

الفصل  
الثامن  
عشر

obeykandl.com

العللى ولا تفعللى :

لا يمكن تجنب الحوادث التى تقع للأطفال ولا يملك الوالدان إزاء هذا سوى الإلمام بما عليهما فعله لدى وقوعها . يقدم لك هذا الجزء المساعدة فى هذا الصدد . غير أنه من المستحسن أخذ دورة فى الإسعافات الأولية . لا تنتظرى حتى يقع الحادث ثم تحاولى معرفة ما يجب فعله . عليك أن تلمى بإجراءات التعامل مع الإصابات الشائعة كإلمامك بكيفية تميمم الطفل أو غيار حفاضته . يمكنك الرجوع إلى الكتاب فى حالة الإصابات غير الشائعة (عضة الثعبان مثلاً) .

فيما يلى أكثر الإصابات شيوعاً ومعلومات عنها وكيفية التعامل معها ، وأيضاً متى تلجئى إلى مساعدة الطبيب .

## إصابات البطن والجوف،

## ١. النزيف الداخلى،

قد تتسبب ضربة ما فى بطن الطفل فى حدوث تلف داخلى . تشمل دلائل الإصابة ما يلى : كدمة أو تغير فى لون البطن ؛ تقيؤ دم غامق أو أحمر متوهج له قوام بقايا القهوة (قد يكون هذا دلالة أيضاً على أن الطفل قد ابتلع مادة كاوية) ؛ دم فى البراز أو البول ، حدوث صدمة (الشعور بالبرد ، اللزوجة ، الجلد الشاحب ، الوهن ، تسارع النبض ، القشعريرة ، التشوش ، الغثيان و/ أو التنفس غير العميق) . فى حالة الصدمة (انظرى #41) للعلاج الفورى ، لا تعطيه أى طعام أو شراب .

## ٢. جروح وتمزقات البطن والجوف،

عالجها مثل الجروح الأخرى (#45، #44) قد تبرز الأمعاء فى حالة حدوث تمزق كبير : لا تحاولى إدخالها إلى الجوف ثانية . قومى ، بدلاً من ذلك ، بتغطيتها بفضة صغيرة مبتلة والجنى إلى الطوارئ فوراً .

### العضات:

٣ - عضات الحيوانات : لا تحاولي تحريك العضو المصاب ، اطلبى الطبيب فوراً ، اغسلي حول مكان الإصابة بالماء والصابون برفق . لا تستعملي مطهراً أو أى شئ آخر . تحكّمي في النزيف (#43, #44, #45) وضعي مادة معقمة على الموضع . حاولي الإبقاء على الحيوان لإجراء الفحوصات لاحتمال إصابة الكلاب والقطط والخفافيش بمرض الكلب خاصة إذا هاجمت من دون سبب . قد تتطلب عضات القطط مضاداً حيوياً في حالة حدوث التهاب .

٤ - عضات وقرصات الحشرات : تعالج كما يلي :

- انزعى «زبان» النحلة بطرف سكين غير حاد أو بأطراف أصابعك . لا تحاولي الإمساك به بأظفرك أو بملقاط لأن هذا قد يدفع بمزيد من السم في الجلد .

● أزيلى الحشرة فوراً باستعمال ملقاط غير حاد أو أطراف أصابعك وهي مغطاة بمنديل ورقي أو قفاز مطاطي . لا تقومي بلى الحشرة أو الضغط عليها أو سحقها أو ثقبها . لا تستعملي علاجات مثل الثآليلين أو الجازولين أو عود ثقاب ساخن وإلا ساءت الحالة . احتفظي بالحشرة لفحصها .

● اغسلي موضع عضه أو قرصة النحلة أو الدبور أو النملة أو العنكب أو أى حشرة صغيرة بالماء والصابون ثم ضعي كمادات مياه باردة .

● ضعي لوسيون الكلامين على مواضع العضات التي تتسبب في الحكه كما في حالة قرص البعوض .

● في حالة حدوث ألم شديد بعد لدغ العنكب، ضعي على الموضع ثلجاً أو كمادات باردة . حاولي أن تجدى العنكب لأخذه إلى المستشفى معك ، أو تذكري أوصافه فقد يكون ساماً ، إذا كان ثمة شك في أن العنكب سام ( الأسود أو البني أو العنكب الذئبي أو العقرب ... ) الجئى فوراً إلى الطوارئ قبل ظهور الأعراض .

● راقبي أعراض الحساسية المفرطة مثل الألم الشديد أو الورم أو صعوبة التنفس التي تلى لدغة النحلة أو الدبور . يطور الأفراد الذين تظهر عليهم هذه الأعراض حساسية مفرطة للمس ومن ثم تكون اللدغة التالية مميتة إذا لم تعالج فوراً . أبلغى الطبيب إذا تعدى رد فعل الطفل مجرد الألم أو الورم البسيط ، فقد يوصى بإجراء اختبارات حساسية .

● من الممكن حدوث حساسية لسّم لدغ النحل من دون رد فعل سابق خاصة في حالة صفار الأطفال . ومن ثم إذا حدث طفح جلدي على كل الجسد ، أو صعوبة في التنفس أو بحة في الصوت أو سعال ، أو صفير في التنفس ، أو صداع حاد ، أو غثيان ، أو قيء ، أو زيادة في سمك اللسان ، أو ورم في الوجه ، أو وهن ، أو دوخة ، أو إغماء ، الجئى إلى الطوارئ فوراً .

● عض الثعبان : نادراً ما يتعرض الأطفال لهذا ، إلا أن العضة الخفيفة قد تكون مميتة بسبب صغر حجم الطفل . أبقى على جسد الطفل ساكناً بقدر الإمكان . إذا

كانت العضة في أحد الأطراف امنى الحركة بجبيرة أو قطعة من الخشب إن أمكن وأبقى على العضر في مستوى منخفض عن القلب استعملى كمادات مياه باردة للإقلال من الألم . لا تضعى ثلجاً على الموضع أو تعطى أى علاج من دون استشارة الطبيب . قد يساعد مص السم بواسطة الفم إذا حدث هذا مباشرة . لا تحدثى فتحة من أى نوع إلا إذا لم تجدى مساعدة طبية لمدة ٤ أو ٥ ساعات وحدثت أعراض حادة . إذا توقفت الطفل عن التنفس الجئى إلى إنعاشه (انظرى لاحقاً) . عاجليه من الصدمة إذا لزم الأمر (#41) . الجئى فوراً إلى الطوارئ إلى الطبيب . حاولى وصف الشعبان إن أمكن . إذا لم تستطيعى الحصول على العون الطبى خلال ساعة اربطى شريطاً أو حزاماً . إلخ أعلى الموضع بحوالى ٨سم بأسلوب غير محكم . لا تقومى بربط أى شئ حول الإصبع أو الرقبة أو الجزء العلوى من الجسد . الفحصى النبض تحت الرباط باستمرار للتأكد من عدم توقف سريان الدم . أرخى الرباط إذا بدأ العضو فى التورم . سجلى وقت الربط .

#### كسرالعظام:

٦- الأذرع والسيقان وعظام الترقوة والأصابع : تشمل دلائل الكسر ما يلى : صوت فرقعة وقت حدوث الحادث ؛ التشوه (إلا أن هذا يدل أيضاً على نقل العظمة #15 ) عدم القدرة على تحريك الجزء المصاب أو تحمل أى ثقل عليه ، آلام حادة يدل عليها البكاء الذى لا يتوقف ؛ الورم أو تغير اللون . إذا شككت فى حدوث كسر فى أحد الأطراف لا تحركى الطفل حتى تستشيرى الطبيب . إذا لزم تحريك الطفل ثبتى الجزء المصاب أولاً بواسطة جبيرة . ثبتى الجبيرة عند الكسر وفوقه وأسفله بواسطة ضمادات أو شرائط قماشية أو إشارات . . إلخ . لا تثبتىها بإحكام حتى لا تعوقى سريان الدم . ضعى كيس ثلج على الموضع المصاب حتى تقللى من الورم حين فحص الطبيب له . ورغم أن كسور صفار الأطفال تشفى سريعاً إلا أنه لا بد من العلاج الطبى حتى تلتئم بشكل صحيح .

#### ٧- الكسور المضاعفة Compound Fractures :

لا تلمسى العظام إذا برزت من الجلد ، غطى الإصابة ، إذا أمكن ، بشاش معقم وحارلى إيقاف النزيف بواسطة الضغط (#46) والجئى إلى الطوارئ .

٨ - إصابات الظهر والرقبة: إذا كان ثمة شك في إصابة الظهر أو الرقبة لا تحركى الطفل على الإطلاق. اطلبى الطوارئ. غطى الطفل وحاولى تهدئته أثناء الانتظار، وإذا أمكن، ضعى أشياء ثقيلة (بعض الكتب مثلاً حول الرأس لمنع حركتها. لا تعطيه طعاماً أو شرباً. إذا حدث نزيف (#46) أو صدمة (#41) أو توقف التنفس (انظرى لاحقاً) ابدئى العلاج فوراً.

### الحرق والتسلخات:

هام: إذا اشتعلت ملابس الطفل استعملى معطفاً أو سجادة أو بطانية أو مفرش سرير أو جسدك (لن تحرقى) لإخمادها.

٩ - حروق الحرارة المحدودة: اغمرى الجزء المحروق فى مياه باردة أو ضعى كمادات باردة عليه (١٠ أو ١٥). استمرى حتى يتوقف الألم (حوالى نصف ساعة). لا تضعى الثلج لأنه يزيد من تلف الجلد ولا تفتحى البثور التى تتكون بعد الغمر فى الماء، اربتى برفق بمنشفة فوق الجزء المحروق حتى يجف وغطيه بشيء غير لاصق. لا بد من عرض حروق الوجه واليدين والقدمين والجهاز التنفسى على الطبيب فوراً. يجب عرض الطفل الذى يقل عمره عن عام على الطبيب مهما كان الحرق خفيفاً.

١٠ - الحروق المنتشرة: أبقى على الطفل راقداً. انزعى أى ملابس غير ملتصقة عن الجزء المحروق. ضعى كمادات باردة على الجزء المصاب. لا تتجاوزى مساحة ٢٥٪ من الجسد كل مرة. أبقى على الطفل دافئاً مع رفع الساقين فوق مستوى القلب إذا كانتا محروقتين. لا تستعملى الضغط أو المراهم أو الزبد أو الدهون، أو البودرة، أو حامض البوريك على الحروق، إذا كان الطفل واعياً ولم تكن ثمة حروق حادة بفمه أرضعيه أو اسقيه ماء أو أى سائل آخر. انقلى الطفل إلى عيادة الطبيب أو استدعى الطوارئ.

١١ - الحروق الكيميائية: أزيلى برفق المادة الكيميائية الجافة من على الجلد وانزعى أية ملابس عليها تلك المادة. اغسلى الجلد فوراً بكميات كبيرة من الماء والصابون اطلبى الطبيب لاستشارته. إذا كان ثمة صعوبة أو ألم فى التنفس اذهبى فوراً إلى المستشفى لاحتمال حدوث إصابة فى الرئة نتيجة استنشاق أبخرة المادة الكاوية (انظرى #39 فى حالة ابتلاع الطفل مادة كيميائية).

١٢ - الحروق الكهربائية : افصلى مصدر الكهرباء فوراً أو اجذبى المصاب بعيداً عن المصدر باستعمال شىء جاف غير معدنى مثل المقشة أو سلم خشبى أو وسادة أو كرسي . أو حتى كتاب كبير ، لا تستعملى يديك العازيتين ، ابدئى فى عملية الإنعاش ( انظرى لاحقاً ) إذا توقف نفس الطفل . لا بد من فحص طبي لجميع حروق الكهرباء .

١٣ - حروق الشمس : إذا تعرض الطفل لسفعة الشمس عالجها بواسطة كمادات من مياه الصنبور لمدة ١٠ : ١٥ دقيقة ثلاث أو أربع مرات فى اليوم إلى أن يزول الاحمرار . تساعد المياه المتبخرة على برودة الجلد . فى الفترات بين الكمادات استعملى أى كريم مرطب أو مرهم الكلامين ( لا تستعملى الفازلين لأنه يحجب الهراء اللازم للالتئام . لا تعطى المصاب مضاداً للتهتامين إلا إذا وصفه له الطبيب . يمتص السائل من البثور الكبيرة وتضمد ، يمكن إعطاء الطفل مسكناً للألم ( استامينوفين ) من أجل الراحة .

#### التشنجات:

١٤ - تشمل الأعراض ما يلى : الانهيار ؛ تقلب العينين إلى أعلى ؛ خروج الزبد من الفم ؛ تيبس الجلد يتبعه حركات ارتعاش عصبى غير متحكم فيها ؛ تحدث صعوبة فى التنفس فى الحالات الأشد . كثيراً ما تحدث تشنجات تستغرق وقتاً قصيراً لدى الإصابة بالحمى تعاملى مع التشنجات بالطريقة التالية : أخلى المنطقة المحيطة بالطفل لكن لا تقيديه إلا فى حالة الضرورة للحيلولة دون إصابته . أرخى الملابس حول الرقبة والوسط . وأرقدى الطفل على أحد جانبيه بحيث يكون الرأس منخفضاً عن الفخذين . لا تضعى أى شىء فى فم الطفل بما فى هذا الطعام والشراب ، أو الشدى أو الزجاجية . اتصلى بالطبيب فور انتهاء النوبة . امسحى على الجسد بمياه باردة فى حالة الحمى ، لكن لا تضعى الطفل فى البانيو أو تلقى المياه على وجهه . فى حالة توقف التنفس ابدئى فى الإنعاش ( انظرى لاحقاً ) .

#### خلع الذراع أو الكتف:

١٥ - يحدث هذا أحياناً للأطفال الذين بدأوا المشى خاصة لأن الكبار كثيراً ما

يجذبونهم بقوة من أذرعهم أثناء إسراعهم فى المشى . الدلائل النمطية هى تشوه شكل الذراع ، أو عدم قدرة الطفل على تحريكه . يرافق هذا بكاء لا يتوقف نتيجة الألم . يعمد الطبيب إلى إعادة الجزء المخلوع إلى موضعه مما ينتج عنه راحة فورية . إذا كان الألم حاداً ضعى كيس ثلج وجبيرة على الموضع قبل ذهابك للطبيب .

### الغرق:

١٦ - لا بد من عرض الطفل الذى يخرج من الماء فاقد الوعى على الطبيب حتى ولو أفاق سريعاً . فى حالة استمرار فقدان الوعى ، اتصلى بالطبيب وابدئى عملية الإنعاش فوراً ( انتظرى لاحقاً ) لا توقفى الإنعاش حتى يفيق الطفل أو يصل العون مهما استغرق هذا من وقت إذا كان ثمة قىء اقلبى الطفل على أحد جانبيه لتجنب الاختناق . إذا كان ثمة شك فى خبط الرأس أو إصابة الرقبة ، قومى بتثبيت الجزء المصاب حتى يصل العون أو ينقل الطفل إلى الطوارئ .

### إصابات الأذن:

١٧ - جسم غريب فى الأذن : حاولى إسقاط الجسم بقلب الطفل بحيث تصحبه الأذن إلى أسفل مع تحريك الرأس برفق شديد . إذا لم يُجد هذا ، حاولى الأساليب التالية :

● إن كان ثمة حشرة استعملى ضوء بطارية لجذبها إلى الخارج .

● إذا كان جسم معدنى استعملى مغناطيساً لجذبه .

● فى حالة الجسم البلاستيك أو الخشب ضعى نقطة مادة لاصقة سريعة الجفاف على مشبك ورق بعد فرده ( لا تستعملى مادة تلتصق بالجلد ) والمسى الجسم الغريب إذا أمكنتك رؤيته . لا تسبرى الأذن الداخلية . انتظرى حتى تجف المادة اللاصقة واجذبى المشبك إلى الخارج لعل الجسم يكون قد التصق به . لا تحاولى هذا إن لم يكن ثمة شخص يمسك بالطفل ويمنع حركته .

لا تحاولى إخراج الجسم بإصبعك ، إذا فشلت اذهبى فوراً إلى الطبيب .

١٨ - تلف الأذن : إذا تم الزج بشيء مسدب في الأذن أو إذا أبدى الطفل دلالات إصابة في الأذن ( نزيف من قناة الأذن، صعوبة مفاجئة في السمع ؛ تورم حلمتي الأذنين ) اتصلى بالطبيب .

#### الصدمة الكهربائية،

١٩ - انفصلى الاتصال بمصدر الكهرباء، وذلك بفصل التيار إن أمكن، أو بفضل الطفل عن التيار باستعمال شيء غير معدنى، اطلبى الطوارئ سريعاً. الجئى إلى وسائل الإنعاش فى حالة توقف التنفس ( انظرى لاحقاً ) .

#### إصابة العينين:

هام : لا تضغظى على العين المصابة أو تلمسيها بأصابعك أو تضغظى فيها دواء من دون استشارة الطبيب . امنعنى الطفل عن دحك العين المصابة بوضع كروب أو فنجان عليها، أو بتقييد يدي الطفل إذا لزم الأمر .

٢٠ - دخول جسم غريب فى العين : إذا استطعت رؤيته (رمش أو حبة رمال مثلاً) اغسلى يديك واستعملى قطعة قطن مبللة وحاولى إزالته من عين الطفل يمكنك أيضاً محاولة إخراجها بسكب مياه فاترة فى العين بينما يمسك شخص آخر بالطفل ساكناً. إذا فشلت المحاولة، حاولى جذب الجفن العلوى على الجفن السفلى لعدة ثوانٍ. إذا لم تفلح المحاولة اذهبى إلى عيادة الطبيب كى لا يظمر الجسم فى العين أو يخدشها. لا تحاولى التخلص من جسم مظمور فى العين بنفسك. غطى العين بضمادة شاش معقم والصقها بغير إحكام فى مكانها لتهدئة الألم وأنت فى طريقك إلى الطبيب .

٢١ - مادة حاكة فى العين : اغسلى العين فوراً بالمياه الدافئة، قومى بصبها فى وعاء أو فنجان أو زجاجة لمدة ١٥ دقيقة مع فتح العين بإصبعك . إذا كانت عين واحدة هى التى أصيبت أبقى على رأس الطفل فى وضع تكون فيه العين غير المصابة على مستوى أعلى من العين المصابة حتى لا يدخل السائل المتساقط من العين الأخرى إليها. لا تستعملى أية قطرة أو مراهم، ولا تسمحى للطفل بدحك عينيه، اطلبى الطبيب كى يعطيك التعليمات بشأن ما تفعلينه بعد ذلك .

٢٢ - إصابة العين بجسم حاد أو مدبب : أبقى على الطفل جالساً شبه متكئ أثناء طلبك للمساعدة. لا تحاولي إخراج الجسم إذا كان مازال داخل العين. إن لم يكن في العين. أبقى عليها مغطاة دوماً إحكام بضمادة شاش معتم، أو فوطة صغيرة. اذهبي إلى الطبيب أو المستشفى فوراً. من الحكمة استشارة طبيب عيون على الفور.

٢٣ - إصابة العين بجسم غير حاد : أبقى على الطفل راقداً ووجهه متجه إلى أعلى. غطي العين بكيس ثلج، أو كمادات باردة. إذا اسود لون العين أو كان الطفل يدعكها كثيراً، أو إذا كان الجسم قد أصاب العين بسرعة كبيرة، استشيرى الطبيب.

#### الإغماء:

٢٤ - افحصى التنفس، إذا كان متوقفاً ابدنى إجراءات الإنعاش فوراً (انظري لاحقاً). إذا كان ثمة تنفس أبقى على الطفل راقداً متسطحاً وغطيه بغطاء خفيف إذا لزم الأمر. أرخي الملابس حول العنق. اقلبي رأس الطفل على الجانب وأخرجي أية مواد قد تكون في فمه. لا تعطيه أية أطعمة أو مشروبات. اتصلى بالطبيب فوراً.

#### إصابات أصابع اليدين أو القدمين:

٢٥ - الكدمات : يتعرض صغار الأطفال، بصفة خاصة، للإصابة بكدمات مؤلمة نتيجة قبض الأدرج أو الأبواب على أصابعهم. لعلاج هذه الحالة، اغمسي الإصبع المصاب فى مياه مثلجة لمدة ساعة مع توقف قصير كل ربع ساعة كى يستعيد الإصبع دفئته. الجنى إلى إلهاء الطفل أو أجبريه على الجلوس طوال هذا الوقت. سيقل ورم الأصابع المصابة بالكدمات إذا أبقى عليها مرفوعة.

إذا اشتد ورم الإصبع المصاب، أو تشوه شكله، أو لم يمكن تفويجه فقد يكون ثمة كسر (#7)، اتصلى بالطبيب فوراً، إذا نجحت الكدمة عن إصابة من عصابة أو ما شابهها أو من الإمساك بها فى عجلة متحركة الجنى للطبيب مباشرة.

٢٦ - النزف تحت الأظافر : قد تتكون جلطة دماء تحت الظفر المصاب بكدمة سببنة وتتسبب فى ضغط مؤلم : إذا تسرب الدم تحت الظفر اضغطى عليه كى يتدفق ليخف الضغط. اغمرى الإصبع المصاب فى مياه مثلجة إذا احتتمل الطفل هذا. قد يصبح من الضرورى عمل ثقب فى الظفر إذا استمر الألم. استشيرى الطبيب.

٢٧ - قطع الظفر : إذا كان القطع صغيراً لفي الظفر بشرط أو ضمادة لاصقة حتى ينمو الظفر بدرجة يمكن معها قصه . بالنسبة للقطع الذي يمتد بطول الظفر ، قصي الظفر حول القطع ثم غطي الظفر بمادة لاصقة حتى ينمو الظفر مرة أخرى .

٢٨ - انفصال الظفر : الزعي الظفر بكامله إذا كان جزء منه مازال ملتصقاً . انقعي الإصبع في مياه باردة لمدة ٢٠ دقيقة ، ثم ضعي عليه مرهم مضاد حيوي وغطيه بمادة غير لاصقة . اغمسي الإصبع لمدة الأيام الثلاثة التالية في مياه مآخة دافئة ( نصف ملعقة ملح صغيرة مضافة إلى لتر ماء ) لمدة خمس عشرة دقيقة . ادھنيه بمرهم مضاد حيوي وغطيه بضمادة جديدة بعد كل عملية نقع . إذا استمر الشفاء استغني عن المرهم في اليوم الرابع وواصل النقع اليومي لبقية الأسبوع . أبقى على الموضع مغطي بضمادة إلى أن ينمو الظفر كاملاً مرة أخرى . إذا حدث احمرار أو ورم بسبب الالتئاب اتصلي بالطبيب فوراً .

#### إصابات الرأس :

٢٩ - جروح وكدمات فروة الرأس : نظراً لكثرة الأوعية الدموية في فروة الرأس فكثيراً ما يحدث نزيف شديد لدى إصابة الرأس بجرح حتى لو كان بالغ الصغر . وتورم الكدمات في هذه المنطقة حتى تصحح في حجم البيضة سريعاً . عاجلي الإصابة مثل أي جرح آخر (#44, #45) أو كدمة أخرى (#42) . استشيرى الطبيب في جميع الحالات باستثناء الجرح الصغير في فروة الرأس .

٣٠ - إصابات الرأس الخطيرة : كثيراً ما يخبط الأطفال رؤوسهم أثناء عامهم الأول ولا يتطلب هذا سوى ملاحظة الطفل للساعات الست التالية للخبطة الشديدة . اطلبى الطبيب أو الطوارئ فوراً إذا لاحظت إحدى العلامات التالية بعد إصابة الرأس :

● فقدان الوعي .

● التشنجات .

● صعوبة إيقاف الطفل ( الفحص كل ساعة أو ساعتين أثناء النوم بالنهار ، ومرتين أثناء الليل لمدة الساعات الست التالية للإصابة لتتأكدى أن الطفل يستجيب . إذا لم تستطعي إيقافه الفحص نفسه ) ( انظري لاحقاً ) .

- إذا حدث قيء أكثر من مرتين .
- انخفاض أو انبعاث فروة الرأس .
- عدم القدرة على تحريك الذراع أو الساق .
- سيلان دم أو سائل مائي من الأذنين أو الأنف .
- ظهور مساحات زرقاء أو سوداء حول العينين أو خلف الأذنين .
- ألم واضح لمدة تتعدى الساعتين بحيث يتدخل في نشاط الطفل الطبيعي أو نومه .
- الإصابة بدوخة تستمر أكثر من ساعة بعد الإصابة (يصعب على الطفل الاحتفاظ بتوازنه) .
- عدم قائل حجم حدقتي العينين أو عدم استجابتهما للضوء من بطارية قلمية بالانقباض أو الاستجابة لابتعاد الضوء بزيادة حجمها .
- شحوب غير معتاد يستمر لوقت ليس بالقصير .
- في أثناء انتظارك للنجدة أبقى على الطفل راقداً مع إدارة رأسه إلى أحد الجانبين .
- عاجليه من الصدمة (#41) . ابدئي خطوات الإنعاش (انظري لاحقاً) إذا توقف الطفل عن التنفس . لا تقدمي إليه أى طعام أو شراب حتى تتحدثي مع الطبيب .

#### إصابات القلب:

٣٩ - عادة ما تحدث الأزمة القلبية فجأة . تشمل دلائلها سخونة الجلد وجفافه (أحياناً يكون رطباً) ؛ ارتفاع شديد في درجة الحرارة ؛ الإسهال ؛ التهيج أو الخمول ؛ التشوش ؛ التشنج ؛ فقدان الوعي . إذا كان ثمة شك في حدوث أزمة قلبية لدى الطفل في منشقة كبيرة بعد بلأها بمياه مثلجة (ألقى بمكعبات ثلج في الإناء الذي تضعين فيه المنشقة أثناء امتلائه بماء الصنبور البارد) . استدعي الطبيب أو الطوارئ فوراً أو أسرعى بالطفل إلى أقرب مركز للطوارئ . إذا أصبحت المنشقة دافئة أعيدى الكرة بمنشفة أخرى .

إصابات الفم:

٣٢ - شق الشفة: تلتئم جروح الشفة لدى الأطفال سريعاً. ضعى كيس ثلج على الجرح لإيقاف النزيف. اتصلى بالطبيب إذا كان الجرح مفتوحاً أو إذا لم يتوقف النزف فى مدة تتراوح ما بين ١٠ : ١٥ دقيقة. أحياناً تحدث إصابة الشفة نتيجة لمضغ الطفل سلكاً كهربائياً. إذا كان ثمة شك فى حدوث ذلك اتصلى بالطبيب.

٣٣ - الجرح فى الشفة الداخلية أو الفم: استعملى كيس ثلج عن الشفة الداخلية أو اخذ لتخفيف الألم ووقف النزيف. إذا لم يتوقف نزيف اللسان تلقائياً، اضغطى على جانبي الجرح بقطعة شاش أو قماش نظيفة بحيث تضميها. إذا كانت الإصابة داخل الخلق أو أعلى باطن الفم وإن كان ثمة ثقب أو جرح بجسم حاد (قلم أو عصا) أو إذا لم يتوقف النزيف خلال ربع ساعة، اتصلى بالطبيب أو اذهبى للطوارئ.

٣٤ - السن المخلوعة: إذا حدثت وخلعت إحدى الأسنان، يجب شطفها تحت مياه جارية مع الإمساك بها من الجزء الأعلى لا من الجذر. ثم يتم غرسها ثانية إذا أمكن، أو يحفظ بها فى الفم أو فى ياه الصنبور أو فى الحليب فى الطريق إلى طبيب الأسنان الذى قد يعيد زرعها، إذا لم يكن قد مياه على الحادث سوى مدة تتراوح بين ٣٠ : ٤٠ دقيقة، إلا أن الطبيب قد لا يعيد زرع سن طفل صغير (حيث كثيراً ما يحدث خراج ونادراً ما تثبت)، لذا فإن الاحتياطات للحفاظ على السن غير ضرورية. إلا أن الطبيب سيريد أن يرى السن كى يتأكد أنها كاملة، إذ قد تُطرد الأجزاء المتبقية وتدخل مع حركة الشهيق وتتسبب فى الاختناق.

٣٥ - السن المكسورة: نظفى الفم من العوالق جيداً بماء دافئ وقطعة من الشاش أو القماش. تأكدى أن الأجزاء المكسورة غير موجودة بالفم حتى لا تتسبب فى الاختناق. ضعى كمادات باردة (انظرى لاحقاً) على الوجه فى موضع الإصابة لتخفيف من الورم. اتصلى بطبيب الأسنان فوراً.

إصابات النزيف:

٣٦ - النزيف من الأنف: أبقى على الطفل فى وضع عمودى أو مائلاً قليلاً إلى

الأمام. أمسكى بجانبى فتحتى الأنف بلطف بين الإبهام والسبابة لمدة تتراوح بين خمس وعشر دقائق. حاولى تهدئة الطفل لأن البكاء يزيد من تدفق الدم. إذا استمر النزيف حاولى إدخال قطعة من القطن الماص فى فتحة الأنف التى تنزف وضعى فتحتى الأنف لمدة عشر دقائق أخرى و / أو ضعى كمادات باردة. إذا استمر النزيف اتصلى بالطبيب مع الإبقاء على الطفل فى وضع عمودى طوال الوقت. لا بد من إبلاغ الطبيب عن نزيف الأنف المتكرر.

٣٧ - جسم غريب فى الأنف : غالباً ما تكون صعوبة التنفس من الأنف و / أو وجود إفرازات أنفية ذات رائحة كريهة ومختلطة بالدم أحياناً علامة على دخول جسم ما إلى الأنف. أبقى على الأطفل هادئاً وشجعيه على التنفس من الفم. أخرجى الجسم بأصابعك إذا استطعت الوصول إليه بسهولة. لا تحاولى سبر الأنف أو استعمال الملقاط أو أى شىء آخر قد يضر بأنف الطفل إذا تحرك فجأة أو قد يدفع بالجسم الغريب داخل القناة الأنفية. إذا فشلت حاولى دفع نفسك خارج أنفك واجعلى الطفل يحاكيك. اتصلى بالطبيب أو الطوارئ إذا لم تنجح المحاولات.

٣٨ - خبط الأنف : إذا حدث نزيف أبقى على الطفل فى وضع عمودى مع الميل إلى الأمام. استعملى كيس ثلج أو كمادات باردة للتخفيف من الورم. استشيرى الطبيب للتأكد من عدم وجود كسر.

#### التسمم

٣٩ - ابتلاع السم : أى مادة باستثناء الطعام هى سم محتمل. إذا فقد الطفل وعيه وكان ثمة شك فى أنه قد تناول مادة خطيرة ابدئى العلاج العاجل فوراً. ضعى الطفل ووجهه إلى أعلى وافحصى تنفسه (انظرى لاحقاً). إذا لم يكن ثمة تنفس، ابدئى فى الإنعاش فوراً. استدعى الطوارئ بعد دقيقتين واستمرى فى الإنعاش حتى يصلك العون.

تشمل الأعراض الشائعة للتسمم ما يلى : الحمول، التهيج، آتحات سلوك مختلفة عن المعتاد، تسارع النبض وعدم انتظامه، تنفس متسارع، الإسهال أو القيء ( يجب

قلب الطفل على أحد جانبيه لتعاشي الاختناق) ؛ عينين دامعتين ؛ عرق ؛ ربالة ؛ سخونة الجلد و / أو الفم ؛ اتساع بؤبؤ العين أو ضيقه إلى حجم رأس الدبوس ؛ ومض العينين باتجاه الجانب ؛ ارتعاشات أو تشنجات .

لا تحارلى علاج الطفل بنفسك إذا أبدى الطفل بعض هذه الأعراض أو إذا كنت متأكدة أن الطفل قد ابتلع مادة مشكوكاً فيها . لا تعطى الطفل أى شيء عن طريق الفم بما فى هذا الأدوية المتعارف عليها . اطلبى الطبيب أو الطوارئ وخذى تعليماتك منهم . اطلبهم حتى وإن كان ثمة الأعراض التى قد لا تظهر لعدة ساعات أو توجهى إلى الطوارئ وخذى معك الوعاء الذى تناول منه المادة وما تبقى منها . اذكرى اسم المادة ( أو النبات ) والقدر الذى تعتقد أن الطفل قد تناوله . اذكرى عمر الطفل وحجمه ووزنه والأعراض .

قد يشير عليك الطبيب أن تستدعى القىء لتفريغ المعدة . أعطى الطفل الجرعة التى يشير بها الطبيب أو مركز السموم . إذا لم يحدث قىء خلال عشرين دقيقة أعطيه جرعة أخرى مرة واحدة فقط . أجمعى المادة التى تقيأها فى وعاء . خذى الوعاء معك إذا طُلب إليك الذهاب إلى الطبيب أو مركز السموم . خذى معك أيضاً المادة التى تشكى أن الطفل قد تناولها .

عادة لا يُستدعى القىء من الأطفال الأقل من ستة أشهر لتجنب الاختناق . لا بد أن يحدث القىء للأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين الستة أشهر والعام تحت إشراف الطبيب ، لا يستدعى القىء أبداً إذا كان الطفل قد تناول مادة كاوية أو شيئاً له قاعدة من الجازولين أو الكيروسين أو البنزين ، أو حينما يكون المصاب فاقد الوعى أو ناعساً ، أو كان يعانى من التشنجات والارتعاشات . يفضل إعطاء الطفل فى بعض هذه الحالات الفحم السائل الذى يمتص السم .

#### ● الغازات الضارة والسامة :

يمكن للغازات أن تنبعث من الجازولين وعوادم السيارات ، ومن بعض الكيماويات ودخان النيران الكثيف أن تكون سامة . عرضى الطفل فى هذه الحالة للهواء الطلق .

إذا توقف تنفسه ابدئي خطوات الإنعاش واستمرى حتى يعود التنفس طبيعياً أو تصلك المساعدة. استدعى الطوارئ أو الطبيب وأنت تواصلين إنعاش الطفل. إذا لم تصل عربة الإسعاف سريعاً قومي بنقل الطفل على الفور إلى أى مركز طبي إلا إذا كان هذا يعنى توقف الإنعاش. حتى لو عاد التنفس طبيعياً، يجب فحص المصاب فوراً بواسطة الطبيب.

#### ٤٠. بتراحد الأطراف أو الأصابع:

يندر وقوع مثل هذا الحادث إلا أن معرفتك ما تفعلينه فى هذه الحالة قد يعنى الفرق بين إنقاذ الطفل وفقده. اتخذى الخطوات التالية:

- حاولى وقف النزيف: اضغطى بشدة على الجرح بواسطة كمية كبيرة من ضمادات الشاش المعقمة أو حفاضة نظيفة أو فوطه صحية. زيدى الضغط إذا استمر النزيف. لا تقلقى بشأن ما قد تحدثه من ألم بالضغط الشديد.

- عاجبى الصدمة إن وجدت (إذا كان جلد الطفل شاحباً أو لرجاً وكان النبض ضعيفاً ومتسارعاً والتنفس سطحيماً). فكى ملابس الطفل وغطيه بغطاء خفيف وارفعى ساقيه على وسادة كى يصل الدم إلى المخ. إذا كان ثمة صعوبة فى التنفس، ارفعى رأس الطفل وكتفيه قليلاً.

- ساعدى الطفل على استعادة التنفس إذا لزم الأمر وابدئى فى الإنعاش.

- احفظى الجزء المتور. قومي بلفه سريعاً فى كيس من البلاستيك. املئى الكيس بقوالب من الثلج وأحكمى إغلاقه. لا تضعى الجزء المتور على الثلج مباشرة أو فى الماء أو فى المطهرات.

- اطلبى الإسعاف أو الطوارئ أو توجهى إلى هناك مباشرة بعد إبلاغهم كى يستعدوا. تأكدى من أخذ الجزء المتور معك فقد يستطيع الجراحون وصله مرة أخرى. استمرى فى الضغط على الجرح طوال الطريق، وأيضاً فى عملية الإنعاش إذا لزم الأمر.

### الصدمة:

٤١ - قد تزيد الصدمة إلى إصابات وأمراض عديدة . تشمل دلالتها برودة الجلد ولزوجته ؛ النبض المتسارع الضعيف ؛ القشعريرة ؛ كثيراً ما يحدث غشيان وقيء وعطس شديد ؛ و / أو تنفس سطحي . ضعى الطفل على ظهره . قومي بفك الملابس المقيدة كى يصعد الدم إلى المخ . غطى الطفل بغطاء خفيف للاحتفاظ بحرارة الجسد . إذا كانت ثمة صعوبة فى التنفس ارفعى رأس الطفل وكتفيه بقدر قليل جداً ، اطلبى الإسعاف فوراً .

### جروح الجلد:

هام : فى حالة جروح الجلد يحتمل إصابة الطفل بالتيتانوس . تأكدى أن تطعيم التيتانوس سارى المفعول . تنبهى لدلائل الالتهابات ( الورم ؛ دفء الجلد وليونته ؛ احمرار المنطقة المحيطة ؛ نز الصديد من الجرح ) . اتصلى بالطبيب لدى حدوث ذلك .

٤٢ - الكدمات والعلامات السوداء / الزرقاء : ضعى كمادات باردة أو كيس ثلج على الجلد مباشرة . إذا كان ثمة جرح عالجمى الكدمة معاملة الجرح (#44&#45) إذا حدثت الكدمة نتيجة إمساك اليد فى عصارة أو عجلة متحركة . يجب عرض الكدمات التى تظهر فجأة وتزامن مع الحمى على الطبيب

٤٣ - كشط الجلد : تحدث مثل هذه الإصابات على الركبتين والكوعين غالباً حيث تكشط الطبقة ، أو الطبقات العليا للجلد . عادة ما يحدث نزيف بسيط من الأجزاء الأعمق . استعملى شاشاً أو قطناً معقماً ، وامسحى على الجرح برفق الماء والصابون لإزالة الأوساخ والمواد الغريبة . إذا قاوم الطفل ، حاولى نقع الكشط فى إناء عميق . إذا لم يتوقف النزيف تلقائياً اضغطى على الموقع . غطيه بضمادة شاش معقم غير لاصقة . تلتئم معظم هذه الإصابات سريعاً .

٤٤ - الجروح الصغيرة : اغسلى الموضع بالماء والصابون . أمسكى بالجزء المصاب تحت المياه الجارية لإزالة القاذورات والمواد الغريبة . غطى الموضع بضمادة معقمة غير لاصقة . إذا كان الجرح على الوجه ، استشيرى الطبيب .

٤٥ - الجروح الكبيرة : اضغطى على الموضع بضمادة شاش معقم أو حفاضة نظيفة أو فوطه صحية أو فوطه صغيرة أو بإصبعك العارى إذا لزم الأمر . ارفعى الجزء المصاب فوق مستوى القلب فى نفس الوقت إذا أمكن . إذا استمر النزيف بعد ١٥ دقيقة من الضغط ، أضيفى شاشاً جديداً وزيدي الضغط . أبقى على الضغط حتى تصلى إلى الطبيب إذا لزم الأمر . ضعى ضمادة غير لاصقة على الجرح حينما يقف النزيف على أن تكون غير محكمة حتى لا تنموق سريان الدم . لا تستعملى اليود أو المطهرات الأخرى من دون استشارة الطبيب . فى حالة الجروح المفتوحة أو العميقة أو النزيف الذى لا يتوقف خلال نصف ساعة يجب العرض على الطبيب .

٤٦ - النزيف الشديد : اطلبى الإسعاف أو الطوارئ أو أسرعى إلى هناك بنفسك فى حالة بتر أحد الأعضاء أو تمزقها أو تدفق الدم مندفعاً . اضغطى على الجروح بضمادات شاش .. إلخ فى هذه الأثناء ؛ زيدي الضغط إذا لم يتوقف النزيف .

٤٧ - جروح الثقوب : انقعى الجزء المصاب فى ماء ساخن وصابون لمدة ١٥ دقيقة . لا تنزعى أى جسم (السكين أو العصا مثلاً) يكون منغرساً فى الجرح لأن هذا قد يزدى إلى زيادة النزف . أحيطى الجسم بالضمادات حتى لا يتحرك إذا لزم الأمر . أبقى على الطفل هادئاً وبدون حركة بقدر الإمكان حتى تصلى إلى الطبيب أو الإسعاف .

٤٨ - الشظايا والأشواك : اغسلى الموضع بماء نظيف وصابون وخذريه باستعمال كيس ثلج . إذا كانت الشظية مستقرة تماماً حاولى تحريكها بإبرة خياطة بعد تطهيرها بالنار أو الكحول . إذا كان أحد أطراف الشظية ظاهرة بوضوح حاولى نزعها بواسطة ملقاط معقم . لا تحاولى نزعها بأظافرك التى قد تكون متسخة اغسلى الموضع ثانية بعد نزع الشظية . إذا لم تتمكنى من نزعها بسهولة حاولى نقع الموضع فى مياه دافئة وصابون لمدة ١٥ دقيقة ثلاث مرات فى اليوم لمدة يومين . إذا لم تتحرك أو ظهر احمرار أو ورم استشيرى الطبيب . اتصلى بالطبيب أيضاً إذا كانت الشظية عميقة أو كان تطعيم التيتانوس غير سارى المفعول .

### أساليب إنعاش الطفل

على كل أم أن تأخذ دورة فى الإنعاش حيث إن الإرشادات التالية مساعدة فقط . تأكدى دوماً أنك متمكنة من أحدث أساليب الإنعاش .

لا تتخذى الخطوات التالية إلا فى حالة توقف الطفل عن التنفس أو إذا كان الطفل يتنفس بصعوبة وازرق لونه ( تفحصى المنطقة حول الشفتين وأطراف الأصابع ) .

إذا كان الطفل يحاول التنفس جاهداً ولم يزرق لونه اتصلى بالإسعاف أو أسرعى إلى الطوارئ فوراً . فى هذه الأثناء حافظى على الطفل دافئاً وامنعى حركته بقدر الإمكان فى الوضع الذى يبدو فيه مستريحاً .

إذا بدا الأمر وأنه لا بد من عمل تنفس صناعى أو إنعاش للطفل ، قومى بتقييم حالة الطفل وفقاً للخطوات رقم ١ ، ٢ ، ٣ .

#### ١. عدم الاستجابة:

حاولى إيقاظ الطفل الذى يبدو فاقد الوعى بالنداء عليه باسمه بصوت مرتفع . عدة مرات . إذا لم يُجد هذا ، حاولى النقر على كعبي القدمين . وكملاً أخيراً ، حاولى هز كتفيه مع الحبط عليهما . تجنبى الهز العنيف ولا تحركيهما إطلاقاً إذا كان ثمة احتمال وجود كسر فى العظم أو الرأس أو الرقبة أو الظهر .

#### ٢. البحث عن العون:

إذا لم يستجب الطفل اتصلى بالإسعاف أو الطبيب وانتقلى إلى الخطوة الثالثة فى هذه الأثناء . إن كنت وحيدة مع الطفل ومتمكنة من خطوات الإنعاش ، ابدئى فى الصباح طلباً للمساعدة كى تجذبى انتباه الجيران أو المارة . إن لم تكونى واثقة من مهاراتك سارعى بطلب النجدة .

هام: على الشخص الذى يقوم بالاتصال إعطاء كافة المعلومات المطلوبة التى تشمل اسم الطفل وعمره والموقع والحالة ( هل الطفل واع؟ يتنفس؟ يتنفس؟ فى حالة صدمة؟ هل ثمة نبض؟ ) وسبب الحالة ( التسمم؟ الفرق؟ السقوط؟ .. الخ ) .

٣ - وضع الطفل : حركى الطفل كوحدة واحدة مع سند رقبته وظهره ورأسه بعناية وضعيه على سطح ثابت مستو ( المنضدة أو الأرض ) ووجهه إلى أعلى ورأسه فى مستوى قلبه . استعملى الخطوات ٥أه و٥ب و٥ج لتقييم حالته .

( أ ) افتح مسالك الهواء : استعملى أسلوب ميل الرأس / رفع الذقن لفتح مسلك الهواء إلا إذا كان ثمة احتمال إصابة فى الرأس، الرقبة أو الظهر، استعملى فى هذه الحالة أسلوب دفع الفك إلى الأمام.

هام : قد يكون مسلك الهواء مسدوداً بواسطة اللسان المرتخى أو لحمة الحلق أو جسم غريب . يجب إزاحة العقبة قبل البدء .

رفع الرأس / ميل الذقن : ضعى اليد الأقرب إلى رأس الطفل على جبهته مع وضع إصبع أو إصبعين ( ليس الإبهام ) من اليد الأخرى على الجزء العظمى من الفك السفلى عند الذقن وأمىلى رأس الطفل بلطف إلى الخلف بالضغط على الجبهة . لا تضغطى على الأنسجة الرقيقة تحت الذقن أو تتركى الفم يُفلق تماماً ( أبقى على إبهامك داخله إذا لزم الأمر للإبقاء على الشفتين مفتوحتين ) . يجب أن يكون رأس الطفل فى مواجهة السقف فى الوضع المسمى بالوضع المحايد مع عدم خفض الصدر على الصد أو رفعها فى الهواء ، إذا لم يفتح المسلك الهوائى فى الوضع المحايد انتقلى إلى خطوة ( ب ) لفحص التنفس .

دفع الفك إلى الأمام : يستعمل فى حالة الشك فى إصابة الرقبة أو الظهر . ضعى إصبعين أو ثلاثاً تحت كل جانب من جانبي الفك عند الزاوية التى يلتقى فيها الفك العلوى بالفك السفلى مع سند كوعك على السطح الذى يرقد عليه الطفل . ارفعى الفك برفق إلى أعلى فى وضع محايد .

هام : الجئى إلى الطبيب حتى لو استعاد الطفل تنفسه مباشرة لأن الطفل الذى يفقد الوعي أو يتوقف تنفسه يحتاج إلى الفحص الطبى .

( ب ) الفحص التنفس :

١ - عقب القيام بعملية ميل الرأس أو رفع الفك أماماً ، انظرى واسمعى وتحسسى من ثلاث إلى خمس دقائق لمعرفة ما إذا كان الطفل يتنفس : هل بإمكانك سماع مرور الهواء أو الشعور به حينما تضعى أذنك بالقرب من أنف الطفل وفمه ؟ هل تتكون طبقة بخار على المرآة إذا وضعت أمام وجه الطفل ؟ هل باستطاعتك رؤية صدر الطفل

وحرفه وهما يرتفعان وينخفضان ؟ ( لا يكون هذا دليلاً قاطعاً على أن الطفل يتنفس لأنه قد يعنى أن الطفل يحاول التنفس إلا أنه لا ينجح ) .

إذا عاد التنفس أبقى على المسلك الهوائى مفتوحاً بواسطة الرأس المائل أو الفك المتوجع إلى الأمام . إذا استعاد الطفل وعيه ( ولم تكن به إصابات تجعل حركته غير مرغوب فيها ) اقلبيه على جانبه . اتصلى بالإسعاف أو الطوارئ . إذا بدأ الطفل يتنفس من تلقاء نفسه ويسعل بقوة فقد يكون هذا دليلاً على أن جسمه يحاول التخلص مما يعوق التنفس . لا توقى السعال .

إذا لم يكن ثمة تنفس أو كان الطفل يحاول التنفس بصعوبة وكانت شفتاه زرقاوين وكان أيضاً يكي بصوت ضعيف مكبوح ، فلا بد لك من ضخ الهواء فى الرئتين فوراً . إذا كنت وحدك استمرى فى الصباح لجذب المساعدة .

٢ - أبقى على ممر الهواء مفتوحاً بالإبقاء على رأس الطفل فى وضع محايد مع وضع يديك على جبهته . أزيلى ما قد يكون داخل فم الطفل من قيء أو أى شىء آخر بإصبع يديك الأخرى .

هام : إذا حدث قيء فى أى وقت اقلبى الطفل فوراً على أحد جانبيه . وأزيلى القيء بإحد أصابعك ثم ضعى الطفل ثانية على ظهره وواصلى خطوات الإنقاذ .

٣ - خذى نفساً من فمك وضعى فمك على فم الطفل وأنفه مع إحكام فمك حولهما .

٤ - انفخى نفسين خفيفين بطيئين مدة كل منهما من ١ : ١,٥ ثانية فى فم الطفل مع توقف بسيط بينهما كى تدبرى رأسك وتأخذى نفسك مرة ثانية . راقبى صدر الطفل مع كل نفس . توقى عن النفخ مع ارتفاع صدر الطفل وانتظرى حتى يهبط قبل البدء فى نفس آخر . أيضاً حاولى سماع وجس الهواء وهو يدخل إلى صدر الطفل .

هام : تذكرى أن الطفل الصغير يحتاج إلى كمية هواء صغيرة لملء رئتيه . ورغم أن النفخ الخفيف جداً قد لا يتسبب فى تمدد الرئتين كلية ، إلا أن النفخ الشديد أو السريع قد يدفع بالهواء إلى المعدة ويتسبب فى الانتفاخ . إذا انتفخ جسد الطفل أثناء قيامك

بنفخ النفس فيه لا تحاولى دفعه إلى أسفل لأن هذا قد يتسبب فى القيء . إذا بدا وأن الانتفاخ يعوق تمدد الصدر واقلبى الطفل على أحد جانبيه واضغطى برفق على البطن لمدة ثانية أو ثانيتين .

٥ - إذا لم يصعد الصدر ويهبط عدلى وضع ميل الرأس / رفع الذقن أو وضع الدفع بالفك أماماً . حاولى أيضاً ضخ نفسين آخرين . انفخى بقرة أكثر قليلاً . يحتمل أن يكون مسلك الهواء مسدوداً بالطعام أو بجسم غريب ، وفى هذه الحالة انتقلى إلى محاولة إزالته باتباع خطوات (إذا كان الطفل يخنق لاحقاً) .

(ج) افحصى سريان الدم : افحصى النبض بمجرد تأكدك أن منفذ الهواء سالك . حاولى أن تجدى نبضاً عضدياً فى الذراع القريب منك مع الإبقاء على إحدى يديك على رأس الطفل لكى يبقى مسلك الهواء مفتوحاً ، واستعملى الأخرى لجذب ذراع الطفل بعيداً عن جسده (اقلبيه بحيث يتجه الكف إلى أعلى . استعملى إبهامك وسبابتك حتى تجدى النبض بين العضلتين الموجودتين فى الجزء الداخلى من وسط الذراع بين الكتف والكوع . ابحنى عن النبض بدقة إذ إنه من الخطر إنعاش طفل صغير يدق قلبه .

٢ - إذا لم يكن ثمة نبض ابدئى الإنعاش (انظرى لاحقاً) . أما فى حالة وجود نبض ، فابدئى فى إجراءات التنفس الصناعى فوراً (انظرى لاحقاً) إذا لم يكن الطفل قد استعاد تنفسه تلقائياً .

### الإنعاش:

#### التنفس من أجل الإنقاذ:

١ - انفخى فى فم الطفل كما ذكر سابقاً بمعدل نفس كل ثلاث ثوانى ( ٢٠ نفس كل دقيقة . . نفخة اثنتين ثم تنفس ) . راقبى بعناية لمعرفة ما إذا كان صدر الطفل يرتفع ويهبط مع كل نفس .

٢ - افحصى نبض الطفل بعد دقيقة من نفس الإنقاذ للتأكد من عدم توقف القلب . إذا كان قد توقف انتقلى إلى عملية الإنعاش ، وإن كان لم يتوقف حاولى تبين ما إذا

كان ثمة تنفس تلقائي لمدة تتراوح بين ٣ : ٥ ثواني . إذا كان الطفل قد بدأ في التنفس تلقائياً استمرى في الإبقاء على مجرى الهواء سالماً .

افحصى التنفس والنبض باستمرار في أثناء انتظارك لوصول المساعدة . أبقى على الطفل ساكناً ودافئاً . إذا لم يكن ثمة تنفس تلقائي ، استمرى في أنفاس الإنقاذ والنبض والتنفس مرة كل دقيقة .

هام : لا بد لسلك الهواء أن يظل مفتوحاً كي تؤثر أنفاس الإنقاذ . تأكدى من الإبقاء على رأس الطفل في وضع محايد أثناء عملية نقل أنفاس الإنقاذ .

٣ - بمجرد استمرار التنفس التلقائي اتصلى بالإسعاف إن لم تكن قد وصلت . إذا لم يبدأ الطفل في التنفس تلقائياً خلال دقائق قليلة اتصلى بالإسعاف مع مواصلة عملية تنفس الإنقاذ .

هام : لا توقفى تنفس الإنقاذ إلى أن يتنفس الطفل تلقائياً أو تصل الإسعاف .  
**إنعاش القلب والرئتين؛**

هام : لا بد أن يرافق أنفاس الإنقاذ التى تضخ الأكسجين فى الرئتين ، حيث يلتقطه مجرى الدم ، ضغط تبادلى على الصدر لضخ الدم المحمل بالأكسجين صناعياً إلى الأعضاء الحيوية وباقى أعضاء الجسم .

١ - أبقى الطفل راقداً على سطح صلب ووجهه إلى أعلى . لا بد أن يكون رأس الطفل فى مستوى جسده .

٢ - واصلى إبقاء رأس الطفل فى وضع محايد مع وضع إحدى اليدين على الجبهة ضعى منشفة ملفوفة تحت كتفى الطفل لرفعهما قليلاً وذلك للمساعدة على الإبقاء على مسلك الهواء مفتوحاً .

٣ - ضعى ثلاثاً من أصابع يدك الأخرى على صدر الطفل . تخيلى خطاً أفقياً ممتداً بين حلمتيه ، ضعى وسادة سباتك تحت تقاطع هذا الخط المتخيل مع عظم الصدر . عدى بمعدل أسرع مما لو كنت تعددين الثواني . . واحد ، اثنين ، ثلاثة ، أربعة ، خمسة . . نفس .

٤ - باستعمالك اصبعين أو ثلاثاً اضغطي القص (عظم الصدر) في خط مستقيم إلى عمق ١,٥ : ٣ سم (يجب أن يكون كوعك محدباً). في نهاية كل مرة تضغطي فيها توقفي دون إبعاد أصابعك عن القص واسمحي له أن يعود إلى وضعه العادي استمرى في إيقاع ضغط - تراخي يسمح بنفس الوقت لكل مرحلة مع تجنب الحركات المتشنجة.

٥ - توقفي قليلاً لدى كل خمس مرات ضغط مع وجود أصابعك ساكنة على القص وضخى نفس إنقاذ بطنى من ١ : ١,٥ ثانية ترقيى ارتفاع الصدر (إذا لم يرتفع حركى أصابعك عن عظمة الصدر وارفعى الذقن وانفخى ثانية. حاولى مائة مرة ضغط كل دقيقة مع نفس انقاذ من كل خمس منها. عدى سريعاً: واحد، اثنين، ثلاثة، أربعة، خمسة، نفس..

٦ - بعد مرور دقيقة، قومى بقياس النبض من الذراع. إذا لم يكن ثمة نبض ضخى نفس إنقاذ بطنى ثم استمرى فى دورات الإنقاذ بالضغط / والتهوية، مع فحص النبض كل عدة دقائق. إذا وجد نبض، أوقفى الضغط على الصدر وراقبى التنفس التلقائى مدة تتراوح ما بين ٣ : ٥ ثوانى. إذا كان ثمة تنفس، أبقى على مسلك الهواء مفتوحاً والطفل ساكناً ودافئاً، واستمرى فى مراقبة تنفسه. إذا كان الطفل لا يزال لا يتنفس استمرى فى نفس الإنقاذ.

٧ - استدعى الإسعاف ثانية إذا لم تصل بعد دقيقة واحدة من خطوات الإنعاش واصلى خطوات الإنقاذ.

هام: لا توقفى الإنعاش حتى يستقر النبض والتنفس.

### حينما يكون الطفل على وشك الاختناق:

السعال هو وسيلة الطبيعة محاولة إخراج عائق فى المسلك الهوائى. لا يجوز التدخل فى سعال الطفل الذى يتسبب الطعام أو جسم غريب فى اختناقه والذى يستطيع التنفس والبكاء. إذا استمر سعال الطفل لأكثر من ثلاث دقائق استدعى الطوارئ. حينما يحاول الطفل المخنق التنفس بجهد ولا يستطيع، ويتحول لونه إلى

أزرق ، وتصدر عنه صيحات ذات نبرة عالية ، لا بد من اتباع خطوات الإنقاذ التالية .  
يجب القيام بها فوراً إذا كان الطفل فاقد الوعي ، ولا يتنفس ، وفشلت محاولات فتح  
مسلك الهواء إلى الرئتين .

#### هام:

قد يحدث انسداد في المسالك الهوائية لدى إصابة الطفل بالاختناق أو التهاب  
اللهاية . يحتاج الطفل المختنق إلى الإسعاف الفوري . لا تحاولي إنقاذه بنفسك .

١ - حاولي الحصول على المساعدة واتصلي بالإسعاف أو الطوارئ .

٢ - ضعي الطفل ووجهه إلى أسفل مقيداً الجزء الأمامي من ذراعك مع خفض  
الرأس عن الجسد (حوالي زاوية قدرها ٦٠°) . ضعي ذقن الطفل في القوس الذي يفصل  
بين إبهامك وسبابتك . إذا كنت جالسة ، ضعي الجزء الأمامي من ذراعك على فخذك  
لسنده . إذا كان حجم الطفل كبيراً ، اجلسي في مقعد ، أو على ركبتك على الأرض  
( ضعي الطفل ووجهه إلى أسفل على حجرك بحيث يكون مستوى رأسه منخفضاً عن  
جسده ) .

٣ - احططي على الظهر : اخبطي بكعب يدك بقوة خمس مرات بين جزئي العظم  
الكتفي .

٤ - دفع الصدر : إذا لم يكن ثمة دليل على تحرك العائق ( سعال قوي ) تنفس  
عادي : خروج الجسم ) ، ضعي بطن إحدى يديك على الظهر ، اقبلي الطفل مع سند  
الرأس والرقبة والصدر باليد الأخرى مع وجود الرأس في وضع منخفض عن الجسد .  
أسندي الرأس والرقبة بيدك وضعي الجزء الأمامي من ذراعك على فخذك لسنده .  
تخيلي خطاً أفقياً تمتد بين الحلمتين . ضعي وسادة سبابتك تحت تقاطع هذا الخط  
التخيل مع عظم الصدر ( عظمة الصدر المسطحة التي تمتد في خط الوسط بين صدر  
الطفل وأضلعه ) . المساحة التي ستضغطي عليها على مسافة عرض إصبع أسفل نقطة  
التقاطع هذه . ضعي إصبعين بطول عظام الصدر . اضغطي على عظم الصدر بدفعه إلى  
أسفل خمس مرات إلى عمق يتراوح بين ١,٥ سم : ٢,٥ سم كل مرة واسمحي للعظام

أن تعود إلى وضعها الطبيعي بعد كل مرة تضغطى فيها من دون رفع أصابعك . يفصل المرة عن الأخرى ٥, ٦ ثانية .

إذا كان الطفل واعياً كررى الخبط على ظهره ودفع صدره حتى يسلك المر الهوائى أو يفقد الطفل وعيه . إذا كان الطفل فاقد الوعى انتقلى إلى الخطوات التالية :

٥ - البحث عن الجسم الغريب : إذا لم يكن ثمة إشارة على تحرك العائق أو إزاحته من مكانه حاولى البحث عن شىء يمكن رؤيته . افتحى فم الطفل بوضع إبهامك داخله وأمسكى باللسان والفك الأسفل بين الإبهام والسبابة . اضغطى اللسان إلى أسفل بواسطة الإبهام أثناء رفعك للفك إلى أعلى كى تبصرى داخل الحلق . إذا رأيت جسماً غريباً انزعبيه بحركة جارفة من الإصبع . لا تأتى بهذه الحركة إذا لم ترى الجسم الغريب ، ولا تحاولى أن تخرجى الجسم المرئى بقبضة كقبضة الكماشة لأن هذا قد يدفع به أسفل القصبة الهوائية .

٦ - افحصى المسالك الهوائية : إذا استمر عدم تنفس الطفل الطبيعى افتحى المسلك الهوائى بأسلوب الرأس المائل / الذقن المرفوعة ، وحاولى ضخ نفسين بطيئين وفمك محكم حول أنف الطفل وفمه . إذا ارتفع الصدر وهبط كان ذلك دلالة على أن المجرى الهوائى سالك ، افحصى التنفس التلقائى ( خطوة ب ) وامضى فى خطوات العملية اللازمة .

٧ - تكرار المتتالية : إذا استمر المسلك الهوائى مسدوداً ، كررى الخطوات السابقة حتى يفتح ويعود الوعى إلى الطفل ويتنفس طبيعياً ، أو حتى تصلى إلى الطوارئ أو الإسعاف . لا تياسى ، إذ إنه كلما طال الوقت الذى لا يستنشق فيه الطفل الأكسجين ارتخت عضلات الحلق وزاد احتمال تزحزح الجسم الغريب عن موضعه .