذر، ولا تقم بإزالة المادة الضاغطة عند رفع يديك. إذا كان المصاب لا يزال يفقد كمية كبيرة من الدم، استمر في الضغط. إذا تشبعت المادة الضاغطة بالدم، لا تُزلها بل أضف مادة ضغط أخرى فوقها. يمكنك وضع ضمادة الضغط أو العاصبة في الوقت نفسه. ملحوظة: **لا تجرب هذه الطريقة** إذا كنت تشك في وجود **شظايا حادة** (عظام مكسورة، شظايا قذيفة، وما إلى ذلك) عند مصدر النزيف. في هذه الحالة، يوصى بالضغط غير المباشر.

شرح أولويات الرعاية الطبية

4 ب



حزام نايلون يستخدم
كعاصبة مرتجلة

العاصبة: منتج تجاري (أو يمكن صنعها يدوياً في الحالات التي لا تتوفر فيها أي خيار آخر فقط) لوقف النزيف في الذراعين والساقين.

ضع عاصبة تجارية (أو واحدة مصنوعة يدوياً) في مستوى أعلى من الجرح وأقرب إلى القلب، ومن الأفضل أن يكون ذلك مباشرة على الجلد. شد العاصبة بحسب التعليمات حتى يتوقف النزيف. عند استخدام العاصبة، يجب كتابة حرف "T" مع الوقت الذي وُضعت فيه على جبين المصاب حتى تكون خدمات الطوارئ الطبية على علم بذلك.

شرح أولويات الرعاية الطبية

4 ج

1



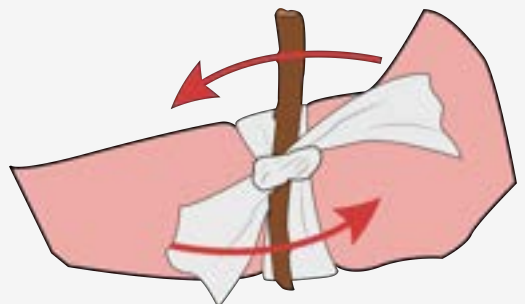
في حالة اضطررت إلى صنع عاصبة بنفسك، عليك باستخدام قطعة قماش طويلة وقوية (فيجب ألا تكون رقيقة جداً بحيث تنغرس في الجلد عندما تقوم بالضغط) مع جسم طويل وصلب وقوي لإحكام ربط العاصبة.

لف القماش عند مستوى أعلى من مصدر الجرح (أقرب إلى القلب) بحوالي ٤ أصابع عرضاً. ملاحظة: لا تضع عاصبة فوق مفصل، بل انتقل إلى الأعلى. اعقد العاصبة، ثم ضع الجسم الصلب فوق العقدة، ثم اعقدها مرة أخرى فوق العقدة الأولى والجسم الصلب لغرض تثبيته. احرص على أن يكون ذيل القماش المتبقي طويلاً (أو استخدم شريطاً قوياً) لتثبيت كل شيء بمجرد اكتماله. قم ببرم الجسم الصلب بحركة دائرية عاصرة لشد القماش الملفوف حتى يتوقف النزيف. استخدم ذيل القماش الطويل (و/أو الشريط) للفه حول كل شيء، بما في ذلك حول الجسم الصلب، لتثبيت كل شيء في مكانه. لا ترخ العاصبة بمجرد توقف النزيف. قد تحتاج إلى وضع عاصبة ثانية (في مكان أعلى من الطرف) إذا لم توقف العاصبة الأولى النزيف. انتبه أن استخدام العاصبة بالضغط المناسب سيسبب ألماً للمصاب.

3

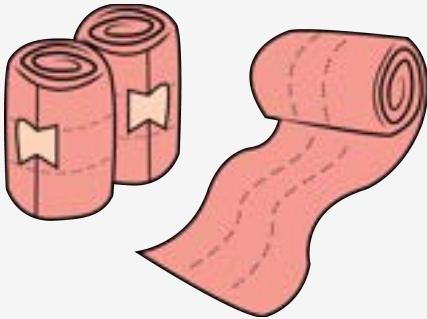


2



تكميد الجرح: طريقة لحشو جرح مفتوح تمكن من الضغط داخل التجويف من أجل إبطاء النزيف وإيقافه. وتكون ضرورية في حالات الجروح الكبيرة والغائرة. ملحوظة: يجب القيام بذلك **على الأذرع والأرجل فقط.**

استخدم الشاش المعد للحشو أو شريطاً نظيفاً وطويلاً من القماش (قطعة من مفرش الطاولة أو شرشف فراش رقيق) لملء الجرح حتى يتم حشوه بإحكام. بمجرد الانتهاء، ضع مادة ضاغطة على الجرح واستمر بالضغط بشكل مباشر لمدة ٥-١٠ دقائق. أضف ضمادة ضغط إلى ذلك.



ضمادة الضغط

ضمادة الضغط: طريقة تقوم على وضع الضمادات مباشرة فوق مكان الجرح (أو بعد تكميد الجرح) ثم الضغط بشكل مباشر فوق الحشو لوقف النزيف.

مزيج من المواد الضاغطة ومواد التغليف المطاطة التي يمكن صنعها يدوياً باستخدام قطعة قماش نظيفة مطوية ومواد تغليف كالشريط الرياضي أو قطعة قماش طويلة يمكن لفها حول الجرح لعدة مرات. عند لف ضمادة الضغط، اضغط أكثر (أحکم ربط الضمادة) مع كل دورة تلف بها القماش حول الجرح.

شرح أولويات الرعاية الطبية

5 أ

افتح مجرى الهواء

ملحوظة: إذا كان المصاب واعياً **ويتحدث**، فهذا يعني أن **مجراه الهوائي مفتوح وأنه يتنفس**.

أما إذا كان فاقداً للوعي، فانظر إلى داخل فمه وافحصه للتأكد من عدم وجود أي شيء يعرقل مجرى التنفس.



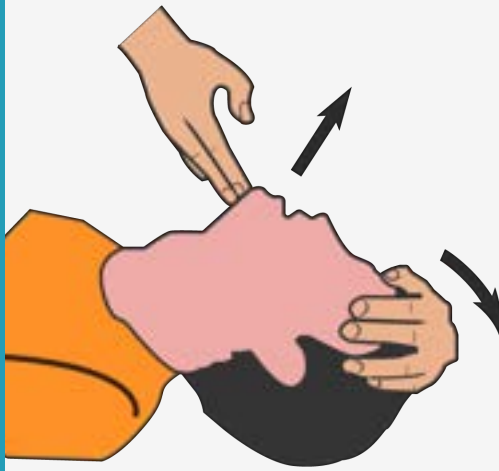
وضعية الإنعاش
الوضع الجانبي

في حال وجود بقايا أو شظايا (مثل أجزاء من العظام أو الأسنان) أو سائل (مثل القيء أو الدم) داخل الفم، اقلب المصاب على جانبه (مع التنبه إلى أن يكون الرأس والجسم متراصفين) واستفد من عامل الجاذبية لتنظيف الفم والحلق قبل تمديد المصاب على ظهره. بمجرد التحقق والتأكد من عدم وجود عائق داخل الفم، استخدم مناورة "إمالة الرأس / رفع الذقن" للحفاظ على مجرى الهواء مفتوحاً في حالة المصابين فاقد الوعي. وسواء أكان المصاب واعياً أم فاقداً للوعي، تأكد أيضاً من فحص منطقة الجذع العلوي (الجزء الأمامي والخلفي من الصدر / الجزء العلوي من الجسم) وإغلاق أي جروح مفتوحة في الصدر باستخدام ضمادة لاصقة لختم جرح الصدر (حسب التعليمات) أو ارتجل باستخدام مادة مضادة للماء ومحكمة الغلق، كغلاف بلاستيكي، لتغطية جرح الصدر بالكامل، وشريط لاصق قوي لسد جميع الجوانب المفتوحة.

شرح أولويات الرعاية الطبية

5 ب

افتح مجرى الهواء



مناورة "إمالة الرأس /
رفع الذقن

مناورة "إمالة الرأس / رفع الذقن":
مدد المصاب بشكل مسطح على ظهره. تأكد من أن كل أجزاء جسمه متراصفة وأن رأسه موجه للأمام في وضعية محايدة. ضع إحدى يديك على جبهته والأخرى أسفل عظمة الذقن مباشرة؛ وفي حركة مضبوطة جيداً، أمل الرأس إلى الخلف وارفع الذقن لأعلى بحيث يكون موجهاً إلى الأعلى بشكل مستقيم.

إذا كنت مضطراً إلى الابتعاد عن شخص فاقد للوعي، تأكد من أنه ممدد على جانبه.

شرح أولويات الرعاية الطبية

6 أ

افحص التنفس

اركع بالقرب من رأس المصاب، على جانبه، وانظر نحو جسده. انظر (و/أو تحسس يديك على الصدر) لتبين ما إذا كان صدره "يرتفع ويهبط" بشكل طبيعي واستمع إلى تنفسه.



وضعية فحص
التنفس

إذا كان المصاب فاقد الوعي يشخر، فعليك بمناورة "إمالة الرأس / رفع الذقن". أما إذا كان المصاب لا يتنفس، فابدأ في إجراء الإنعاش القلبي الرئوي واستمر في ذلك (١) طالما كان ذلك آمناً، و(٢) حتى يستأنف التنفس، أو (٣) حتى تسليم المصاب إلى الرعاية الطبية المهنية. إذا لم تكن مدرباً بشكل صحيح على الإنعاش القلبي الرئوي، فقد يكون الإنعاش بالضغط فقط أكثر فعالية.



شرح أولويات الرعاية الطبية

6 ب

افحص التنفس



الإنعاش القلبي
الرئوي

للشخص البالغ، مدد المصاب على ظهره وفوق سطح صلب. اركع إلى جانب المصاب بشكل عمودي وبجانب صدره. احرص على أن تكون راحتا يديك في مواجهة المصاب، ثم ضع إحدى يديك فوق الأخرى وشابك أصابعك. حدد مكان التقاء الأضلاع في منتصف الصدر مع خط الحلمة الطبيعي.

استخدم الجزء المكتنز من راحة يدك السفلية للضغط على الصدر بمعدل ١٠٠-١٢٠ مرة في الدقيقة، وعلى عمق ٥-٦ سم. انتظر استرخاء الصدر بشكل تام بين الضغطات. حافظ على استقامة ذراعيك وانحن عند الورك بدلاً من المرفقين حتى لا تتعب بسرعة. إذا شعرت بالتعب، اطلب من شخص ما أن ينوب عنك ويواصل عملية الإنعاش القلبي الرئوي بسلاسة.

شرح أولويات الرعاية الطبية

7 أ

أجر مسحاً ثانوياً للجسم

طالما لا يؤخر ذلك عملية نقل/انتشال الضحايا، **أجر مسحاً ثانوياً وشاملاً للجسم** (من الرأس إلى أخمص القدمين)، للتأكد من عدم تفويت أي إصابات تهدد الحياة ومن ثم علاج الإصابات الأقل خطورة.

يجب أن تتم تدفئة المصابين الذين يعانون من إصابات مرتبطة بفقدان الدم. ضع بطانيات وسترات وما إلى ذلك بينهم وبين الأسطح الباردة. مددهم على ظهورهم فوق سطح مستو وارفع أرجلهم.

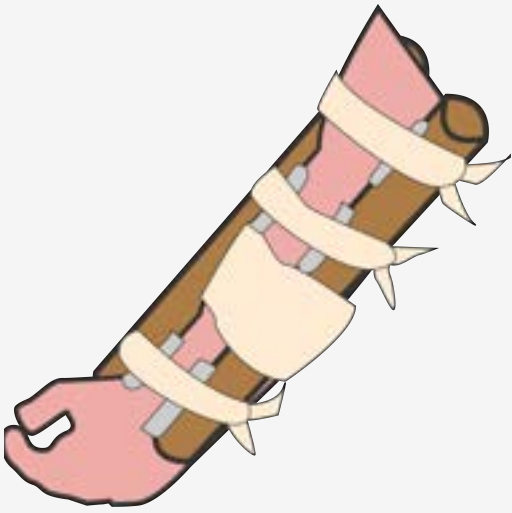


إذا عالجت الإصابات التي تهدد الحياة ونفذت كل الأولويات الأخرى، انتقل إلى علاج الإصابات الأخرى (الأقل تهديداً).

شرح أولويات الرعاية الطبية

7 ب

أجر مسحاً ثانوياً للجسم



بالنسبة **للعظام المكسورة**، ثبت موضع الجرح كما وجدته. حاول تثبيت المفاصل الموجودة أعلى العظم المكسور وأسفله. استخدم أشياء صلبة طويلة و/أو قطعة قماش أو شريطاً لاصقاً لتثبيت المنطقة المصابة بغرض أكثر ثباتاً.

بالنسبة **للعظام البارزة و/أو الأجسام الغريبة المغروسة**، لا تحاول تحريك المنطقة المصابة أو إزالة الجسم الغريب. ثبته بعناية عن طريق لف القماش و/أو الضمادات حوله وثبت كل شيء بواسطة شريط لاصق.

بالنسبة **للحروق و/أو أعضاء البطن المكشوفة**، قم بتغطية المنطقة المصابة بشكل خفيف ولفها بضمادات مبللة (أو قطعة قماش نظيفة، وما إلى ذلك) و/أو غلاف من البلاستيك، وتأكد من إبقاء الغلاف مبللاً بالماء.

ملحوظة

بمجرد الانتهاء من دورة "أولويات الرعاية الطبية الطارئة"، عد إلى بداية الدورة وراجع قائمة الأولويات مرة أخرى (على سبيل المثال، هل لا يزال مكان الحادث آمناً؟ هل تغير الوضع في المكان؟ هل خدمات الطوارئ الطبية في طريقها إلى المكان؟ هل بدأنا في نقل المصابين إلى العناية الطبية المهنية؟ هل تمت السيطرة على النزيف المهدد للحياة بشكل صحيح؟ هل لا يزال مجرى الهواء مفتوحاً ومن دون عائق؟ هل لا يزال المصاب يتنفس بشكل طبيعي؟ إلخ.). استمر بمراجعة الأولويات إلى أن يتم نقل المصابين إلى مكان مناسب لتلقي الرعاية الطبية المهنية.

نهاية الوثيقة

إخلاء المسؤولية:

لا تتجاهل أبداً النصائح الطبية المتخصصة أو تتأخر في طلبها بسبب شيء قرأته في هذه الوثيقة. لا يتحمل مؤلفو هذه الوثيقة أي مسؤولية عن الأخطاء أو المعلومات التي سقطت سهواً من هذه الوثيقة.