

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

مسا بقا صحبة

أمامك أيها القارئ الكريم مجموعة من الأسئلة في مجال الصحة الإسلامية والعامة
والإسعاف الأولي والإنقاذ والصحة الرياضية..
من استوعب ما فيها كان على علم صحي جيد، إضافة إلى ملء وقت الفراغ بالمفيد
النافع، وهي جزء أول سيتبعها ثان بإذن الله
فيا حبذا قراءتها وفهمها وحفظها وتطبيقها
والله ولي الهداية والتوفيق

مصطفى طه رضوان

الأسئلة والأجوبة :

هل العلاج أهم أم الوقاية ؟

الوقاية أهم من العلاج

ما هو القول المأثور في الوقاية؟

درهم وقاية خير من قنطار علاج

ما هو أساس الصحة؟

النظافة

ما هو التوجيه النبوي في النظافة؟

(النظافة من الإيمان)

ما هو أعظم مبدأ صحي وقائي في العالم؟

هو مبدأ الطهارة الإسلامي

من أي شيء ينظف المسلم؟

من النجاسات

ما هي النجاسة المغلظة؟

البول والبراز

ما هو المصدر الأول لجراثيم الأمراض والديدان؟

البراز والبول

متى يجب أن نغسل أيدينا بالماء والصابون ؟

بعد الحمام - قبل الطعام وبعده

كيف يكون السكن صحياً؟

إذا كانت تدخله الشمس، وتهويته جيدة

ما هي مصادر التلوث العادي للطعام؟

الغبار - الأيدي الوسخة - الأواني الوسخة

ما هي الشروط الصحية للإناء؟

غير مشرّخ أو مثلّم وغير قابل للصدأ

ما هي فوائد الكمادات الباردة؟

تخفف الحرارة والصدمة والورم في العين

ما هي فوائد الكمادات الساخنة؟

تفيد في معالجة الأورام والمغص الكلوي والالتهابات الجلدية

ما هي فوائد الحقنة الشرجية؟

تفيد في معالجة الإمساك - وألام البطن

ما هو السائل المفضل للحقنة الشرجية؟

ماء ساخن - مغلي البابونج - مع قليل من الزيت

من أين نقيس حرارة المريض؟

من تحت اللسان

من أين نقيس حرارة الأطفال الصغار؟

من الشرج

كيف نضبط النبض؟

بالضغط على احد الشرايين

كيف نتأكد من التنفس؟

من حركة الصدر - وتحسس هواء الزفير

كم عدد نبضات القلب الطبيعي؟

72 نبضة في الدقيقة

كم عدد مرات التنفس في الدقيقة؟

من 15-18 مرة ، تزيد في الحمى والطفل 30 مرة في الدقيقة

كم هي الحرارة الطبيعية للإنسان؟

37م درجة مئوية

كيف نسهف الجروح السطحية؟

ننظف الجرح - نوقف التزيف بالضغط ثم يغسل الجرح ويطهر ويوضع عليه بودرة سلفاميد، ويضمد

كيف نسهف الجروح العميقة؟

ننظف الجرح - وتوقف التزيف- وتنقله للمستشفى

ما هو الزيف؟

هو خروج الدم خارج الأوردة والشرايين لوجود فتحة كجرح ...

ما هي أنواع النزيف حسب مصدره؟

نزيف وريد ونزيف شرياني

ما هي أنواع النزيف حسب مكانه؟

نزيف خارجي - نزيف داخلي

ما هو النزيف الداخلي؟

هو انصباب الدم داخل احد اجواف الجسم

ما هي أهم اعراض النزيف؟

اصفرار - جفاف الفم - ظمأ - انخفاض الحرارة - دوخة - طنين في الأذنين - إغماء

كيف نسعف النزيف الشرياني في احد الأطراف؟

نكشف المكان - نرفع الطرف إلى الأعلى - نضغط على مكان التزيف بقطعة قماش

إذا لم يتوقف النزيف بالضغط عليه ماذا نفعل؟

يستعمل رباط قوي أعلى الجرح وأسفله في التزيف الوريدي

ما هي علامات فساد المعلبات؟

انتفاخ العلبة - انتهاء الصلاحية - صدأ من الداخل - رائحة كريهة - تغيير لون المادة الغذائية

ما هي علامة فساد اللحم؟

تغيير اللون - رائحة كريهة - يصبح القوام هشاً

ما هي علامات فساد الطعام؟

تغيير القوام - رائحة كريهة - تغير الطعم

ما هي علامات فساد الحليب المجفف؟

ظهور رطوبة وتكتل - انتهاء تاريخ الصلاحية إضافة غلى علامات الفساد العامة

ما هي أضرار الغبار والأتربة؟

تؤذي العيون - تضر الجهاز التنفسي - تلوث الأطعمة المكشوفة

ما هي أسباب تسوس الأسنان؟

تراكم بقايا الطعام بين الأسنان وتعفنها

كيف نحمي أسناننا من التسوس؟

بتنظيفها عدة مرات في اليوم بالفرشاة والمعجون أو السواك

أين يتوالد الذباب؟

في القمامات والأوساخ الرطبة

ما هي الأمراض التي ينقلها الذباب للإنسان؟

مرض الرمد الصديدي- مرض التراخوما- مرض الاسهالات وغيرها

كيف نكافح الذباب؟

بالتخلص من القمامة- وضع سلك على النوافذ - رش بعض المبيدات

كيف ينتقل مرض الملاريا؟

بواسطة بعوض يدعى الانوفيل

كيف نكافح مرض الملاريا؟

بمكافحة البعوض - ومعالجة المصابين

ما فائدة تعلم الإسعاف الأولي؟

ليخدم الإنسان نفسه وأهله ومجتمعه

ما هي أهم أهداف الإسعاف الأولي؟

الحفاظ على حياة المصاب - تخفيف آلامه - منع حدوث مضاعفات - إيصاله للمستشفى

ما هي أعراض نقص فيتامين A؟

عشى ليلي - جفاف العين

ما أهمية فيتامين للعيون؟

قوة الإبصار - حسن عمل العين

ما هي أفضل مصادر فيتامين؟

الجزر - الأوراق الخضراء - اللبن - البيض

كيف نوقف النزيف الخارجي؟

يرقد المصاب - نكشف عن الجرح - يضغط فوقه بقطعة قماش معقم ويربط برباط محكم

ما هو السبب الرئيسي للإغماء؟

ضعف وقي في القلب - عدم وصول الدم الكافي للدماغ - توقف مؤقت للجهاز العصبي والدورة الدموية

ما هي الأسباب الأساسية للإغماء؟

الصدمة النفسية، الصدمة العصبية، إغماء سكري، تسمم، صرع

ما هو إسعاف الإغماء لسبب الصدمة؟

يضعج المريض - ترفع رجلاه - ينشق محلول نشادر

كيف نحدد سبب الإغماء؟

بواسطة النظرة المتفحصة للمصاب وما حوله ومن لون وجه المصاب

كيف نسعف المصاب بالإغماء؟

يضعح - يفحص - يدفأ - ترفع الأطراف السفلى - ينشق مواد منبهة - يعطي سوائل ساخنة اذا

أفاق

علام يدل الازرقاق في وجه المغمى عليه ؟

يدل على الإصابة بالاختناق

علام يدل الاحمرار في وجه المغمى عليه؟

يدل على انه إغماء سكري، أو ضربة شمس

علام يدل ابيضاض وجه المغمى عليه؟

يدل على انه إغماء بسبب الترف أو الإصابات

متى يكون تنفس المغمى عليه سريعاً وغير عميق؟

في حال الإغماء بسبب الصدمة

ما هو الصرع ؟

هو حالة فقد التوازن أو الوعي نتيجة هيجان في خلايا الدماغ

ما هي أسباب الصرع؟

من أسبابه: إصابات الرأس - تلف بعض خلايا الدماغ - التهابات وأورام - عامل وراثي

هل يشكل المصاب بالصرع خطراً على الآخرين؟

لا يشكل أي خطر على الآخرين، لأنه مرض غير معد

ما هو واجب المسعف حيال المصاب بنوبة صرع؟

يحميه من إيذاء نفسه، ويبعد عنه أذى الغير ويراقبه بحدوء حتى يصحو

ما هو الاختناق ؟

هو توقف التنفس لوجود عائق في مجرى النفس، أو تسمم الهواء

ما هي أسباب الاختناق؟

انسداد مجرى النفس - غازات ودخان - شلل عضلات التنفس - ثقب جدار الصدر

ما هي حالات انسداد مجرى النفس؟

جسم غريب مثل لقمة - مخاط كثيف - اغشي الحنق - ضغط خارجي - غرق

ما هي أعراض الاختناق؟

صعوبة في التنفس - عدم القدرة على الكلام - سعال - احمرار وجه - تهيج - الإغماء

كم يحتمل الإنسان بدون تنفس؟

يحتمل ما بين 3-7 دقائق فقط

ما هي الإجراءات الإسعافات الأولى للمصاب باختناق؟

معرفة سبب الاختناق - أبعاده عن مصدر الخطر - تحرير مجرى النفس

متى نقوم بإجراء عملية التنفس الصناعي؟

عندما نجد أن التنفس متوقف وبعد أن نحرر مجرى النفس

كيف نسعف المصاب باختناق الغازات؟

تفتح النوافذ والأبواب - ننقل المصاب إلى مكان طلق - يحرر مجرى النفس - يدفأ المصاب

كيف نسعف المصاب باختناق بسبب الغرق؟

يحرر مجرى النفس، نعمل على إفراغ الماء من جوفه - يدفأ - يشمم نشادر

هل يعمل للغريق تنفس صناعي بعد إسعافه؟

إذا كان تنفسه متوقفا

كيف نسعف المصاب باختناق بانسداد مجرى النفس؟

نميله إلى الأمام كثيرا ونضربه بين كتفيه عدة ضربات

كيف نسعف الطفل المصاب باختناق لانسداد مجرى النفس؟

نضعه على الركبتيين ووجهه إلى الأسفل، ورأسه متدل، ونضربه بقوة مناسبة بين كتفيه

كيف نسعف الطفل دون سنتين المصاب باختناق بانسداد مجرى النفس؟

نحمله من رجليه بيد ونضربه بالأخرى بقوة مناسبة على ظهره

كيف نسعف المصاب باختناق بانسداد مجرى النفس وهو ملقى على الأرض؟

إلقاءه على ظهره، ويضع المسعف يديه فوق بعضهما ويضغط على معدة المصاب والى أعلى

ماذا يحدث للمريض بالغرق؟

ذعر شديد - تحبط - يدخل الماء جوفه ورئتيه - يفقد وعيه - يتوقف تنفسه - (يموت)

ما هي الأمور التي تحدد مصير الغريق؟

سرعة إنقاذه - تحرير مجرى التنفس - قوة احتماله - نوع الماء - سرعة وصوله للمستشفى

ما هي أسباب كسور العظام؟

ضعف وراثي - إصابة مرضية - حوادث

ما هي أنواع الكسور؟

بسيط - شرح - متبدل - مضاعف - مفتوح

ما هي أعراض الكسر؟

الم شديد - ورم - التواء - صوت احتكاك العظم

ما هي الغاية من إسعاف الكسور؟

منع المزيد من الضرر - تخفيف الألم - معالجة الصدمة - نقل المصاب إلى المستشفى

كيف نسعف كسور الطرفين العلويين؟

يثبت الطرف المصاب على الجذع، وفي كسر الساعد يعمل جبيرة مبتكرة

ما هي الجبيرة المبتكرة؟

هي ربط الطرف المصاب إلى أية أداة مستقيمة مثل: مسطرة - عصا - مظلة

كيف نسعف كسور الطرفين السفليين؟

ربط العضو المصاب مع نظيره، أو عمل جبيرة مبتكرة - نقل المصاب إلى المستشفى

كيف نسعف الكسر المفتوح؟

مزق الثياب عن مكان الإصابة، أوقف النزيف، ثبت العضو المصاب بجبيرة مبتكرة، انقله إلى المستشفى

ما هي الجبيرة الذاتية؟

هي أن يربط العضو المصاب ويثبت إلى عضو سليم

كيف نسعف كسور الفك السفلي؟

نرفع الفك برفق، ونثبتته مع الفك العلوي برباط مناسب، وننقله إلى المستشفى

كيف نسعف كسر عظم الترقوة؟

نضع وسادة صغيرة تحت إبط المصاب ونثبت الذراع إلى العضد ونعلقها في العنق

كيف نسعف كسور الأضلاع؟

نلف الصدر والكتف جهة الإصابة بأربطة ضاغطة - وتعمل لصقت تثبيت

كيف يصنف الرياضيون؟

حسب: العمر - الجنس - المستوى التدريبي - التواصل ..

ما هي المعلومات المطلوبة عن الرياضيين؟

وضعيته، عمله، بنيته الجسمية والعقلية و تاريخه المرضي ...

ماذا يتم تحديده من خلال الفحص الطبي للرياضيين؟

القوام- سلامة الأجهزة والتشوهات (جنف، حذب، قص احد الساقين) السلامة من مرض القلب

ما الذي يجب الانتباه له في مراحل التدريب الرياضية الأولى؟

ضيق النفس - ألم الصدر- حس الدوار - العرج المتقطع

ما هي أهم أسباب إصابات الرياضيين؟

الحماس الزائد- الإسراع وإطالة التمارين - عنف التمارين - سوء التدريب وسوء الحذاء

ما هي طرق مكافحة النار؟

التبريد كيماويا- الخنق بالماء والتراب والكيماويات- الحصر والعزل

كيف نطفئ نارا اشتعلت في ثياب إنسان؟

نلفه ببطانية ويفضل أن تكون مبللة ويضع أرضا

ما هي الوسائل المستخدمة في مكافحة الحريق؟

تيار الماء أو رذاذة - مركبات كيماوية - المواد الطبيعية : تراب، رمل .. وغيره

ما هي الأمور التي يجب أن نحذر منها أثناء الحريق؟

احذر انغلاق الأبواب خلفك- أو أن يصل لهب النار إلى ثيابك

ما هي أهم الأعمال أثناء الحريق؟

أغلق أنبوبة الغاز - افصل الكهرباء - اخرج المادة المشتعلة وألفها بعيدا- ابعد الأطفال - غادر المكان حال الخطر

ما الذي يجب الانتباه إليه حال الحريق؟

الهدوء - إطفاء الحريق الصغير- طلب المعونة في الحريق الكبير- توزيع الأعمال

لماذا يسير المنقذ قرب الجدار حال الحريق؟

خوف سقوط السقف

ما هي وسيلة الاتصال بين المنقذ والناس خارجا؟

حبل الدليل وإشارات خاصة به

ما هو البديل عن قناع المنقذ في الحريق؟

المنديل المبلول

لماذا يفضل دخول منقذين إلى مكان الحريق؟

ليسيرا خلف بعضهما على مسافة معينة، وينبه احديهما الأخر إلى أي خطر محتمل

لماذا يفضل للمنقذ حال الحريق أن يدخل ويخرج منحنياً؟

لان الدخان وغازات الاحتراق تكون متجمعة في الأعلى والهواء النقي في الأسفل

ما هي درجات الحروق؟

درجة أولى: حروق – الثانية: حروق متوسطة- الثالثة: حروق عميقة

كيف نسعف حروق الدرجة الاولى؟

نصب عليها ماء بارداً أو نغمسها فيه دقائق ثم تطهر وتدهن بمزيج من الكريم أو ميكروكروم

كيف نسعف حروق الدرجة الثانية؟

ينظف الحروق بماء معقم ومطهر- تقص الزوائد- يوضع شاش مشبع ويضمّد

كيف نسعف حروق الدرجة الثالثة؟

نسعف الصدمة – يخفف الألم- تتخذ احتياطات الطهارة – ينقل المصاب للمستشفى

كيف نسعف حروق الوجه؟

ينظف الفم والعينين- ينقل المصاب إلى المستشفى

كيف نسعف حروق العين؟

ضع نقطة زيت زيتون في العين، اربطها برباط سميك، انقل المصاب إلى المستشفى

كيف نسعف حروق الأطراف؟

نقطع الخواتم ويترع الحذاء، وتجبر الأصابع في وضع سليم وتضمّد بضماد حرق، أو ينقل للمستشفى

كيف نسعف حروق الفم والبلعوم لدى الكبار؟

كمادات ساخنة على الرقبة- تناول سوائل مثلجة – ينقل إلى المستشفى

ما هي أعراض حروق الفم والبلعوم عند تناول مواد ساخنة أو كاوية؟

تورم وضييق في الحنجرة قد يؤدي إلى الاختناق

ما هو الملتخ؟

هو تمزق لرباط أو أكثر من أربطة المفصل نتيجة زحزة مؤقتة لعظم المفصل وعودته إلى مكانه

كيف نسعف الملتخ؟

تعمل كمادات باردة- يثبت المفصل برباط ضاغط سليم ومريح

ما هي الطريقة الثانية لإسعاف الرعاف؟

يضغط الأنف من الجانبين باليد مدة خمس دقائق

ما هي الطريقة الثالثة لإسعاف الرعاف؟

تبلى قطعة شاش بالادريينالين وتحشى في الأنف

متى يكون الحرق خطيرا؟

إذا كان يشمل 15% من مساحة جسم الكبير أو 10% من جسم الغلام الصغير

متى يكون الحرق خطيرا جدا؟

إذا كان يمتد من ثلث إلى نصف مساحة الجسم

ما هي الأدوار التي يمر بها المصاب بحرق خطير؟

الصدمة العصبية- الوهط الدوراني - التسمم بعد ثلاث أيام - التسمم الجرثام بعد الموت

ما هي أهداف الإسعاف الأولي في الحروق؟

تخفيف حدة حرارة الجسم - تخفيف الألم- تعويض خسارة السوائل - منع التلوث - معالجة الصدمة

هل تزال الثياب المحروقة والملتصقة بالجلد؟

لا تزال بل تقص أو ينقل المصاب إلى المستشفى

هل تنزع الثياب المبللة بسائل ساخن؟

تترع بحذر أو تقص

ما هو أول إجراء لإسعاف المصاب بحروق كيميائية؟

غسل مكان الحرق بكميات كبيرة من الماء

ما هو الإجراء الثاني لإسعاف المصاب بحروق كيميائية؟

يغسل مكان الحرق بمحلول مضاد للمعادلة

إذا تلوثت الثياب بالمواد الكيميائية ماذا نفعل؟

تترع فوراً بعد غمرها بماء كثير، ويمكن قصها إذ خشى إيذاء المصاب

ما هي الإجراءات الوقائية لمنع الحريق بالنسبة للأطفال؟

لا تسمح للأطفال بالعبث بالكبريت ولا تترك المواد الكيميائية الحارقة في متناول الأطفال

كيف نعالج الملح؟

تدليك سطحي خفيف- كمادات ماء ساخن- التدرج في الحركة

ما هو الخلع؟

هو خروج راس العظم م مكانه الطبيعي في المفصل

ما هي اعراض الخلع؟

الم شديد- ورم - تشوه المفصل - عدم قدرة على الحركة

كيف نسعف الخلع؟

يثبت الطرف المصاب - يصلح الملح بواسطة الطبيب

ما هو العلاج النهائي للخلع؟

يبدأ بعد يومين: تدليك خفيف حركات بسيطة إلى حدود الألم

ما هي الرضوض؟

هي إصابات أو صدمات لم تحدث كسورا أو جروحا أثرت على الأنسجة فقط

ما هي أعراض الرضوض؟

ازرقاق وسواد - ورم - ألم شديد

كيف نسعف الرضوض؟

نعمل كمادات ماء بارد أو مثلج لمدة نصف ساعة يمكن عمل رباط تثبيت وتدفئة

كيف نعالج الرضوض؟

تدليك خفيف - كمادات ماء ساخن - تمارينات إلى حدود الألم

ما هو التمزق؟

عبارة عن إصابة في العضلات والأوتار

كيف يحدث التمزق؟

نتيجة الانقباض القوي أو المفاجئ مع عدم توافق بين العضلات المتجانسة والمضادة

ما هي أعراض التمزق؟

الم حاد مكان الإصابة - عدم قدرة على الحركة - نزيف داخلي

كيف نسعف المصاب بتمزق؟

ينقل خارج الملعب - تعمل كمادات باردة - عمل رباط ضاغط

ما هي المعالجات الفيزيائية للمصاب بالتمزق؟

تدليل خفيف - كمادات ساخنة - التدرج بالحركة

ما هو الرباط الضاغط؟

هو ربط العضو برباط قوي يشد عليه ولكن دون قفل الدورة الدموية

ما هي الطريقة الأولى لإسعاف الرعاف؟

يغسل الأنف بماء بارد أو ينشقق به ويرفع المصاب رأسه إلى أعلى

ما هي الإجراءات الوقائية العامة لمنع الحريق؟

ابعد المواد القابلة للاشتعال عن النار - تأكد من توصيلات الغاز ومفاتيحه

ما هو أخطر مرض يصيب العيون؟

الرمم الصديدي وهو مرض جرثومي

كيف ينتقل الرمد الصديدي؟

ينتقل بواسطة: الذباب - الأيدي - الأدوات الوسخة

ما هي أعراضه؟

التهاب الجفون واحمرار العين وظهور الصديد الذي يغلق العين ليلا

ما هي إجراءات العلاج؟

مراجعة الطبيب

ما هي سبل الوقاية من الرمد الصديدي والنراخوما؟

النظافة التامة، وغسل الوجه عدة مرات في اليوم- مكافحة الذباب- وعدم اللعب في التراب

ما هو أكثر أمراض العيون انتشارا؟

مرض التراخوما الذي يصيب ربع سكان العالم تقريبا

كم يقدر عدد الذين فقدوا بصرهم بسبب مرض التراخوما؟

يقدر بنحو تسعة ملايين شخص

ما هي طرق العدوى في مرض التراخوما؟

الذباب - الأيدي - الأدوات الوسخة

ما هي الأضرار التي يسببها التلفزيون للعيون؟

يتعب العيون وربما يؤذيها في عدد من الحالات

كيف نتلافى أضرار التلفزيون للعيون؟

بان تكون: الصورة مضبوطة- الإضاءة متوافقة مع الحجره- الابتعاد 3م عن التلفزيون

كيف نسعف مصاب داخل في عينه جسم غريب؟

يغسل العين جيدا بماء ساخن أو غسول خاص

كيف نسعف عين مصابة بخدش؟

نبلل قطعة قماش بماء بارد، ونضعها فوق العين، وننقل المصاب إلى المستشفى

كيف نسعف عين مصابة برضوض وكدمات؟

كمادات باردة، ثم ساخنة بعد اليوم الأول

كيف نسعف الإصابة النافذة في العين؟

نوضع قطعة من القماش أو القطن النظيف على العين وينقل المصاب إلى المستشفى

ما هي الإصابة الحارقة التي يمكن أن تصيب العين؟

شرارة نار - نقطة زيت ساخن - بخار ماء جير حي

كيف نسعف الإصابة الحارقة في العين؟

تغسل العين بماء عادي فوراً- ويوضع مرهم للعين- تغطى - ينقل المصاب إلى المستشفى

كيف يتم إسعاف العين المصابة بأحماض أو قلويات؟

تغسل العين فوراً بكميات من الماء -وضع في العين نقطتان من زيت الزيتون-تغطى العين وينقل المصاب إلى المستشفى

كيف يتم إسعاف العين المصابة بحرق أشعة؟

تستعمل قطرة مسكنة، ينقل المصاب إلى المستشفى

ما هي الشعرة في العين؟

هي شعرة من الرموش تتجه إلى العين وإهمالها قد يؤدي العين

ما هو علاج الشعرة في العين؟

إزالتها بالملقاط-أو بجهاز كهربائي خاص من قبل الطبيب العيون

كيف تحدث ضربة الشمس؟

تحدث نتيجة التعرض المباشر لأشعة الشمس الحارة - أيام الصيف - وخاصة وقت الظهيرة

ما هي أهم أعراض ضربة الشمس؟

ضعف عام - صداع - هذيان - إغماء-حرارة -احمرار الوجه - تشنج العضلات

كيف نسعف المصاب بضربة الشمس؟

يوضع في الظل- يمسح وجهه بالماء البارد- إذ كانت حالته سيئة بنقل للمستشفى

ما هي أسباب الإصابة بالإنهاك الحراري؟

انخفاض مفاجئ في الضغط لفقد نسبة من الأملاح بالتعرق

ما هي أعراض الإصابة بالإنهاك الحراري؟

دوار- قيء- شحوب- عرق بارد- انخفاض الحرارة- تسرع النبض- صعوبة تنفس - تقلص بعض العضلات

كيف نسعف المصاب بإنهاك حراري؟

يمدد في الظل- ترفع ساقيه- يعطى مسكنات وسوائل دافئة مع نصف ملعقة صغيرة من الملح لكل كوب

ماذا يحدث عند توقف التنفس؟

يغمى على المصاب، يشحب جلده ويميل للزرقة- يموت بعد 3-4 دقائق

ما هي أهم الأسباب لتوقف التنفس؟

الاختناق - ضربة على الرأس - ضغط شديد على الصدر - الغرق - صعقة كهربائية

ما هو التنفس الصناعي؟

هو عملي إعادة التنفس لمختنق، لمساعدة الجسم على الاستمرار في الحياة، والرئتين على العودة إلى العمل

ما هي تحضيرات التنفس الصناعي؟

التأكد من توقف التنفس - أرضية صلبة تحت المصاب - مجاري التنفس مفتوحة

أين تتم عملية التنفس الصناعي؟

في نفس مكان الإصابة ما لم يكن هناك خطر أو كانت الأرض غير مناسبة

كم يمكن أن تستغرق كل الإجراءات المطلوبة قبل عملية التنفس

الصناعي؟

لا يجوز أن تستغرق أكثر من دقيقة واحدة

ما هي وضعية الرأس حين نبدأ عملية التنفس الصناعي؟

الرأس يجذب للخلف وترفع الرقبة قليلا ليتحرر مجرى التنفس

كيف تكون وضعية المسعف حين القيام بعملية التنفس الصناعي؟

يجلس جاثيا على ركبتيه على يمين المصاب ويمسك بيسراه انفه، ويجذب بيمناه فكه إلى أسفل

كيف تتم عملية النفخ؟

من فم لفم أربع نفحات تليها استراحة ثلاث ثواني وتلاحظ التغيرات

متى تجري عملية تنشيط القلب؟

بعد دقيقتين من بدء عملية التنفس الصناعي، إذ لم يظهر ما يدل على عودة التنفس

كيف تكون عملية تنشيط القلب المتوقف؟

يعمل ضربات خفيفة على موقع القلب والضغط على منطقة الحجاب الحاجز بكلتا اليدين

ما هو اسم؟

هو كل مادة تحدث في الجسم تخريبا في خلاياه، وأعراضا مرضية

ما هو التسمم؟

هو دخول مادة سامة إلى الجسم وإحداثها للتأثيرات السمية

إلى أي شيء يجب الانتباه إليه حين حدوث التسمم؟

الأواني وبقايا الطعام التي كان يستعملها المصاب، عينات من القيء، للتحليل، نقل المصاب إلى المستشفى وأعلام الشرطة

ما هي الأمور التي يجب معرفتها في حال التسمم؟

نوع المادة السمية- طريقة تناولها- وقت تناولها - الكمية المأخوذة

ما هي أهداف الإسعاف الأولي في التسممات؟

إزالة السم - إبطال مفعول ما بقي منه - إسعاف التخريبات - إسعاف الأعراض

كيف نزيل السم من معدة المصاب؟

بان نفرغ المعدة، بالتحريض على الإقياء فوراً

ما هي الحالات التي يجب عدم تحريض الإقياء فيها؟

في السموم الكاوية- مضي أكثر من نصف ساعة على تناول السم - كون المصاب في غيبوبة- المصاب غير قادر على البلع

ما هي طرق إحداث القيء؟

طريقتان : إلية وكيمائية

ما هي الطرق الآلية لإحداث القيء؟

دغدغة حلق المصاب بريشة أو بالإصبع بعد إعطائه ثلاث أكواب ماء

ما هي الطرق الكيمائية لإحداث القيء؟

محلول ملحي (ملعقة في كأس ماي) - محلول الماء والصابون

ما هي المقبيئات الكيمائية؟

شراب عرق الذهب - مسحوق الخردل - حقن عضلية

كيف تعمل على إبطال مفعول السم؟

بإعطاء المصاب: الترياقات

ما هي الترياقات العامة؟

حليب - بيض - زيت الزيتون - حموض مخففة - قلوبات مخففة

ما هي الإسعافات العامة في التسمم؟

تسكين الألم - إعطاء زيت زيتون - تنفس صناعي حين الحاجة - تنبيه المصاب وعدم تركه ينام

هل تعطى المسهلات في حالة التسمم؟

نعم إذا تجاوز السم المعدة وخاصة في حال السموم التي تستقر طويلاً في الأمعاء

ما هي أفضل أنواع المسهلات؟

زيت الخروع

كيف نسعف الألم المغص حال التسمم؟

تعمل كمادات حارة على البطن أو كيس ماء ساخن