



الفصل الرابع
الاختناق المفاجئ



الاختناق المفاجئ (Choking)

أسباب الاختناق:

يحدث الاختناق نتيجة لانسداد المجرى التنفسي (المجرى الهوائي) بجسم غريب بطريقة تعوق التنفس الطبيعي. ومسببات انسداد المجرى الهوائي تتضمن التالي:

- ابتلاع الأجسام الغريبة (كالعملات المعدنية) وهو السبب الأشهر بين الأطفال.
- إفرازات الجهاز التنفسي (البلغم) في حالة وجود التهابات به.
- الماء أو الطين، كما يحدث في حالات الفرق.
- انزلاق اللسان للخلف مما يؤدي لغلاق المجرى التنفسي، كما يحدث في حالات الغيبوبة.

تشخيص الاختناق:

في البالغين، يتم تشخيص الاختناق عن طريق «العلامة العالمية للاختناق»، وهي عبارة عن:

- الإمساك بالرقبة.

- عدم القدرة على التنفس أو التحدث.
- إذا سألته عما إذا كان يختنق، يجيب بإمالة بالرأس.
- تغير لون الجلد إلى الشاحب أو الأزرق (وهي علامة خطيرة).

في الأطفال الرضع تتمثل علامات الاختناق في:

- الطفل يبقي فمه مفتوحا وقد يشد عنقه.
- الطفل لا يستطيع أن يبكي أو يكح.
- صعوبة التنفس أو انعدامه.
- احتمال فقدان الوعي.



شكل (14): العلامة العالمية للاختناق.

الإسعافات الأولية للاختناق:

يتم إسعاف المصاب بالاختناق عن طريق «مناورة هايمليك» (Heimlich maneuver).

أولاً: خطوات «مناورة هايمليك» للمصاب البالغ الواعي:

- قف خلف الشخص المصاب، وقم بتبنيه بأنك ستحاول إسعافه وأنت مدرب على ذلك.
- لف ذراعيك حول خصره.
- كورّ إحدى يديك على شكل قبضة، وضعها على بطن الشخص فوق السرة، مع جعل إصبع الإبهام باتجاه الداخل أي إلى الخلف.
- امسك قبضتك بيدك الأخرى حتى تثبتها.
- وجه خمس دفعات قوية إلى الداخل وباتجاه الأعلى، كأنك تحاول رفع الشخص إلى أعلى، وكرر هذا الإجراء حتى يخرج الجسم الغريب.



شكل (15): خطوات عمل «مناورة هايمليك» للمصاب البالغ الواعي.

ثانيا: خطوات «مناورة هايمليك» للسيدة الحامل:

هي نفس الخطوات السابقة، ولكن يتم الضغط على منطقة

الصدر بدلا من البطن.



شكل (16): طريقة عمل «مناورة هايمليك» للسيدة الحامل (يتم

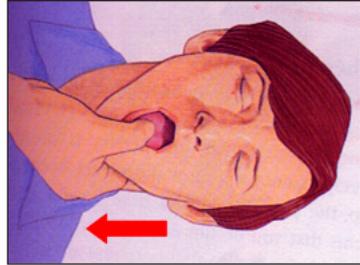
الضغط على منطقة الصدر بدلا من البطن).

ثالثاً: خطوات إسعاف الاختناق للمصاب البالغ فاقد الوعي:

- ضع المصاب على ظهره برفق على الأرض.
- اصرخ طالبا المساعدة، وإن كان يوجد معك شخص آخر اطلب منه الاتصال بالإسعاف.
- قم بعمل إنعاش قلبي رئوي (CPR) للمصاب (راجع الفصل الثالث الخاص بالـCPR).
- في كل مرة تفتح فم المصاب لإعطاء الأنفاس انظر داخل فم المصاب بحثا عن الجسم الغريب.
- حاول إخراج الجسم الغريب إن كان يمكنك رؤيته. يتم ذلك عن طريق فتح فم المصاب جيدا مستخدما أصبعي السبابة والإبهام، بحيث يكون الإبهام على اللسان والسبابة أسفل الذقن. ثم عمل أصبع السبابة الخاص باليد الأخرى على شكل خطاف.
- بعد خروج الجسم، إن لم تستطع أن تحس نبض المصاب، استمر في عمل الـCPR.

ملحوظة هامة:

- لا تحاول أبدا إخراج الجسم الغريب إلا لو كان يمكنك رؤيته بوضوح.



شكل (17): طريقة فتح الفم ومحاولة إخراج الجسم الغريب في مصاب بالغ فاقد الوعي.

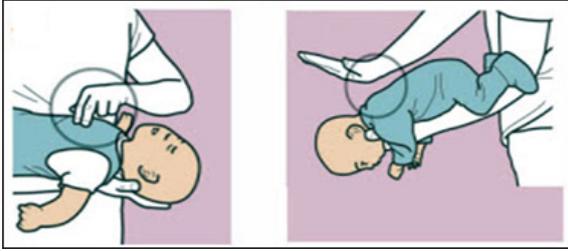
رابعا: خطوات إسعاف الاختناق لرضيع فاقد الوعي:

- اجلس على كرسي أو اركع على الأرض.

الفصل الرابع الاختناق المفاجئ

- مدد الطفل على بطنه فوق ذراعك بحيث تمسك رأسه وتوجهه للأسفل مع فتح فمه. ويفضل أن تسند الطفل على فخذك حتى تتجنب وقوعه من يدك.
- قم بتوجيه خمس ضربات فعالة على ظهره بين لוחي الكتف مستخدماً كعب اليد.
- غالباً تكفي هذه المناورة لإخراج الجسم الغريب، حيث أن الجاذبية تساعد على إخراج الجسم الغريب.
- تحقق إن كان أي جسم غريب في فمه.
- إذا وجدت شيئاً فحاول إزالته مع تجنب دفعه للداخل ثم تفقد تنفسه ووعيه.
- إن لم يتم طرد أي شيء فيجب اتباع الخطوة التالية.
- اقلب الطفل على ظهره على يدك الأخرى، مع المحافظة على وضع الرأس في مستوى أدنى من الجرع.
- اضغط صدر الطفل للداخل ولأعلى خمس ضغطات مستخدماً أصبعين. يكون الضغط في وسط عظمة القص (بين الحلمتين).

- دائماً تحقق إن كان أي جسم غريب في فمه.
- إذا وجدت شيئاً فحاول إزالته ثم تفقد تنفس الطفل ووعيه.
- إذا لم يتم طرد الجسم الغريب اعد خمس ضربات وضغطات أخرى حتى خروج الشيء الذي يسد مجرى الهواء.



شكل (18): طريقة إسعاف رضيع واعى مصاب بالاختناق عن طريق ضرب الظهر وضغط الصدر.

خامساً: خطوات إسعاف الاختناق لرضيع فاقد الوعي؛

- اصرخ طالبا المساعدة، وإن كان يوجد معك شخص آخر اطلب منه الاتصال بالإسعاف.
- قم بعمل إنعاش قلبي رئوي (CPR) للمصاب (راجع الفصل الثالث الخاص بالـCPR).

الفصل الرابع الاختناق المفاجئ

- في كل مرة تفتح فم المصاب لإعطاء الأنفاس انظر داخل فم المصاب بحثا عن الجسم الغريب.
- حاول إخراج الجسم الغريب إن كان يمكنك رؤيته. يتم ذلك عن طريق فتح فم الرضيع جيدا مستخدما أصبعي السبابة والإبهام، بحيث يكون الإبهام على اللسان والسبابة أسفل الذقن. ثم عمل أصبع السبابة الخاص باليد الأخرى على شكل خطاف.
- بعد خروج الجسم، إن لم تستطع أن تحس نبض المصاب، استمر في عمل الـCPR.

سادسا: كيف يقوم المصاب بعمل «مناورة هايمليك» لنفسه:

- من الممكن أن يقوم المصاب بعمل المناورة لنفسه في حالة عدم وجود من يساعده.
- يتم ذلك باستخدام كرسي ذي ظهر، حيث ينحني عليه المصاب مع تثبيت ظهر الكرسي في منطقة البطن مع الجذب بالذراعين.



شكل (19): كيف يقوم المصاب بعمل «مناورة هايمليك» لنفسه.

