

the  
**power**of  
humanity



# دليل أساسيات الإسعافات الأولية

الخاص بك

# دليل الإسعافات الأولية

- 3..... أساسيات الإسعافات الأولية
- 9..... لدغة الثعبان
- 12..... عضه العنكبوت
- 13..... لسعة قنديل البحر
- 17..... لدغة القرادة
- 19..... أزمة الربو
- 21..... تعلم الإسعافات الأولية مع الصليب الأحمر

## أرقام هاتفية مفيدة



سيارة الإسعاف  
000



حالات التسمم  
13 11 26



عدة الإسعافات الأولية والتدريب  
1800 733 276

# أساسيات الإسعافات الأولية



## الأساسيات للمحافظة على الحياة

- D** الخطر (Danger) - التحقق من وجود خطر
- R** الاستجابة (Response) - التحقق من وجود استجابة
- S** الارسال (Send) - ارسل لطلب المعونة - اتصل بـ 000
- A** مجرى التنفس (Airway) - فتح مجرى التنفس
- B** التنفس (Breathing) - التحقق من وجود التنفس الطبيعي
- C** عملية التنفس الاصطناعي (CPR) - بدء عملية التنفس الاصطناعي (30 ضغطة على الصدر: 2 تنفس اصطناعي)
- D** جهاز الصدمات الكهربائية (Defibrillator) - توصيل جهاز الصدمات الكهربائية



## النزيف (في حالة النزيف الحاد)

اتصل بـ 000

- 1 قم بأكبر قدر ممكن من الضغط على الجرح.
- 2 ضع الشخص مستلقيا وقم بالحفاظ على راحته. (قدم العلاج من الصدمة إذا لزم الأمر)
- 3 استمر في متابعة الضغط.



## الحروق والسمط

- 1 بَرِّد الحرق باستخدام ماء بارد جارٍ لمدة لا تقل عن 20 دقيقة.
- 2 إذا كان الحرق ممتدا أو في منطقة حساسة، اطلب المساعدة الطبية أو اتصل بـ 000.



## الاختناق (الانسداد الكامل)

اتصل بـ 000

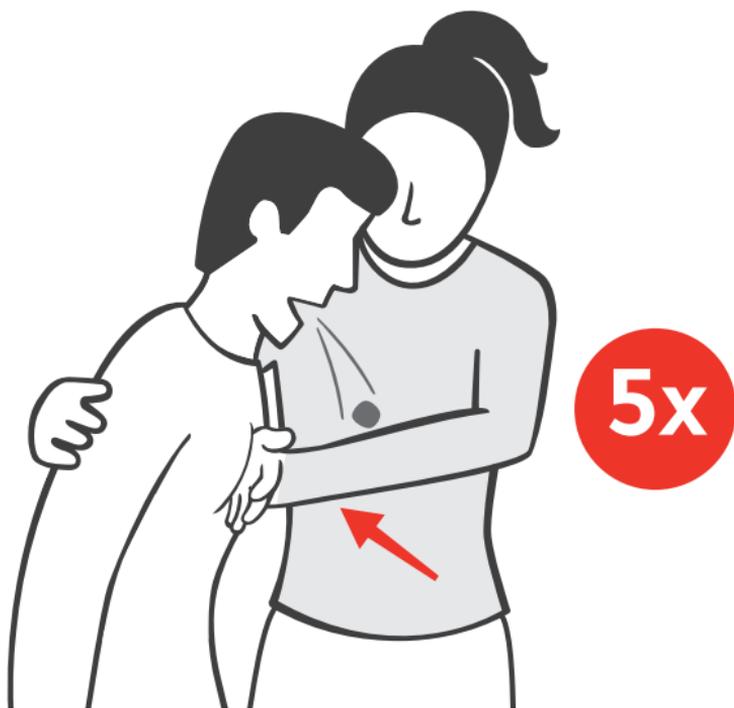


1 قم بإعطاء خمس ضربات على الظهر، مستخدماً كعب يد واحدة، فيما بين عظامتي كتف الشخص.

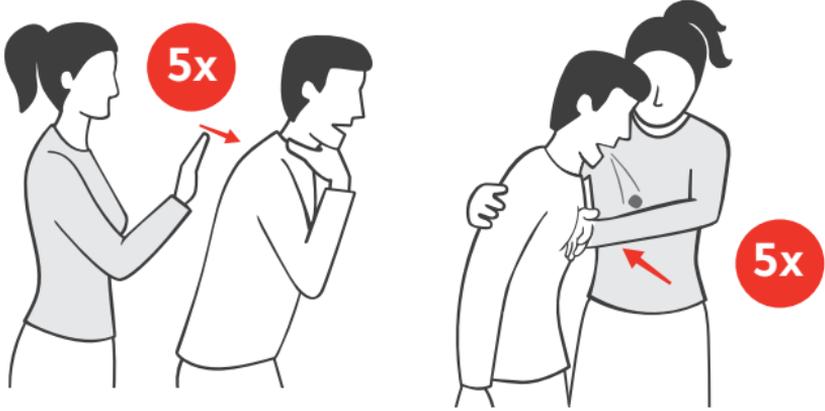


2

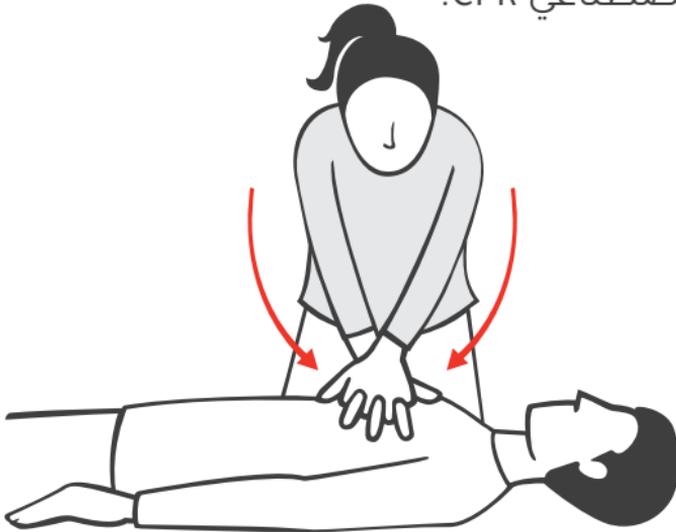
إذا لم ينجح الأمر، قم بعمل ما يصل إلى 5 ضغطات دفعية على الصدر بدفع كعب اليد في الجزء الأسفل من عظمة الصدر- تأكد من دعم الظهر أثناء الضغط الدفعي. تحقق بعد كل ضغطة دفعية ما إذا كان تم إزالة الانسداد.



3 إذا لم يعالج الانسداد، استمر بالتناوب في عمل 5 ضربات على الظهر مع 5 ضغطات دفعية على الصدر.



4 في حالة الإغماء، قم بعمل عملية التنفس الاصطناعي CPR.





1 طمئن الشخص.



2 ضعه في وضع الاستلقاء مع الحفاظ على درجة حرارة الجسم. لا تسمح له بتناول الطعام أو الشراب.

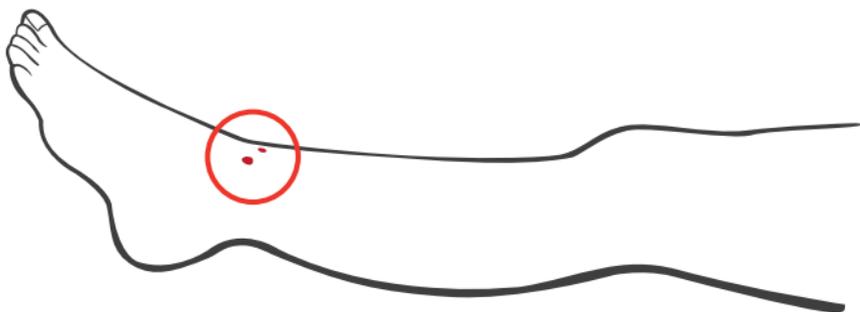




# لدغة الثعبان

1 حافظ على راحة الشخص، وطمأننته وملاحظته.

1

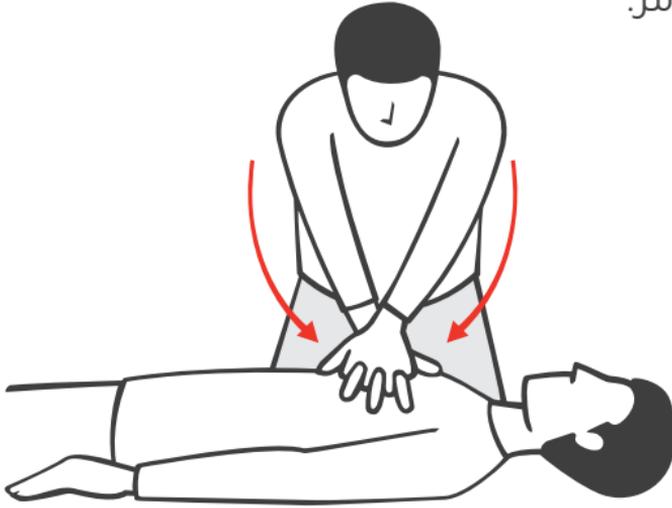


2 اتصل بـ 000.

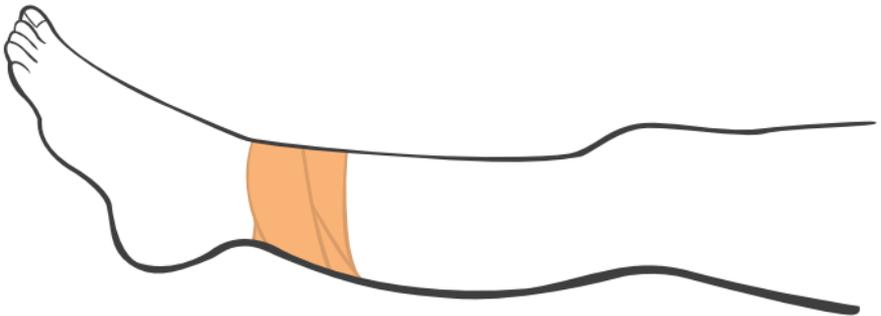
2



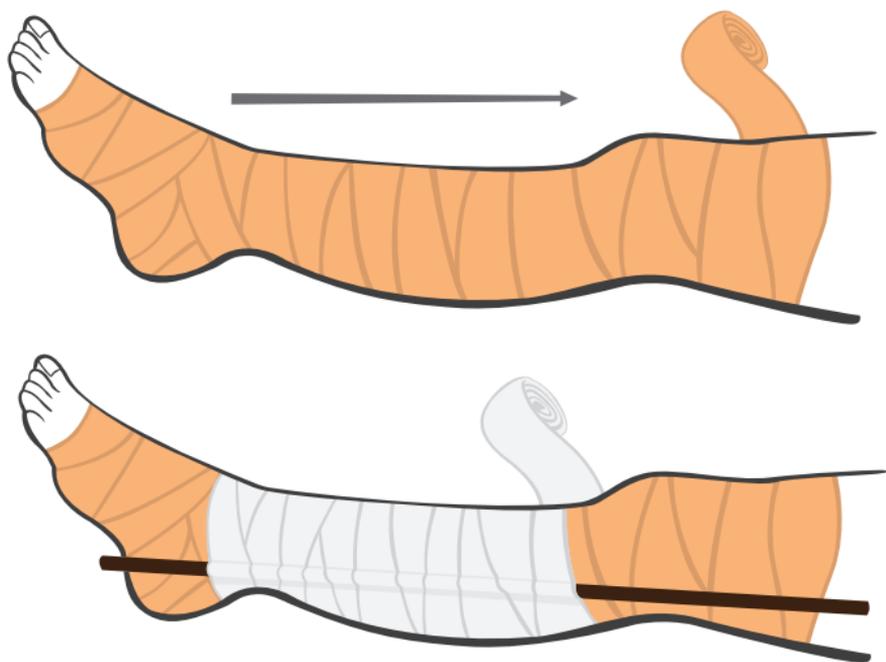
3 إبدأ في عملية التنفس الاصطناعي إذا لزم الأمر.



4 إذا تعرض للدغة في أحد الأطراف، قم بربط مكان اللدغة بإحكام. تأكد أن الطرف لا يمكن تحريكه وأن الشخص يحافظ على ثباته.



5 قم بعمل ضمادة من نهاية الطرف إلى أعلى،  
عاملا في اتجاه القلب وبأكبر قدر ممكن من  
تغطية الطرف. إذا أمكن قم بعمل جبيرة  
للحفاظ على الطرف في وضع ثابت.



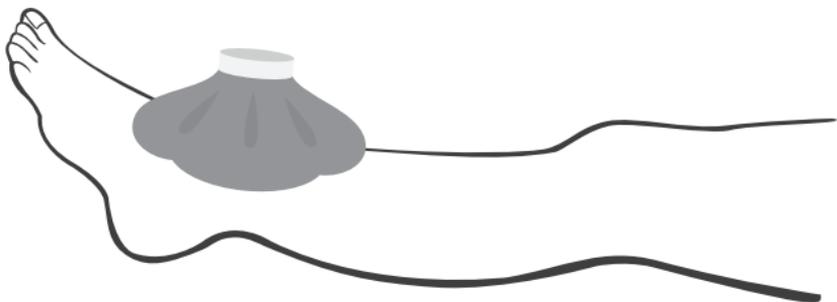
6 الحفاظ على الشخص في وضع ثابت لحين  
وصول سيارة الإسعاف.



# عضة العنكبوت

1 يجب أن تعالج عضات العناكب السامة للغاية مثل عنكبوت ذات الشبكة القمعية في سيدني بنفس طريقة علاج لدغة الثعبان.

2 يجب أن تعالج عضات العناكب الأخرى بالضغط البارد والعناية الطبية الفورية. لا تضع الثلج بطريقة مباشرة على جلد بدون حماية.





# لسعة قنديل البحر

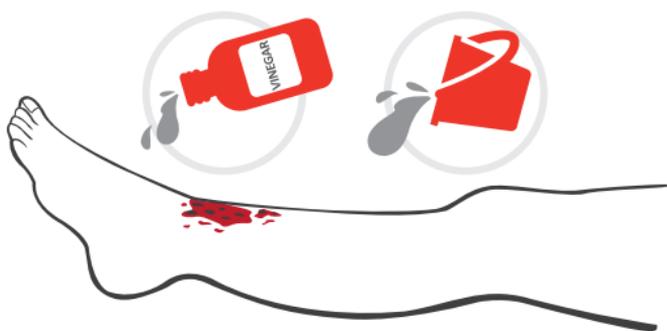


1 تعتمد الإسعافات الأولية على نوع قنديل البحر. إذا وجدت علامات ضيق التنفس، اتصل بـ 000.

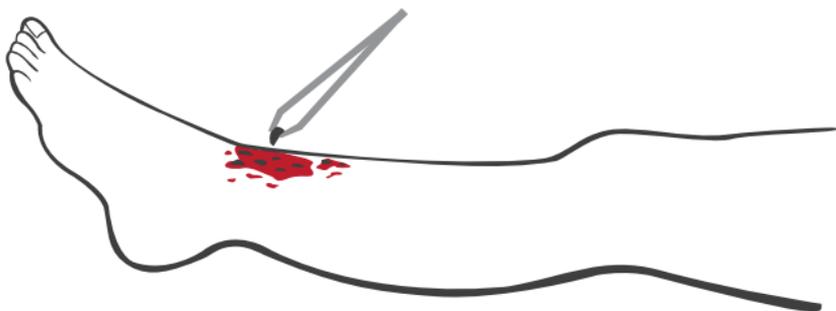
2 للقنديل البحر السام للغاية، مثل قنديل البحر الصندوقي: اتصل بـ 000 واسكب الخل على المنطقة المصابة. استخدم مياه البحر لتساعد على إزالة اللوامس.

إذا لسعك قنديل البحر الزجاجة الزرقاء راجع أسفل.

3 للتحكم في الألم اسكب الماء الساخن فوق المنطقة - لا يجب أن يكون الماء ساخناً أكثر من درجة احتمالك.

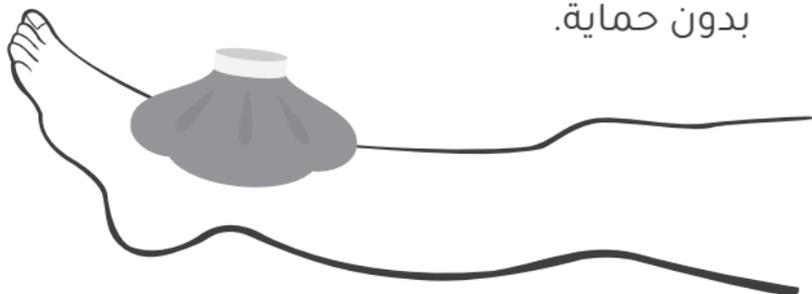


4 تخلص من اللوامس المتبقية.



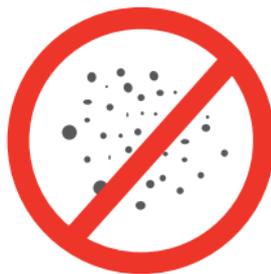
5 ضع كمادات باردة لتخفيف الألم إذا لم تكن المياه الساخنة متوفرة.

لا تضع الثلج بطريقة مباشرة علي الجلد بدون حماية.



6 راقب الضيق وابدأ عملية التنفس الاصطناعي CPR إذا لزم الأمر.

للسعة قنديل البحر مثل قنديل البحر  
الزجاجة الزرقاء: تخلص من أية لواصق  
ولكن دون الفرك بالمنشفة أو سقوط  
الرمل على الجرح.



8 اشطف بماء البحر (ليس ماء عذب). اسكب الماء الساخن على المنطقة الملسوعة.

لا يجب أن يكون الماء الساخن أكثر سخونة من درجة احتمالك.



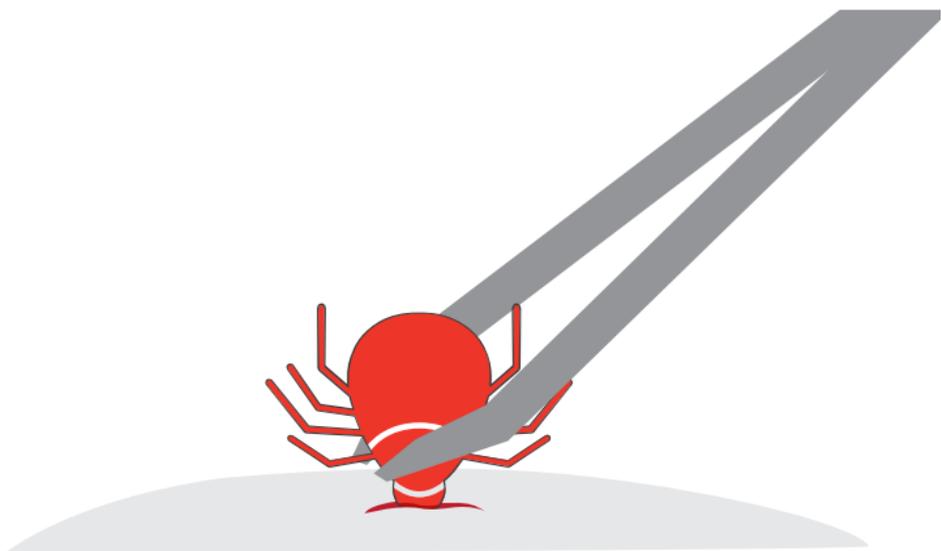
9 التماس الرعاية الطبية.



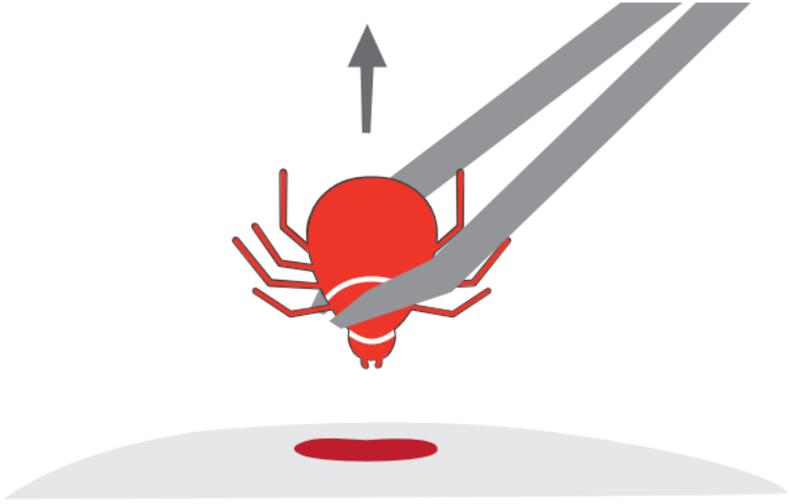
# لدغة القرادة

امسك القرادة أقرب ما يكون من الجلد  
مستخدما في ذلك ملقاط سنه مدبب.

1



2 اسحبها إلى أعلى بلطف وأخرجها.



3 اغسل المنطقة بمحلول ملحي أو ماء نظيف.





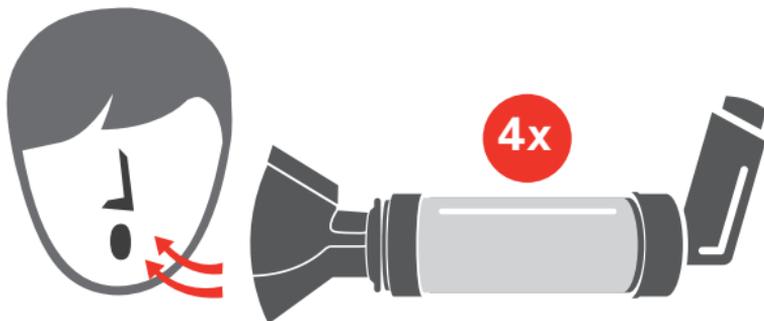
# أزمة الربو

1 اجلس الشخص المصاب في وضع مستقيم بشكل مريح.

2 طمأنة المصاب و تهدئته.



3 اتبع الخطة العلاجية للربو أو ساعده على استخدام العلاج المخفف عن طريق استنشاق الهواء من خلال أنبوب الهواء (إذا كان متاحا)، ثم التنفس 4 مرات خلال أنبوب الهواء. يقوم بهذا 4 مرات ثم يكررها كل 4 دقائق إذا لم يتحسن.



إذا كانت الأزمة حادة، أو العلاج المخفف  
غير متاح، اتصل بـ **000**.



# تعلم الإسعافات الأولية مع الصليب الأحمر

كواحد من أكبر مقدمي التدريب على الإسعافات الأولية في العالم، يلتزم الصليب الأحمر بتحسين الصحة، والسلامة ورفاهية المجتمع.

يقدم الصليب الأحمر التدريب على الإسعافات الأولية والإسعافات الأولية المتخصصة، والإسعافات الأولية للصحة العقلية للأفراد، وللنوادي، والمدارس، والحجوزات لمجموعات الشركات.

للمعرفة المزيد أو لحجز دورة تدريبية أو لشراء منتج إسعافات أولية:

[redcross.org.au/get-involved/learn/first-aid](https://redcross.org.au/get-involved/learn/first-aid)

أو اتصل على

**1300 367 428**

الدخل الناتج عن الخدمات التدريبية للصليب الأحمر تدعم أعمالنا الإنسانية المستمرة محلياً، ووطنياً، ودولياً.

لقد تم إعداد هذا الدليل لأهداف تعليمية ولا يشكل أي شيء في هذا الدليل مشورة طبية أو يعد بديلا لطلب المساعدة الطبية أو الطارئة. لا ينبغي أن تعتمد على المعلومات التي في هذا الدليل كبديل للمشورة الطبية من الطبيب. ولا يجب أن تؤجل أبدا طلب المشورة الطبية أو تتغاضى عنها، أو تتوقف عن العلاج الطبي بسبب المعلومات التي في هذا الدليل. إذا كان لديك أي أسئلة بخصوص مدى ملائمة أو استخدام المعلومات الواردة في هذا الدليل، لا بد أن تطلب المشورة الطبية من طبيبك. يتم توفير المعلومات الواردة في الدليل بحسن نية ولكن دون ضمان صريح أو ضمني. إلى الحد الذي يسمح به القانون، لا تتحمل جمعية الصليب الأحمر الأسترالي أي مسؤولية عن أي ضرر أو أضرار بما في ذلك، على سبيل المثال لا الحصر، الأضرار غير المباشرة أو التبعية، أو أي أضرار من أي نوع كات ناشئة عن استخدام الدليل أو فيما يتعلق باستخدامه، سواء كان ذلك في العقد أو في الإهمال.