

أولاً: الأمراض غير المعدية:

هى الأمراض التى يصاب بها الإنسان دون أن تنتقل إليه عدوى، مثل أمراض سوء التغذية والأمراض الوراثية وأمراض الهرمونات ومرض السرطان.

١- أمراض سوء التغذية:

وهى تنشأ بسبب نقص أو زيادة عنصر أو عدة عناصر هامة للجسم، مثل عدم تناول كمية كافية من العناصر الهامة للجسم وهى البروتينات والكربوهيدرات والدهون والفيتامينات والأملاح المعدنية، أو تناول أى من العناصر السابقة بكميات كبيرة تفوق حاجة الجسم لها.

ومن أمثلة أمراض سوء التغذية: الأنيميا - الكساح - البرى برى.

٢- الأمراض الوراثية:

تنتج عن اختلال فى عدد الكروموسومات الجسدية أو الجنسية وكذلك شذوذ فى وظيفة الجينات الموجودة على الكروموسومات مثل مرض الأنيميا المنجلية ومرض الهيموفيليا ومرض كلاينفلتر.

٣- أمراض الهرمونات:

: تنتج عن زيادة أو نقص إفراز أحد الغدد الصماء بالجسم مثل الغدة الدرقية أو النخامية الخ.

٤- الأمراض السرطانية:

تنتج الخلايا السرطانية عندما تفقد النواة سيطرتها على انقسام الخلية بسبب إصابتها بالفيروسات أو تأثير الإشعاع عليها أو إختلال فى كيميائية الخلية وكذلك

لا سباب غير معروفة، هذا تتحول الخلايا إلى خلايا سرطانية وقد تنتقل من مكان إلى آخر في الجسم مثل سرطان الرئة وسرطان البروستاتا وسرطان الدم وسرطان الثدي وسرطان الرحم.

د. أمراض بسبب الوراثة والبيئة:

وهي الأمراض التي تصيب الشخص الذي يكون عنده استعداد وراثي لمرض، أما العوامل البيئية فلها دور في ظهور المرض، مثل مرض السكر والربو وقرحة المعدة.

ثانياً: الأمراض المعدية:

الأمراض المعدية هي الأمراض التي تنتقل من شخص مريض يحمل ميكروبات المرض إلى شخص سليم، والعدوى التي تنتقل إلى الشخص السليم عبارة عن الأطوار المعدية لبعض الكائنات الدقيقة مثل البكتريا والفيروسات والفطريات أو الديدان الطفيلية، وقد تنتقل العدوى من الشخص المريض إلى الشخص السليم مباشرة أو بواسطة بعض الحشرات مثل الذباب والبعوض.

مسببات الأمراض المعدية:

١- البكتريا: البكتريا كائنات دقيقة وحيدة الخلية أو متعددة، حجمها يتراوح بين ٠,٥ - ١,٥ ميكرون، وهي تنتشر في البيئة المائية واليابسة والهواء وتعيش حرة أو متطفلة. والأنواع الضارة للبكتريا هي المتطفلة التي تسبب العديد من الأمراض مثل السعال الديكي والحمى المخية الشوكية والالتهاب الرئوي والزهري والسيلان.

٢- الفيروسات:

الفيروسات عبارة عن جزيئات أو دقائق تنتشر في كل مكان، وهي لا تستطيع ممارسة النشاطات الحيوية أو التكاثر إلا داخل خلايا حية مما يجعلها طفيليات إجبارية ولا تستطيع الفيروسات الحياة خارج الخلايا الحية. وتسبب الفيروسات

سبيح من مرسى مرسى، مثل سبل الا صفا واجدري واحصنه والافلونا
والنكاف والأيذر.

الفطريات:

الفطريات كائنات تتغذى عن طريق امتصاص الغذاء من البقايا والأجسام الميتة أو الكائنات التي تتغذى عليها. ويتباين حجم الفطريات من كائنات مجهرية إلى كائنات يمكن رؤيتها بالعين المجردة. وتنتشر الفطريات في معظم البيئات المعيشية على الأرض، وخاصة الرطبة، وبعض الفطريات تسبب أمراضاً للإنسان، فبعضها يصيب السطح الخارجي للجسم وتبقى الإصابة محدودة في الجلد أو الشعر أو الأظافر، والبعض الآخر يستطيع أن يصل إلى أعضاء الجسم الداخلية.

ومن أمثلة الأمراض الفطرية : القوباء (التينيا) والقروح الجلدية الفطرية.

بـ الطفيليات الأولية:

بعض الكائنات الأولية، التي يتكون جسمها من خلية واحدة، تعيش متطفلة وتسبب عدة أمراض للإنسان مثل مرض الدوسنتاريا الأميبية ومرض الملاريا.

٥- الديان الطفيلية:

يوجد عدد من الديدان تعيش متطفلة على الإنسان وتسبب له عدة أمراض مثل ديدان البلهارسيا التي تسبب مرض البلهارسيا والدودة الشريطية "تينيا ساجيناتا". وديدان الإسكارس وديدان الإنكليستوما والديدان الدبوسية وهذه الديدان تتغذى على الغذاء المهضوم الموجود في القناة الهضمية وتسبب الأمراض للجهاز الهضمي للإنسان.

٦- طفيليات من المفصليات والحشرات:

مثل طفيل مرض الجرب والقمل الذي يتغذى على دم الإنسان.

طرق العدوى بالأمراض المعدية:

تتقل العدوى بالأمراض المعدية بطريقتين هما العدوى المباشرة وغير المباشرة.

١- العدوى المباشرة:

العدوى المباشرة تنتقل من الشخص المصاب إلى الشخص السليم مباشرة بدون وجود وسيط بينهما، حيث تنتقل الأطوار المعدية إما عن طريق التنفس والرذاذ أو عن طريق الملامسة، كما يلي:-

أ- التنفس أو الرذاذ: تنتشر الأطوار المعدية في هواء الزفير الذي يخرج من المريض أو الرذاذ المتطاير أثناء عطس المريض أو سعاله، كما يحدث في أمراض الجهاز التنفسي مثل مرض التهاب الرئوى والسعال الديكى والزكام والأنفلونزا وكذلك مرض شلل الأطفال والحصبة والجدرى والحمى الشوكية.

ب- الملامسة: تنتقل العدوى من الشخص المريض إلى الشخص السليم عن طريق الملامسة عندما يلمس الشخص السليم جسم المريض أو يلمس المناطق المصابة للمريض، ومن أمثلة الأمراض التى تنتقل بالملامسة، مرض الزهري والسيلان والجدرى والجرب.

٢- العدوى غير المباشرة:

تحدث العدوى غير المباشرة عن طريق وسيط حى أو غير حى ينقل الطور المعدى من الشخص المريض إلى الشخص السليم، كما يلي:-

أ) الوسيط غير الحى: مثل الطعام والشراب والمياه الملوثة. ومن أمثلة الأمراض التى تنتقل عن طريق الطعام والشراب الملوث: مرض الدوسنتاريا الأميبية والباسيلية والتيفود والكوليرا والديدان الشريطية على سبيل المثال. أما مرض البلهارسيا فينتقل عن طريق المياه الملوثة بالأطوار المعدية لديدان البلهارسيا.

ب) الوسيط الحى: مثل البعوض والذباب والقمل. فالبعوض ينقل مرض الملاريا والذباب ينقل الميكروبات بواسطة أجنحته وأرجله أو جسمه، كما يحدث في أمراض الكوليرا والدوسنتاريا، أما القمل فينقل مرض التيفوس.

مخارج العدوى:

تخرج الأطوار المعدية من الشخص المريض كما يلي:

تنتقل ميكروبات المرض عن طريق هواء الزفير أو الرذاذ المتطاير من المريض أثناء الكلام أو العطس أو السعال. ومن الأمراض التي تنتقل عن طريق الجهاز التنفسي: مرض الدرن، الأنفلونزا، السعال الديكي، الحصبة، الدفتريا.

٢- الجهاز الهضمي:

تخرج الأطوار المعدية لبعض الطفيليات وكذلك البويضات التي تنتقل العدوى عن طريق براز المريض الذي يخرج من فتحة الشرج. ومن أمثلة الأمراض التي تنتقل عن طريق التلوث من براز المريض: مرض الكوليرا والتيفود والبلهارسيا والإسكارس والإنكليستوما والدودة الشريطية والدوستاريا الأميبية.

٣- الجهاز البولي:

تخرج بويضات بلهارسيا المجارى البولية إلى خارج جسم المريض في البول، ثم تتحول إلى الأطوار المعدية في المياه العذبة.

٤- الجلد:

يُعتبر الجلد إحدى الطرق التي تخرج منها الميكروبات من جسم المريض، كما في حالة مرض السيلان والزهري، حيث تخرج من الجلد إفرازات صديدية أو قروح أو بثور تحمل جراثيم المرض وتكون مصدر عدوى للشخص السليم.

مداخل العدوى:

يمكن أن يصاب الشخص السليم بالعدوى من الطرق التالية:

١- الجهاز التنفسي:

تدخل العدوى في حالة أمراض الأنفلونزا والسل الرئوي والدفتريا والحصبة على سبيل المثال عن طريق الأنف أو الفم.

٢- الجهاز الهضمي:

يعتبر الفم الطريق الذي يدخل فيه الطعام والشراب والماء الملوث بالأطوار المعدية أو البويضات أو الجراثيم التي تسبب العديد من الأمراض، على سبيل المثال مرض الدوسنتاريا الأميبية والكوليرا.

٣- الجلد:

يعتبر الجلد إحدى الطرق التي تدخل منها العدوى إلى الشخص السليم، كما في حالة مرض الملاريا عندما تحقن أنثى بعوضة الأنوفليس جلد الشخص السليم فيدخل مع لعابها الأطوار المعدية لطيفلي الملاريا، وكذلك الطور المعدى لديدان الإنكليستوما الذي يدخل الجسم عن طريق الجلد، كما أن مرض الزهري ومرض السيلان والأمراض الجلدية الأخرى تنتقل إلى الشخص السليم عندما يلمس الشخص السليم جلد المريض. وفيما يلي أمثلة للأمراض المعدية:

أ- الأمراض البكتيرية

١- الكوليرا:

مرض الكوليرا هو أحد الأمراض المعدية البكتيرية التي تصيب الإنسان عندما يتناول الطعام أو الشراب الملوث بميكروب الكوليرا وهو نوع من بكتيريا تسمى ضمة الكوليرا وتظهر تحت الميكروسكوب على شكل حرف "و".
أعراض المرض:

قيء وعطش - مغض وإسهال حاد يشبه ماء الأرز، ونتيجة للقيء والإسهال يفقد الجسم كمية كبيرة من السوائل مما يؤدي إلى الهزال والضعف ثم الإغماء والوفاة في الحالات الشديدة.

الامراض التي يسببها التدخين

يسبب الدخان للإنسان سواء كان مدخناً أو غير مدخن، أمراضاً خطيرة كثيرة قد لا يراها أو يحسها في الحال مباشرة أثر سيجارة أو أكثر فيقول ها أناذا أدخن ولم يصيبني شيء مما تقولون، لكن أثارها تظهر عليه أو على من يجلس حوله بعد حين فلا يظن أن ذلك سببه التدخين، ولكن الأطباء يعرفون ذلك جيداً، وما قاله المختصون قليل من كثير مما سوف نذكره في هذه العجالة المختصرة، فليس من اختصاصنا الغوص في أعماق أسباب الأمراض وسرد التفاصيل، فذلك له أهله المختصون، وإنما نحن هنا ناصحون مرشدون، نحذر من الخطر قبل وقوعه.

تصلب الشرايين في الجسم

يسبب التدخين تصلب الشرايين التي تزود العضلة القلبية بالدم مؤدياً إلى انسدادها، وبالتالي حدوث الذبحة الصدرية، والجلطة القلبية، حيث أن الأخيرة تحمل العديد من المضاعفات الخطيرة لحصول الوفاة السريعة، نتيجة لعجز القلب أو عدم انتظام دقاته، أو انفجاره ويقول أطباء أمراض القلب، إن تأثير السجائر على القلب يرجع إلى مادتين هما (النيكوتين - وأول أكسيد الكربون) كما أن تصلب قد يصيب الشريان المغذي للساق مؤدياً إلى حدوث (الفرغرينة) وهي موات الساق، حيث يستوجب بتر الساق المصابة، وقد وجد أن ٩٥٪ من مرضى شرايين الساق هم من المدخنين وأن ٥٪ فقط هم من غير المدخنين، ولا شك أن خطورة الإصابة تتضاعف بالنسبة لمرضى السكر المدخن.

سرطان الرئة

يقول الدكتور حسين محمود : ثبت بشكل قاطع أنه كلما زادت كمية السجائر المتناولة يومياً كلما زاد خطر الإصابة بسرطان الرئة، ومن الجدير بالذكر أن سرطان الرئة

الصحة واللياقة

د/ عبد الحكيم بن جواد المطر

يعتبر من أحدث السرطانات التي تصيب الجسم، وهناك إحصائية أثبتت، أن الشخص الذي يتناول عشرين سيجارة يومياً، معرض للإصابة بسرطان الرئة خلال العشرين سنة المقبلة من حياته، هذا ولقد توضحت علاقة التدخين بسرطان الرئة مؤخراً، حيث كانت نسبة إصابة الذكور بالمرض سابقاً أكثر منها في النساء في الفترة الأخيرة، خصوصاً في المجتمع الأوروبي.

وذكر تقرير لكلية الأطباء الملكية بلندن المكون من (١٥٠) مائة وخمسين صفحة عن أضرار التدخين أن من بين الأسباب الرئيسية لحدوث الوفاة بين المدخنين الإصابة بسرطان الرئة، وحذرت الكلية من أنه إذا استمر الحال علي ما هو عليه، فإن أكثر من (١٥٥٠٠٠) مائة وخمسة وخمسين ألف بريطاني سيموتون سنوياً بسرطان الرئة، وأكدت أن (٩٠٪) تسعين في المائة من حالات الوفاة بسرطان الرئة تحدث نتيجة التدخين، وأن مدخني السجائر أكثر عرضة للوفاة في الأعمار المتوسطة بنسبة الضعف من غير المدخنين، كما أن شخصين من كل خمسة مدخنين يموتون قبل أن يبلغوا الخمسة والستين من أعمارهم.

قال الدكتور (ايفرتزجراهام) الرائد في الجراحة الصدرية بدراسة عن (٦٨٤) إصابة سرطان رئوي، وجد فيها من بعده تلميذه اللامع (ارنست وندر) أن (٩٤، ١) في المائة من المرضى الذكور المصابين بسرطان الرئة كانوا من مدخني السجائر.

إذا علمنا تأثير التدخين على الرئة بمثل ما ذكره المختصون فإن التدخين يحدث أمراضاً أخرى في الجهاز التنفسي غير الرئة منها :

١ - سرطان الحنجرة
٢ - التهاب الشعب المزمن.

اذ يعد التدخين من أهم أسباب زيادة أمراض الجهاز التنفسي بأكمله، ومرجع ذلك أن المواد السامة الموجودة في دخان السجائر تدخل إلى الجسم عبر الأنف ثم البلعوم فالحنجرة فالقصبة الهوائية فالشعب الهوائية، فالحوصلات الهوائية ومنها إلى الدم الذي يوزع هذه السموم على بقية أجزاء الجسم.

تأثير التدخين على المرأة

يؤثر التدخين على الأم الحامل، حيث قد يؤدي إلى حصول الإجهاض خصوصاً

في الأشهر الأولى من الحمل كما لوحظ أن وليد الأم الحامل المدخنة أقل وزناً من الوزن الطبيعي بما يتراوح بين (١٥ - ٢٤) جراماً، والولد الصغير الحجم لا يقوى على مقاومة الأمراض.

وجاء في جريدة الوطن يوم ١٤/١١/١٩٩٢ تحت عنوان (التدخين يضعف خصوبة النساء) وفي دراسة نشرت في مجلة (الانسيت الطبية) البريطانية أن التدخين له تأثير ضار ومباشر علي فرص حمل المرأة، كما أنه قد يكون سبباً في الإصابة بالعقم، وقالت الدراسة يجب أن ننصح المرأة العاقر بالتوقف عن التدخين أو على الأقل التقليل منه ونفس النصيحة تنطبق على الأزواج حيث أن للتدخين نفس الآثار.

وقام باحثون في قسم الولادة وأمراض النساء في جامعة (برستول) بانجلترا بدراسة مادة الكوتينين وهي مادة ناتجة عن النيكوتين وذلك على (٤٥) خمسة وأربعين سيدة عاقر تجرى لهن عمليات تلقيح صناعي باستخدام الأنابيب ويعتقد أن مادة الكوتينين تؤثر على بعض الهرمونات مثل هرمون (الأتروجين)، وهو ضروري لعملية الحمل.

التدخين والجنس

يذكر الدكتور محمد علي الباز في كتابه «التدخين وأثره على الصحة»، أن عدداً كبيراً من الأطباء مقتنع بوجود هذه الصلة، وأحدهم هو الدكتور أكتون أوكستر - وهو كبير مستشاري مستشفى مؤسسة أوكستر في ولاية «نيو اورلينز الأمريكية» وكبير دعاة الحملة الأمريكية ضد التدخين، وقبل ثماني وعشرين عاماً من توصل الجراحين الأمريكيين إلى النتيجة نفسها عبر تقريرهم العام، كان الدكتور أوكستر قد تكلم بناءً على مراقبته المرضى، عن وجود علاقة سببية بين تدخين السجائر وسرطان الرئة، وأقنعت الأدلة العيادية نفسها، بأن تدخين السجائر يمكن أن يشكل خطراً على صحة المرأة الجنسية.

وقد أجرى الفحص لعديد من المرضى، الذين كانوا يسرفون في التدخين ويعانون في نفس الوقت من ضعف النشاط الجنسي، ووجد في كثير من هذه الحالات أن هرمون الذكور «التستسترون» أقل من معدله الطبيعي، وبالتوقف عن التدخين عاد هذا الهرمون إلي مستواه الطبيعي، وتحسنت حالة المريض جنسياً، كما أن بعض هذه الحالات

كان يعاني من ضعف وقلة في عدد الحيوانات المنوية عن معدلها الطبيعي، وبالتوقف عن التدخين مدة أربعة أشهر عادت هذه الحيوانات المنوية إلى حالتها الطبيعية من حيث العدد والوفرة، ومن حيث النشاط والحركة. ويقول أن عشرات المرضى قالوا لي حرفياً أن حياتهم الجنسية تحسنت بعد توقفهم عن التدخين.

ويقول الدكتور كارل تيرن من جامعة هامبرج الألمانية الذي درس أنماط الإخصاب لدى عشرة آلاف شخص أنه لا يمكن الوصول إلى أية نتائج حاسمة في شأن التدخين وعدم الخصوبة لدى الذكور، ولكنه لاحظ اضطرابات شديدة في حركة الحيوانات المنوية لدى مجموعة من الرجال المدخنين، والمصابين بالضعف الجنسي، وعند اقلاعهم عن التدخين لفترة تتراوح ما بين ستة وعشرة أسابيع. أظهرت الفحوصات المخبرية تحسناً كبيراً في حركة الحيوانات المنوية وتمكن كثير منهم في انجاب أطفال.

ونشر الطبيب الفرنسيان «ه. سندروث وح. فاليري ماسون» دراسة حول أثر التدخين في النشاط الجنسي للرجال، فوجدوا فرقاً كبيراً بين المدخنين وغير المدخنين في المقدرة والنشاط الجنسي حيث كان غير المدخنين أقوى وأنشط جنسياً من أمثالهم من المدخنين، وكان انحدار النشاط الجنسي بين المدخنين أكثر وضوحاً في الشباب ما بين الخامسة والعشرين والاربعين من أعمارهم بالمقارنة مع نظرائهم من غير المدخنين.

أمراض أخرى

وهناك أمراض أخرى تحدث للإنسان بسبب التدخين منها ما يتعلق بالجهاز الهضمي والجهاز البولي والعصبي منها :

- ١ - سرطان الشفة.
- ٢ - سرطان الفم والبلعوم.
- ٣ - سرطان المريء.
- ٤ - سرطان البنكرياس والالتهاب المتكرر.
- ٥ - قرحة المعدة والاثنى عشر.
- ٦ - تصلب شرايين العين.

وتدل الاحصائيات على أن (٨٧) بالمائة من المصابين بهذه القرحة هم عادة من المدخنين كما يصاب المدخن بفقدان الشهية للطعام، واضطراب الغدد الهضمية، وربما

أدى إلى الاسهال المستمر أو الإمساك الشديد.

يؤثر التدخين على الجهاز البولي المكون من (الكلى - الحالبين - المثانة - قناة مجرى البول) بكثير من الأمراض من أهمها وأخطرها سرطان الكلى وأورام المثانة والتسمم البولي وقرحة المثانة. كما يؤثر التدخين على الجهاز العصبي والغدد الصماء.

ومن أهم الأمراض التي يسببها التدخين هي تصلب شرايين العين - ضمور العصب البصري - انفصال الشبكية - الماء البيضاء والماء الزرقاء - إصابة الشعيرات الدموية التي تغذي العين بالدم بالتجلط مما يؤدي إلى العمى. ويؤثر التدخين على الأسنان واللثة معاً، حيث أن المواد السامة الموجودة في التبغ تؤثر على طبقة المينا التي تغطي الأسنان فتتآكل ويحدث بها شقوق مما يتيح دخول البكتيريا والفطريات والميكروبات إلى طبقة العاج مما يسبب تسوس الأسنان وسقوطها مبكراً، ويكفي في أسنان المدخن ضرر تلك الرائحة الكريهة التي تتبعث من فمه ومن بين ملاحظته، ولا يطبق المصلي مع الجماعة رائحة المدخن إلى جانبه، ويتلهف انتهاء الصلاة ليفر من جانبه.

والتأمل للمدخن في هذه الآونة يجد أنه يعاني من أمراض ينوء بها كاهله، ويعجز هو عن صراعها بسبب ضعف المناعة لديه، فليتبقر الله في نفسه.

مشاهدات ومقابلات

* كان لي صديق اسمه (ص) يكتر من التدخين ويسرف في مضرة نفسه، فكلما رأيته نصحته بأن يرحم نفسه، ويقطع عن التدخين، فكان يضحك ويقول لو كان الدخان يضر ما رأيت بعض الأطباء يدخنون، وذات يوم فقدته فسألت عنه، فقبل لي أنه في المستشفى الأميري، فخفت قدماي لزيارته فشاهدته مسجى في السرير ومن حوله ثلاث مصفيات تدار بواسطة ماكينة تعمل بالكهرباء يتدلى منها أنبوب بالاستيكي مفروس في رثته، يسحب منها مواد سوداء إلى المصفيات الزجاجية ويعيد للرئة مواد نظيفة صحية لتنقيتها، فالعملية عبارة عن غسيل للرئة مما علق بها من ادران، فسألت ما بك، قال ليتني سمعت نصيحتك فوفرت علي نفسي كل هذه المعاناة، هذا ما فعله بي الدخان، قال لي الطبيب لو تأخرت اثنتي عشرة ساعة لكنت في عددا الموتى.

* وكان لي صديق اسمه (ج) مثل (ص) يكتر من التدخين ولا يسمع النصيحة،

يخرجه حينئذ يكون فعلاً بلا لون، ويقدر أن (٩٥) في المائة من القطران قد علق بالرئتين والمجاري الهوائية ويقدر الدكتور هيلد ينج - الذي قام بعدة تجارب، أنه في تكنيك التدخين العادي يرسب نحو نصف مجموع القطران في أنسجة المجاري الهوائية والرئتين.

ماذا في دخان السيجارة من سموم

أن الشيء المتعارف عند الناس أن دخان السيجارة يحتوي على النيكوتين والقطران ولكنه في الحقيقة يحتوي على أكثر من النيكوتين والقطران، أن النيكوتين هو السم المخدر الذي يأتي بواسطة الحريق، كما أن تغيرات القطران في التركيب تتوقف على المزيج المؤلف من التبغ، وعلى كيفية اعداد الدخان، ويذم الدخان لأنه يهيج أنسجة الرئة حتى أنه يسبب نشؤ السرطان الرئوي.

أن الدخان الناجم عن احتراق التبغ يشتمل على مواد كثيرة، منها مبيد الحشرات الذي يستعمل في أثناء زراعة التبغ يحوي عادة الزرنيخ، ودخان هذا التبغ سيكون فيه طبعاً الزرنيخ، كما أن مقدار الزرنيخ الذي في الدخان سيتغير مع كمية مبيد الحشرات المستعمل أصلاً.

وهناك ما هو قابل للتغير في مكونات دخان السيجارة، وهذا يدخل فيها عن طريق قيمة وطبيعة المواد التي يضيفها صاحب المصنع، مثل عرق السوس، واليانسون والسكر والدبس والعسل وقصب السكر، والكافور، والقرفة والزنجبيل والكونياك وزيت القرنفل والكمون، وللاحتفاظ بالرطوبة في التبغ يضعون غليسرين والبعض يستعمل (الجليكول) وهو نوع من الكحول. حتي ورق السيجارة يضيف وقوده إلى النار، ومعظم ورقها مؤلف من مواد استخرجت من الكتان، أضيف إلى هذا كربونات الكالسيوم التي تستعمل لامتلاء السيجارة، وكذلك تضاف كميات قليلة من مواد أخرى، حتى أن رماد الورقة يلتصق برماد التبغ بدلاً من أن يسقط على ملابس المدخن.

ولما كانت السيجارة تحمل إلينا في طياتها المخاطر والسموم فقد حرصت الدول المتقدمة صناعياً وحضارياً على مراقبة منتجات التبغ، وتدخل الوزراء المعنيون في صلاحية تحديد المعايير المتعلقة بتركيب ونوعية التبغ ومنتجاته، ومنع استعمال مواد غير مصرح بها في صنعه، وإصدار مراسيم حكومية تصرح باستعمال مواد معينة،

وتحديد المستويات القصوى المسموح بها من المواد المصريح باستعمالها. أما في بلدان العالم الثالث ومنها الكويت فلم نسمع عن مثل هذا الاجراء ولم نر اي فحص يجري وقائي رغم ما يصل إلى المسؤولين من بيانات وتقارير يشيب لها الرأس من هذا الوباء الفتاك. لكننا لا نعدم الامل في تنبيه المسؤولين وخاصة وزارة الصحة بالاهتمام بالموضوع وبيان ما في السجارة من سموم للناس عليهم يتنبهون.

استبيان قامت به بعض طالبات الجامعة على مجموعة من طلبة وطالبات الثانوية

ولقد قامت بعمل إستبيان فيه مجموعة من الاسئلة تتعلق بالمدخنين وكيفية بداية التدخين واسباب استمرارهم فيه، ولقد تكون هذا البحث من ١٢٠ عينة عشوائية للطلبة في المرحلة الثانوية في دولة الكويت، وعلى مدارس ثانوية ذات توزيع منتشر، أربع ثانويات هما على التوالي :- ثانوية الجاحظ - ثانوية ابن العميد - ثانوية صباح السالم - ثانوية الفحيحيل.

ولقد تمكن من الحصول على عدة نتائج :-

أولاً :- أن عدد المدخنين يمثل ٤٨٪ من عدد أفراد العينة.

وتتراوح أعمار افراد العينات من المدخنين ما بين ١٦ - ٢٣ عاماً.

وقمنا بتقسيم عينات المدخنين إلى ثلاث فئات من حيث عدد السجائر التي يدخنها (١-٥) - (٥-٢٠) - (٢٠ فما فوق) - ومن حيث الفترة الزمنية منذ بداية التدخين (سنة أو أقل) - (سنة إلى ٣ سنوات) - (ما فوق ٣ سنوات).

فترة التدخين عدد السجائر	سنة فأقل	سنة إلى ٣ سنوات	٣ سنوات فما فوق
١ - ٥	٥٪	٢٥٪	٢٥٪
٥ - ٢٠	١٢٪	٤٤٪	٤٤٪
٢٠ فما فوق	١٧,٤٪		٨٢,٦٪

د/ عبد الحكيم بن جواد المطر

أحدث النصائح والطرق للامتناع عن التدخين

د/ عبد الحكيم بن جواد المطر

الصحة واللياقة

نوع النيكوتين	نوع النيكوتين 6	نوع النيكوتين 7	نوع النيكوتين 8
1-4	97%	97%	97%
5-8	97%	97%	97%
9-12	97%	97%	97%

رسالة من طبيبك :

اغلب المدخنين يرغبون في الامتناع عن هذه العادة السيئة ويعلمون ان السجائر تهدد صحتهم وانهم مثل ساء لاولادهم يضايقون غير المدخنين بدخان التبغ ، كما يكلفهم الدخان مالا كثيرا . ولكنهم لا يعرفون كيف يمتنعون ؟

ولذلك فان لجنة مكافحة التدخين بوزارة الصحة العامة قد اعدت هذا الكتيب ستجد فيه عدة نصائح ترشدك للامتناع عن التدخين بعضها من مدخنين سابقين نجحوا في الوصول الى هذا الهدف وستجد طرقا لتسهيل عملية الامتناع عن التدخين .

والان ادرس هذا الكتيب جيدا ، انظر الى كل اقتراح بتقوي : اختر الطرق التي تناسبك شخصا وقرر اليوم انك ستمتنع عن التدخين . ربما تحتاج الى وقت اطول لتجد الطرق التي تناسبك ولكك في النهاية ستمتنع نهائيا عن التدخين .

استمر في المحاولة وعندما تنجح ستعرف ان المحاولة تستحق الجهود كثير من المدخنين امتنعوا فجأة عن التدخين وليس باقتلال الكمية رويدا او باللجوء الى برنامج او اخر ، بعضهم استبدل عادة التدخين بعادة اخرى وفيما يلي ما يلجأ اليه مدخنون سابقون فنجحوا في الامتناع . فاختر ما يناسبك منها شخصيا .

- عندما تفكر في الامتناع عن التدخين اتبع ما يلي :
سجل الاسباب التي من اجلها ترغب في الامتناع عن التدخين . واقرأها قبل النوم عشرة مرات في كل ليلة .
- قرر الامتناع بصفة نهائية عن التدخين واطرد من رأسك الهواجس عن صموبة ذلك .
- تذكر تجربتك الشخصية مع التدخين وكيف ان التدخين مضيعة للصحة والوقت مع مسؤوليتك امام اهلك واطفالك وهم يراقبونك تدخن .
- حدد يوما معيناً يناسبك تمتنع فيه عن التدخين ، مثلا يوم عيد ميلادك ، عيد زواجك - يوم اجازة - واذا كنت من المدخنين بشراهة في العمل ، فيمكنك بدا الامتناع مع بداية الاجازة السنوية ، ويجب ان يكون القرار مقدسا ولا تدع اي شيء يغير قرارك .
- ابدأ بتحضير جسمك لحالة الامتناع عن التدخين وذلك بالقيام بالرياضة الخفيفة .

دون الاسباب التي من اجلها ترغب في الامتناع عن التدخين

مشاركة الغير بمك !

- ☐ تحد صديقك انه في امكانك ان تمتنع عن التدخين في اليوم المحدد .
- ☐ اطلب من احد المدخنين من معارفك او صديقك ان يمتنع معك .

استبدل نوع الدخان الذي تستعمله :

- ☐ دخن نوعا من السجاير تعرف انها سيئة او غير مناسبة .
- ☐ دخن نوعا من السجاير ذات محتوى قليل من القطران والنيكوتين لمدة اسبوعين قبل اليوم المحدد للامتناع . وبذلك تقلل من الاعتماد الجسماني على التدخين .
- ☐ لا تدخن نوعا واحدا من السجاير كل مرة اشترى علبة من نوع مختلف بحيث لا تشتري علبتين متتاليتين من نفس النوع .

انقص عدد السجائر التي تدخنها يوميا :

- ☐ دخن نصف السجارة فقط والقي بالباقي .
- ☐ اجل موعد السجارة الاولى التي تدخنها لمدة ساعة واحدة فقط .
- ☐ قرر الا تدخن الا في الساعة الفردية (او الزوجية من ساعات النهار) .
- ☐ قرر عدد السجائر التي ستدخنها طول اليوم ولا تتجاوز العدد مهما كانت الاسباب ، وان دخنت سجارة زيادة فادفع عنها دينارا صدقة .
- ☐ انشعرت بالرغبة في التدخين فاصبر عدة دقائق تشغل نفسك خلالها بعمل او بالحديث مع احد .
- ☐ امتنع عن عادة شراء « جروس » السجاير انتظر حتى تنتهي علبة السجاير التي معك قبل شراء علبة واحدة فقط بدلا منها .
- ☐ امتنع عن حمل السجاير في جيبك في البيت او العمل . اترك السجاير في مكان تضطر للانتقال اليه كلما رغبت التدخين .

الاقلال من التدخين :

- ☐ دخن السجاير في الاوقات غير السارة فقط . واذا كنت تحب التدخين مع الاخرين فدخن وحيدا .

دخن نصف سجارة فقط :

□ غير في اسلوبك العادي في التدخين وضع السجاير في جيب مختلف واحملها بيدك الاخرى وامتنع عن الاسلوب الالى الذي تتبعه عادة كلما رغبت اشعال السيجارة وبذلك بكسر عادة التدخين .

□ اذا كنت تشعل عدة سجائر خلال اليوم بدون تفكير . حاول ان تفعل ذلك وانت تنظر لنفسك في المرآة . ربما تقرر ان هذا امر غير ضروري ! ومضحك !

□ حاول ان تعمل شيئاً يبهجك بدلا من ان تدخن .

□ اشرب عصير فواكه ينعشك ان فكرت في اشغال سيجارة .

□ غير من عاداتك في الطعام بشكل يساعدك على ابطال التدخين ، يمكنك مثلا ان تشرب كويا من الحليب . ومن المعروف ان المدخنين لا يستحسنون للسيجارة عقب شرب اللبن . ولذا يحسن ان تنهي وجبة الطعام بشيء لا تحب ان تشرب بعده السيجارة .

□ لا تنظف منافض السجاير . فذلك لا يفكرك فقط بكمية السجاير التي استهلكتها ولكن منظرها ورائحتها يقززناك من هذه العادة السيئة .

قبل الامتناع عن التدخين مباشرة :

□ دخن بشراهة غير عادية حتى تمج التدخين .

□ اجمع اعقاب السجاير جميعها في كوب كبير وضعه امامك في مكان ظاهر فيقززك منظرها .

□ جرب ان تخرج من منزلك بدون سجاير لمدة يوم واحد . وكرر التجربة .

في اليوم المحدد للامتناع عن التدخين :

□ القى بعيدا كل السجاير التي معك والكبريت والولاعة ومنافض السجاير .

□ اذهب الى طبيب الاسنان ونظف اسنانك وانظر ما اجمل اسنانك الان وقرر ان تبقينهم كذلك .

□ اكتب قائمة بالاشياء التي ترغب في اقتنائها او شرائها لاحد يهيك واحسب القيمة مقومة بعدد علب السجاير . ودع هذه النقود جانباً لشراء هذه الهدايا .

□ كن مشغولا في اليوم المحدد للامتناع عن التدخين ، اللعب رياضة — تمشي اركب دراجة او اذهب الى السينما .

□ كافئ نفسك بشراء حلوى او احتفل بالطريقة التي تحبها .

دخن السجاير في الاوقات الغير مسارة فقط .

بعد الامتناع عن التدخين مباشرة :

- ☐ في الايام الاولى بعد الامتناع عن التدخين امض أكثر وقتك في الاماكن المتنوع فيها التدخين مثل المكتبات والسينما والمحلات التجارية التي تمنع التدخين والمساجد .
- ☐ اشرب كمية كبيرة من الماء وعصير الفواكه .
- ☐ امتنع عن المكيفات التي تفكرك بالتدخين مثل القهوة .
- ☐ اذا افتقدت السيجارة من يدك فاشغل حاسة اللمس بمسبحة او قلم او سلسلة مفاتيح .
- ☐ ان رغبت شغل احاسيس الفم فاستعمل علكة او حتى سبلاكة اسنان .

امتنع عن المفريات :

- ☐ بدلا من التدخين بعد الطعام اغسل اسنانك بمعجون الاسنان والفرشاة او اذهب وتمشى .
- ☐ اذا كنت متعودا على التدخين اثناء قيادة السيارة فاركب الباص او مع صديق لا يدخن .
- ☐ امتنع عن النشاطات التي تفكرك بالتدخين وذلك بصفة مؤقتة مثل الديوانيات التي يدخن فيها اصحابها او بعض الحفلات .
- ☐ امنع التدخل في مكتبك او في البيت لخلق جو نظيف من الدخان حولك .
- ☐ ان اضطررت الى حضور حفلات او مجتمعات يدخن فيها الناس فجالس غير المدخنين من بين الحضور .
- ☐ تمحص اعلانات التدخين بنظرة ناقدة واكتشف كيف يخدع المعلنون البسطاء من الناس لترويج بضاعتهم .

مارس عادات جديدة :

- ☐ بدل عاداتك في التدخين ليصبح التدخين صعبا او غير ممكن او غير ضروري ، مارس السباحة ، الجري او الهزولة او التنس او كرة اليد وكلما رغبت في التدخين اغسل يديك بالماء .
- ☐ احفظ فمك نظيفا بتنظيف الاسنان بالفرشاة او المسواك وغسيل للفم .
- ☐ اشغل يديك بالالعاب منزلية او شغل الابرّة ، اكتب خطابات ، او بيديك اصنع ما تحب حسب هوايتك المفضلة .

ابعد كل السجائر والكبريت وما يفكرك بالتدخين

- ☐ تمدد واسترحي .
- ☐ خذ راحتك ولا ترهق نفسك .
- ☐ اعتن بمظهرك وتأنق في ملابسك .
- ☐ اشغل نفسك بنشاطاتك الهامة .
- ☐ اجعل نهارك مشوقا كثر واضف الاتارة الى رتابة اليوم .

عندما تشعر بالرغبة في التدخين :

- ☐ احتفظ بجوارك ببدايل تشغل بها حواس الفم مثل الجزر والتفاح والبطيخ والمعلقة الخ .
- ☐ خذ نفسا عميقا عشر مرات ، احتفظ في صدرك بالهواء بعد الشهيق العاشر بينما تشعل عودا من الثقاب . اخرج الهواء من صدرك ببطء لاطفاء عود الثقاب المشتعل ثم اسحق عود الثقاب في منفضة السجائر كأنها تطفئ سيجارة .
- ☐ خذ حماما او دش ان امكنك .
- ☐ تعلم الاسترخاء بسرعة وبعق وركز فكري في امر يسرك .
- ☐ اشعل شمعة او بخورا بدلا من السيجارة .
- ☐ لا تفكر ابدا ان سيجارة واحدة لا تضر ، لانك ان اشعلت سيجارة واحدة ستعود الى غيرها ثم غيرها .

تشيت النجاش

- ☐ اقم احتفالا شهريا في اليوم الذي نجحت فيه في الامتناع عن التدخين .
- ☐ سجل على لوحة المكاسب الجديدة التي اكتشفتها بعد الامتناع عن التدخين وعلق امامك اللوحة . واضف لوحة جديدة كل فترة .
- ☐ في الثلاث اشهر الاولى من الامتناع عن التدخين سجل على الرزنامة قيمة ما وفرته من نقود كانت ستضيع هباء في التدخين .
- ☐ حدد تاريخيا مستقبليا لاستعمال ما يتجمع من هذه النقود ربما احتفال او شراء شيء مفيد .

عن زيادة الوزن :

إذا كنت تخشى زيادة الوزن كنتيجة للامتناع عن التدخين فالرجاء ملاحظة ما يلي :

١ - أغاب من يمتنع عن التدخين لا يزيد وزنهم . حقيقة ان ثلث الممتنعين يزيد وزنهم ولكن ثلث يبقى بدون تغيير في الوزن وثلث ينقص وزنه بسبب الاقبال على الرياضة أو اتباع نظام معين في الاكل .

٢ - من وجهة النظر الصحية فالامتناع عن التدخين افضل للصحة بهر اهل من الزيادة الطفيفة في الوزن وإذا رغبت عدم زيادة الوزن فاتبع النصائح الآتية :

□ أبدا نظاما معينا في الاكل لانخفاض السعرات الحرارية في طعامك بينما تستعد للأفلاع عن التدخين .

□ لا تجدد موعد الامتناع عن التدخين مع اجازة يكون اغراء الطعام فيها قويا .

□ اوزن نفسك يوميا وبذلك تراقب اي تغيير .

□ استعمل الاطعمة التي لا تحدى على سعرات حرارية عالية .

□ مارس الرياضة او انضم الى معهد رياضي .

خطة الاسبوع الاربعة للامتناع عن التدخين :

عرضنا سابقا الى مقترحات يختار منها المدخن الراغب في الامتناع عن التدخين ما يناسبه منها . وفيما يلي برنامج مشهور للامتناع عن التدخين خلال ٤ اسابيع .

الاسبوع الاول :

□ سجل قائمة الاسباب التي من اجلها ترغب الامتناع واقراها يوميا .

□ غلف علبة الدخان بورقة ولف عليه رباط مطاطي .

□ كلما رغبت التدخين سجل على الورقة الساعة . ماذا كنت تفعل ؟ وما هو شعورك ؟ وما أهمية السجارة لك في هذا الوقت مع اعطاء رقم لذلك من ١ الى ٥ ثم لف الورقة ثانية على علبة الدخان .

الاسبوع الثاني :

- ☐ داوم على قراءة قائمة الاسباب واضف اليها ان امكن .
- ☐ لا تحمل معك تقابا وضع علبة السجائر في مكان بعيد عن جيبك .
- ☐ حاول ان تقلل من عدد السجائر التي تدخن يوميا ويكون الاقلال بالامتناع عن التدخين في الاوقات التي تراها الاقل اهمية . او اكثر حسب ما ترى .

الاسبوع الثالث :

- ☐ داوم على تعليمات الاسبوع الثاني .
- ☐ لا تشتتر علبة سجائر الا اذا فرغت العلبة التي معك تماما ولا تشتري ابدا « جروس » .
- ☐ غير نوع الدخان مرتين في الاسبوع . في كل مرة اشترى صنفا اقل من سابقه في كمية النيكوتين وانقطران .
- ☐ امتنع عن التدخين ٤٨ ساعة خلال هذا الاسبوع .

الاسبوع الرابع :

- ☐ امتنع عن التدخين نهائيا .
- ☐ اكثر من النشاط الجسماني .
- ☐ امتنع عن المواقف التي تشعرك فيها بحاجة شديدة الى التدخين .
- ☐ استعمل بديلا عن التدخين .
- ☐ كلما رغبت في التدخين مارس تدريب التنفس بعمق .

عندما تنجح في الامتناع نهائيا عن التدخين :

عندما تنجح في الامتناع عن التدخين نهائيا ستشعر بالرضا والارتياح الكبير لانك حققت هدفا كبيرا ، ونجحت في التحدي الصعب واثبتت قوة ارادتك وصلابة معدتك . وستشعر براحة وسعادة تفوق كل خيالك وتصوراتك قبل الامتناع . اما المكاسب الصحية الفورية والمستقبلية فلا حصر لها . ولا يشغل بالك بعض الاعراض التي تحدث بعد الامتناع مباشرة عن التدخين فانها تزول في ايام قليلة .

مع تحيات

الجمعية الكويتية لمكافحة التدخين والسرطان

ما

هي

المخدرات؟

العقاقير في قواميس اللغة، هي المواد التي يُتداوى بها، والمستخلصة من النبات أو الحيوان، وهي تشمل أي جزء من النبات أو الحيوان أو ما يُستخرج منه بشرط ألا يكون مادة كيميائية نقية.

والعقاقير جمع عقار والتعريف العلمي الأساسي للعقار أنه : مادة تؤثر بحكم طبيعتها الكيميائية في بنية الكائن الحي أو وظيفته.

وموضوع علم العقاقير يقوم على دراسة كيفية تأثير العقاقير وطبيعة الآثار التي تتركها.

والتعريف المشار إليه عن العقار يكاد يشتمل كل شيء يتلعه الناس أو يستشقونه أو يُحقنون به أو يمتصونه، بما في ذلك الأدوية والعقاقير المباحة، والعقاقير المحظورة، والمواد التي تعرف عادة بالمشروبات وغيرها.

ومعظم التعاريف المتداولة للعقاقير تتضمن بالضرورة عناصر غير تلك المتصلة بعلم العقاقير، لأن التعاريف إنما تعني الأغراض التي تستعمل المواد من أجلها أكثر من عنايتها بأي من خصائص المادة ذاتها أو

كيفية تفاعلها مع الكائن الحي ، حيث تختلف هذه الأغراض من زم إلى آخر ومن مكان إلى مكان . فالكحول كمادة يعتبر عقاراً ، وهو يُصنف في معظم دساتير الأدوية والطب تحت مسمى الكحول الايثيلي وإذا سمي مشروباً ، فإن تغير هذه التسمية لن يُغيّر من كيفية تفاعله مع الكائن الحي ، حيث سيظل الكحول الايثيلي مهبطاً للجهاز العصبي المركزي .

والعقاقير التي تسبب الإدمان تصنف (حسب تصنيف هيئة الصحة العالمية سنة ١٩٦٩ / ١٩٧٣ م) على أساس أن العقار المسبب للإدمان هو عقار ذو قابلية للتفاعل مع الكائن الحي . بحيث يؤدي ذلك التفاعل إلى الاعتماد النفسي أو العضوي أو كليهما .

فقد تستعمل هذه العقاقير لأغراض طبية أو غير طبية دون أن تؤدي إلى حدوث هذا التفاعل بالضرورة . وخواص حالة الاعتماد على العقار عند حدوثها تختلف حسب العقار المستعمل . فبعض العقاقير مثل التي يحتوي عليها الشاي والقهوة قد تؤدي إلى الاعتماد عليها بشكل عام ، ومثل هذه الحالة ليست ضارة بالتبعية في حد ذاتها : ولكن هناك من العقاقير ما يسبب التنبيه الشديد للجهاز العصبي أو الهبوط أو اختلال الإدراك ، أو الانفعال والتفكير والسلوك والوظائف الحركية والتي تنجم عنها مشاكل تضر بحالة الفرد والمجتمع الصحية .

□ المخدرات : من العقاقير ، ولفظة المخدرات تحتاج إلى إيضاح مفاهيمها من الناحية اللغوية .

فالخدر هو فقدان الإحساس الواعي أو ضعفه ، وهو عام يشمل

دا عبد الحكيم بن جواد المطر

الجسم جميعه، أو موضعي في منطقة معينة فيه، أو كلي يفقد فيه الإحساس تماماً، أو جزئي يفقد فيه بعضه، ومنه خاص ينصب على نوع واحد من الحساسية.

والخَدَرُ بوجه عام نتيجة لحالة نفسية أو عضوية.

والخَدَرُ هو الضعف والفتور يصيب البدن والأعضاء، كما يصيب الشارب قبل السكر.

ولفظ الخَدَرُ.. أصل اشتقاق المخدرات والذي يتفق في المعنى اللغوي مع الخمر.

والتخدير: هو فقد الحس بتأثير العقاقير على الجسم. وهناك عقاقير مختلفة تستعمل في التخدير الجراحي في الطب وفروعه، وإن كانت في نفس الوقت في غير استخدامها الطبي أو القانوني تؤدي إلى التخدير والادمان.

ففي العمليات الجراحية الكبرى التي تستغرق وقتاً طويلاً، تعطى عقاقير عن طريق الاستنشاق مثل الاثير، الكلوروفورم، وغاز أكسيد الأزوت.

وهناك تخدير موضعي لجزء محدود من جسم الانسان، حيث يبقى وعي الانسان طبيعياً نتيجة حقن الجزء المراد تخديره مثل النوفوكاين أو مشتقاته أو توابع الكوكائين.

وهناك تخدير «نخاعي» حيث تحقن المادة المخدرة في السائل النخاعي بالظهر وتستعمل في إحداث التخدير في عمليات البطن والأطراف السفلى.

دا عبد الحكيم بن جواد المطر

وهناك تخدير «ذيلي» لأعضاء الحوض كما في حالات أمراض النساء والولادة وعمليات الشرح حيث يحقن المخدر أسفل القناة النخاعية.

وهناك أيضاً تخدير حديث بالتبريد الإصطناعي لاضعاف حساسية الأعصاب ويستعمل في عمليات القلب والمخ والأوعية الدموية.

والمخدرات كالخمر، كلاهما يخامر العقل ويحجبه، وقد عرّف الخمر جمهور كبير من الفقهاء ومنهم الطبري الذي قال: إن الخمر هي كل شراب مسكر يخالط للعقل مغط عليه. وهذا هو الظاهر في رواية مذهب الشافعي، وقيل الخمر عصير العنب إذا اشتد وغلى، وهو مذهب أبي حنيفة (مجمع القرآن في تفسير القرآن، جـ ٢، ص: ٢٠٥).

وذكر الشوكاني أن جمهور الفقهاء يرى إطلاق لفظة الخمر على ما يؤثر تعاطيه على العقل (نيل الأوطار)، جـ ٧، ص: ٤٩).

ويستند هؤلاء الفقهاء على ما تدل عليه لفظة الخمر من الناحية اللغوية، فالخمر هو الستر. . ومنه خمار المرأة، وسميت خمر لأنها تخمر العقل وتستره أو لأنها تخامر العقل أي تخالطه (القاموس المحيط، جـ ٢، ص: ٢٣).

ولفظ الخَدْرُ. . كما سبق أن ذكرنا. . أصل اشتقاق المخدرات، وهو يتفق في المعنى اللغوي مع الخمر. . والخَدْرُ معناه أيضاً ستر يمد للجارية في ناحية البيت، وكل ما وارك من بيت ونحوه. . واختدر بمعنى استتر.

واضافة إلى ما أوضحناه من تعاريف ومفاهيم للمخدرات، نشير إلى أن الاتفاقيات الدولية لم تحدد تعريفاً واضحاً للمخدرات، وذلك

لصعوبة وضع تعريف محدد لها.

وهناك تعريفان للمخدرات أحدهما علمي والآخر قانوني:

فالتعريف العلمي للمخدرات يشير إلى أن المخدر عبارة عن مادة كيميائية تسبب النعاس والنوم أو غياب الوعي المصحوب بتسكين الألم. وكلمة مخدر هي ترجمة لكلمة «ناركوتيك» (Narcotic) والمشتقة من اللاتينية «ناركوزيس» (Narkosis) والتي تعني يُخدر أو يجعله مُخدراً.

لذلك من هذه الناحية لا تعتبر المنشطات ولا عقاقير الهلوسة مخدرة وفق التعريف العلمي، بينما يمكن اعتبار الخمر من المخدرات.

والتعريف القانوني للمخدرات يشير إلى أن هناك مجموعة من المواد تسبب الإدمان وتسمم الجهاز العصبي ويحظر تداولها أو زراعتها أو تصنيعها إلا لأغراض يحددها القانون، ولا تستعمل إلا بواسطة من يرخص له بذلك.

وللمخدرات اليوم اصطلاح قانوني بحت، فهي تشير ببساطة إلى العقاقير التي تضمنها مؤتمر The Single Convention عام ١٩٦١م وهي الأفيون والمورفين وبعض مشتقات المورفين وبدائل تلك المواد، وأوراق الكوكا، والكوكائين ومستحضرات القنب (مثل الحشيشة والماريجوانا). كل هذه المواد أعتبرت من الوجهة العلمية مخدرات في جميع أنحاء العالم سواء في الشرق أو في الغرب. وهناك اتفاق تام على أهمية وضع سياسة متشددة تجاه العقاقير، وبالإضافة إلى هذه المواد التي تم الاتفاق عليها عالمياً على أنها مخدرات فقد ترك الحق لكل دولة من الدول أن تضيف إليها ما تعده عقاقير مخدرة داخل حدودها إذا رأت أن هذه

العقاقير تؤدي أو تهدد بسوء الاستخدام . فالمنبهات المركزية والمواد الخام التي تستخدم في إنتاجها لم تكن معدودة من ضمن المخدرات إلا في عدد قليل من الدول حتى عام ١٩٦٩م ، وذلك لأنها لم تكن موضوعاً لاساءة الاستخدام إلا في أماكن محدودة جداً ، ولم يكن الشكل الواسع لادمانها قد ظهر واستشرى كما هو الآن في صورته العالمية . وفي يناير عام ١٩٦٩م أوصت لجنة المواد المخدرة التابعة للأمم المتحدة كل الدول أن تفرض رقابة صارمة على المنبهات المركزية ضمن المواد التي تُعد عالمياً مواداً مخدرة .

أما الاصطلاح الطبي للمخدرات فقد أقرت منظمة الصحة العالمية في عام ١٩٦٤م مفهوماً جديداً في مجال الادمان ، فقد كانت الحالات المتقدمة في هذا المرض تسمى «إدمان العقاقير» والحالات المعتدلة تسمى «اعتياد العقاقير» وقد شمل المفهوم الجديد وهو «الاعتماد على العقاقير» كلا من الإدمان والاعتياد .

أسباب

الإدمان على

المخدرات

أثبتت الأبحاث أن التعب الذي يسببه العمل المتواصل المفرط والاحباط من الواقع والأمراض والفقر والحزن هي في أغلب الأحوال السبب في إدمان بعض الناس للمخدرات. إلا أنها ليست الأسباب الوحيدة، فعدم الإتزان النفسي وضعف الشخصية عاملان يمكنهما الوصول بصاحبهما إلى الإدمان، وقد يكون لحب الاستطلاع ولرفقاء السوء دور كبير في هذا الموضوع.

وفي بحث للدكتور (انطوان بورو) كتب يقول إن هناك نوعين من الإدمان أحدهما ينجي عن طريق المصادفة وذلك بأن يأخذ الإنسان هذا (المنشط) مرة واحدة فيجد فيه نوعاً من الراحة أو اللذة الأمر الذي يؤدي إلى تعاطيه مرات ومرات حتى يصير إدماناً. والنوع الثاني يأتي عن طريق إصرار الفرد نفسه على تعاطي المنشطات بصورة دائمة. وعادة ما تأتي الظاهرة بنتائج سلبية تماماً فنجد مثلاً أن الطالب الذي يكثر من تعاطي المنشطات أيام المذاكرة أو الامتحانات يصاب باضطرابات عصبية وإنهيار نفسي، فبدلاً من النجاح الذي كان يرجوه ويأمله تكون النتيجة عكسية حيث لا يستطيع التركيز في الإجابة أمام لجنة الإمتحان. كذلك هناك بعض الأعمال التي تتطلب مجهوداً عضلياً أو ذهنياً كبيراً، ونجد أن

هؤلاء الذين يقومون بهذه الأعمال ويدأومون على تعاطي المنشطات في إنهيار صحي تام. وهناك بعض السيدات اللاتي يرغبن في إنقاص وزنهن يتعاطين بعض الأدوية التي من خواصها سد الشهية وتعطي قدرا من التنشيط كثيرا ما يؤدي بالجسم إلى الهزال وإلى عدة أمراض أهمها الهلوسة والقلق والعصبية.

وقد نشرت بعض الصحف في عام ١٩٨٦ م عن إنتشار حبوب (ماكسن) وذكرت أن أسباب تعاطي هذه الحبوب هو أنه في بداية الخمسينات عندما تقرر سرعة إنجاز مشروع كهربية سد أسوان وافقت الشركة الفرنسية المنفذة للمشروع على تعاطي مهندسيها لهذا العقار تحت إشراف طبي دقيق. ثم تسرب هذا العقار في غفلة عن الشركة الفرنسية إلى العمال المصريين الذين استعملوه. وعقب انتهاء المشروع عاد العمال إلى بيوتهم يحملون جرثومة المادة الخطيرة، وانتشر تعاطي (الماكس) في القاهرة والإسكندرية والصعيد وظهرت عصابات متخصصة في استيراده وترويجه من أجل الربح السريع.

وعقار الماكس كغيره من الحبوب المنبهة يغني متعاطيه عن النوم ويجعله في حالة مؤقتة من البهجة، وفور الإنقطاع عنه يصاب المتعاطي بالإكتئاب الشديد والنزعات العدوانية التي قد تدفعه للجريمة بهدف الحصول على الجرعة المنشطة.

كيف يحدث الإدمان:

لجسم الإنسان قدرة على إفراز مخدر داخلي خاص يواجه به الألم ومتطلبات الحياة وتقلباتها، وفي حال الاستعانة بمخدر خارجي من أي

دا عبد الحكيم بن جواد المطر

نوع فإن ذلك يمنع الجسم من إفراز مخدرة الخاص بعد أن اعتاد على المخدر الخارجي ، ومن هنا يتعوده الانسان وينشأ الإدمان .

وعندما يتحول الشخص إلى مدمن ويتعود جسمه تناول كميات من المخدر وتدخل هذه المادة في كيمياء وفسيولوجية جسمه فإنه يصعب عليه بعد ذلك ترك هذه المادة أو التخلي عنها ، فتحدث تغيرات وأعراض قد تكون خطيرة مما يدفع المدمن تحت الحاح جسمه لأن يقتل أو يسرق أو يبيع كل ما يملك لشراء أي كمية لتناولها . ويعود مرة أخرى يطلب المزيد ثم المزيد لأن الحاجة تزداد والجرعة التي كانت تكفيه بالأمس لا تكفيه اليوم ويحتاج في الغد إلى كميات أكبر . وهكذا تصبح المادة المخدرة بالنسبة إلى المدمن كالماء والهواء للانسان السليم .

ولكن ما هي الكمية التي تنتهي بالمتعاطي إلى الادمان؟ الجواب إن أي كمية وإن كانت صغيرة إذا تم تعاطيها لفترة فإنها تسبب الادمان .

أنواع الادمان:

— إدمان نفسي : أي تعود نفسي على عمل شيء كالتعود على السيجارة . وأعراضه الشعور بفقدان شيء أو حنين إلى شيء والرغبة في الهروب من الواقع لعدم إمكانية التكيف معه .

— إدمان فسيولوجي : وهو ناتج عن تعود أعضاء الجسم على تناول مادة معينة ، وهذا أخطر أنواع الادمان لأنه يجبر صاحبه على الحصول على المخدر دون وعي منه ولا تفكير ، والحاح جسمه في طلب المخدر قد يؤدي به إلى الانحراف .

أخطار

المخدرات

أخطار المخدرات على الأسرة:

(أ) تأثير المخدرات على الجنين :

من أجل تنشئة جيل سليم البدن صحيح النفس، نُعلِّم أفرادهم كيف يعيشون وكيف يعملون من أجل النجاح وكيف يقهرون الفشل وكيف يحاولون التوافق من جديد وكيف ينزلون عن بعض الرغبات، وكيف يرضون بالمهام الموكولة إليهم وإن أثارت في نفوسهم بعض الضيق، وكيف يُقبلون على الحياة بأمل وحماس، وكيف يدعون بعض أنانيتهم لكي يعيشوا مع الناس متحابين متعاونين، لديهم الحافز على أداء العمل بكفاءة ولديهم القدرة على حسن التعامل مع الغير لا بد أن نبدأ من القاعدة، وذلك بالكشف على الشاب والفتاة قبل الزواج ومعالجة ما قد يكون لدهما من أمراض... ثم رعاية الأم الحامل، فالمدمنات على المخدرات يلدن أطفالاً مدمنين يحتاجون إلى الرعاية المكثفة منذ اللحظة الأولى التي يرون فيها نور الدنيا. ففي دراسة للدكتور ستيفن كاندال الخبير بظاهرة الإدمان وزعتها وكالات الأنباء الأمريكية في أواخر عام ١٩٨٦ م ورد فيها أن ظاهرة الرضع المدمنين شائعة في الولايات المتحدة الأمريكية وأن الأمريكية المدمنة للكوكائين أو الهيروين على سبيل المثال تلد طفلاً به كل الجراح النفسية لأن دمه

وجهازه العصبي قد تشبعا - قبل نزوله إلى الدنيا وهو في رحم امه - بالمخدر اللعين . . ومن ثم فالرضيع يبدأ حياته مدمناً تتابعه التوبات المزاجية الحادة المصحوبة بالتقلصات والركل والصراخ لأنه في هذه الحالة يكون مثله مثل المدمن بحاجة إلى العلاج من آثار المخدر الذي تشبّع به دمه وجهازه العصبي .

وتؤكد بعض البحوث أن المدمنين على المخدرات تكون النطف المنوية لديهم ضعيفة فينجبون أطفالاً ضعاف البنية ذوي مقاومة منخفضة للأمراض وأكثر عرضة للتشوهات الخلقية .

وفي أوائل شهر يناير ١٩٨٧ م نشرت المجلة الطبية البريطانية «ودي لانسيبت» أن السيدات الحوامل اللائي يتناولن أقراصاً مهدئة خلال فترة الحمل قد ينجبن أطفالاً مشوهين ومتخلفين عقلياً، وأن أخاخ المواليد الذين تعرضوا وهم أجنة في أرحام أمهاتهم لأنواع معينة من المهدئات لا تبدوا بصورة عادية كما أنهم قد يولدون وقد بدت وجوههم مشوهة .

وذكرت هذه المجلة الطبية أنه تمت معاينة سبعة أطفال يعانون من حالات كهذه في مستشفى واحد في السويد ووجد أن ثلاثة منهم كانوا متخلفين عقلياً بينما عانى الرابع من مشاكل في الحركة وولد الخامس وهو مشلول جزئياً بينما مات الطفلان الآخران .

(ب) تأثير المخدرات على الطفل :

بعد الولادة تدخل مرحلة الطفولة وهي من المراحل الهامة لخلق جيل سليم جسدياً وعقلياً إذ أن الأم والطفل يكونان خلال الشهور

الأولى من أحيائه في وحده بيولوجيه وتيفه الصله، ويظل قدر كبير من شعور الرضيع بالطمأنينة مرتبطاً بطريقة إشباع حاجاته البيولوجية لذلك يجب ألا نؤكل أطفالنا إلى الخدمات وخاصة غير المسلمات منهم.

إن الطفل يحتاج إلى الحب والحنان، كما يحتاج إلى الطعام والنوم، ويحتاج كذلك إلى جو أسري هادئ يشعر فيه بالحب من الجميع، ولا يتحقق ذلك إلا إذا كانت العلاقة بين الوالدين يسودها التعاون والمحبة والتقدير.

إن الإضطراب في الوضع الأسري وتزلزل البناء العائلي بالشقاق الدائم بين الوالدين أو تصدع التماسك الزوجي بينهما وإنهياره يجعل الطفل يكابد في منزله ضروباً شتى من مشاعر الخوف وانعدام الأمن والقلق النفسي.

إن من العوامل الهامة التي تؤدي إلى التفكك الأسري هو إدمان المخدرات، فالمخدرات كابوس جاثم، طالما كتم أنفاس الكثيرين، وحطم الأسر، وأنعس الأمهات، وشرّد الأطفال.

إن مدمني هذه السموم موجودون في جميع الطبقات وإن من ذوي المراكز المحترمة أفراداً أصيبوا بهذا الداء الهدام فأدى ذلك إلى ارتباك أحوالهم المعيشية وفقدان الاستقرار في حياتهم وشقاء أطفالهم وأسرههم.

ومن المؤسف أن بعض هؤلاء الأشخاص مكابرون يكتمون إصابتهم بالإدمان حتى عن أقرب الناس إليهم ويتعاطون هذه السموم سراً في بعض الجلنسات الخاصة التي يعقدونها في أماكن يعتقدون أنها بعيدة عن أعين رجال الأمن. فهم يعيشون حياة خوف من أن يقبض

عليهم ويودعون السجن . . . كما أنهم بشراء هذه السموم يجرمون أسرهم من المال الذي كان من المفروض أن ينفق على الأسرة لشراء ضروريات الحياة، وبذلك يلقون العبء المالي على الزوجات لضياح أموالهم في هذه السموم .

وهكذا يعيش مدمن المخدرات كشبح ضائع بشخصية مهزوزة منصرفاً إلى شهواته ناسياً مادون ذلك، وكثيراً ما ترفض الزوجة هذه الأوضاع الشاذة فيكون جزاؤها التعذيب البدني وإهدار الكرامة من هذا الزوج الأهوج أمام صغارها البؤساء؛ فيعانون أبشع الآلام النفسية التي تعوقهم عن التقدم نحو النمو الكامل وتؤثر على صحتهم النفسية ويصابون نتيجة ذلك بأمراض الإضطراب النفسي والانحراف في السلوك .

وكثير من هؤلاء الأطفال يكونون على درجة عالية من الذكاء ولكن الخلافات الأسرية التي تحيط بهم نتيجة إدمان آبائهم للمخدرات والعجز المالي والديون التي تعاني منها الأسرة نتيجة إلحاح الإدمان على عائل الأسرة تؤدي إلى اضطراب الطفل نفسياً وإلى تأخره الدراسي رغم ذكائه المرتفع .

تأثير المخدرات على الفرد:

جاء الإسلام بمنهج كامل للحياة الانسانية، يحدد إطاراً واضحاً لشخصية الفرد وتكوين الأسرة وبناء المجتمع، فالفرد هو الخلية الأولى التي غني بها الإسلام ليكون على أساسها الأسرة الصالحة والمجتمع الراشد، ومن هنا كان للإسلام خطة واضحة في تربية الفرد جسماً وعقلاً

وروحاً، تربيته متحاملة منتج الشخصية الإسلامية الواضحة المعالم المعبرة.
عن مبادئ الإسلام وآدابه ومثله.

إن الفرد من متعاطي المخدرات يفقد توازنه الفكري ويختل تقديره
للأداء فيصبح عاجزاً عن تحمل المسؤوليات الشخصية في ضعف من
الإرادة لا يحسد عليه، ويعجز عن تأديته الصلاة والواجبات الدينية
الأخرى. وبذلك يصبح فرداً غير ضالح لبناء الأسرة الصالحة والمجتمع
الراشد.

تأثير المخدرات على المجتمع:

تؤثر المخدرات على عقل الإنسان وجسمه وتبدد ماله فلا يستطيع
الإشراف على أسرته والانفاق عليها فتنشأ بذلك أسرة مفككة وأطفال
مشردون وبذلك يخسر الوطن الأسرة والأبناء وهم عماد الوطن وجيل
المستقبل.

إن الفرد الذي يتعاطي المخدرات يصبح عديم الفائدة لوطنه فهو
لا يصلح للجيش ولا لقوات الأمن كما لا يصلح للعمل في أي من
مواقع العمل: في المزرعة أو المصنع أو المكتب أو غير ذلك.

وأنه كلما زادت ظاهرة استعمال المخدرات في أحد المجتمعات
ارتفعت معدلات الجرائم الخطيرة ويزداد بذلك ما تنفقه الدولة من مبالغ
في سبيل مكافحة المخدرات. . . ويزداد كذلك ما ينفقه متعاطو هذه
السموم من العملة الصعبة ثمناً للمخدرات التي يتعاطونها.

واجب البيت والمدرسة نحو الطالب:

لقد ذكرت أن تفكك الأسرة يؤدي إلى اضطراب الطالب نفسياً وإلى تأخره الدراسي رغم ذكائه المرتفع وأن من العوامل الهامة التي تؤدي إلى تفكك الأسرة هو إدمان رب الأسرة للمخدرات .

ولكن هناك مرحلة حساسة وهامة يمر بها الطالب في المرحلة المتوسطة وقد تمتد إلى المرحلة الثانوية وهي مرحلة المراهقة حيث تبدأ لديه تغيرات بدنية فسيولوجية وانفعالية وذهنية واجتماعية هامة في الظهور ينعكس أثرها على سلوكه إذ يستغرق في البحث والتفكير بذاته وشخصه ويتضخم إحساسه بقيمته كإنسان يرغب في التحرر من الاعتماد على أسرته لإظهار ما لديه من قدرات في الإبداع والتعبير عن الذات وأن يكون ذا قيمة أمام الآخرين .

فإذا لم يساهم البيت في تهدئة مشاعر القلق التي تتأجج في نفس المراهق نتيجة التغيرات البدنية السريعة التي تحدث أثناء المراهقة وإذا لم تساهم المدرسة بتشجيع الجوانب المختلفة لديه وإعطائه فرصاً للافصح عن نفسه وتنمية شخصيته عن طريق التعبير الأدبي أو الفني أو النشاط الرياضي أو الاجتماعي وإذا لم يلق تشجيعاً من البيت والمدرسة للتحدث عن مشكلاته إما على نحو فردي أو في حلقات مناقشة جماعية ومحاولة فهم الإنفعالات التي تقف في نفسه وتوجيهه فيما يعرض من مشكلات دون نقد صارم فإن هذه الطاقة إذا تركت بدون توجيه قد تدفع بالمراهق إلى شتى ضروب الانحراف الهدام مع رفاق السوء، وتثير في نفسه الشعور بالخطيئة أو تزيد ما فيها من هذا الشعور ضراماً . . كما أن عبارة

ر يسون فيها الفصل بين رعبه المراهق في الحياة
وإندفاعه نحو الموت .

لذلك فإن دقائق قليلة من الانصات المستغرق المستشير من قبل
البيت أو المدرسة قد تجنب المراهق أزمة نفسية تأخذ من وقته وجهده
الكثير .

وانحراف المراهق في هذه المرحلة يعتمد على الرفاق الذين يختارهم
فقد يكونون من مُدخني التبغ ، أو متعاطي الخمر أو المخدرات أو حتى
من محترفي الإجرام .

فقدان السلطة الضابطة في البيت والمدرسة:

إن ترك الحبل على الغارب للطفل في المنزل لانشغال الوالدين
وتركه أيضاً في المدرسة أحياناً لإزدحام الفصول وعجز المدرس أو الموجه
التربوي عن الإشراف على الجميع يؤدي إلى شعور الطفل بالحيرة والقلق
والضياع ، فالطبيعة البشرية لا بد لها من ضابط خصوصاً في مرحلة
الطفولة المحتاجة دائماً إلى مرشد وموجه يميز لها الصالح والطيب من
الخبث ، والمناسب من غير المناسب .

وأحياناً يؤدي فقدان السلطة الضابطة على الطفل إلى تصرفات
توحي بالرغبة النظرية في هذا التوجيه كالمشاكسة والإهمال ، وقد يزداد
ذلك الشعور عنده لدرجة أنه يستعذب العذاب ، ولكن ليس معنى هذا
أن يلجأ الآباء أو المعلمون إلى عقاب الأبناء وتعذيبهم ، وإنما المقصود هو
أن نمارس وظيفتنا كموجهين ومرشدين وممثلين للسلطة الضابطة في
توجيه تلاميذنا وأبنائنا . ويتم ذلك بأن نقضي معهم فترات كافية من

الوقت ننافس فيها مشكلاتهم ونعمل على حلها.

لقد دعا نبي الرحمة صلى الله عليه وسلم : إلى تأديب الأطفال وغرس الأخلاق الكريمة في نفوسهم وتعويدهم حسن السمع والتحلي بالصدق والأمانة واحترام الكبير، فقال صلى الله عليه وسلم « ليس من أمتي من لم يحل كبيرنا ويرحم صغيرنا ويعرف لعالمنا حقه ».

الطفل أمانة عند أبويه وهو معدن نفيس خال من كل نقش وصورة، وقلبه الطاهر النظيف قابل لما يلقي إليه من خير أو شر، وقد قال صلى الله عليه وسلم : « كل مولود يولد على الفطرة فأبواه يهودانه أو ينصرانه أو يمجسانه » فإن أبويه يستطيعان - بتوفيق الله لهما - العمل على حسن تربية الطفل عن طريق القدوة الحسنة أولاً، ثم تلقينه الآداب الفاضلة والعمل على غرس الخصال الكريمة في نفسه، وطبعه على الصفات الحميدة، وتقوية صلته بالله عن طريق حفظ القرآن وممارسة العبادة والتحلي بالأخلاق الفاضلة، ولهذا فإن المرحلة الأولى من مراحل الطفل هي أهم مرحلة في تربية الطفل جسمياً وخلقياً، وفي تعويده أحسن العادات وأكرم الأخلاق. كما ينبغي أن يُجعلَ الطفل في هذه المرحلة في بيئة حسنة بحيث يحاط في البيت والمدرسة بمن يكونوا خير قدوة له في القول والعمل، فالطفل يحاكي أستاذه وزملاءه قصداً ومن غير قصد فيما يقولون وما يفعلون ويأمنس بما يأنسون. وقد ثبت في علم النفس أن الطفل بطبيعته يحاكي ما يحدث في المجتمع الذي يحيط به حسناً كان أو قبيحاً، فهو يحاكي من يعيشون معه أو يتصلون به. ولهذا يجب أن يكون المُقلِّد قدوة طيبة ونموذجاً حسناً، حتى لا يترك أثراً سيئاً في نفس الطفل المُقلِّد. والطفل يرى الشيء يُفعل أمامه فيحاكيه ويكرره

حتى يصير عادة له .

ومن المسلم به أن التربية الخلقية هي روح التربية الإسلامية وأن الوصول إلى الخلق الكامل هو الغرض الحقيقي من التربية، وعنايتنا بالتربية الخلقية لا يغني أبداً إهمال الجوانب الأخرى فلا بد من العناية بكل ما يتصل بالطفل إذ أنه بحاجة إلى قوة في الجسم والعقل والعلم وتربية الخلق والوجدان والإرادة والشخصية، وقد اتفق علماء التربية الإسلامية على أنه ليس الغرض من التربية والتعليم حشو أذهان المتعلمين بالمعلومات وتعليمهم من المواد الدراسية ما لم يعلموا، بل الغرض أن نهذب أخلاقهم ونربي أرواحهم ونبت فيهم الفضيلة ونعودهم الآداب السامية ونعدهم لحياة كلها إخلاص وطهارة .

فيجب أن يخوف الصبي من السرقة وأكل الحرام، ومن الخيانة والكذب والفحش، ومن أضرار التدخين والمخدرات وكل ما يغلب على الصبيان، فإن الصبي بجوهره خلق قابلاً للخير والشر جميعاً وإنما أبواه يميلان به إلى أحد الجانبين فإن عوداه على الخير وعلماه إياه نشأ عليه وسعد في الدنيا والآخرة وشاركه في ثوابه أبواه، وإن عوداه الشر وأهمل إهمال البهائم شقي وهلك وكان الوزر في رقبة أبويه .

رجاء:

أود هنا أن أرجو اخواني الشباب أن يتبعدوا عن المخدرات ولا يجالسوا متعاطيها، كما أذكركم بقول الله تعالى :

﴿ وَلَتَكُنْ مِنْكُمْ أُمَّةٌ يَدْعُونَ إِلَى الْخَيْرِ وَيَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَيَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ ۚ وَأُولَٰئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ ﴾

[سورة آل عمران - آية : ١٠٤]

فإن كان أحد زملائهم قد ابتلي بتعاطي المخدرات فإن عليهم أن ينصحوه ويرشدوه إلى الخير ويحاولوا أن يقوموه ما استطاعوا إلى ذلك سبيلاً ، فإن هداه الله وقاب فإن عليه أن يبلغ إدارة مكافحة المخدرات في المدينة التي يُقيم فيها عن الشخص الذي أساء إليه وحاول تدمير عقله وجسمه حتى توقف ضرره عن الآخرين وهذا واجب إسلامي ووطني ، وتوجد إدارة لمكافحة المخدرات في كل مدينة رئيسية في المملكة وعنوانها معروف لدى إدارة البريد إذا أراد أن يرسل رسالة بذلك ورقم هاتفها معروف ، لدى إستماعات الهاتف إذا كان يريد الاتصال هاتفياً بهم ، وعليه في كلتا الحالتين أن يذكر معلومات وافية ويضع رقم هاتفه أو عنوانه حتى إذا احتاجت الجهة المختصة إلى مزيد من المعلومات اتصلت به . . . وإن الجهة المختصة تكافيء من يُدلي بمعلومات تُساعد في القبض على مُروجي هذه السموم .

وقد خصصت الادارة العامة لمكافحة المخدرات الهاتف رقم ٩٩٥ في كافة أنحاء المملكة لتلقي البلاغات عن مهربي ومروجي ومتعاطي المخدرات وذلك على مدار ٢٤ ساعة .

وإذا لم يهد الله هذا المتعاطي للسموم المخدرة أو أخذ يكابر ويصرّ على الاستمرار في طريق الضلال فإن على زملائه أن ينقلوه إلى مستشفيات الأمل فإن امتنع كان عليهم أن يبلغوا عنه إدارة مكافحة المخدرات فهي وإن كانت تعاقبه على فعله فإنها تساعده أيضاً على التخلص من هذا الداء اللعين وتستدل عن طريقه على مروجي هذه السموم لتحمي الآخرين منهم وبذلك ينقذون زميلهم وينقذون أبناء وطنهم من هذا الرعب .

كما اود هنا ان ارجو ايضا من ابتلوا بتعاطي هذه السموم ، وقد طال اتعاسهم لأنفسهم وأسرههم أن يواجهوا الأمر بشجاعة وإيمان بالله وأن يستعينوا بالطب فوراً ، فالدولة لا تعاقب المدمن الذي يسعى نحو العلاج والصلاح بل تشجعه وتقدر ظروفه ، وقد أوردت في هذا الكتاب معلومات عن مستشفيات الأمل ومراكز علاج الإدمان في المستشفيات النفسية والعامة ، وتأكد يا أخي الشاب أن بمقدورك تلقي العلاج والنصح الطبي بيسر الآن مع المحافظة على أسرارك ومكانتك الاجتماعية فسارع إلى ذلك وانج بنفسك تعيش حياة مستقرة آمنة ، ولا تحجل من ذلك فإن من يتوب عن تعاطي المخدرات ويذهب للعلاج له الحق أن يفخر ويعتز بذلك ، ان كثيراً من الشخصيات الاجتماعية ذهبوا إلى المصحات للعلاج من الإدمان وهم مسرورون بأن نجاهم الله من هذا الداء ، وقد نصحتُ شاباً بأن يذهب إلى مستشفى الأمراض النفسية بالطائف للعلاج من الإدمان فذهب طائعاً بنفسه وتلقى العلاج هناك لمدة ثلاثة أسابيع وخرج بعدها مسروراً وقَبِلَ رأسي شكراً على هذه النصيحة وقال إن الله أراد أن يُخلصني من هذا الداء على يديك وأضاف إن أحداً لم يُضايقني هناك أبداً وكُنْتُ محل إحترام وتقدير الجميع هناك لإقدامي على العلاج .

وتذكر أخي الشاب ان إصرارك على الإستمرار في تعاطي هذه السموم سوف يزيد من تعاستك ويضاعف من مشاكلك الاجتماعية . . ولن تغفل من يد العدالة إلى الأبد فلا بد في يوم من الأيام أن تقبض عليك أجهزة الأمن وتودع السجن وبذلك تُسيء إلى نفسك وأسرتك وسيخجل إخوانك أو أولادك أن يقولوا أن أخاهم أو أباهم في السجن

لأنه مُدْمِن مخدرات ويُسِّت هذه التهمة .

لذلك أكرر رجائي أن تذهب إلى أقرب مستشفى من مستشفيات الأمل برباطة جأش وقوة عزيمة وتوكل على الله وتشرع في العلاج وأسأل الله أن يوفق إخواني الشباب الذين ابتلوا بذلك إلى هذا الطريق السليم .

نصيحة :

أخي الشاب :

قال الله تعالى : ﴿ إِنَّا عَرَضْنَا الْأَمَانَةَ عَلَى السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَالْجِبَالِ

فَأَبَيْنَ أَنْ يَحْمِلْنَهَا وَأَشْفَقْنَ مِنْهَا وَحَمَلَهَا الْإِنْسَانُ إِنَّهُ كَانَ ظَلُومًا جَهُولًا ﴾

[سورة الأحزاب - آية ٧٢]

فالإنسان هو المخلوق الوحيد الذي حمَّله الله الأمانة بإعطائه حرية الاختيار دون المخلوقات الأخرى التي تسير على الفطرة التي فطرها الله عليها ولا تملك الخروج عنها ولا مخالفتها . . فلو أن الشمس اقتربت من الأرض لاحتقرت الأرض ولو ابتعدت عنها لأظلمت لذلك ليس لها حرية الاختيار .

وقال تعالى :

﴿ وَهَدَيْنَاهُ النَّجْدَيْنِ ﴾

[سورة البلد - آية ١٠] .

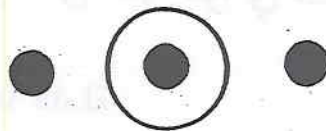
أي أن الله بفتح للإنسان طريقين : طريق الجنة وطريق النار وأعطاه عقلاً يميز بينهما وإرادة يختار بها أحدهما وأعطاه أيضاً جوارح توصله إلى ما اختار . فالإنسان العاقل هو الذي يختار الطريق التي توصله إلى الجنة

رئيسه من س ما يمن ان يؤدي به إلى طريق السار ودلت بإبباع ما امر به الله واجتناب ما نهى عنه.

وقد نهانا الله سبحانه وتعالى عن تعاطي المخدرات وقد بينت ذلك في مطلع هذا الكتاب تحت عنوان « حكم تعاطي المخدرات » فمن يقدم على تعاطيها فقد عصى الله وسلك طريق النار وسيلقى العذاب في الدنيا والآخرة.

وأريد هنا أن أنبه أولياء الأمور لمراقبة أولادهم وأذكرهم أيضاً بقول رسول الله صلى الله عليه وسلم: « كلكم راع وكلكم مسئول عن رعيته » . لكي لا تشغلهم أمور الدنيا عن ذلك لأن الله سبحانه وتعالى سيحاسبهم إن هم قصرُوا في تربية أولادهم التربية الدينية السليمة ومراقبتهم وتوجيههم إلى طريق الجنة وتقويمهم إن هم انحرفوا عنها . وأحذر الشباب من المخدرات وأضرارها وأسأل الله سبحانه وتعالى أن يهديهم إلى اختيار الجنة ويُبْعِدَهم عن طريق النار وما يؤدي إليها من الأفعال والأفعال.

وأسأل الله أن يحمي بلادنا العزيزة من هذه الشرور ويُنْجِبَ شبابنا من الإنزلاق في المتهاتات التي تؤدي إلى فساد عقيدتهم ومرض عقولهم وجسمهم والإضرار بأبناء وطنهم.



قصص

المعبرة

ولتعرف عزيزي الشاب مدى خطورة الحبوب والمواد المخدرة ومدى تأثيرها في العقل والفكر إليك هذه القصص:

١ - إن طالباً ممن يتعاطون الحبوب المخدرة قتل زميله في بيته ثم خرج راكضاً يصرخ لقد قتلت الوحش لقد مات التنين، ثم ألقي بنفسه إلى النهر فراراً منه وقد أنقذ في آخر لحظة.

٢ - شاب أنقذ من تحت عجلات القطار قال: بعد أن تناولت هذه الحبوب أصبحت شخصين يتحدث كل واحد منهما إلى الآخر، وقد قذفني تحت عجلات القطار نصفي الثاني.

٣ - سيدة ألقت بطفلها الرضيعة إلى الأرض تحت تأثير هذه الحبوب ولما سُئِلت فيما بعد عن سبب تصرفها هذا أجابت بأنها ظنت أن طفلها انقلبت إلى قطة تمتص ثديها.

وقد أجرت المجلة الطبية السعودية التي تصدرها إدارة العلاقات العامة بوزارة الصحة في عددها رقم ٥٨ الصادر في شهر جمادي الأولى ١٤٠٧ هـ لقاء مع ثلاثة شباب ممن عولجوا في مستشفيات الأمل،

ولأهمية هذه اللقاءات فإني أوردتها كاملة:

علاج

الإدمان

- الدولة لا تعاقب المدمن الذي يسعى نحو العلاج بل تشجعه وتقدر ظروفه.
- يمنح مرضى الإدمان خلال فترة العلاج الضمانات التي تحميهم من التبعات وتكفل لهم عدم خدش كرامتهم وتكتم أسرارهم محافظة على مراكزهم الاجتماعية.
- الرغبة الصادقة في العودة إلى الطريق السوي والعلاج الطبي والنفسي كل ذلك كفيل بالشفاء بإذن الله من هذا الوباء الخطير.
- وضعت وزارة الصحة بالمملكة العربية السعودية ثلاثة برامج رئيسية لعلاج المدمنين على المخدرات وهي :

أولاً: البرامج العلاجية:

وتشتمل على العلاج اللازم للفرد المدمن في أثناء إيقاف المواد المستعملة وآثار الانسحاب التي تمثل خطراً على جسمه وعقله وذلك تحت إشراف فريق علاجي مكون من أخصائي أمراض نفسية وأخصائي أمراض باطنية وفريق تمرير نفسي وباطني، ويتم العلاج داخل المستشفى. وبعد أن يتماثل المدمن للشفاء يبدأ العلاج النفسي من

قبل فريق علاج مكون من أخصائي أمراض نفسية وباحث إجتماعي وفريق تمريض نفسي وفيه يتم مناقشة المدمن عن مشاكله العامة والخاصة التي قد تؤدي إلى عودته لتعاطي المخدرات ثم يقومون بتقوية الوازع الديني لديه وإفهامه أن تعاطي المخدرات يضره ويضر غيره وأن تعاطيها يترتب عليه إفساد لعقيدته التي تحدد مصيره في اليوم الآخر الذي يؤمن به ويعمل للمحافظة على هذا الإيمان وأن يكون عمله موافقاً لحسن الحساب الذي ينتظره وتذكيره بما جاء في القرآن الكريم والسنة النبوية الشريفة من تحريم لتعاطي المخدرات وأنها تلهي عن الصلاة وعن ذكر الله . . . وتجعل الإنسان العوبة في يد الشيطان يضحك عليه الناس وهم يرونه كالحیوان الأعجم عندما يفقد عقله وهو أغلى جوهرة أنعم الله بها على الإنسان ، وماذا يكون بعد العقل إلا الضياع والخبال .

ثانياً: البرامج الوقائية:

وتتركز حول متابعة الفرد الذي كان واقعاً في هذه المشكلة وتم علاجه حتى لا يقع مرة أخرى ويعود لإدمان عقار آخر أو العقار نفسه أو الشراب ويتم ذلك بتوصية أهله وذويه بواسطة الأخصائي الإجتماعي أن يراقبوه من بعد وأن يصرفوه عن الأماكن المشبوهة وأن يبلغوا المستشفى في حالة عودته للإدمان .

ثالثاً: البرامج التأهيلية:

وذلك بمحاولة إيجاد مصادر رزق لمن كان موظفاً أو عاملاً وفقد وظيفته أو عمله نتيجة لتغيبه عن العمل بسبب الإدمان حتى لا يتحول إلى طاقة معطلة وعالة على المجتمع وذلك يفقده الثقة في نفسه .

مستشفيات الأمل

ومراكز علاج الإدمان

في المستشفيات النفسية

١ - مراكز علاج الإدمان :

يُراجع المدمن مراكز علاج الإدمان على المخدرات في المستشفيات النفسية كأى مريض عادى فإذا رأى الطبيب المختص أن بالإمكان علاجه عن طريق العيادات الخارجية أجرى له الفحص المعتاد وأعطاه العلاج اللازم كما يعطيه مواعيداً للمراجعة من أجل متابعة الإشراف والعلاج وإذا رأى أن حالته تحتاج إلى تنويم في المستشفى أحاله لقسم التنويم . ويلاقي المدمن في هذه المراكز كل رعاية واهتمام ، ولا يلجأ المختصون في هذه المراكز إلى التحقيق مع المدمن أو إبلاغ الجهات الأمنية عنه بل إن لديهم تعليمات واضحة بأن المدمن الذى يأتي إليهم وتكون لديه الرغبة الصادقة في العلاج الطبى والنفسى من المسكرات أو المخدرات أن يعامل معاملة أى مريض عادى يأتي لهذه المراكز وأن يتكفل المختصون في هذه المراكز بالمحافظة على أسرارهم وعدم خدش كرامتهم بأي حال من الأحوال .

٢ - مستشفيات الأمل :

بالرغم من أن جريمة تهريب أو ترويج أو تعاطي المخدرات لم تصل

تعريف الإسعافات الأولية:

الإسعافات الأولية هي أول مساعدة طبية يمكن إعطاؤها لشخص أصيب في حادث أو وقع ضريعاً لمرض مفاجئ حتى وصول الطبيب أو يتم نقله إلى المستشفى حتى يتلقى العلاج الطبي المناسب والمتخصص. وفي بعض الأحيان يتعرض التلاميذ داخل المدرسة لبعض الحوادث التي تستدعي الإسعاف الأولي، لذا يجب أن يعرف المدرسون والطلاب المبادئ الأساسية للإسعافات الأولية لكي يستطيعوا إسعاف الشخص المصاب في الحالات الطارئة.

أهمية الإسعافات الأولية:

- ١- إنقاذ حياة المصاب وإبعاده عن مصدر الخطر، مثل حالات انهيار المنازل أو حادث سيارة أو حالات الحريق، أو الغرق، أو حالات التسمم بالغاز، أو حالات الصعق بالتيار الكهربائي.
- ٢- إجراء الإسعافات الأولية اللازمة لإنقاذ الحياة، مثل التنفس الصناعي، أو تدليك القلب، أو إيقاف النزيف.
- ٣- منع حالة المصاب من التدهور وتخفيف آلامه، وتجنب حدوث مضاعفات لإصابته، كما في حالة كسور العظام والجروح.
- ٤- توفير الراحة الجسدية والنفسية للمصاب، والعمل على طمأننته تهدئته ومنع الازدحام من حوله.
- ٥- استدعاء سيارة الإسعاف إلى مكان الحادث حتى يمكن أن تنقل المصاب إلى أقرب مستشفى لتكملة علاجه.

محتويات شطة الإسعاف:

يجب أن تتوفر في المدرسة حقيبة للإسعاف، حجمها مناسب حتى يسهل حملها بسرعة لنجدة المصاب، وهذه الحقيبة تحتوي على ما يلي:

أولاً: الأدوات:

يجب أن تحتوي حقيبة الإسعاف على الأدوات التالية:

- ١- ثرمومتر طبي لقياس درجة الحرارة.
- ٢- مجموعة حقن من البلاستيك، معقمة، ذات أحجام تتراوح بين ١ سم - ١٠ سم.
- ٣- جفت طبي وخافض لسان معدني ومقص صغير للغيارات.
- ٤- أربعة جبائر خشبية مقاس ٧ × ٥٠ سم للكسور ورباط بلاستيك لإيقاف النزيف.
- ٥- كأس بلاستيك لغسيل العين وقطن طبي وأربطة شاش وأربطة عادية، وقطع من القطن المغطى بالشاش من الوجهين، وغيارات للعين، وبكرة بلاستر، وخمسة دبايس، وأربطة مختلفة في العرض.

ثانياً: الأدوية:

- ١- المراهم: خمسة أنابيب مرهم خاص بالحروق - أنبوبة مرهم لحساسية الجسم - أنبوتان مرهم مضاد حيوي للعين - أنبوتان مرهم مضاد حيوي للجلد.
- ٢- السوائل: زجاجة محلول بروتكتين غسيل للعين أو محلول بوريك - زجاجة كحول ٣٠ سم - صبغة يود ٣٠ سم - زجاجة ميكروكروم - زجاجة نشادر ٣٠ سم - زجاجة ماء أوكسجين.
- ٣- النقاط: زجاجة نقط مضاد للقيء - زجاجة لعلاج التقلصات والآلام - زجاجة كريمين نقط - زجاجة قطرة للعين - زجاجة للأنف.

٤- الأقراص: علبة أقراص مضادة للمغص - علبة أقراص مضادة للحساسية - علبة أقراص ضد الإسهال.

٥- الأمبولات: أمبولات لحالات التسمم - أمبولات مضادة للحساسية - أمبولات لعلاج النزف - أمبولات لعلاج حالات الصدمة الناتجة عن هبوط حاد في الضغط - أمبولات لعلاج المغص الحاد والكلوى.

ويراعى استعمال الأمبولات والأدوية تحت إشراف الطبيب المتخصص أو بمعرفة حتى لا يتج منها مضاعفات أو أضرار للشخص المريض.

الحالات التي يجب فيها نقل المصاب إلى مكان مأمون:

١- حالات تنقل للمستشفى فوراً، مثل حالات النزف الشديد التي تحتاج إلى نقل دم، وحالات الإغماء التي تعقب تناول بعض السموم والتي تحتاج إلى غسيل للمعدة، وحالات إصابة الرأس التي يعاني فيها المصاب من فقدان الوعي، لذا يجب الإسراع في نقل هذه الحالات إلى المستشفى وإبعاد المصاب عن مكان الحادث.

٢- حالات يتم نقلها إلى المستشفى خلال فترة معقولة يمكن خلالها إسعاف الإصابات البسيطة ويراعى أثناء نقل المصاب تجنب أى حركة تسبب ألماً له، كما في حالات كسر الفخذ.

٣- حالات يكون فيها نقل المصاب بعناية وحرص أهم من الإسراع في نقله إلى المستشفى، حيث يجب أن يراعى العناية الفائقة والنقل بهدوء والتحكم في الأعصاب حتى لا تحدث مضاعفات، مثل حالات كسر العمود الفقري، ففي مثل هذه الحالات يجب استدعاء سيارة الإسعاف لتنقل المصاب بطريقة سليمة.

تسلسل عمليات الإسعاف:

يجب التسلسل في إسعاف المصاب وتحديد أولويات الإسعاف والبدء بالإسعافات الأولية الهامة أولاً، وذلك كما يلي:

دا عبد الحكيم بن جواد المطر

١- إصابة الجهاز التنفسي أو انسداد مجرى التنفس أو توقف التنفس، هذه الحالات لها الأولوية في الإسعاف، لذا يجب الإسراع في عمل التنفس الصناعي وإخراج أى شئ يسد مجرى التنفس، وكذلك التأكد من سلامة القلب وسلامة النبض.

٢- في حالات التزف: يجب العمل فوراً على وقف التزف وتحديد نوعه قبل أى عمل آخر، ثم الكشف عن الجروح، ثم بعد ذلك يتم إسعاف حالات الإغماء.

٣- في حالات الكسور: تعتبر الكسور المضاعفة أخطر من الكسور البسيطة ولها الأولوية في الإسعاف لذا يجب عمل الجبيرة المناسبة لهذه الكسور.

٤- يجب تدفئة المصاب بواسطة بطانية أو ملابس ثقيلة ومحاولة تخفيف آلامه وطمأنته وعدم إخباره بشئ إذا كانت حالته خطيرة.

٥- في حالات القيء: يجب خفض رأس المصاب حتى لا تدخل أى سوائل في المجرى التنفسي والرئتين.

٦- في حالات الإغماء: يجب معرفة سبب الإغماء فقد يكون ناتجاً عن صدمة في الرأس أو نزيف بالمنخ أو نتيجة تسمم.

٧- يجب نقل المصاب إلى أقرب مستشفى أو استدعاء سيارة الإسعاف أثناء قيام الشخص المسعف بالكشف وإسعاف المصاب.

التطهير وأنواع المطهرات

التطهير وسيلة لقتل الميكروبات والجراثيم ومنع تكاثرها وذلك عن طريق استخدام المطهرات الطبيعية أو المطهرات الكيماوية، كما يلي:

١- المطهرات الطبيعية:

وتضمن استعمال الحرارة، ويمكن إستعمالها بإحدى الطرق الآتية:

١- البخار: ينتج من غلي الماء. فمن المعروف أن الماء يغلي عند 100° درجة مئوية، وترتفع درجة الغليان أكثر من 100° درجة مئوية عند تغطية سطح الإناء حيث ترتفع إلى حوال 130° درجة مئوية. ولذلك يمكن غلي الماء في اسطوانات

معدنية- نحاسية. بعد تغطيتها وتعريض الأشياء المراد تطهيرها إلى البخار المتصاعد بعد غليان الماء، وتكفي درجة حرارة البخار إلى قتل الميكروبات. وتستعمل هذه الطريقة لتطهير الملابس والمراتب والأغطية والملاءات، وكذلك الأريطة والغيارات وفوط الأطباء.

٢- الحرق: تستعمل هذه الطريقة للتخلص من الأشياء التي لا نحتاجها، وتكون عرضة للتلوث ووسيلة لنشر العدوى، مثل الغيارات المستعملة والجرائد والمجلات التي يستعملها المرضى.

بد المطهرات الكيماوية:

تستخدم المطهرات الكيماوية لتطهير الأشياء التي تفسد بالحرارة، مثل تطهير الأيدي والترمومترات والحقن والمشارط والآلات الجراحية ومواقع العمليات الجراحية وأماكن الجروح بالجسم، وكذلك تطهير الحجرات ودورات المياه من الحشرات المختلفة. ويستخدم لهذا الغرض مطهرات مختلفة مثل الفينول وصبغة اليود وبودرة السلفا ومحلول السليمانى وغيرها من المطهرات المختلفة.

التعقيم

التعقيم هو قتل الميكروبات ومنع النمو البكتيرى. والشخص المسعف يجب عليه تعقيم يديه وغسلها بواسطة أحد المحاليل المطهرة، مثل ديتول ١٠٪ ويمكن أن يلبس قفاز من المطاط المعقم، كما يجب عليه قص أظافر يديه.

وسائل التعقيم:

١- جهاز البخار المضغوط "أوتوكلاف": فى هذا الجهاز ترتفع درجة الحرارة إلى ١٢٠ درجة مئوية لمدة ١٥ دقيقة، وتستعمل لتعقيم الآلات الجراحية والحقن.

٢- الماء المغلى فى وعاء له غطاء محكم، ويمكن إضافة بيكربونات الصوديوم بنسبة ٢٪ لرفع درجة غليان الماء لمدة ١٥ دقيقة، لكن هذه الطريقة لا تستعمل فى حالة الآلات المصنوعة من الألومنيوم أو المطاط، لأن الصودا تؤدي إلى تلفها.

٣- صواني الألومنيوم التي تُسخن بالكهرباء: تستخدم لتعقيم الآلات والأدوات الجراحية مثل المقصات والمشارط والإبر. وتوضع هذه الأدوات في درجة حرارة ١٦٠ درجة مئوية لمدة ساعة.

٤- فرن الهواء الساخن الذي تصل درجة الحرارة فيه إلى ١٦٠ درجة مئوية لمدة أربع ساعات.

٥- السوائل المطهرة مثل الليزول النقي لمدة ٣ دقائق أو ١٠٪ لمدة ساعة، أو محلول الفورمالين في كحول بنسبة ١:٤ لمدة ١٨ ساعة، مع ملاحظة غسلها بالماء المقطر المعقم قبل استعمالها حتى لا تؤدي إلى حدوث التهابات بالجسم بسبب استعمال المواد السابقة. وبعد تعقيم الآلات توضع في طبق معقم وتغطى بغطاء سميك معقم منعاً لإعادة تلوثها.

النزيف

النزيف هو فقدان الجسم لكمية من الدم سواء خارج الجسم أو داخل الجسم نتيجة جرح سطحي أو جرح في أنسجة الجسم الداخلية.

أنواع النزيف:

أ- أنواع النزيف بالنسبة للوعاء النازف:

١- النزف الشرياني:

هو خرج الدم من أحد الشرايين، وهو أخطر أنواع النزف، لأن الشريان يبقى مفتوحاً، ويتبع عن ذلك خروج دم أحمر فاتح يتدفق بقوة.

٢- النزف الوريدي:

هو خرج دم أحمر داكن من أحد الأوردة، وهو يخرج على شكل سيلان خفيف مستمر.

٢- النزف الشعري:

وهو ليس خطيراً لأن الشعيرات الدموية ضيقة وصغيرة، ولذا لا ينهل استسداد الجرح، ويخرج الدم على شكل تيار خفيف مستمر.

ب- أنواع النزيف بالنسبة لموضع الجرح:

١- النزيف الخارجى: وهو خروج الدم خارج الجسم بحيث يمكن رؤيته والإحساس به.

٢- النزيف الداخلى، وهو نوعان:

أ- نزيف داخلى حقيقى: وهو خروج الدم من بين الأنسجة الداخلية للجسم أو داخل تجويف البطن، وهو لا يرى بالعين، ولكن يعرف عن طريق أعراض وعلامات خاصة.

ب- نزيف داخلى يخرج للخارج: وهو خروج الدم من داخل الجسم إلى الخارج من إحدى الفتحات الطبيعية كالفم والأنف والأذن والشرج.

أعراض النزيف:

١- فى حالة النزيف الخارجى، يلاحظ خروج الدم من مكان الجرح، وتتوقف شدة وكمية الدم المتدفق على نوع النزيف. ويلاحظ اصفرار لون المصاب، وكذلك تزداد سرعة النبض ثم يضعف، وكذلك ازدياد سرعة التنفس.

٢- فى حالة النزيف الداخلى، يلاحظ تجمع الدم فى أحد تجاويف الجسم مثل الصدر أو البطن. ويصبح لون المصاب أصفر، كما يشعر المصاب بالعطش وتوسع حدقتا عيناه، وتزداد سرعة تنفسه وسرعة نبضه، ثم تضعف قوة النبض ويعقب ذلك آلام حادة فى أماكن تجمع الدم. وتدهور حالة المصاب إذا لم يتم علاجه بسرعة، وقد تحدث له حالة إغماء إذا لم يتم إسعافه بسرعة.

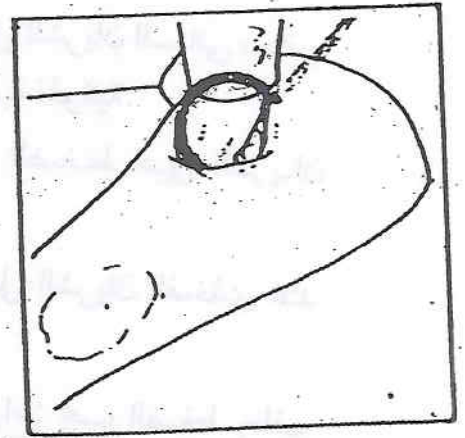
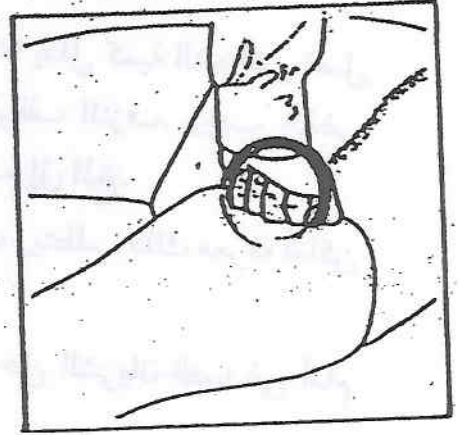
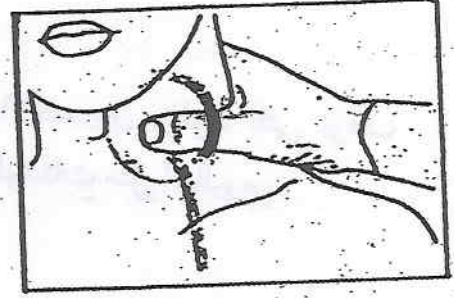
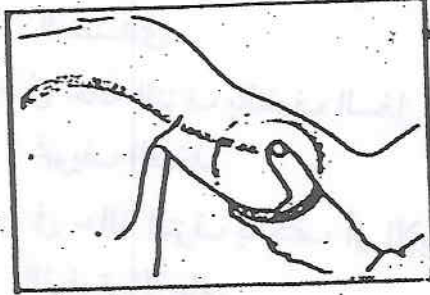
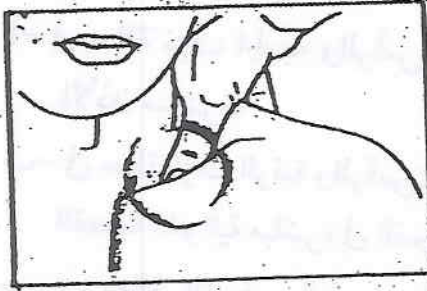
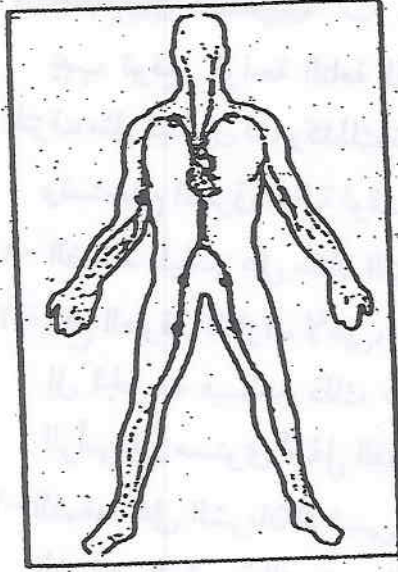
٣- فى حالة نزيف الأنف، يلاحظ خروج الدم من الأنف وقد يبلعه المصاب أو يخرج من الحلق أو مع البصاق.

إيقاف النزيف

أساليب إيقاف النزف الخارجى

يجب توفير الراحة التامة للمصاب وتزويده بالأكسجين والمواد التى توقف النزف مثل فيتامين ك، وكذلك تشجيعه على تناول المهدئات مثل الفاليوم. وتستخدم الطرق التالية لوقف النزف:

- ١- الضغط المباشر على مكان النزف فى اتجاه العظم.
- ٢- رفع الطرف النازف لأعلى، فوق مستوى القلب مما يقلل كمية الدم التى تصل إلى الجرح، فيساعد ذلك على تكوين الخثرة وتوقف النزف. ويجب خفض الرأس إلى مستوى أسفل القلب لضمان وصول الدم إلى المخ.
- ٣- الضغط على الشريان الرئيسى المغذى لمنطقة النزف، ويتطلب ذلك معرفة أماكن الشرايين الرئيسية التى يجب الضغط عليها:
 - أ- فى حالة نزف الجبهة والرأس: يمكن الضغط على الشريان البصغرى أمام الأذن مباشرة.
 - ب- فى حالة نزف الرقبة والرأس: يمكن الضغط على الشريان السباتى بجانب القصبة الهوائية مباشرة فى الفجوة المجاورة للقصبة الهوائية.
 - ج- فى حالة النزف بالطرف العلوى: يمكن الضغط على الشريان العضدى.
 - د- فى حالة النزف بالطرف السفلى: يجب الضغط على الشريان الفخذى عند تجويف الفخذ.
 - هـ- فى حالة النزف بالكتف أو الإبط أو خلف الذراع: يجب الضغط خلف الرقوة بالإبهام.
- ٤- وإذا لم يقف النزف بالطرق السابقة، يمكن استعمال العاصبة أو التورنيكية وبراعى الدقة والعناية عند استعمالها.
- ٥- وبعد ذلك يمكن وقف النزف إما بالكى الكهربائى أو بخياطة الأوعية الممزقة.



أماكن الضغط على الشرايين الرئيسية لوقف النزيف

بـ إسعاف النزيف الداخلي:

يجب رفع ارجل السرير الذى ينام عليه المصاب بكتل خشبية، ويجب تدفئة جسم المصاب، ووضع ثلج على قدميه ويديه، وأحياناً يتم ربط القدمين ويعلقان لأعلى حتى يتم توفير الدم للمخ. ويلاحظ عدم إعطاء المصاب أى منبهات لأنها تزيد من شدة النزف، بعد ذلك يزود المصاب بالسوائل بكثرة والعمل على استمراره دافئاً بالفراش، كما يتم تزويده بالدم وكذلك فيتامين "ك" وكالسيوم، كما يجب تزويد المصاب بالحديد وفيتامين سى وفيتامين ب ١٢.

الرعاف

الرعاف هو كل نزيف دموى يحدث من داخل أحد الأوعية الدموية الموجودة في الأنف، لأن هذه الأوعية، وخاصة الموجودة في وترة الأنف (الحاجزين فتحته الأنف)، يغطيها غشاء مخاطى رقيق، ولذلك فهي عرضة للتمزق لأقل رضة أو إصابة.

أسباب الرعاف:

- ١- حدوث ثقب في وترة الأنف، إما بسبب إدخال أداة أو أظفر اليد، أو حدوث ضربة أو صدمة أو كدمة للأنف.
- ٢- الإصابة ببعض الأمراض مثل الأنفلونزا والحصبة والحمى الرئوية وارتفاع ضغط الدم.
- ٣- اضطراب عملية تخثر الدم كما في حالة مرض الهيموفيليا أو نقص عوامل تخثر الدم.

إسعاف الرعاف:

- ١- الضغط بالإبهام على قاعدة الأنف من الجهة النازقة والمنطقة بين الحاجبين لمدة ٥ - ١٠ دقائق.
- ٢- وضع قطعة ثلج على الأنف وماء ساخن على الأطراف.

٣- وضع قطعة شاش مبللة بالادرينالين ١٪، وكريملوكاين ٢٪ في فتحة المنخار النازقة، ثم تضغط لمدة ١٠ دقائق.

٤- بعد توقف النزف يتم كى المنطقة النازقة بلؤلؤة نترات الفضة أو بحقن الكروم وتجفف الوتره بعد الكى الكيماوى حتى لا يسيل المحلول الكيماوى إلى مناطق أخرى.

٥- إذا لم يتوقف النزف بعد الضغط عليه يمكن اللجوء إلى الكى الكهربائى.

٦- يجب توفير الراحة للمصاب والعمل على وضع الرأس بطريقة تمنع نزول الدم من الأنف وكذلك عدم رجوعه إلى التجويف الفمى للمصاب.

الجروح

تحدث الجروح نتيجة اصطدام جسم الإنسان بجسم صلب مما يؤدي إلى تمزق الجلد والأنسجة وبعض الأوعية الدموية. وتؤدي الجروح في معظم الأحيان إلى النزيف الدموى وتهتك الأنسجة في منطقة الجرح.

أنواع الجروح:

أولاً: أنواع الجروح حسب تأثيرها على سطح الجسم:

١- جروح سطحية، وهى الجروح التى تسبب تهتكاً للجلد والأغشية المخاطية.

٢- جروح عميقة وهى الجروح التى تصيب الطبقات الداخلية من الجلد وما تحت الجلد كالعضلات والأوتار والأعصاب والأوعية الدموية والعظام والأحشاء الداخلية.

٣- جروح مفتوحة: وهى الجروح التى يحدث فيها تمزق للجلد والأغشية المخاطية، وهى جروح تكون معرضة للالتهابات والتلوث.

٤- جروح مغلقة: وهى التى تصيب الأنسجة الداخلية دون أن يحدث معها تمزق فى الجلد أو أذى خطير للأحشاء رغم مظهرها الخارجى البسيط.

١- الجروح الباردة الناتجة عن انخفاض درجة الحرارة على أنسجة الجسم المختلفة:

١- السحجات والخدوش: تحدث نتيجة لاحتكاك سطح الجسم بسطح خشن وصلب مما يؤدي إلى حدوث تمزقات سطحية للجلد وهي غير منتظمة في مساحتها أو مدى عمقها ويحدث رشح دموي للخارج.

٢- الرضوض والكدمات: هي جروح تحدث نتيجة تعرض الجسم للضرب بالعصا أو الحجارة أو السقوط على جسم صلب، ولا يحدث في هذه الجروح تمزق لنسيج الجلد ولكن يتراكم الدم تحت الجلد مكوناً بقع زرقاء أو ورم دموي.

٣- الجروح القطعية: وتنتج بسبب الإصابة بأداة حادة مثل السكين أو الموسى وقد ينشأ عنها تقطع الأوتار والأعصاب والأوعية الدموية، وهي أشد الجروح نزفاً ويلاحظ أن حافة الجرح منتظمة ولا يصاحبها كدمات.

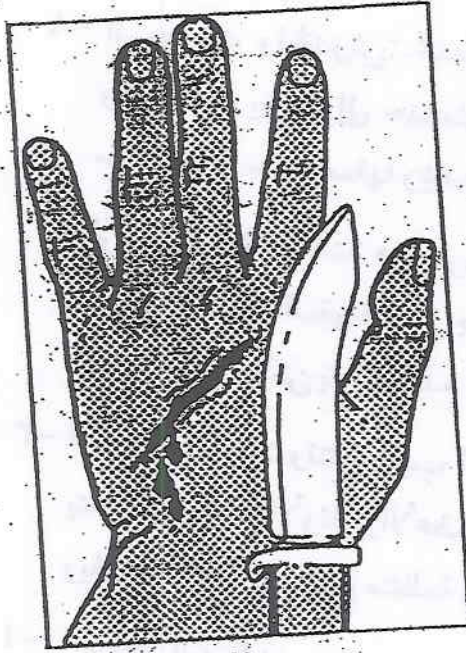
٤- الجروح التهديكية: وهي جروح يخواف مشرشرة غير منتظمة، تنتج عن الإصابة بأداة غير حادة أو من السقوط على سطح خشن، ويصاحبها خروج دم.

٥- الجروح النافذة: تحدث هذه الجروح بسبب الإصابة بأداة مدببة مثل السيف أو الخنجر أو الأعمرة النارية. وفتحة الجرح النافذة تكون صغيرة لكنها عميقة ويصاحبها عادة نزيف داخلي بالصدر أو البطن وتكون سهلة التلوث. وتتوقف خطورتها على مدى إصابة الأجهزة الداخلية مثل القلب أو الرئتين أو الأمعاء أو الطحال.

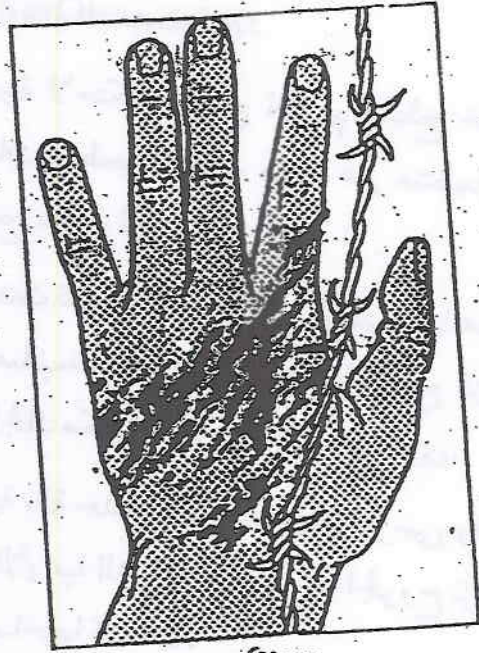
٦- الجروح المسممة: وهي تحدث بسبب لدغ الحشرات السامة أو لدغ العقارب أو عض الثعابين، كما يمكن أن تحدث الجروح السامة بسبب عض القطة أو الكلاب حيث يتلوث الجرح بعد العض.

الإسعافات الأولية للجروح:

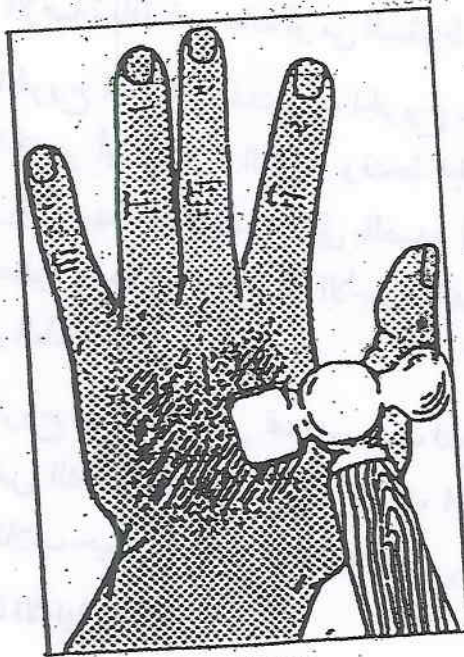
١- في البداية يجب على الشخص المسعف أن يغسل يديه جيداً ويعقمها حتى لا يحدث تلوث والتهاب للجروح الموجودة بجسم المصاب.



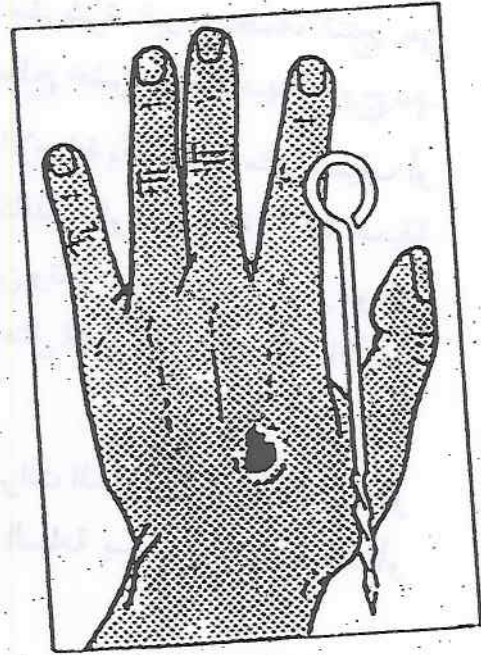
جرح قطعي



جرح متعرج



جرح دغري



جرح دغري

انواع الجروح

٢- إذا كان الجرح مصحوباً بتزيف دموي، فيجب أولاً إيقاف التزيف بإحدى الطرق المذكورة في إسعاف التزيف.

٣- يتم شح الشعر، إن وجد في مكان الجرح.

٤- يجب محاولة إخراج ما بداخل الجرح من أجسام غريبة، لأن ذلك يمكن أن يؤدي إلى تمزيق الأوعية الدموية والأعصاب، مما يزيد من خطورة مضاعفات الجرح.

٦- يوضع على الجرح شاش معقم، ويربط الجرح برباط خفيف، ثم ينقل المصاب إلى المستشفى لإتمام علاج الجرح.

٧- في حالة حوادث السيارات والآلات التي يصاحبها تهتك شديد بأنسجة المصاب، يجب لف العضو المصاب بقطعة كثيف معقم، وإذا حدث نزيف يجب محاولة وقف هذا النزيف، ثم ينقل المصاب إلى المستشفى.

٨- في حالة الجروح المسممة (اللدغ أو العض)، يجب غسل الجرح جيداً بمحلول مطهر، ويربط أعلى الجرح فوق العضة أو اللدغة، ثم يطهر بمشروط حاد أو موسى جديد ويتم التشريط حول الجرح، ثم يعصر الجرح لإخراج أكبر كمية من السموم الموجودة بمكان الجرح. بعد ذلك ينقل المصاب إلى المستشفى لإعطائه المصل الواقى الخاص بنوع السم، وكذلك يحقن بمصل مضاد للتلوث الناتج عن اللدغ أو العض.

الحروق

الحروق عبارة عن إصابات تنشأ عن الاحتراق بالنار واللهب أو عند لمس أو مسك معدن ساخن وملتهب، أو انسكاب ماء أو سائل ساخن جداً أو مادة كيميائية حارقة، على الجسم. وقد تسبب الكهرباء في حدوث حرائق أيضاً، مثل الماس الكهربائي الذي يمكن أن يصيب الإنسان القريب منه.

أنواع الحروق:

تقسم الحروق تبعاً لدرجة وشدة الحرق وكذلك تبعاً لمساحة الجزء المحروق بالنسبة إلى مساحة الجسم ، كما يلي :

أولاً- درجات الحروق تبعاً لدرجة إصابة الجسم:

١- حروق الدرجة الأولى: وهي الحروق التي تصيب الطبقة السطحية للجلد وأعراضها احمرار الجلد والتورم البسيط والشعور بالألم، وهي لا تترك أثراً بعد شفائها.

٢- حروق الدرجة الثانية: وهي الحروق التي تصيب الطبقة السطحية والطبقة الداخلية للجلد ، وأعراضها احمرار الجلد، وظهور الفقاع المائية بالجلد، والشعور بالألم الشديد، وتورم وانتفاخ الجلد.

٣- حروق الدرجة الثالثة: هي الحروق التي تصيب الطبقة السطحية والطبقة الداخلية للجلد، وكذلك الأنسجة الموجودة تحت الجلد ونهايات الأعصاب، وقد تصل إلى العظم ، وأعراضها تقحم الجزء المحروق.

ثانياً: أنواع الحروق حسب مساحة الجزء المحروق من سطح الجسم:

كلما زادت مساحة سطح الجسم المحروق كلما زادت خطورة الحريق. فإذا وصلت نسبة سطح الجسم المحروق أكبر من ١٠٪ من سطح الجسم، فإن المصاب تكون حالته خطيرة جداً ويجب إسعافه فوراً ونقله إلى المستشفى حتى لا يتعرض للوفاة. أما إذا كانت نسبة الجزء المحروق من سطح الجسم أقل من ١٠٪، فإن الحرق يعتبر بسيطاً ويسهل إسعافه وعلاجه.

ولتقدير مساحة الحروق بالجسم، يمكن استعمال النسب التالية:

الرأس والرقبة ٩٪ من مساحة سطح الجسم، كل طرف علوى يساوى ٩٪ من مساحة سطح الجسم، الساق يساوى ٩٪، والسطح الخلفى السفلى للجزء يساوى ٩٪، ومنطقة الحوض تساوى ١٪.

الإسعافات الأولية للحروق:

١- أبعاد المصاب عن مصدر الحريق في الحال. وحتى لا تزداد حالته سوءاً يجب إجراء ما يلي:-

أ- إذا كانت النار مشتعلة بملابس المصاب، يجب إلقاء المصاب على الأرض بسرعة ثم يوضع عليه بطانية أو يسكب عليه كمية كبيرة من الماء، أو يوضع عليه مسحوق إطفاء النار الجاف، إذا كان متوفراً في مكان الحادث. والطرق السابقة لإطفاء النار هامة جداً لإنقاذ حياة المصاب لأنها تعمل على عدم انتشار النار في ملابس المصاب أو في جسمه.

ب- تبريد المنطقة المحروقة من جسم المصاب وذلك برشها بالماء البارد.

٢- في حالة حروق الدرجة الأولى، ينظف الحرق بمحلول ملحي متعادل ويغطى الحرق بأحد المراهم الخاصة لعلاج الحروق، ويغطى بغير نظيف معقم وبه مضاد حيوي، غير لاصق، ويربط لمدة أسبوع.

٣- في حالة حروق الدرجة الثانية: تعامل المساحات الصغيرة مثل إسعاف حروق الدرجة الأولى، أما المساحات الكبيرة فتعامل مثل حروق الدرجة الثالثة.

٤- في حالة حروق الدرجة الثالثة: يعالج المصاب من الصدمة أولاً، وذلك بتهديته وإعطائه دواء مهدئ لتقليل الألم والعمل على عدم تعرضه للهواء، ونقله فوراً إلى المستشفى لتزويده بالمحاليل اللازمة والبلازما. وبعد ذلك يتم تنظيف المنطقة المحروقة بمحلول ملحي متعادل أو مضاد حيوي أو مرهم للحروق. وتكرر هذه العملية كل ١٢ ساعة حتى تحف المنطقة المحروقة، وهناك طريقة ثانية لإسعاف المنطقة المحروقة وهي عن طريق تنظيفها وتطهيرها بواسطة المضاد الحيوي ومراهم الحروق ثم تغطى بغير معقم غير لاصق، لمدة أسبوع دون غيار حتى تنمو الأنسجة وتلتئم في منطقة الحرق.

الحروق الكيميائية:

وهي الحروق الناتجة عن إصابة الجسم ببعض المواد الكيميائية كالأحماض المركزة (حامض الكبريتيك وحامض النيتريك وحامض الهيدروكلوريك) أو القلويات الشديدة مثل هيدروكسيد الصوديوم أو هيدروكسيد البوتاسيوم.

وتتصف هذه الحروق بأنها آكلة وناخرة للجسم وعميقة وحروق الأحماض أشد خطورة من حروق القلويات.

إسعاف الحروق الكيميائية:

١- يتم غسل مكان الحرق بكمية كبيرة من الماء الجارى بسرعة ولمدة خمس دقائق حتى يتم إزالة المادة الكيماوية تماماً.

٢- معادلة المادة الكيماوية بعد الغسيل، ففي حالة الحروق بالأحماض، يوضع محلول الخلل أو حامض الخليك، ولا يستعمل الخل في حالة حروق العين.

٣- في حالة الحروق البسيطة، يتم رش مكان الحرق بمضاد حيوى ثم يغطى بغير نظيف معقم وغير لاصق ومبلل بالفازلين، ثم يلف بشاش.

٤- في حالة الحروق الكيماوية الكبيرة يجب إجراء ما يلى:

أ- تهدئة المصاب وإعطاؤه مهدئ كالفالسيوم.

ب- تزويد المصاب بالأكسجين وكذلك مادة لتسكن الألم.

ج- منع حدوث الصدمة للمصاب وذلك بإعطائه السوائل والأملاح.

د- منع تلوث الحرق وذلك بتنظيفه وتطهيره ثم تغطيته بغير معقم.

هـ- إعطاء المصاب مصل مضاد للتيتانوس ومضاد حيوى.

و- عدم وضع الماء البارد والثلج على المساحات الواسعة من الأجزاء المحترقة من الجسم.

ز- ينقل المصاب فوراً إلى المستشفى.

الكسور

الكسر هو انفصال أو تفرق العظم جزئياً أو كلياً.

ويمكن تقسيم الكسور إلى قسمين: هما الكسر التام أو الكلى والكسر غير التام أو الجزئى.

أولاً- الكسر التام: ويشمل الأنواع التالية:

١- الكسر البسيط: وهو الكسر غير المصحوب بجرح، أى يكون فيه الجلد سليماً.

٢- الكسر المركب: ويكون فى أكثر من مكان واحد.

٣- الكسر المفتت: وهو كسر العظم إلى عدة أجزاء صغيرة تسمى شظايا.

ثانياً: الكسر غير التام أو الجزئى: ويحدث كما يلى:

١- كسر للعضو فى جهة ويحدث انثناء من الجهة الأخرى ويحدث غالباً فى الأطفال.

٢- كسر مشقق ويحدث بسبب مرور طلقة نارية فى العظم أو شظية دون أن يتفصل إلى جزأين.

أعراض الكسور:

يمكن تشخيص الكسر إذا حدث بعض الأعراض التالية:

١- الصدمة العصبية (اصفرار الوجه - عرقى بارد - دوخة).

٢- ألم شديد فى العضو المصاب ويزداد الألم عند لمس العضو.

٣- تشوه العضو المصاب كحدوث انحناء أو التواء أو قصر للعضو المصاب.

٤- فقدان حركة العضو جزئياً أو كلياً.

٥- حدوث صوت قرقة أو خشخشة عند تحريك العضو المكسور.

٦- يفقد العضو وظيفته، فمثلاً فى حالة كسر عظم الفخذ لا يستطيع المصاب المشى.

٧- ورم وانتفاخ حول الكسر وتغير لون الجلد يسبب تجمع الدم.

٨- قصر طول العضو المصاب.

أسعاف الكسور:

١- يجب عدم إزالة الملابس إلا بالقدر اللازم للعلاج في حالة وجود جرح.

٢- تفك الأزرار والملابس الضيقة حول العنق والصدر.

٣- إيقاف التزيف إن وجد فوراً.

٤- علاج الصدمة وتخفيف الألم قبل معالجة الكسر.

٥- إذا حدثت جروح يجب تطهيرها وتضميدها.

٦- عدم تحريك المصاب حتى لا يتضاعف الكسر.

٧- تثبيت العضو المكسور بأي جبيرة مناسبة لأن حركته تسبب ألماً وصدمة وربما مضاعفات خطيرة.

٨- في حالة كسور العمود الفقري: يتم تشخيصها عندما يفقد المصاب الإحساس عند المنطقة أسفل السرة، كما يحدث شلل الساقين وكذلك النصف الأسفل من الجسم. ويجب نقل المصاب بسرعة وعناية إلى أقرب مستشفى ويجب عدم تحريك العمود الفقري، والعمل على إبقاء المصاب على الوضع الذي وجد عليه وعدم تحريكه، وعلاج النزف والجروح.

وإذا كان هناك ضرورة من تحريك المصاب، فجب أن يحمل في الوضع الموجود عليه بمساعدة أربعة أشخاص، مع عدم تحريك العمود الفقري.

٩- في حالة كسر عظام الحوض: يتم تشخيص هذا الكسر عندما يفقد المصاب القدرة على الوقوف أو تحريك قدميه بسهولة، ويزداد الألم بالضغط على الحوض من الجانبين. ويتم نقل المصاب بسرعة إلى المستشفى في وضع مستريح بحيث يكون مستلقياً على ظهره، ثم يتم لف الحوض بملاء ويربط باحتراس عند الفخذين والساقين.

١٠- في حالة كسر عظام الساق: تعالج الجروح أولاً ثم توضع جبيرة حول الساق تبدأ من أعلى مفصل الركبة وحتى القدم، ويتم ربطها بخمسة أربطة بعيداً عن موضع الكسر.

١١- كسور الأضلاع: يلف الصدر برباط عريض ضاغط وذلك بعد أن يأخذ المصاب شهيق عميق، ثم يتم لف الرباط أثناء الزفير ويتم الربط في الجهة السليمة من الصدر.

١٢- كسور عظم العضد: يتم ثني الذراع، ويتم إحضار أربع قطع خشبية طولها مناسب وتوضع حول العضد من الأمام والخلف والجانبين، ويتم ربطها في موضعين أعلى وأسفل الكسر ثم يغلق الذراع بالعنق، ويتم حبس الشريان الكعبري.

١٣- كسور الساعد والرسغ: يتم ثني الذراع وتوضع أنبوبة على جانبه القريب وتوضع جبيرة أخرى على الجانب البعيد وتمتد من المرفق وحتى قاعدة الأصابع.

وتربط الجبيران برباطين أحدهما فوق الكسر والأخرى على شكل حرف "8" حول الرسغ على أن يبقى الإبهام خارج الربط، ثم يتم تعليق الذراع برباط.

الإغماء

الإغماء: هو قصور في الحالة الطبيعية لليقظة التامة تؤدي إلى فقدان مؤقت للوعي. يستمر لفترة قصيرة، ثم يستعيد المصاب وعيه. وفي بعض الأحيان تستمر حالة فقدان الوعي فترة طويلة ولا يستطيع المصاب الاستجابة لأي مؤثر خارجي.

أسباب الإغماء:

١- انخفاض ضغط الدم، ويحدث عند المرضى ذوي الضغط المنخفض، وتتميز هذه الحالة بالإغماء المفاجئ مع شعور بالدوخة والدوار.

٢- الهبوط العام: يحدث بسبب الإجهاد والضعف العام بعد فترات طويلة من

المرضى بدون اهتمام بالعلاج. والإغماء في هذه الحالة قد يستمر لمدة عشرة دقائق ويحدث اصفرار في وجه المصاب ويخرج من وجهه عرق غزير ويكون تنفسه سريع ونبضه ضعيف.

٣- الصدمة العصبية: تحدث نتيجة الآلام الشديدة بالجسم خاصة عقب الإصابات الشديدة مثل الكسور وحالات التزف الشديد. والآلام التي تعقب الجروق، وهذه الحالة أعراضها تشبه الهبوط العام.

٤- ارتجاج المخ: تحدث هذه الحالة عند إصابات الرأس، ويصاحبها كسور في عظام الجمجمة، ويلاحظ أن المصاب يحدث له الإغماء فوراً عقب الإصابة ويكون نبضه ضعيفاً وتنفسه سريعاً، ويلاحظ اتساع حدقتي العينين.

٥- نقص كمية السكر في الدم: تحدث هذه الحالة بعد تناول كميات كبيرة من الإنسولين أو عقب فترات طويلة من الجوع. وفي هذه الحالة يشعر المصاب بالضعف العام والهزال والشعور بالجوع وارتعاش الأطراف ويصاحب ذلك عرق غزير واضطرابات في ضربات القلب.

٦- أسباب مرضية: يحدث الإغماء نتيجة سبب مرضي أو قصور في أحد وظائف الجسم المختلفة وذلك بسبب الحالات التالية:

أ- زيادة نسبة السكر في الدم.

وأعراض هذه الحالة هي تضاعد رائحة أسيتون من فم المصاب وحدوث آلام بالبطن وقئ وجفاف بالجلد، وتكون عيناه غائرتان وتنفسه سريع وعميق.

ب- التسمم البولي: يحدث بسبب قصور في وظائف الكلى، ويحدث اصفرار للوجه وتقلصات عضلية ونزيف في العينين.

ج- قصور في وظائف الكبد: ويحدث بسبب إدمان المشروبات الكحولية. في هذه الحالة يحدث تورم في بطن المصاب وضعف في جسمه.

د- الصرع: ويحدث لمرضى الصرع، حيث يحدث للمصاب بعض التشنجات

والحركات غير الإرادية للذراعين والساقين وعضلات الفك ثم يفقد المصاب وعيه.

هـ- أمراض الجهاز الدوري: مثل ارتفاع ضغط الدم الحاد، أو حدوث نزيف بشرايين المخ أو الجلطة، وفي هذه الحالات لا يحدث الإغماء مباشرة ولكن بعد فترة من الإصابة.

إسعاف الإغماء:

أولاً: إنقاذ الحياة:

- ١- يجب إسعاف التنفس أولاً، وإزالة أى شئ يسد مجرى التنفس، والعمل على تنظيف الفم من بقايا الطعام أو القيء أو الدماء أو الأسنان الطبيعية الساقطة.
- ٢- يجب وقف النزيف، بالطرق المختلفة لإسعاف النزيف.

٣- يوضع المصاب في وضع الإغماء، وهو إرقاد المصاب على أحد الجانبين بحيث يكون الطرفان السفلي والعلوي الملامسان للأرض ممدودان، أما الطرفان السفلي والعلوي البعيدان عن الأرض فيوضعان مثنيان عند مفصل الركبة والمرفق على التوالي مع وضع الرأس مباشرة على الأرض ووضع الوجه في اتجاه هذين الطرفين.

ثانياً: منع حالة المصاب من التدهور:

وذلك بإسعاف الكسور، عن طريق وضع الجبيرة المناسبة ثم ينقل المصاب بسرعة إلى المستشفى.

ثالثاً: يجب إبقاء المصاب في أفضل حالة صحية ممكنة، كما يلي:

- ١- توفير الراحة الجسدية والنفسية للمصاب ووضعه في "الوضع المناسب للإغماء"، كما يجب فك الملابس الضيقة من حول وسط المصاب ورقبته وصدره.

- ٢- يجب عدم إعطاء المصاب المعمي عليه أى شئ بالفم.

د/ عبد الحكيم بن جواد المطر

٣- يغطي المصاب ببطانية واحدة.

٤- عدم محاولة إيقاظ المصاب المغمى عليه برش الماء البارد على وجهه أو بالربت على خده لأن ذلك مضيعة للوقت وقد يؤدي المصاب.

رابعاً: نقل المصاب بسرعة إلى المستشفى.

بعد التأكد من أن جميع الإصابات الجسمية قد تم إسعافها يجب نقل المصاب إلى المستشفى.

الاختناق

الاختناق هو احتباس التنفس وعدم حدوث عملية الشهيق والزفير.

أسباب الاختناق:

١- انسداد مجارى التنفس كما يحدث في حالات الغرق، حيث تمتلئ الرئتان بالماء أو الأعشاب أو الطحالب.

٢- دخول أجسام غريبة داخل القصبة الهوائية، تمنع عملية التنفس.

٣- عدم توفر الأكسجين الكافي لعملية التنفس.

٤- الضغط الخارجى على الرقبة، كما في حالات الخنق، أو الضغط الشديد على الصدر كما في حالة سقوط أحمال ثقيلة على الصدر.

٥- الإصابة بمرض الدفتيريا الذى يؤدي إلى حالات الاختناق.

٦- الصدمات الكهربائية التى تسبب شللاً لمركز التنفس في المخ.

أسعاف الاختناق.

هناك مبادئ أساسية يجب معرفتها لإسعاف المصاب قبل الدخول في تفاصيل كل حالة على حدة، وأهم هذه العوامل هي:

١- نقل المصاب إلى مكان جيد التهوية من أى غازات سامة وغير صالحة لعملية التنفس، وإبعاده عن مصدر الخطر الذى أدى إلى حدوث الاختناق.

دا عبد الحكيم بن جواد المطر

٢- إزالة أى مواد غريبة موجودة فى مجارى التنفس قد تمنع أو تكون سبباً فى عدم إتمام عملية التنفس مثل الطين والطحالب والمياه والأسنان الصناعية أو الأسنان الطبيعية الساقطة، وجذب اللسان إلى الأمام فى حالة سقوطه للخلف.

٣- إزالة أى ضغط خارجى أو ملابس ضيقة تعوق حركة عضلات الصدر.

وفىما يلى إسعاف بعض حالات الاختناق:

أ- إسعاف اختناق الفرق:

١- يجب فك ملابس المصاب أو تمزيقها وخاصة الملابس الموجودة حول الصدر والرقبة ويجب إزالة أى أجسام غريبة تكون داخل الفم أو الحلق.

٢- يطرح المصاب أرضاً على وجهه مع ملاحظة وضع الوجه على أحد الجوانب ثم يطرده الماء الموجود برئتيه بالضغط براحة اليد على أسفل الصدر فى اتجاه الرأس.

٣- تجرى للمصاب عملية تنفس صناعى.

٤- بعد أن يرجع المصاب إلى وعيه، يجب إعطاء المصاب المنبهات والمشروبات الساخنة.

ب- إسعاف اختناق الخنق:

كما فى حالات ربط العنق أو الانتحار بالشنق، وفى هذه الحالة يجب قطع الحبل أو الأداة المستخدمة فى الخنق فوراً ثم يجب أن يتم فك الملابس الضيقة حول الصدر والرقبة بعد ذلك يتم عمل التنفس الصناعى حتى تتم عملية التنفس بانتظام، ثم يتم نقل المصاب إلى المستشفى.

ج- إسعاف اختناق الصدمة الكهربائية:

١- يقطع التيار الكهربائى ويتم إبعاد المصاب عن مصدر التيار.

٢- يتم عمل التنفس الصناعى وكذلك يتم عمل تدليك للقلب إذا لزم الأمر.

٣- تعالج الأضرار التى قد تحدث، ثم يتم تدفئة المصاب ويعطى بعض المشروبات الساخنة.

التنفس الصناعي:

قبل البدء في عملية التنفس الصناعي، يجب فك الملابس الضيقة حول الصدر والرقبة وإخراج أى مواد غريبة داخل الفم أو الخلق.

١- طريقة النفخ المباشر بالفم "قيلة الحياة"

- ١- ينظف فم المصاب بمنديل أو شاش، ثم يتم إخراج أى جسم غريب داخله.
- ٢- يوضع وجه المصاب إلى أعلى ورأسه للخلف مع رفع الفك السفلى لأعلى حتى يبقى مجرى التنفس مفتوحاً.

٣- تغلق فتحتا أنف المصاب بإحدى يدي المسعف، واليد الأخرى للمسعف توضع أسفل فك المصاب وإبهامه داخل فمه. ثم يأخذ المسعف نفساً عميقاً ويضع فمه فوق فم المصاب وينفخ فيه بقوة بحيث يتحرك صدره، ثم يرفع رأسه حتى يطرد المصاب الهواء من صدره، وتكرر هذه العملية أكثر من ١٢ مرة في الدقيقة. وهذه الطريقة لا تصلح في حالات الاختناق التي يصاحبها كسر في عظام الفك أو إصابة المصاب بأمراض معدية أو التهابات رئوية.

بد طريقة شيفر للتنفس الصناعي:

- ١- يوضع المصاب ووجهه للأرض وتمدد إحدى يديه للأمام والأخرى تحت رأسه ويلف وجهه إلى جانب اليد الممدودة.

٢- يركع المسعف على المصاب مع جعل وجهه في اتجاه وجه المصاب ثم يضع يده مفرودة أسفل صدر المصاب حيث يكون الإبهام في اتجاه الفقرات ويكون الذراعان مشدودان.

٣- يقوم المسعف بإلقاء ثقله على ذراعيه حتى تسبب ضغطاً إلى الأمام على صدر المصاب، وهذا يكفي لطرد الهواء من صدره أو الماء الموجود به. ثم يرفع المسعف ثقله تدريجياً من على صدر المصاب مع بقاء الذراعان مشدودان حتى يساعد ذلك على إتمام عملية الشهيق.

٤- تكرر هذه العملية ١٢ - ١٥ مرة في الدقيقة حتى يستعيد المصاب بنفسه الطبيعي.

ضربة الشمس

ضربة الشمس هي حالة تحدث أثناء الجو الحار عندما تفشل عوامل تنظيم درجة حرارة الجسم في العمل نتيجة الظروف الجوية المحيطة، وذلك للأسباب الآتية:-

١- عندما ترتفع درجة حرارة الجو ارتفاعاً كبيراً عن درجة حرارة الجسم، فيكتسب الجسم حرارة من الجو المحيط بدلاً من فقد الحرارة إليه.

٢- التعرض المباشر لأشعة الشمس لفترة طويلة أثناء الجو الحار.

٣- قد تكون درجة الرطوبة بالجو عالية لدرجة أنها لا تسمح بقبول أى رطوبة أخرى وبذلك لا يستطيع العرق أن يتبخر من الجلد.

٤- قد يكون الشخص مرتدياً ملابس تحتجز بين طبقاتها الهواء المشبع بالبخار.

أعراض الإصابة بضربة الشمس:

١- يشعر المريض بصداع وتوتر وإرهاق وتشوش في الذهن أو إغماء

٢- يكون الجلد ساخناً وأحمر اللون وجاف بسبب قلة أو توقف إفراز العرق.

٣- احتقان العينين.

٤- ارتفاع درجة حرارة الجسم حتى 40 درجة مئوية أو أكثر قليلاً.

إسعاف ضربة الشمس:

١- يوضع المصاب على سطح يسمح بالتهوية حول الجسم بأكمله، مثل سرير الرحلات ذو الخيوط المتباعدة.

٢- يجب خلع ملابس المصاب، ويدلك جسمه بأكمله بالماء الفاتر أو الماء البارد بواسطة قطع إسفنج.

٣- يجب عدم استعمال الثلج لأن استعماله سيؤدي إلى انقباض الأوعية الدموية

دا عبد الحكيم بن جواد المطر

الجلدية والقلبية يقلل من كمية الدماء في هذه الأوعية الدموية ويجعل كمية الحرارة التي يمكن أن يفقدها الجلد بسيطة.

٤- التهوية على جسم المصاب وذلك باستخدام مروحة كهربائية أو مكيف فريون، وفي حالة عدم توفر هذه الأجهزة، يمكن استعمال قطعة من الورق أو الملابس لإحداث التهوية اللازمة.

٥- يجب الاستمرار في تبريد جسم المصاب إلى أن تنخفض درجة حرارة جسمه إلى 39 درجة مئوية، وينقل بعد ذلك إلى المستشفى لإسعافه بالمحاليل اللازمة حتى يستعيد صحته.

الصدمة

الصدمة هي هبوط أو انحطاط في جميع قوى الجسم العصبية والدموية والتنفسية وتحدث بعد الإصابات الشديدة كالنزف والكسور والحروق والرضوض الشديدة والتسمم، وهي إما خفيفة أو شديدة. وتنشأ الصدمة على مرحلتين هما:

أ- الصدمة العصبية، وتنشأ في المرحلة الأولى، أي مباشرة بعد الحادث، بسبب الآلام المختلفة.

ب- الصدمة الدموية، وتنشأ في المرحلة الثانية، أي بعد عدة ساعات من الحادث، وتكون بسبب انخفاض كمية الدم في الجسم، وضعف الدورة الدموية.

أسباب الصدمة:

يمكن أن تحدث الصدمة بسبب أحد العوامل التالية:

١- عدم كفاية ضخ القلب للدم، وذلك في حالة الإصابة بالجلطة القلبية أو الإحتشاء القلبي.

٢- نقص حجم الدم الذي يحدث في حالات الإصابة الشديدة والنزف الدموي، والحروق أو فقدان سوائل الجسم الأخرى كما في حالات التقيؤ الشديد المتكرر.

د/ عبد الحكيم بن جواد المطر

٣- انخفاض مقاومة الشرايين كما في حالات التسمم بالأدوية والكحول والمواد الكيميائية.

٤- نقص معدل الأكسجين اللازمة للأنسجة وذلك بسبب انسداد المسالك التنفسية أو إصابات الجهاز التنفسي.

أنواع الصدمة:

١- الصدمة العصبية:

تحدث الصدمة العصبية عند إصابة الجهاز العصبي بأذى يجعله عاجزاً عن التحكم في انقباض وانقباض الأوعية الدموية ويؤدي ذلك إلى نقص كمية الدم التي تصل إلى الأنسجة وبالتالي نقص كمية الأكسجين التي تحتاجها الخلايا والأنسجة، ولذلك تحدث الصدمة.

٢- الصدمة القلبية:

تنتج بسبب الهبوط المفاجئ في قوة القلب وعجزه عن المحافظة على الدورة الدموية بشكل طبيعي. ففي حالة انخفاض إنتاج القلب تقوم الأوعية الدموية الطرفية بالانقباض لكل تسمح بإيصال الدم (تروية) بصورة مستمرة إلى الأعضاء الحيوية كالقلب والدماغ والكليتين والرئتين. ولكن في بعض الأحيان تعجز هذه الأوعية عن القيام بهذه الوظيفة فيحدث نقصان في كمية الدم وبالتالي تقل كمية الأكسجين اللازمة لهذه الأعضاء الحيوية، فيحدث إصابة دائمة للدماغ أو الكليتين، ويحدث نقصان في حجم البول واضطراب في الوعي، وتحدث هذه الصدمة في حالات أمراض القلب الإحتشائية والجلطة، ونقص تروية العضلة القلبية.

٣- الصدمة الدموية:

تحدث هذه الصدمة بسبب فقدان المفرط لسوائل الجسم سواء نقصان الدم، مثل حالات النزف الشديدة أو نقص البلازما، مثل حالات الحروق، أو نقص السوائل الأخرى، مثل حالات التقيؤ والإسهال الشديدين.

الصدمة الجراحية:

تحدث هذه الصدمة بسبب "التسمم العام" الذي تحدثه الجراحات في الجسم، حيث تعمل على اتساع الشعيرات الدموية وزيادة نفاذيتها، مما يؤدي إلى تسرب بلازما الدم وانخفاض حجم الدم الذي يؤدي في النهاية إلى حدوث الصدمة. كما تسبب سُموم الجراحات تكوين الجلطات التي تؤدي في النهاية إلى هبوط في وظيفة عضلة القلب.

أعراض الصدمة:

أ- تظهر الأعراض التالية عند بداية حدوث الصدمة:

شحوب الجلد - برودة الأطراف - خروج عرق بارد من الجسم - ضعف الجسم - زيادة سرعة النبض والتنفس.

عندما يكون التزيف هو سبب الصدمة فإن المصاب يشعر بالقلق لنقص الأكسجين ويحدث له عطش وغثيان وتقيؤ.

بد إذا تدهورت حالة المصاب فإنه يشعر بالأعراض التالية:

١- الخمول وعدم الاستجابة للمنبهات الخارجية بسبب نقص الأكسجين الواصل للمخ.

٢- تغور العينان للدماغ وتتسع الحدقتان بشدة.

٣- تظهر بقع زرقاء على الجلد بسبب بطئ سريان الدم في الأوعية.

٤- هبوط الضغط الشرياني إلى مستوى منخفض جداً.

٥- فقدان الوعي وانخفاض درجة حرارة الجسم.

الإسعاف الأولي للصدمة:

١- إبعاد المصاب عن سبب الصدمة، والتأكد من سلامة عملية التنفس ونبض القلب، ومستوى الوعي عند المصاب.

د/ عبد الحكيم بن جواد المطر

٢- وضع المصاب بالصدمة في وضع الاستلقاء مع رفع الساقين ١٥ درجة، وهذا الوضع يعمل على تحسين الدورة الدموية، وإذا كان المصاب فاقدًا للوعي فيجب وضعه على جانبه لتسهيل خروج السوائل من الفم.

٣- التأكد من سلامة المسالك البولية التنفسية والمحافظة عليها سالكة عن طريق إزالة الإفرازات أو الأجسام الغريبة إن وجدت.

٤- تزويد المصاب بالأكسجين عبر القناع بتركيز ١٠٠٪ بمعدل ٨ - ١٥ لترًا في الدقيقة.

٥- تدفئة المصاب بالتدريج للمحافظة على حرارته.

٦- السيطرة على الألم الشديد باستخدام بعض الأدوية المسكنة.

٧- يتم تزويد المصاب بالمحاليل التالية حسب حالته:

أ- المحاليل الملحية والسكرية مثل المحلول الملحي - بيكربونات دكستروز.

ب- الدم: يستخدم في الصدمة الشديدة.

ج- البلازما: يستخدم الديكستران كبديل عن البلازما في الإسعاف، يبدأ بتقطير وريدي سريع ١٠٠ - ١٥٠ مل في الساعة الأولى ثم يعطى بمقدار ١٠ - ١٥ مل لترًا لكل ١ كجم من الوزن كل ٢٤ ساعة.

٨- في حالة الصدمة بسبب نقص حجم الدم، يتم إيقاف التزيف، ويعطى المصاب دكستروز ثم دم. ولا يتم إعطائه مادة قابضة للأوعية (أدرينالين) مثلاً ثم يتم تزويد المصاب بمادة بيكربونات الصوديوم.

٩- في حالة الصدمة القلبية، يعطى المصاب منشطات بيتا ومادة ديجيتالين لتحسين أداء القلب.

١٠- في حالة الصدمة العصبية، يتم إسعاف المصاب من الإغماء أولاً.

١١- في حالة الصدمة الجرثومية يعطى المصاب المضادات الحيوية لحين ظهور نتائج

التحليل، وكذلك محاليل لمعادلة الحموضة مثل بيكربونات الصوديوم، ومادة قابضة للأوعية مثل أدرينالين.

التسمم

تعريف التسمم:

التسمم هو أى مادة إذا دخلت الجسم ولو بكمية صغيرة أدت إلى اعتلال الصحة أو الوفاة.

أعراض التسمم:

يعتمد تشخيص حالة التسمم على عدة أمور هى: ظروف الحادث، الأعراض المرضية، والملاحظات التشريحية ونتائج التحليل السمي.

١- ظروف الحادث وفحص المكان:

كثيراً ما يتم العثور على بيانات لسبب الحادث ودوافعها مثل رسالة تركها المصاب، أو أداة أو علبة أو وعاء يحتوى على مادة معينة.

٢- الأعراض المرضية:

من أهم أعراض التسمم ما يلي:

أ- الأعراض الهضمية: غثيان - قيء - مغص - إسهال.

ب- الأعراض البولية: قلة البول أو انقطاعه أو احتوائه على زلال أو دم.

ج- الأعراض الكبدية: يرقان - تضخم الكبد.

د- الأعراض الدماغية: فقدان الوعي - هيجان - طنين بالأذن.

هـ- الأعراض العصبية: آلام - فقدان الحس أو شلل حركى.

و- الأعراض التنفسية: السعال - إصابة الرئتين.

ز- الأعراض الدموية: فقر الدم.

د. عبد الحكيم بن جواد المطر

٢- المشاهدات التشريعية:

الآثار الضارة الحارقة الموضعية للمواد السامة.

٤- التحليل السمي:

وهو الذي يؤكد التسمم - ويتم عن طريق تحليل الأحشاء للبحث عن السموم.

أنواع السموم حسب طرق دخولها للجسم:

أولاً: التسمم عن طريق الفم:

هو التسمم الناتج عن تناول كمية من السم عن طريق الفم سواء بطريق الخطأ أو عن طريق العمد والانتحار.

والإسفاف يتم كما يلي:-

أ- تأخير أو إيقاف امتصاص السموم، ويتم ذلك عن طريق:

١- إعطاء المصاب سوائل تخفف من كثافة السم في المعدة، فيقل بذلك امتصاصه، وتأثيره الموضعي، ولذلك تعطى السوائل التالية: زلال البيض - معلق النشا - دواء مضاد للتسمم - الماء العادي.

٢- غسل المعدة، وهو أسلوب فعال للتخلص من السموم الموجودة في المعدة ويتم الغسل بأحد المحاليل التالية: الماء الدافئ - محلول ملحى نصف مركز - الترياق العام (دواء مضاد للتسمم).

٣- تحريض القيء: إذا تقيأ المصاب تلقائياً فلا داعى لتحريض القيء، ولكن إذا لم يتقيأ فيتم تحريض القيء، حتى يتخلص المصاب من السم الموجود في معدته.

ب- معالجة الأعراض المختلفة الناجمة عن تناول السم.

ج- إبطال مفعول السم داخل الجسم بواسطة الترياق المناسب: والترياق هو الدواء

دا عبد الحكيم بن جواد المطر

الذى يعطى للتسمم لتخليصه من الآثار السيئة الناجمة عن السم. وهناك ثلاثة أنواع من الترياق هي:-

١- الترياق الميكانيكى: وهو الترياق الذى يؤثر بطريقة آلية كالفحم الذى يمتص السموم وزلال البيض وزيت البرافين.

٢- الترياق الكيميائى: وهو الذى يتحد مع السم فيحوله إلى مركبات غير سامة.

٣- الترياق الفسيولوجى: وهو الذى يؤثر على الجسم فسيولوجياً بإبطاله تأثيرات السم مثل الأتروبين الذى يبطل تأثيرات الإيزيرين.

د- الإسراع في طرد السم خارج الجسم وتنقية الدم.

١- الطرد عن طريق البراز: وذلك بإعطاء المصاب مسهلات ملحية مثل زيت الخروع أو سلفات الصوديوم.

٢- الطرد عن طريق الكلى: وهى الطريقة المفضلة وذلك بحقن مدرات البول ولاسيما المانيتول بتركيز ١٠ - ٢٠٪ أو اللاسكس.

ثانياً التسمم عن طريق الاستنشاق:

أهم الغازات التى تسبب التسمم عن طريق الاستنشاق هي غاز أول أكسيد الكربون وأبخرة البنزين والكبروسين، والأبخرة المخدرة مثل الأثير والكلورفورم، والطلاء، والغازات المسيلة للدموع. وتشكل النار والمواقد ومواقد الفحم والشوى مصادر لغاز أول أكسيد الكربون.

أعراض التسمم:

١- فى البداية يشكو المصاب من دوار وانزعاج وتوعك عام وضداع وصعوبة التركيز الذهني، وطنين الأذن وتقص السمع والرؤية، وهن عضلى، وخبل.

٢- يحدث للمصاب حالة إغماء.

٣- تحدث اضطرابات تنفسية مثل ضيق التنفس، وسرعة التنفس.

٤- تحدث اضطرابات قلبية مثل هبوط الضغط وسرعة النبض.

الإسعاف:

١- إعطاء المصاب الأكسجين بواسطة القناع لتنقية الدم من أول أكسيد الكربون.

٢- إجراء التنفس الصناعي للمصاب بعد تأمين سلامة المسالك التنفسية.

٣- إعطاء المصاب منشطات التنفس والدورة الدموية.

ثالثاً: التسمم عن طريق الجلد:

١- لدغة الأفعى:

يكثر لدغ الأفاعى في المناطق الحارة وعادة يكون اللدغ في القدمين واليدين، ويعتمد سمية سم الأفعى على انتشار السم في الجسم، عمق اللدغة، حجم السم الداخل للجسم، نوع الأفعى وحجمها، عمر الشخص وحساسيته ووجود جراثيم في فم الأفعى أو على جلد الشخص المصاب.

أعراض لدغة الأفعى السامة:

١- وجود أثر نابين.

٢- ألم شديد وسريع لا يظهر في حالة لدغ الأفعى غير السامة.

٣- تورم خلال دقائق في مكان اللدغة، فإذا لم يظهر هذا الورم خلال ٣٠ دقيقة تكون الأفعى غير سامة.

٤- ظهور بقع حمراء.

٥- زغللة النظر.

٦- غثيان أو قيء.

٧- نعاس.

٨- سيلان اللعاب.

٩- وهن ثم تعرق.

١٠- وأخيراً إغماء.

دا عبد الحكيم بن جواد المطر

الإسعافات الأولية للدغة الأفعى:

- ١- يمنع المصاب من الحركة ويوضع الطرف في مستوى أسفل من مستوى القلب، ويجب غسل مكان اللدغ بالماء.
 - ٢- يتم ربط الطرف الملدوغ برباط فوق مكان اللدغ على أن يكون الرباط بين اللدغة والقلب وذلك للإقلال من جريان السائل اللمفاوي بحيث لا يؤثر ذلك على توصيل الدم بالطرف الملدوغ، ويتم ذلك قبل مرور ٣٠ دقيقة على اللدغ. ويجب إبقاء الرباط حتى يتم إعطاء المصاب "الترياق المناسب".
 - ٣- جرح مكان اللدغة بشفرة نظيفة حادة، حتى يسيل الدم من مكان اللدغة ويعصر على الجلد حتى يمكن التخلص من أكبر كمية من السم، ثم يغسل مكان اللدغ بالماء والصابون وينشف ويربط.
 - ٤- يعطى المصاب المصل الخاص بسم الأفاعى.
 - ٥- يعالج المصاب بالمضادات الحيوية والمصل المضاد للتلوث.
- ### ٢- لدغة العقرب

يلدغ العقرب الإنسان بواسطة ذيله الذى يحمل السم، حيث يحمل الذيل فى آخر عقدة كيس للسم وإبرة واخزة حادة تتحرك فى جميع الاتجاهات.

أعراض الإصابة بلدغة العقرب:

- ١- يحدث ألم وحرقان فى مكان الوخز.
 - ٢- تشنج الحلق وشعور بثقل اللسان وعدم القدرة على الكلام.
 - ٣- قلق ومغص معوى وغثيان وتقيؤ.
 - ٥- ازدياد سيلان اللعاب والعرق.
 - ٦- سرعة دقات القلب والتنفس وانخفاض ضغط الدم.
- وقد تستمر هذه الأعراض لمدة ٢٤ - ٤٨ ساعة.

إسعاف لدغة العقرب:

- ١- تثبيت العضو المصاب ومنعه من الحركة.
- ٢- ربط العضو المصاب للحد من انتشار السم فوق منطقة اللدغ.

- ٣- وضع كمادات باردة أو ثلج لتسكين الألم.
- ٤- جرح منطقة اللدغ ومص الدم بواسطة كاسات الهواء.
- ٥- إعطاء المصاب مصل مضاد لسسم العقرب بشرط أن يتم ذلك خلال ساعتين وإلا فلا فائدة منه.
- ٦- في حالة القصور التنفسي، يتم إجراء التنفس الصناعي ويزود المصاب بالأكسجين.
- ٧- ولتجنب التشنجات، يحقن المصاب مهدئ مثل الفاليوم.
- ٨- يعطى المصاب مسكناً للألم ومخدر موضعى حول اللدغة.
٢. لدغ العناكب والحشرات:

أحد أنواع العناكب السامة تسمى "الأرملة السوداء" تكون سامة جداً، وسسم العنكبوت شديد السمية.

أعراض لدغة العنكبوت:

- ١- ألم بسيط يشتد تدريجياً.
- ٢- يتورم مكان اللدغة، وتصبح شاحبة اللون.
- ٣- آلام في الصدر والبطن والمفاصل.
- ٤- الشعور بالغثيان وازدياد إفراز اللعاب والعرق.
- ٥- تحدث صعوبة التنفس والضييق ثم تبدأ التقلصات العامة.
- إسعاف التسمم بلدغة العنكبوت:

- ١- منع المصاب من الحركة.
- ٢- وضع كمادات باردة أو ثلج على مكان الرخز.
- ٣- وضع رباط ضاغط وجرح منطقة اللدغ ومص الدم بواسطة كاسات الهواء.
- ٤- إعطاء المصاب المصل لسسم العنكبوت.
- ٥- إعطاء المصاب المحاليل المناسبة لحالته والأدوية الخاصة لعلاج المصاب من مضاعفات السسم.