

مقدمة :

الحمد لله والصلاة والسلام على رسول الله ، وبعد :

يسعدني أن أحاول في هذا الكتاب الإجابة عن تساؤل - هام - كيفية التدخل السريع في حالة الإصابة والحوادث وغيرها والتعامل السريع معها بأفضل طرق الإسعافات الأولية لتقليل المخاطر .

فيتناول هذا الكتاب موضوعات عديدة وهي :

- تعريف الإسعافات الأولية، من المسؤول عند تقديم الإسعافات الأولية؟ ، أساسيات الإسعافات الأولية ، الهدف من تقديم الإسعافات الأولية ، إدارة مكان الحادث ، أولويات الإسعاف للإصابات المختلفة ، الإسعاف لشخص مصاب بعدة إصابات ، أولويات تقديم العناية و النقل للمصابين بعدة إصابات ، كيفية حماية المسعف ، كيف تحمل شخصا مصابا ، كيف تصنع نقاله للإسعاف؟ ، شروط لابد من توافرها بالمسعف ، صندوق الإسعافات الأولية ، إرشادات عامة للسفر الصحي .

- قياس العلامات الحيوية ، قياس حرارة المريض ، إرتفاع درجة الحرارة - قياس درجة الحرارة - الإصابة بالحمى ، إسعاف الطفل المصاب (بإرتفاع درجة الحرارة - بتعب البرد) ، التحقق من معدل النبض - جس النبض ، هل يمكن إعطاء حقنة بدون طبيب؟

- السكتة الدماغية ، الإسعاف الأولي للسكتة الدماغية ، الارتجاج والكدمات ، التشنجات ، الصداع ، الغيبوبة Coma (الإغماء) .

- إنعاش القلب و الرئتين ، الغصة ، الاختناق أو الغرق ، بروتوكول الإسعافات الأولية لآلام الصدر ، أزمة الربو ، صدمة الحساسية ، مرض المرتفعات، الاختناق أو الغرق ، الشنق والخنق وضغط الحنجرة.

- الجهاز العضلي ، إرتباط العضلات الهيكلية ، وظائف العضلات الهيكلية ، تصنيف العضلات ، الكدمات ، التواء المفاصل ، الرباط الضاغط (المرقاة) أو ما يسمى (التورنكيت) ، الجروح ، النزيف ، نزيف النف والاسنان ، نزيف الأنف .
- إصابات العظام ، الكسور ، إصابات المفاصل ، إصابات العضلات (تشنج عضلي - تمزق عضلي - شد عضلي) ، أعراض وعلامات الكسور والخلع والالتواء والشد العضلي، ترقق عظام (هشاشة العظام)، إصابات الرأس والعنق والظهر ، عرق النساء ، علاج ألم الظهر وطرق الوقاية - بالصور ، العلاج الطبيعي ، وسائل مساعدة في العلاج الطبيعي ، العلاج الطبيعي لمرضى سلس البول ، الوهن العضلي الدوشيني والعلاج الطبيعي ، تمارين خاصة لـ مرض موظفي المكاتب .
- الحروق، الإسعافات الأولية للحروق ، حروق الشمس وضربة الشمس، الاجهاد الحراري .
- اللسعات والعضات والتسمم وإصابات البطن ، لدغات الأفاعي ، عضه الحيوانات ، لدغات الحشرات ، لدغة العقرب ، لسع العناكب ، لسعات الحيوانات المائية ، عضات البشر ، التسمم ، إسعاف الطفل المتسمم ، التسمم بالعقاقير الطبية ، التسمم بالرصاص ، التسمم بالحديد، التسمم الغذائي ، انتشار الوباء ، الفيروسات Viruses ، إصابات البطن ، النزلة المعوية ، ابتلاع جسم غريب ، التهاب الزائدة الدودية ، حرقان فم المعدة ، الغثيان و القيء ، عسر الهضم ، الاسعافات الاوليه للحمل ، أختك أو جارتك إحتاجتك لتولديها .. هكذا تتصرفين .

- السلامة و الوقاية ، السلامة عند اختيار موقع المنزل ، الوقاية من حوادث الأجهزة الكهربائية ، سلامة وأمان المرضى ، الأمن والسلامة في المختبرات وبنك الدم ، الأمن والسلامة من الأشعة ، طريقة إزالة خاتم (أو دبلة) محشور ، طريقة إزالة القذاة من العين ، طريقة إخراج شص (صنارة) صيد السمك ، التفجيرات والإصابات الناتجة عنها ، الموت المفاجئ في الملاعب الرياضية ، الأشعة المقطعية بالانبعاث البوزيتروني ، موجات دوبلر فوق الصوتية ، موجات فوق صوتية على الشريان السباتي ، المنظار ، الاختبارات الميكروسكوبية .

وفي النهاية أسأل الله أن يكون علماً نافعاً

كتبه أخوكم

محمد عبد الرحمن أبوشبانتة

