



# مبادئ دعم الحياة

## Basic Life Support

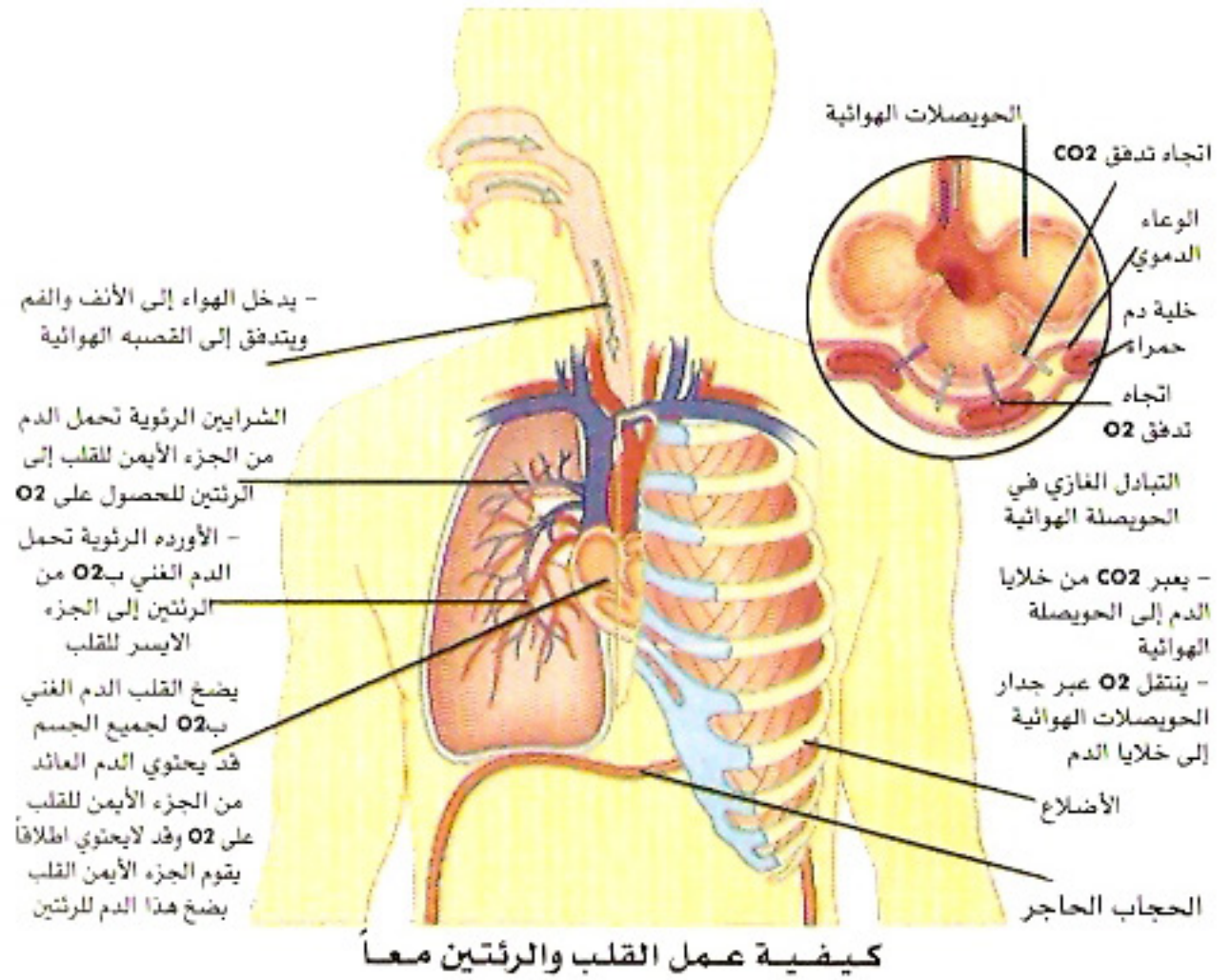


إعداد مركز التدريب  
إدارة الطوارئ الطبية

الطبعة الثانية  
٢٠٠٧

## ١- التنفس والدورة الدموية

يعتبر الأكسجين ضروري لدعم الحياة ، وبدونه تموت خلايا الجسم ، حيث يتم الحصول عليه من خلال عملية التنفس و الذي ينتقل إلى جميع أنسجة الجسم عن طريق الجهاز الدوري .



كيفية عمل القلب والرئتين معاً

## الإنعاش

إذا تعرض المصاب إلى نقص أو حرمان شديد للأكسجين فإن الدماغ يفشل في القيام بوظائفه ، وبالتالي سوف يفقد المصاب وعيه ، ويتوقف القلب و التنفس عن العمل فيحدث الموت وهو نوعان :-

- الموت الكلينيكي ويحدث لحظة توقف القلب والتنفس .

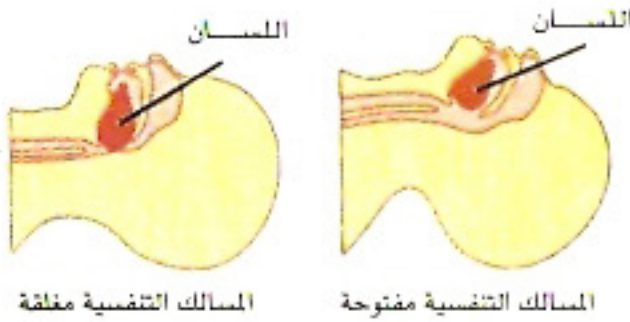
- الموت البيولوجي (موت خلايا الدماغ) ويحدث بعد توقف القلب والتنفس من ٦ - ١٠ دقائق .  
ولكي يتم إعادة إمداد الدماغ بالأكسجين ، فإنه ينبغي فتح المسالك التنفسية لكي يدخل الأكسجين إلى الجسم، كما يجب إعادة التنفس للعمل حتى يتمكن الأكسجين من الوصول لتيار الدم عن طريق الرئتين ، كما أنه يجب العمل على دوران الدم لجميع أعضاء وأنسجة الجسم .

إن إتباع إجراءات هذا الكتيب تمكن المصاب من إستمرار عمليتي التنفس و الدورة الدموية حتى وصول العناية الطارئة .

## ٢- الفحص الأولي

### A : المسالك التنفسية

في حالة المصاب المغمي عليه فإن المسالك التنفسية قد تصبح ضيقة أو مسدودة تماماً، وهذا الأمر ينشأ عن فقد التحكم في العضلات مما يسمح للسان بالانزلاق للخلف فيؤدي إلى انسداد المسالك التنفسية .



• يمكنك فتح المسالك التنفسية بواسطة :-

- حني الرأس ورفع الذقن

- دفع الفك السفلي (عند الشك بوجود إصابة العمود الفقري)

### B : التنفس

يحتوي هواء الزفير حوالي (١٦٪) أكسجين ، بالإضافة إلى كمية قليلة من ثاني أكسيد الكربون (٤٪) ، كما يحتوي هواء الشهيق على (٢٠٪) أكسجين .

بناءً على ذلك فإن هواء الزفير يحتوي على قدر كافٍ من الأكسجين يمكن تزويده لشخص آخر بما يساعد على بقائه حياً .

عند قيام المسعف بعملية التنفس الاصطناعي سوف يصل الهواء إلى الحويصلات الهوائية في الرئتين، حيث ينتقل الأكسجين إلى الأوعية الدموية الدقيقة في الرئتين .

### C : الدورة الدموية

يمكن إنعاش الدورة الدموية اصطناعياً بواسطة الضغط على الصدر (تدليك القلب)، حيث يتدفق الدم إلى جميع أنحاء الجسم .

متى تستدعي فريق الطوارئ . إذا كنت بمفردك ..

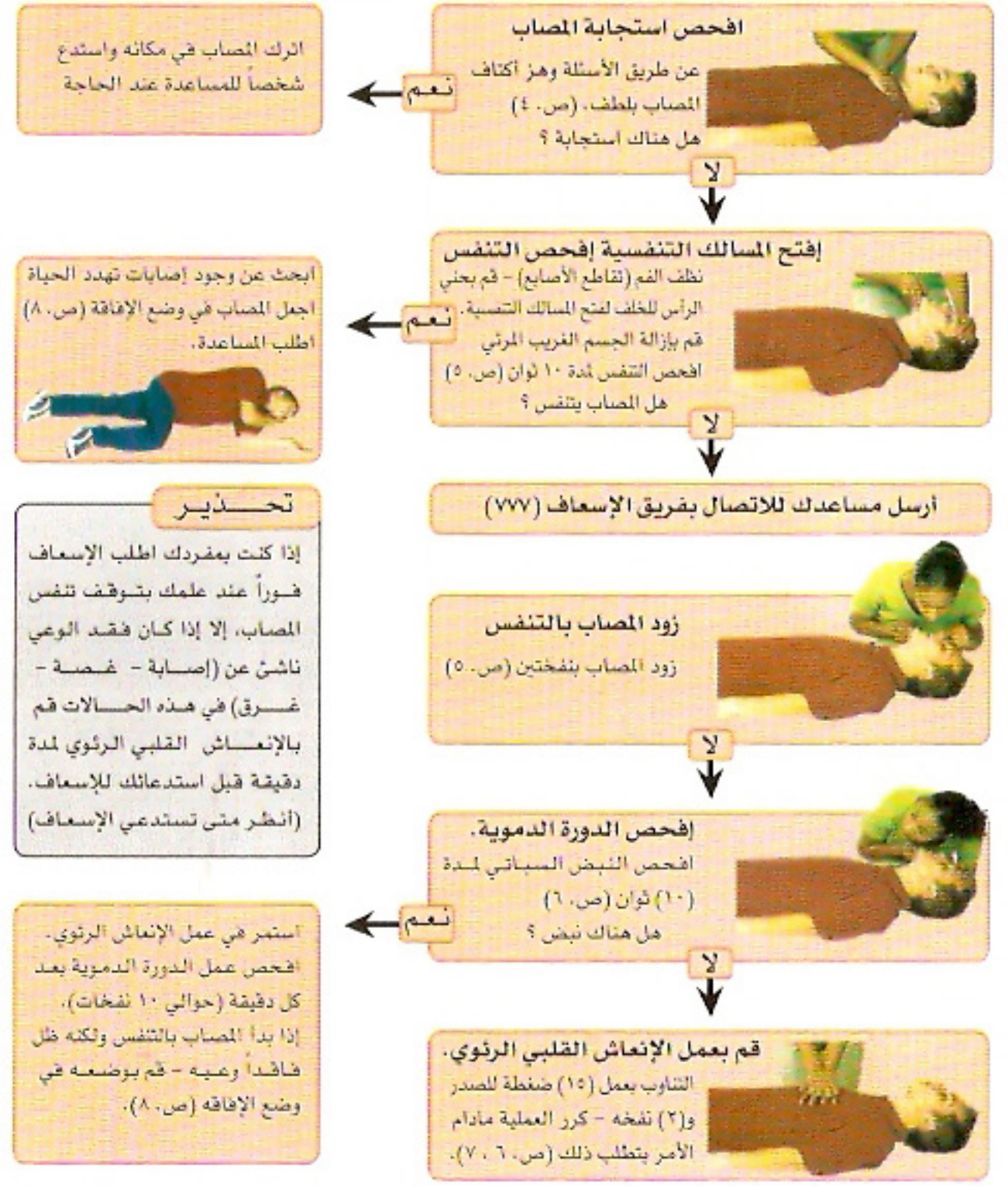
- إذا توفر من يساعدك، قم بإرساله لطلب المساعدة فوراً ما دمت تعلم أن المصاب لا يتنفس .

- إذا كنت بمفردك فإن تصرفك سوف يتوقف على حالة المصاب وسبب فقدته للوعي . إذا كان سبب فقد المصاب البالغ لوعيه ناشئاً عن مشكله في القلب أو عن سبب غير معروف، استدع المساعدة فوراً بعد ملاحظتك لتوقف التنفس .

- على أي حال، إذا كان سبب الإغماء ناشئاً عن (إصابة، غرق، غصة) أو في حالة الأطفال أقل من (٨) سنوات، وعند عدم توفر المساعدة، قم بعمل الإنعاش القلبي الرئوي لمدة دقيقة واحدة، ثم اطلب المساعدة .

### ٣- مخطط الإنعاش القلبي الرئوي للبالغين

الخطوات الموضحة أدناه تلخص الإجراءات الأساسية التي تحتاجها عند التعامل مع حالات فقد الوعي للبالغين أو الأطفال أكبر من (٨) سنوات، علماً بأن المخطط يفترض أنك قد انتهيت من إجراءات الفحص الخاصة بوجود خطر عليك أو على المصاب وأخذ التاريخ المرضي بشكل سريع.



الصفحات التالية توضح لك التفاصيل الكاملة عن كيفية تطبيق كل خطوة ضمن مخطط الإنعاش القلبي الرئوي حسب تسلسلها.

الصفحات التالية توضح تعليمات جميع التقنيات العملية المطلوبة لتطبيق إجراءات الإنعاش للمصاب البالغ الفاقد للوعي.

### كيف تفحص الاستجابة

بمجرد اكتشافك مصاب حالته متدهوره، يجب عليك أولاً تقييم ما إذا كان المريض واعياً أو فاقداً لوعيه، ويتم معرفة ذلك من خلال هز أكتاف المصاب بلطف وسؤاله "ماذا حدث لك؟" أو توجيه الأوامر له "افتح عينيك". تكلم إليه بصوت عال وواضح.

#### • عند وجود استجابة:

- ١- إذا لم يكن هناك أي خطر يهدد المريض، اتركه على وضعه الذي وجدته عليه وتوجه لطلب المساعدة إن كانت هناك حاجة لها.
- ٢- قم بعلاج أي إصابة تكتشفها وراقب العلامات الحيوية لحين وصول المساعدة أو تحسن حالة المصاب.

#### • عند عدم وجود استجابة:

- ١- اصرخ لطلب المساعدة. إذا كانت حالة المصاب تسمح، أترك المصاب على وضعه وقم بفتح المسالك التنفسية.
  - ٢- إذا كانت حالة المصاب لا تسمح، قم بتعديل وضعه إلى الاستلقاء على الظهر وقم بفتح المسالك التنفسية
- ⊕ انتقل إلى كيفية فتح المسالك التنفسية.

### كيف تفتح المسالك التنفسية

- ١- ضع إحدى يديك على جبهة المصاب، وبلطف قم بحني رأسه للخلف.
  - ٢- ضع أطراف أصابع يدك الأخرى على أسفل ذقن المصاب، وقم برفع الذقن للأعلى.
  - ٣- قم بإزالة أي جسم غريب مرئي في تجويف الفم، (مثل طقم الأسنان الإصطناعية أو الأسنان المكسورة)
  - ٤- قم بفحص المصاب لمعرفة إذا كان يتنفس الآن أم لا.
- ⊕ انتقل إلى كيفية فحص التنفس (صفحة ٥).



## كيف تفحص التنفس :

حافظ على بقاء المسالك التنفسية مفتوحة، إفحص التنفس باستخدام طريقة (أنظر - اسمع - حس) انظر الى حركة الصدر واستمع لأصوات التنفس وقم بإحساس التنفس بواسطة خدك . افعل ذلك لمدة (١٠) ثوان قبل أن تقرر توقف التنفس .

### ● إذا كان المصاب يتنفس :

١- افحص النبض (النبض السباتي لمدة ١٠ ثوان).

٢- سيطر على النزيف الشديد .

٣- إبدأ الفحص الثانوي واجعل المصاب في وضع الافاقه

⊕ ( إنتقل إلى الفحص الثانوي - صفحة ٧ ) .

### ● إذا كان المصاب لا يتنفس :

١- استدع فريق الطوارئ الطبية ( أرسل شخصاً إذا أمكن ) .

٢- زود المصاب بعدد (٢) نفخة ثم قم بعحص النبض (السابق).

⊕ إنتقل إلى كيفية إعطاء النفخ .

## كيف تقوم بإعطاء النفخ :

١- تأكد من ان المسالك التنفسية مازالت مفتوحة .

٢- أغلق أنف المصاب باستخدام إصبعي السبابة والوسطى ( افتح الفم ) .

٣- إذا توفر لديك واقي الوجه أو كمام الوجه قم بوضعه فوق فم المصاب ، خذ نفساً عميقاً واجعل شفطيك تحيط بفم المصاب احاطه محكمه .

٤- إنفخ بقوة في فم المصاب حتى يرتفع الصدر (تستغرق هذه العملية ثانيتين)

٥- كرر النفخ مرتين وراقب ارتفاع الصدر .

٦- في الحالات التي يكون فيها المصاب في الماء أو عند وجود إصابات الفم ، فإنه يمكن استخدام طريقة الإنعاش ( من الفم للأنف ) .

⊕ إنتقل إلى فحص الدورة الدموية ( صفحة ٦ ) .



## كيف تفحص الدورة الدموية :

- قم بفحص النبض السباتي لمدة (١٠) ثوان .

### ● إذا تأكدت من وجود النبض قم بالآتي :-

- استمر في الإنعاش الرئوي ل

- (البالغ) : نفخة واحدة كل (٥) ثوان .

- (للطفل أكبر من سنة وأقل من ٨ سنوات) : نفخة واحدة كل (٤) ثوان

- (للرضيع اقل من سنة) : نفخة واحدة كل (٣) ثوان .

### ● إذا تأكدت من عدم وجود النبض قم بالآتي :-

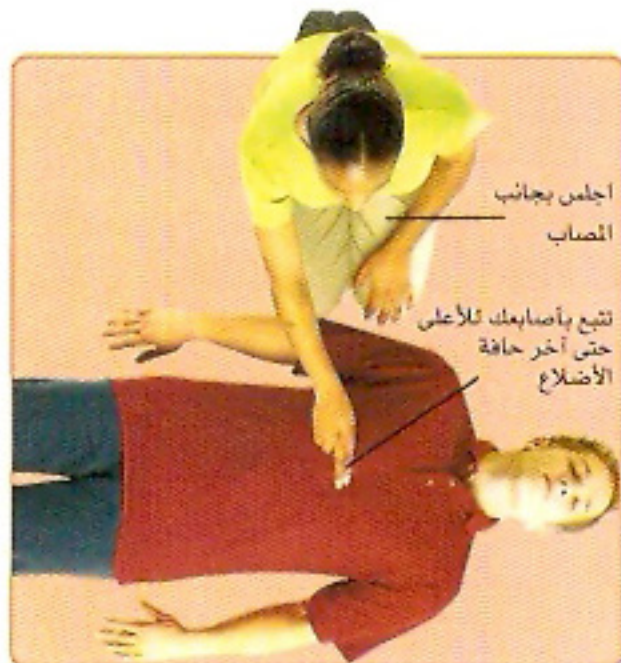
- أبدا فوراً بالضغط على الصدر مع الإستمرار بعملية (النفخ) (الإنعاش القلبي الرئوي) .

⊕ إنتقل إلى تدليك القلب .

## كيف تدلك القلب

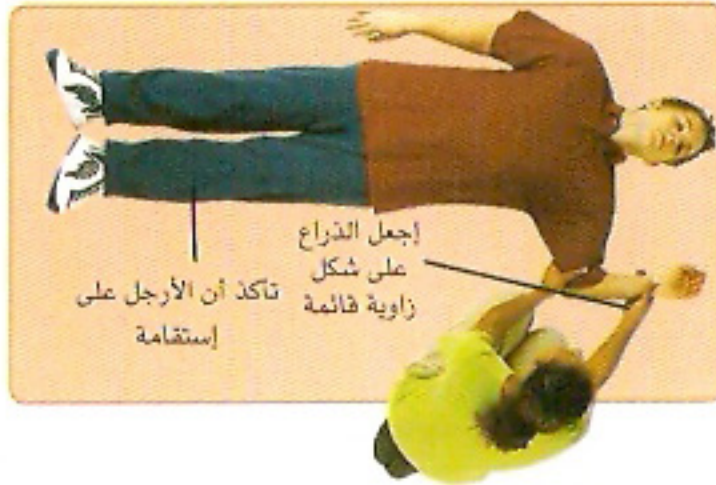
١- اجلس بجانب المصاب ، ثم باستخدام إصبعيك (السبابة والوسطى) حدد آخر حافة الأضلاع من جهتك ، ثم تتبعها حتى تصل إلى النقطة التي تلتقي فيها الأضلاع مع عظمة القص ، ضع إصبعيك (السبابة والوسطى) في تلك المنطقة عند الجزء السفلي لعظمة القص .

٢- ضع راحة يدك الأخرى فوق عظمة القص بجانب إصبعيك ، عند ذلك يكون هذا هو المكان الذي يجب ان تقوم بالضغط عليه .



## كيف تضع المصاب بوضع الإفاقة

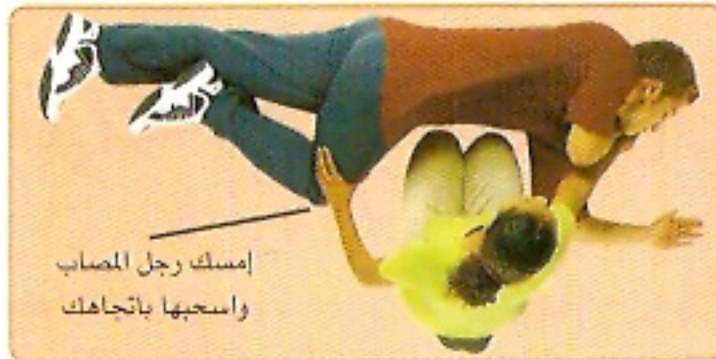
١- اجلس على ركبتيك بالقرب من المصاب، وقم بإزالة جميع ملحقاته الشخصية الصلبة والكبيرة بالحجم من جيوبه، مثال ( الهاتف الخليوي - علاقة المفاتيح... إلخ) ويجب عدم البحث عن الأشياء الرقيقة داخل جيوبه لكسب الوقت.



٢- اثني ذراع المصاب القريبة منك لعمل زاوية قائمة مع جسمه، وراحة يده إلى أعلى.



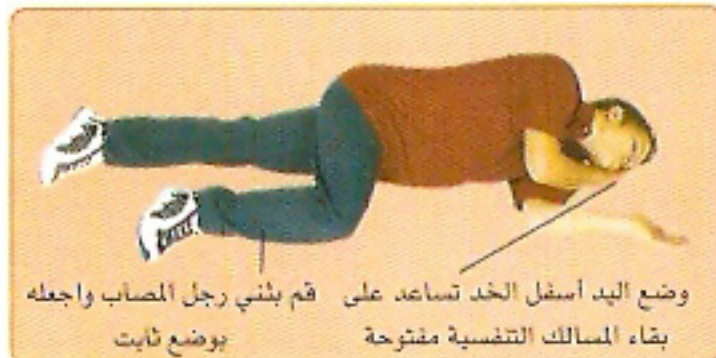
٣- أمسك ذراع المصاب الأخرى البعيدة عنك، ثم ثبت ظهر يده على خده. اثني رجله البعيدة عنك بزاوية مثلثة مع تثبيت ركبته بيديك الأخرى وحافظ على بقاء القدم على الأرض.



٤- أسحب المصاب من ركبته البعيدة ولفه باتجاهك ليصبح على جنبه واضعاً بإعتبارك بأن ظهر يده مازال يدعم خده.

٥- عدل الرجل العلوية بشكل زاوية ما بين الحوض و الركبة.

٦- أرجع رأس المصاب إلى الخلف قليلاً لضمان تأمين فتح المسالك التنفسية. ويمكن تعديل يده أسفل الخد لضمان ذلك.



٧- راقب المصاب وسجل العلامات الحيوية.

- ٣- ضع راحة اليد الأولى فوق اليد الأخرى وقم بشبك الأصابع مع بعضها البعض.
- ٤- استند على المصاب بوضع ذراعيك ممدودتين واضغط عمودياً على عظام الصدر بعمق (٤ - ٥ سم) وأرخي الضغط دون إبعاد يديك عن الصدر.
- ٥- قم بالضغط على الصدر ١٥ مرة بمعدل (١٠٠) ضغطه في الدقيقة تقريباً.
- ٦- افتح المسالك التنفسية وقم بإعطاء نفختين متتاليتين.
- ٧- استمر بهذه الدورة في عمل ١٥ ضغطه وإعطاء نفختان بمعدل أربع دورات في الدقيقة ثم قم بإعادة فحص التنفس والنبض السباتي.

## استمر في عملية الانعاش القلبي الرئوي حتي:

- رجوع التنفس والنبض ذاتياً.
- وصول الرعاية الطبية.
- حتي تنهك تماماً.
- حدوث التخشب الرمي.



## ٤- الفحص الثانوي (الفحص من الرأس حتى أخمص القدمين)

في حال عودة التنفس والنبض ذاتياً للمصاب إبدأ بفحصه من الرأس حتى أخمص القدمين للبحث عن (نزيف، جروح، كسور، حروق أو أي إصابات قد تهدد حياته).

- قم بعلاج الإصابات.
- ضع المصاب بوضع الإفاقة لتأمين المسالك التنفسية (في حالات كسور العمود الفقري، عظام الحوض، الأطراف السفلية لاتقم بوضع المصاب بهذا الوضع)
- ☺ إنتقل إلى كيف تضع المصاب بوضع الإفاقة (صفحة ٨)

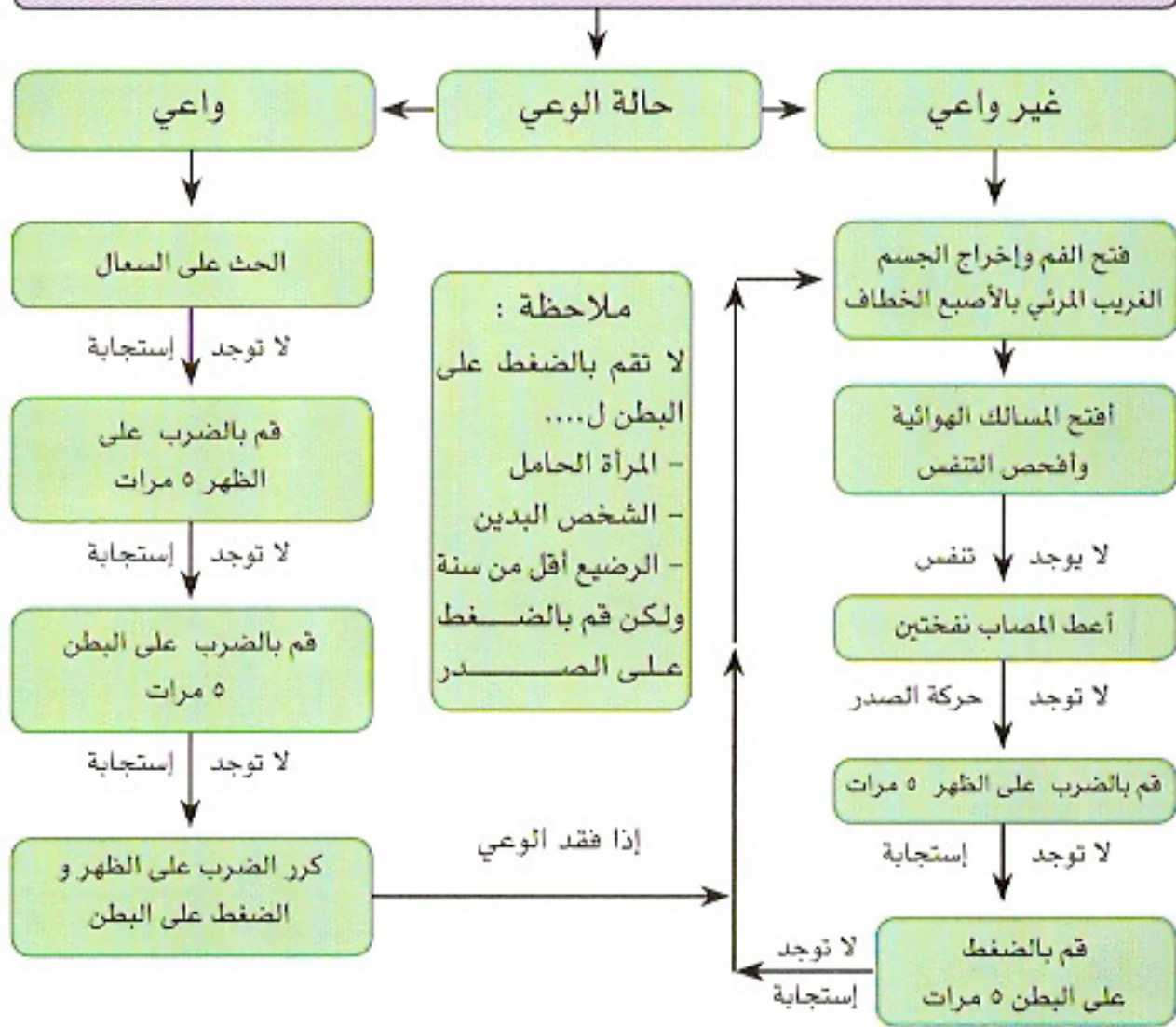
## ٦- الغصة

عبارة عن انسداد كلي أو جزئي مفاجئ للممرات الهوائية العلوية بسبب دخول جسم غريب.

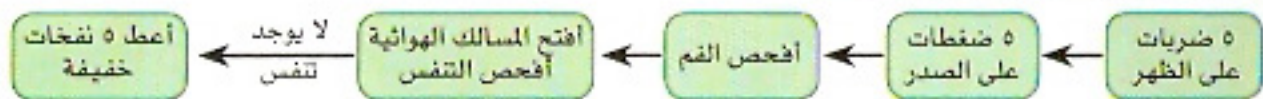
### ١- الكبار، الأطفال (أكبر من سنة)

#### التعرف على الغصة

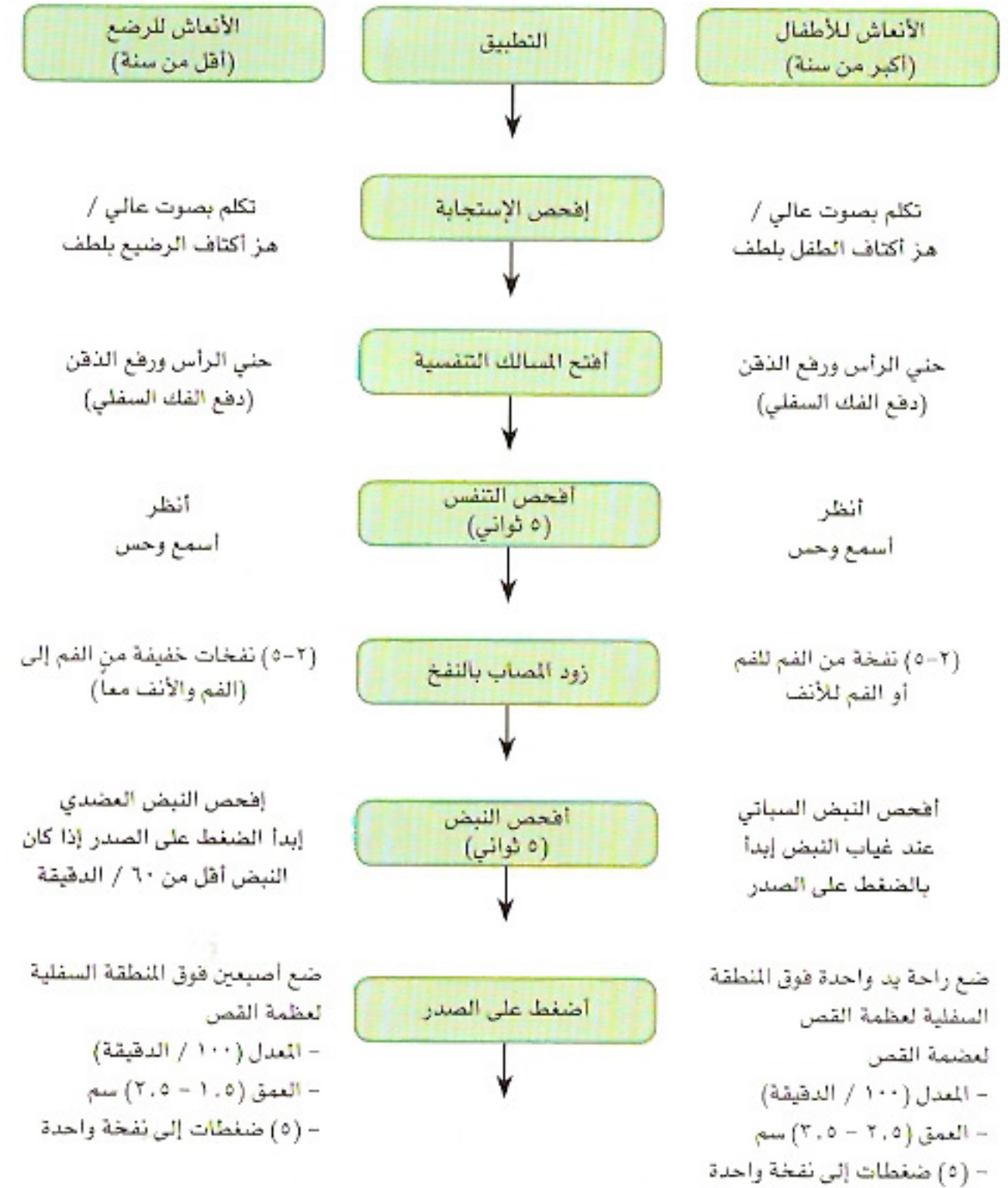
- العلامة المميزة للغصة يمسك المصاب بيديه حول عنقه
- عدم القدرة على التنفس والكلام أو الكحة (انسداد كامل)
- صعوبة بالتنفس والكلام مع الكحة (انسداد جزئي)
- فقد الوعي تدريجياً
- إزرقاق الوجه



### ٢- الرضع أقل من سنة



## ٥ - مخطط الإنعاش القلبي الرئوي للأطفال والرضع



#### تذكر:

- تتطلب عملية الإنعاش القلبي الرئوي للأطفال والرضع أن يكون أداؤها بلطف
- يجب تكييف أداها بحيث يصبح مناسباً لحجم واحتياجات الطفل

الغصة  
CHOKING



مسكة الرقبة  
Grasp Neck



الضغط على الصدر (المصاب السمين) أو المرأة الحامل  
Chest Thrust (Obese Patient)



الضرب على الظهر  
Back Blow



تحديد مكان الضغط على البطن  
Sit Site for Abdominal Thrust



الضرب على الظهر  
Back Blow



الضغط على البطن  
Abdominal Thrust

الغصة  
CHOKING



تقاطع الأصابع  
Cross Finger



الضغط على الظهر (مصاب غير واعي)  
Back Blow (unconscious)



الضغط على البطن (مصاب غير واعي)  
Abdominal Thrust (unconscious)



الضرب على الظهر (الطفل)  
Back Blow (Child)



الضرب على الظهر (الرضيع)  
Back Blow (Infant)



الضغط على البطن باستخدام طرف الكرسي العلوي  
Abdominal Thrust by using the top of chair