الإسعافات الأولية للأطفال

شنطة الإسعافات

لابد من تواجدها فى كل التحركات مع استخدام المعدات المتاحة فى حالة عدم توافر شنطة الإسعاف (مثل الحزام فى تثبيت الكسور، أو الوشاح لتعليق يد مكسورة أو ربط جرح).  
عدة الإسعاف الأولى:   
- يجب أن تكون الشنطة بسيطة الشكل يسهل فتحها بسرعة عن طريق أى أحد فمثلا لاتكون شنطة بالأرقام (أو شنطة لها مفاتيح) فلا يستطيع فتحها إلاّ صاحبها الذى ربما يكون غير موجود.  
- توضع الأشياء بالترتيب داخل الشنطة بأماكن وجودها حتى يسهل الوصول إلى شىء بسهولة.  
محتويات الشنطة:   
(1) أدوات: مقص - ملقات أو جفت - دبابيس مشبك - ثرمومترللحرارة.  
(2) للغيارات: قطن - شاش - بلاستر.  
(3) مطهرات: منظف للجلد (مُطهر) - ميكروكروم - صبغة يود.  
(4) مراهم: - مضادات حيوية.- للحروق.- لحساسية الجلد.  
(5) قطرات للعين. (6) رباط ضاغط. (7) أدوية طوارىء.

القواعد الأساسية في الإسعاف الأولى:

إبعاد المصاب عن مصدر الخطر.  
2- فك الأربطة والأحزمة والملابس الضيقة  
3- تمزيق أو قص الملابس حول مكان الجرح أو الإصابة.  
4- إذا كان المصاب في حالة إغماء : إبحث عن أي جسم غريب في الفم كالأسنان الصناعية أو بقايا القيء وأزلها وأمل رأسه جانبا والى الأسفل إذا أمكن واجذب لسانه إلى الأمام حتى لا يختنق.  
5- إذا كان التنفس متوقفا أجر له تنفسا صناعيا من الفم للفم فورا.  
6- في حالة وجود نزف ظاهر يوقف النزف بالضغط على موضع النزف بالأصابع أو بقطعة قماش نظيفة أو يربط النازف في مكان أعلى من الجرح برباط ضاغط.  
7- في حالة الاشتباه في وجود نزف داخلي يجب الإسراع في نقل المصاب لمركز الرعاية الصحية، وعلامات النزف الداخلي هي : قلق المصاب، وشكواه من العطش، وسرعة تنفسه، وشحوب لونه وبرودة جلده وسرعة النبض وضعفه، مع عدم وجود إصابة ظاهرة.  
8- إذا كان في حالة ضربة شمس: (أي لا يوجد تعرق، حرارته مرتفعه، الجلد أحمر وساخن) يمدد المصاب بعيدا عن الشمس ورأسه أعلى من قدميه مع غمس أطرافه في ماء بارد مثلج.  
9- لا يعطى المغمى عليه أي شيء بالفم.

يضطر الوالدان حتماً الى مواجهة بعض الحوادث البسيطة التي يتعرض لها طفلهما اثناء نموه ويمكن ان تكون الحوادث في معظم الوقت جروحا قطعية غير خطيرة وكدمات

لكن يجب ان تكون الام مستعدة لمواجهة اية حوادث او طواريء خطيرة يمكن ان تقع لذلك يجب على الامهات والاباء ايضا ان يتعرفن على اساليب الاسعافات الاولية الاساسية للتعامل مع الحوادث بسرعة وكفاءة وهدوء

ولكي تجري الاسعافات الاولية بشكل مؤثر وفعال ستحتاجين الى فهم وممارسة الاساليب اللازمة للاسعافات الاولية في منزلك وان تكون الادوات المطلوبة في مكان يسهل الوصول اليه ولكن يجب ان تكون هذه الادوات بعيدا عن متناول يد طفلك وسوف تجدين قائمة بالمقابل بكل ما يمكن توفيره من ادوات لتضعيها في صندوق او درج مخصص لذلك ولتكون جاهزة دائما لاي طاريء

ما هى الإسعافات الأولية:

الإسعافات الأولية:  
هى أول ما يُقدم إلى المصاب أو المريض بمرض مفاجىء من عناية ومساعدة حتى وصول الخبرة الطبية (الإسعاف أو الطبيب) أو لحين نقله إلى المستشفى.  
كن مستعدا:   
- فى أى وقت.  
- فى أى مكان؛ معسكر - صحراء – شاطىء.  
- لأى إصابة أو مرض مفاجىء.  
- شروط لابد من توافرها بالمسعف:   
- هدوء الأعصاب.  
- سرعة البديهة وسرعة التصرف.  
- الثقة بالنفس والشجاعة دون اضطراب أو توتر وانعكاس ذلك على المصاب نفسة بطمأنته وتبسيط الأمور له ونزع التوتر منه.  
- الإحاطة بما ينبغى عمله.  
- عدم تعريض النفس للخطر، فلا يحاول إنقاذ غريق إذا كان لايعرف العوم - أو محاولة إطفاء الحرائق دون حماية النفس بالطرق السليمة.

كيف تحمل شخصاً مصاباً:

- يمكنك عمل كرسى من يديك ويدى زميل على أن يجلس عليه المصاب ثم يمسك المصاب بيديه حول رقبة كل منكما.  
- أما إذا كان المصاب غير قادر على حفظ توازنه يمكن استخدام ثلاثة أيادى فقط أما اليد الرابعة فتكون خلف ظهر المريض كمسند.  
- أما إذا كانت بمفردك قف بجانب المصاب من الجهة التى أصيب بها ثم تحيط ظهره بذراعك وتضع ذراعه حول عنقك مع القبض على رسغ هذه الذراع.   
- إسعاف الطفل فاقد الوعي   
قم بوضع الطفل على ظهره ووجهه متجها نحو الجانب ثم ارفع ساقي الطفل لمستوى اعلى من مستوى الرأس ولا تعطي الطفل اي شيء عن طريق الفم ثم اتصل بالطبيب اذا لم يستعد الطفل وعيه خلال دقائق   
إسعاف الكسور والرضوض

الحروق   
:الحروق البسيطة دون فقاعات

إغسل مكان الحرق بماء بارد ثم قم بتغطية الحرق بقطعة قماش طرية و مبللة بماء بارد حتى يزول الألم و تكفي عادة مدة خمسة عشر دقيقة و يجب عدم وضع الجليد على الحرق

الحروق المترافقة بالفقاعات

إغسل مكان الحرق بماء بارد ولا تخرب الفقاعات ثم اتصل بالطبيب ولا تغطي الحرق وكل حرق في الوجه او اليدين او القدمين او الأعضاء التناسلية يجب ان يتم مشاهدته من قبل الطبيب في اقرب وقت

الحروق الكبيرة او العميقة

اتصل بالإسعاف مباشرة او قم باسعاف الطفل المحروق بنفسك وريثما يحضر الإسعاف قم بازالة كافة الالبسة من على جسم الطفل ولا تقم بوضع اية ادوية او مواد منزلية على الحرق و يمكن تغطية الطفل ببطانية حتى يتم اسعافه

الحروق الكهربائية والكيماوية

إفصل مصدر الكهرباء أولا و لا تحاول لمس الطفل بيدك المجردة ولكن حاول ابعاد الطفل عن مصدر الكهرباء بقطعة خشب جافة او بقطعة قماش سميكة وجافة و بالنسبة للحروق الناجمة عن المواد الكيماوية تسعف بشكل اولي بسكب الماء النظيف عليها و جميع الحروق الكهربائية وال كيماوية يجب ان تشاهد لاحقا من قبل الطبيب

إسعاف الإختلاجات

أبعد الطفل المصاب بالاختلاج عن كل ما يؤذيه و اجعله مستلقيا على احد جانبيه و اجري له تنفسا اصطناعيا اذا كان لا يتنفس او كان مزرقا و لا تضع اي شيء في فم الطفل و قم باخراج اي بقايا طعامية من فم الطفل و اتصل بالطبيب اذا استمر الاختلاج

إسعاف اذيات العين

اذا تعرضت العين لاي مادة كيماوية قم بغسل العين بماء نظيف وبشكل متكرر ولمدة خمسة عشر دقيقة ثم اتصل بالطبيب او بمركز السموم ويجب ان تشاهد اذيات العين من قبل الطبيب في كل الحالات و لا تحول لمس او تدليك العين المتأذية و لا تضع اية قطرة عينية اما اذا لاحظت وجود جسم اجنبي في العين فاتركه ولا تحاول نزعه فقط قم بتغطية العين وااحضار الطفل للمشفى.

إسعاف الطفل فاقد الوعي

قم بوضع الطفل على ظهره و وجهه متجها نحو الجانب ثم ارفع ساقي الطفل لمستوى اعلى من مستوى الرأس و لا تعطي الطفل اي شيء عن طريق الفم ثم اتصل بالطبيب اذا لم يستعد الطفل وعيه خلال دقائق

إسعاف الطفل المصاب بارتفاع في درجة الحرارة

تعتبر درجة حرارة الطفل مرتفعة اذا كانت اكثر من37.5 درجة مئوية و يكون ملمس جلد الطفل عندها حارا او يكون الطفل مصابا بالقشعريرة او التعرق و يفضل دائما قياس درجة حرارة الطفل و كإجراء اولي قم باعطاءالطفل احد الادوية الخافضة للحرارة التي يصفها طبيب الأطفال عادة وافضلها تحاميل السيتامول او شراب البروفين ولا تعط الطفل الأسبيرين خاصة في حالات الكريب وجدري الماء و لا تضع كمادات الماء البارد او الثلج او الكحول على جسم الطفل اما اذا كانت حرارة جسم الطفل مرتفعة بسبب تعرضه لاشعة الشمس لفترة طويلة فقم بنقل الطفل الى مكان اكثر برودة و اعطه الكثير من السوائل و أخيرا تذكر دوما ان الحرارة ليست مرضا بحد ذاتها و انما هي احد اعراض المرض ولابد من مراجعة الطبيب لمعرفة سبب الحرارة خاصة اذا كان عمر الطفل اقل من ثلاثة اشهر

إسعاف الكسور و الرضوض

لا تقم بتحريك الطفل الذي يشتبه باصابته بكسر في العنق او في العمود الفقري لان تحريكه قد يسبب له أذية خطيرة ودائمة و يجب ان تشتبه بوجود كسر عندما يتعرض طفل ما لحادث سقوط او رض و عند وجود الم و تورم او تشوه في ناحية الرض كذلك عندما يسبب تحريك الطرف الما للطفل وهنا يجب عدم تحريك الطرف قبل تثبيته و اطلب الاسعاف بعد تثبيت الطرف المكسور و يمكنك وضع كمادات من الماء البارد ريثما يحضر الاسعاف

إسعاف الطفل بعد تعرضه لضربة على الرأس

لا تقم بتحريك الطفل الذي يشتبه بإصابته بأذية في الرأس او العنق او العمود الفقري لان اي حركة للطفل هنا قد تؤذيه وتسبب أذية خطيرة و يجب عليك فقط طلب الطبيب او الاسعاف خاصة اذا كان لدى الطفل اي مما يلي فقد وعي او ميل شديد للنوم صداع مستمر او اقياءات عدم القدرة على تحريك احد الأطراف سيلان الدم او سيلان سائل اصفر من الانف او من الاذن عند وجود الاختلاجات عند وجود اضطراب في الوعي او السوك او الكلام.

إسعاف الرعاف

ضع الطفل بوضعية الجلوس و الراس للاسفل قليلا ثم قم بضغط الانف بين اصبعيك ولمدة عشرة دقائق و يفضل ان تقوم بمعايرة الوقت بالساعة و اذا استمر الرعاف بعد الضغط لعشرة دقائق يجب مراجعة الطبيب

النزيف الخارجي

النزيف الشرياني  
هو الدم الذي يخرج من الشرايين ويتميز بلونه الاحمر الفاتح لانه مشبع بالاكسجين والنزيف لايتخثر فيه بسرعه ويكون تدفقه سريع جدا لهذا يكون النزيف الشرياني اخطر انواع النزيف ويجب ايقافه بسرعه واخد التدابير الازمه لايقافه  
النزيف الوريدي  
هو الدم الذي يخرج من الوريد ويكون لونه احمر داكن لعدم وجود الاكسجين ويكون ثابت التدفق وعادة يسهل ايقافه اسرع من النزيف الشرياني ويجب ان ننوه ان النزيف من الاورده العميقه قد يكون غزيرا ويصعب ايقافه مثل النزيف الشرياني لذا على اي حال يجب ايقاف النزيف الوريدي

النزيف الشعيري  
هو الدم الخارج من الشعيرات الدمويه وهو شبيه في لونه بالدم الوريدي وهذا النوع من النزيف لايشكل خطوره في الحال وغالبا مايتوقف لوحده لكن يجب ايقافه وتطهيره لعدم التهابه.

إسعاف الطفل المتسمم

قم باسعاف الطفل الى الطبيب او الى اقرب مشفى اذا كان لدى الطفل المتسمم اي مما يلي

فقد للوعي ميل للنوم إختلاجات صعوبة في التنفس

اسعاف الطفل الذي تناول المادة السامة عن طريق الفم

كل مادة يبتلعها الطفل غير الاغذية تعتبر حالة تسمم خطيرة و عليك عندها الإتصال بمركز التسممات و لا تجبر الطفل على الإقياء لا بعد استشارة الطبيب لان الاقياء قد يؤذي الطفل

إسعاف الطفل المتعرض للغازات والابخرة السامة ، أخرج الطفل الى مكان بعيد عن الدخان حيث يوجد هواء نقي ثم اتصل بالطبيب واذا توقف تنفس الطفل ابدأ بالتنفس الإصطناعي حتى يصل الاسعاف

التسممات عبر الجلد

اذا تعرض جلد الطفل لمادة سامة مثل الاسيد او المبيدات الحشرية قم عندها بازالة هذه المادة من على جلد الطفل و انزع الملابس الملوثة ثم اغسل الجلد المصاب بكميات كبيرة من الماء و الصابون ثم اتصل بالطبيب.

اسعاف الجروح و الكدمات

تأكد دوما من تلقي الطفل للجرعات الكاملة من لقاح الكزاز.

الكدمة هي رض على النسج الرخوة تتظاهر على شكل احمرار او ازرقاق في الجلد مع تورم ولكن دون وجود جرح صريح ويتم اسعاف الكدمة بوضع كمادات الماء االبارد فوق الكدمة لمدة نصف ساعة اما اذا كانت الكدمة كبيرة او هناك تهتك في النسج فيجب الاتصال بالطبيب

اسعاف الجروح القاطعة

قم بتطبيق الضغط على الجرح النازف بقطعة قماش نظيفة و ذلك لايقاف النزف اولا اما اذا كان الجرح كبيرا وعميقا فاتصل بالطبيب مع الاستمرار بالضغط والجروح الصغيرة يمكن غسلها بالماء والصابون ثم تغطى بشاش معقم ام الجروح الكبيرة فتخاط من قبل الطبيب  
الخدوش والكشوط تغسل بالماء والصابون ثم تغطى بشاش معقم غير لاصق كالذي تغطى به الحروق الجروح الناجمة عن الشظايا تغسل بالماء والصابون ولا تقم بنزع الشضايا الكبيرة اما الشظايا الصغيرة فيمكن ازالتها بملقط نظيف ، الجروح الواخزة كالجروح الناجمة عن السكين وهنا لا تقم بنزع الجسم الغريب الذي انغرز في الجسم اذا كان هذا الجسم كبيرا كالسكين و انما اتركه مكانه في جسم الطفل حتى يتم اسعافه و الجروح الواخزة الصغيرة تغسل بالماء والصابون و يجب اعطاء الطفل المصل المضاد للكزاز اذا كان عمره اكثر من خمسة سنوات

إسعاف لدغات الحشرات

قم بازالة ذيل الحشرة من مكان اللدغ ثم ضع كمادة ماء بارد لتخيف الالم ويجب عليك اسعاف الطفل الملدوغ الى الطبيب في حال ظهور اي مما يلي

الشرى او طفح جلدي اقياء ضيق نفس حالة اغماء

لدغة العقرب

تأكد اولا من عدم وجود العقرب في مكان قريب ثم طبق كمادات الماء البارد مكان اللدغة ثم اسعف الطفل الى اقرب طبيب  
في حالات لدغة الافعى هنا يجب عدم وضع الماء البارد مكان اللدغة فقط اجعل الطفل بوضعية يكون فيها مكان اللدغة اخفض من القلب وقم باسغاف الطفل الى اقرب مشفى.

اسعاف إصابات الأسنان عند الأطفال

الاسنان اللبنية

في حال حدوث كسر او خلع لاحد الاسنان اللبنية عند الطفل قم بضغط مكان النزف بقطعة شاش نظيفة وراجع طبيب الاسنان

الاسنان الدائمة

في حال انخلاع احد الاسنان الدائمة للطفل يجب عليك ايجاد هذا السن و مسكه بلطف من مكان بعيد عن جذر السن و قم بوضع السن في مكانه الطبيعي حيث كان في فم الطفل مع تطبيق ضغط خفيف و اذا لم تتطع وضع السن في مكانه في قم الطفل ضعه في كأس من حليب البقر و اذهب به مباشرة الى طبيب الاسنان ليعيد السن الى مكانه في اسرع وقت ممكن اما اذا كان السن مكسورا فاجمع قطع السن و اضغط مكان السن بقطعة شاش حتى يتوقف النزف وراجع طبيب الاسنان.

إسعاف الطفل الرضيع في حالات الشردقة او الاستنشاق

تعتبر هذه الحالة من الحالات الاسعافية الهامة التي يمكن ان تنقذ حياة طفل اذا كان المسعف متدربا عليها و تذكر ان اهم شيء في هذه الحالة هو تأمين وصول الهواء الى الرئتين

المقصود بالشردقة او الاستنشاق هو دخول جسم اجنبي الى مجرى التنفس عند الطفل وهي تكثر خلال السنوات الاولى خاصة في بدء المشي و اكثر الاجسام الاجنبية التي يستنشقها الاطفال هي قطع النقود والمكسرات مثل البزر و الفستق لذلك ينصح بعدم ترك المكسرات بين يدي الاطفال الصغار و ما يحدث عادة هو ان الطفل اثناء اللعب يصاب فجأة بشعور من الإختناق والغصة و الزرقة نتيجة دخول الجسم الاجنبي في مجرى الهواء اذا كان الطفل بعد الاستنشاق طبيعيا يبكي ويسعل ويتكلم فلا تقم بأي اجراء و لكن اتصل بالطبيب

أما اذا اصيب الطفل اثر الاستنشاق بالاختناق واصبح مزرقا و غير قادرا على التنفس فاتبع الخطوات التالية بدقة ابطح الطفل على راحة كفك اليسرى وراسه متدلي للاسفل ثم اصفع ظهر الطفل براحة كفك اليمنى و لخمس مرات متتالية بحيث تكون الصفعة بين لوحي الكتف للطفل

و بعد ان تنهي الخمس صفعات اقلب الطفل بحيث يصبح وجهه للاعلى و ثبت اصبعين من اصابعك على منتصف عظم القص وقم بجراء خمس ضغطات متتالية لصدر الطفل وهذا يسمى تمسيد القلب ثم كرر الخطوتان السابقتان اي صفع الظهر ثم تمسيد القلب حتى يتم خروج الجسم الاجنبي من فم الطفل و يعود تنفس الطفل طبيعيا

اما اذا فشلت عدة محاولات و بقي الطفل فاقدا للوعي فعليك القيام بما يلي

ضع الطفل على الارض و افتح فم الطفل و حاول ان تشاهد الجسم الغريب و استخرجه باصبعيك ثم قم بإمالة راس الطفل للخلف قليلا و طبق التنفس الاصطناعي كما سيرد في الفقرة التالية CPRالانعاش القلبي الرئوي للطفل او التنفس الاصطناعي او ال المقصود بالانعاش القلبي الرئوي هو تقديم التهوية والتمسيد القلبي للطفل الذي اصيب بتوقف القلب والتنفس حتى يعودان للعمل بشكل طبيعي

و عليك اتباع الخطوات التالية بدقة عند قيامك بعملية الانعاش   
ابطح الطفل على الارض ووجهه للاعلى واجعل راس الطفل مائلا للخلف قليلا وطبق فمك على فم الطفل الرضيع بحيث تحيط شفتاك بفم وانف الطفل بشكل محكم و كامل و ابدأ بنفخ الهواء وركز نظرك اثناء النفخ على بطن الطفل ويكون نفخ الهواء اولا لمرتين فقط بعد ذلك نتابع حسب دخول الهواء الى الرئتين او عدم دخوله اذا ارتفع بطن الطفل بعد نفخ الهواء فهذا دليل على وصول الهواء الى الرئتين

عندها قم بتحري نبض الطفل فاذا كان النبض موجودا استمر بنفخ الهواء ببطء اي مرة كل ثلاث ثواني و استمر بانعاش الطفل طالما ان النبض موجودا حتى يصل فريق الاسعاف

اما اذا كان النبض غائبا فعليك البدء بتمسيد القلب و ذلك بوضع اصبعين من اصابعك على منتصف عظم االقص والقيام بخمس ضغطات للقلب و بعد كل خمس حركات تمسيد يجب نفخ الهواء لمرة واحدة و هكذا اي كرر هذه العملية حتى تشعر بان النبض قد عاد

أما اذا كان بطن الطفل لا يرتفع عند نفخ الهواء فهذا دليل على عدم وصول الهواء الى الرئتين عندها قم بإمالة راس الطفل الى الخلف قليلا وانفخ الهواء في فم الطفل لمرتين ثم ضع الطفل الرضيع على كفة يدك و اصفع ظهر الطفل بخمس صفعات متتالية بين لوحي الكتف ثم اقلب الطفل واجري تمسيد القلب من جديد بخمس ضغطات على منتصف عظم القص

ثم افتح فم الطفل وحاول ان تستخرج الجسم الغريب من فم الطفل وكرر عملية نفخ الهواء وتمسيد القلب بمعدل نفخة لكل خمسة ضغطات على الصدر حتى يعود القلب للعمل او يصل الاسعاف.

اسعاف الطفل الكبير المصاب بالشردقة

المقصود بالطفل الكبير الاطفال اكثر من ثلاث سنوات  
اذا كان الطفل بعد الشردقة يسعل ويبكي ويتكلم بشكل طبيعي فلا داع لاي اجراء و لكن اتصل بالطبيب اما اذا كان الطفل غير قادر على التنفس فقم بما يلي:

قف خلف الطفل و امسك كفيك ببعضهما بحيث تكونان فوق معدة الطفل ثم قم بجراء خمسة ضغطات قوية على بطن الطفل اي بضمه اليك بشدة حتى تشعر بخروج الجسم الاجنبي من فم الطفل وكرر هذه العملية اذا فشلت المحاولات الاولى او حتى يفقد الطفل الوعي

واذا فشلت كل المحاولات وفقد الطفل وعيه انتقل لاجراء الإنعاش القلبي التنفسي وذلك كما يلي

ضع الطفل على الارض واجعل راسه مائلا للخلف قليلا وافتح فم الطفل وحاول ان تستخرج الجسم الاجنبي من فم الطفل ثم ابدأ بالتنفس الاصطناعي و انفخ نفختين في فم الطفل بحيث تغلق يدك الييسرى انف الطفل اثناء نفخ الهواء فاذا ارتفع صدر الطفل عند نفخ الهواء تحرى عندها وجود النبض فاذا كان انبض موجودا استمر بنفخ الهواء كل ثلاث ثواني و تحرى وجود النبض كل دقيقة واستمر بعملية التنفس طالما ان النبض موجودا

اما اذا كان النبض غائبا فابدأ بتمسيد القلب لخمس ضغطات مقابل كل حركة تنفس واحدة ويكون تمسيد القلب عند الطفل الكبير بوضع كفة اليد على منتصف عظم القص

اما اذا كان صدر الطفل لا يرتفع عند نفخ الهواء فاعد امالة راس الطفل للخلف قليلا وحول استخراج الجسم الاجنبي باصابعك واعد عملية التنفس والتمسيد حتى يصل فريق الاسعاف