الجزء الثالث

الإسعافات الأولية وحماية الطفل من الأخطار(*)

(*) تمت الإستعانة فى هذا الجزء بموسوعة العناية بالأم والطفل لمحمود السروجى (١٩٨٥).

الإسعافات الأولية وحماية الطفل من الأخطار

١.كيفية المحافظة على درجة حرارة الطفل:

تتراوح درجة الحرارة الطبيعية بين ٣٦ و٥ ,٣٧° مئوية (٨ ,٩٦ و٥ ,٩٩° فهرنهايت). وهى تعتمد على الدورة الدموية، فتكون الحرارة أدنى ما تكون عند منتصف الليل، وترتفع إلى الحد الأقصى بعد الظهر. أما إذا بلغت الحرارة ٣٨° مئوية (٤ ,١٠٠° فهرنهايت) فإن ذلك يعد دليلاً مرضياً.

- إذا أصيبت طفلتك بالحمى، فانتظرى ٢٠ دقيقة، وإذا ظلت حرارتها مرتفعة بعد ذلك، حاولى أن تخفضيها .

- اتصلى بطبيبك فورا، إذا كان طفلك بارداً بشكل خطير

٢.كيف تحافظين على سلامة الأذن للرضيع:

- عندما يصاب طفلك بالتهاب فى أذنه الخارجية، تغدو البشرة المبطنة لقناة السمع ملتهبة، وهذا يحدث عندما يكثر طفلك من السباحة فى ماء أضيف إليه «الكلور»، أو عندما يتلقى ضربة على أذنه، أو عندما يخدشها فتصاب الأذن بالالتهاب. ويكون الأولاد المصابون بالأكزما عرضة بشكل خاص لهذا الأمر عند دخول الماء فى آذانهم.

- وعند ظهور تصريف من الأذن، أو الشعور باحتكاك داخل الأذن فيجب استشارة الطبيب بسرعة.. قدمى لطفلك الجرعة اللازمة من شراب البراسيتامول لتخفيف آلامه، واحرصى على عدم وصول الماء إلى الأذن المصابة أثناء استحمام طفلك، وأكتفى بمسح شعره بإسفنجة رطبة لتنظيفه. لا تسمحى له بالسباحة قبل الشفاء من الالتهاب.

٣.إذا كان طفلك يعانى من هذه الأعراض:

- ارتفاع فى درجة الحرارة.
- صداع.
- آلام فى كل أنحاء الجسم.
- شعور بالارتجاف.
- سيلان الأنف ـ سعال.
- التهاب الحلق وتقرحه.

* قيسى درجة حرارة طفلك .
* قدمى له شراب البراسيتامول لتقليل الحمى، إذا دعت الحاجة.
* قدمى له الكثير من السوائل ليشرب، وعلى الأخص الماء المغلى ثم المبرد، وبخاصة إذا كانت حرارته مرتفعة.
* يتمكن طفلك من التنفس بسهولة أكبر، إذا رفعت رأس فراشه فى المهد أثناء مرضه، عن طريق وضع وسادة، أو منشفة ملفوفة، تحت أعلى الفراش، ثم وضعتها فى مهدها بحيث يكون صدرها ورأسها مرتفعين قليلاً.
* أبقى غرفة طفلك دافئة ، على ألا يكون الهواء شديد الجفاف، واستعملى مرطباً للهواء، أو علقى منشفة مبللة قرب السخان فى غرفة طفلك لإضفاء بعض الرطوبة على الهواء.

٤.الإسعافات الأولية للأطفال:

* إذا وجدت أن عنق طفلك أو عموده الفقرىّ قد تأذّى بسبب سقطة من مكان عال مثلاً ـ لا تحاولى تحريكه، ما لم يكن ذلك ضرورياً جداً، بل دعيه فى الوضعيّة التى وجدته فيها، بينما تتحققين من كونه يتنفس.
* حاولى الاستعانة بشخص آخر لمساعدتك.

* حاولى الإمساك بكتفيه ورأسه ووركه (مفصل فخذه)، بحيث ينقلب جسده كتلة واحدة.

مستلزمات الإسعاف الأولى:

احتفظى باحتياطى الإسعاف الأولى فى حاوية نظيفة وجافّة، واستبدلى كلّ عدد من المسحات المطهِّرة لتنظيف الجراح والكدمات.

تقنيات لإنقاذ الحياة:

حاولى استيعاب هذه التّعليمات، كى تتمكّنى من التّصرّف بسرعة فى حال حدوث طارئ ما، إذ إنّ كلّ ثانية تكون ثمينة فى وقت الشّدّة. فإذا بدا طفلك فاقد الوعى، اتّبعى هذه التّعليمات قبل معالجة أىّ ضرر آخر، وإذا كان قد توقّف عن التّنفّس، فمن الضّرورىّ إدخال الهواء إلى رئتيه لمنع تضرّر الدّماغ؛ عليك ضخّ الهواء من فمك إلى رئتيه، لمنع وقوع ذلك، وبالتّالى لإنعاش طفلك.

أمّا إذا توقّف قلبه عن النّبض، فبإمكانك أن تحفّيه على الضّخّ بيديك، للإبقاء على جريان الدّم فى عروقه. ولا تستسلمى مطلقاً، فهناك عديد من الأولاد الذين تطلّب إنعاشهم ساعات من التّنفّس الاصطناعىّ.

الطوارئ:

اطلبى النجدة الطارئة إذا فقد طفلك وعيه، ولو لثوان قليلة.

التحقق من فقدان الوعى:

* انقرى على عقب قدم طفلك، أو طفلك، وناديه باسمه، وتبينى ما إذا كان يستجيب لك أم لا. إنّما إيّاك أن تهزّيه، فقد يجعل ذلك إصابته أكثر سوءاً.
* إذا لم يتجاوب طفلك معك، يكون فاقداً وعيه، وعليك التحقق فوراً مما إذا كان يتنفس أم لا.
* أما إذا تجاوب معك، فتفحصيه بحثاً عن الإصابة، وقومى بمعالجة إصاباته على الفور.

التحقق من التنفس:

١ـ مدى طفلك على ظهره فوق سطح ثابت، وقفى أو اركعى بقربه، ثم ضعى إحدى يديك على جبهته، واضغطى برفق لتميلى رأسه قليلاً نحو الخلف، ثم افتحى فمه.

٢ـ قربى أذنك من فمه وأنفه وأنت تنظرين إلى قدميه، وأصغى محاولة سماع صوت تنفسه. وتحقّقى مما إذا كنت قادرة على تحسس أنفاسه بأذنك، وراقبى صدره لترى ما إذا كان يتحرك إبان تنفس طفلك أم لا.

* إذا لم تظهر لك أية دلائل على تنفسه، اقلبى طفلك على جانبه، أو مدديه على بطنه فوق حضنك وأدخلى إصبعك فى فمه لنزع أى شىء يسد مسلك الهواء، ولكن حاذرى أن تدفعى بالأشياء نزولاً فى حلقه، ثم تحققى مجدداً مما إذا كان قد عاود التنفس أم لا.

* إذا لم تظهر أية دلائل على تنفسه، باشرى التنفس الاصطناعى على الفور.

* إذا أخذ طفلك يتنفس، مدديه على جانبه فى وضعية التعافى، واطلبى النجدة الطارئة فوراً.

إجراء التنفس الاصطناعى للأطفال:

١ـ مررى إحدى يديك خلف عنق طفلك، مسندة قاعدة الرأس لإبقائه مائلاً نحو الخلف، وأبقى يدك الأخرى فوق جبهته.

٢ـ خذى نفسا عميقا، ثم ضعى شفتيك حول فم طفلك وأنفه بإحكام، محاولة جهدك ألا يتسرب الهواء ما بين شفتيك وبشرة طفلك، ثم ازفرى بهدوء وبطء.

٣ـ راقبى صدر طفلك للتأكد مما إذا كان ينتفخ حين تزفرين.

* إذا لم يرتفع صدره، فمن المرجح أن يكون هناك شىء يسد الرغامى (القصبة الهوائية) لديه، فعالجيه بطريقة معالجة الغصص نفسها ثم عودى إلى التنفس الاصطناعى، إذا دعت الحاجة.

* إذا ارتفع صدره، أبعدى فمك عن وجهه، ودعى صدره ينخفض، واحمليه على التنفس مرتين بهذه الطريقة، ثم تحققى من نبضه.

الغصص:

يصاب طفلك بالغصص عندما يعلق غرض صغير أو قطعة من الطعام فى فمه، مما يسبب له نوبة من السعال. عليك نزع هذا الغرض فوراً، كى يتمكن طفلك من التنفس بشكل طبيعى. يشيع الغصص بين الأولاد بسبب ميلهم إلى وضع كل ما تقع عليه أيديهم فى أفواههم. عليك ألا تقدمى لطفلك أطعمة جافة، كثيرة التفتت، فقد يواجه صعوبة فى ابتلاعها.

الطوارئ:

اطلبى النجدة الطارئة، فوراً، إذا:

* توقف طفلك عن التنفس.
* لم تتمكنى من نزع الغرض الذى يقفل البلعوم.
* استمر الغصص عند طفلك، حتى بعد إزالة الانسداد.

الغرق:

يمكن أن يغرق الأولاد والأطفال بسهولة فى المياه الضحلة، فحين يغمر وجه الولد الصغير بالماء، فإن ردة فعله الفورية تكون أخذ نفس عميق تهيؤاً للصراخ، قبل أن يرفع وجهه من الماء.

ما العمل؟

* تحققى من كون طفلك واعياً ويتنفس. فإذا كان يسعل أو يتقيأ أو كان مصاباً بالغصص، فمعنى هذا أنه يتنفس، أما إذا وجد احتمال تضرر عنقه وعموده الفقرى، فارفعيه برفق محاذرة أن تلوى عموده الفقرى.
* إذا كان طفلك لا يتنفس، فلا تضيعى الوقت فى محاولة إفراغ الماء من رئتيه، بل سارعى إلى إزالة الوحل والأعشاب المائية من فمه، وباشرى التنفس

الاصطناعى على الفور ـ باشرى بالأمر أثناء رفعه من الماء إذا أمكن ـ واطلبى النجدة الطارئة. عليك مواصلة التنفس الاصطناعى إلى أن تصل النجدة، أو إلى أن يعاود طفلك التنفس. وحين يستأنف التنفس، مدديه فى وضعية التعافى .

الطوارئ:

اطلبى النجدة الطارئة فوراً حين ينتشل طفلك من الغرق، وإن لم يفقد وعيه.

* إذا كان يتنفس، إنما فاقداً وعيه، مدديه فى وضعية التعافى كى يخرج الماء من فمه ورئتيه، واطلبى النجدة الطارئة فوراً.
* عليك تغطيته بمعطف أو بطانية لإبقائه دافئاً، وحاولى نقله إلى غرفة دافئة بأسرع ما يمكن.
* إذا كان طفلك فى كامل وعيه، هدئى من روعه، وطمئنيه، واحرصى على إبقائه دافئاً.

٥. ماذا تعرفين عن الصدمة

الصّدمة حالة انهيار تهدّد الحياة، ينخفض خلالها ضغط الدّم بشكل خطير. وقد تأتى الصّدمة كردّة فعل على إصابة بالغة، وبخاصة تلك التى يعانى خلالها طفلك من حروق شديدة، أو نزيف غزير.

الأعراض:

* شحوب وبرودة وتعرّق فى الجلد.
* لون أزرق داخل الشّفتين والأظافر.
* تنفّس سريع وغير عميق.
* تململ وعدم راحة.
* شعور بالنّعاس وسكون غير طبيعىّ.
* فقدان الوعى.

الطوارئ:

اطلبى النجدة الطارئة، فوراً، إذا أصابت طفلك صدمة.

ماالعمل؟

١ـ مددى طفلك على ظهره، فوق معطف أو بطانية إذا أمكن، وحولى وجهه إلى أحد جانبيه، ثم ارفعى قدميه نحو ٢٠سم (٨ بوصات) وضعيها على شيء ما، كيس، لتبقيا مرتفعتين. لا ترفعى ساقيه إذا كانت إحداهما مكسورة، أو تلقت لسعة سامّة.

٢ـ غطيها بمعطف أو بطانية ، أو احتضنيها لتدفئتها ، إنما إياك أن تحاولى تدفئتها باستعمال زجاجة من الماء الساخن أو بطانية كهربائية ، فهذه الأدوات تسحب الدم من الأعضاء الحيوية للجسم إلى الجلد.

٣ـ إذا اشتكى الطفل من العطش فبللى شفتيه بقطعة مبللة. إنما إياك أن تقدمى لها طعاماً أو شراباً إلا فى حالة واحدة: قدمى لها رشفات من الماء إذا أصيبت بحروق شديدة.

٤ـ إذا فقد الوعى، تحققى من سلامة تنفسه.

٦.التسمم

يتسم الأولاد والأطفال بحب الاستطلاع، ولكنهم يفترقون إلى حس التمييز السليم. لذا من الضرورى إبعاد المواد السامة عن متناولهم، وخزنها فى مكان مقفل، إذ يعد التسمم واحداً من أكثر الأسباب المستدعية للطوارئ عند الأولاد الصغار.

الأعراض:

تعتمد الأعراض التى ستظهر على طفلك على نوع السم الذى تناوله، فقد تلاحظين عليه واحداً من الدلائل التالية:

* ألم المعدة.

* التقيؤ.

* أعراض الصدمة

* تشنجات.

* الشعور بالنعاس وسكون الحركة.

* فقدان الوعى.

* آثار حروق، أو تبدلا فى لون البشرة حول الفم، لدى ابتلاع طفلك سما.

* وجود سم أو عبوة فارغة بقربه.

الطوارئ:

اطلبى إسعاف الطوارئ، فوراً، إذا ظننت طفلك قد ابتلع سماً ما.

ما العمل؟

١ـ إذا كان طفلك فاقداً وعيه، تحققى من تنفسه.

* إذا لم يكن يتنفس ، باشرى التنفس الاصطناعى على الفور، إنما امسحى فمه قبل أن تقومى بذلك ، أو ازفرى فى فمه بعد وضع قماشة عليه، لتتجنبى دخول السم إلى فمك.

* إذا كان يتنفس ، مدّديه فى وضعية التعافى.

٢ـ إذا رأيت أية آثار حروق حول فمه ، أو إذا كان لديك سبب للاعتقاد بأن طفلك قد ابتلع مستحضراً كميائياً، فاغسلى بشرته وشفتيه بالماء. وإذا كان محتفظاً بوعيه، قدمى له بعض الحليب أو الماء ليشرب.

٣ـ حاولى معرفة المادة التى تناولها ومقدارها والفترة الزمنية التى مضت على ذلك. وأخبرى الطبيب بذلك، وقدمى لهم عينة من المادة، أو العبوة كلها إذا أمكن.

٤ ـ إذا تقيأ طفلك، احتفظى بعينة من القئ ، وقدميها إلى الطبيب أو طاقم الإسعاف، وإنما لا تحاولى دفع طفلك على التقيؤ.

٧.الحروق وحروق الماء الساخن

إن الحروق الصغيرة السطحية، التى تسبب احمرار منطقة من البشرة، وتمتد بطول ٢ إلى ٣سم (بوصة واحدة)، تعد حروقاً بسيطة، يمكن معالجتها فى المنزل، أما التى تمتد على مساحة أكبر من ذلك، فتعد حروقاً كبيرة وخطيرة بالنسبة إلى طفلك، إذ تفقد السوائل فى المنطقة المصابة، فتسهل إصابتها بالعدوى.

الطوارئ:

انقلى طفلك إلى المستشفى، بأسرع ما يمكن، بعد إسعافه أولياً، إذا:

* كان الحرق يغطى منطقة أطول من ٢ إلى ٣سم.
* كانت الكهرباء سبب حرق طفلك .

الحروق البسيطة:

ما العمل؟

١ ـ بردى منطقة الحروق فوراً بوضعها تحت الماء الجارى البارد، إلى أن يتلاشى الألم، وهذا يمنع تكون النفطات.

٢ ـ إذا تشكلت نفطة فى موضع الحرق، فضعى حشية نظيفة مصنوعة من مادة غير وبرية فوقها، وثبتيها فى مكان الحرق بوضع لصوق أو شريط جراحى لاصق عليها.

إياك أن تفقأى النفطة، فهى تحمى المنطقة الواقعة تحتها، بانتظار نمو بشرة جديدة مكانها.

وإياك أن تضعى أى مرهم، أو غسول على الحرق.

احتراق الملابس

ما العمل؟

١ ـ مددى على الأرض بحيث تكون المنطقة المحترقة نحو الأعلى، وتفادى لمس المنطقة المحترقة بيديك، أو ملابسك، إذا أمكن.

٢ ـ أطفئى النار بدفق الماء عليها، أو بخنق اللهب بخرقة، أو بطانية، أو ستارة سميكة، وأبعدى هذه الأقمشة عن وجه طفلك. إنما إياك أن تسكبى الماء على طفلك إذا كان قريباً من أداة كهربائية شغالة. إياك أن تحاولى خنق اللهب بواسطة «النايلون» أو أى قماش اصطناعى آخر قابل للاحتراق. إياك أن تسمحى له بالركض خارج المنزل، فالهواء سيغذى اللهب.

٣ ـ حين تخمد النيران، عالجى طفلك من الحروق الكبيرة (انظرى الجهة المقابلة).

الحروق الكبيرة

ما العمل؟

١ ـ انزعى ملابس طفلك إذا بللت بالماء الحار، أو بالمواد الكيميائية الأكالة، محاذرة أن تمس الملابس بشرة طفلك، وعليك بتمزيق الملابس لنزعها بدلاً من خلعها كى لا تمر فوق وجهه. إياك أن تنزعى الملابس التى احترقت وجفت، أو التصقت ببشرة طفلك فى موضع الحرق.

٢ ـ بردى موضع الحرق، فوراً، بتغطيسه فى الماء البارد: عليك لهذه الغاية وضع طفلك فى مغطس بارد، أو تغطية الحرق بمنشفة (فوطة) مشبعة بالماء البارد. لا تفركى بشرته مطلقاً.

* إذا كانت المواد الكيميائية هى سبب حروق طفلك، فحاولى غسلها بالماء، وإزالتها عن بشرته، إنما حاذرى أن يسيل الماء الملوث بهذه المواد على مواضع سليمة من البشرة.

٣ ـ غطى منطقة الحرق بضمادة نظيفة مصنوعة من مادة غير زغبية، وإذا لم تتوافر لك ضمادة معقمة، اكوى منديلاً قماشياً أو كيس وسادة، ولفى به الحرق برفق.

٤ ـ تفحصى طفلك باحثة عن أعراض الصدمة، فإذا وجدت بعضها عالجيه من صدمته. وإذا اشتكى طفلك من العطش فقدمى له الماء ليرتشفه.

٨. النزف الشديد

إذا كان الدم يتدفق بغزارة من الجرح، أو إذا استمر النزف أكثر من خمس دقائق، حاولى منع جريان الدم ليتسنى للأخير أن يتخثر (يتجلط).

الطوارئ:

انقلى طفلك إلى المستشفى بعد تقديم الإسعاف الأولى له مباشرة، إذا كان هناك جسم منغرس فى الجرح.

ما العمل؟

١ ـ ارفعى الموضع المصاب عن مستوى قلب طفلك، لتقللى من كمية الدم الواصلة إلى الجرح.

تفحصى الجرح باحثة عن أى شىء منغرز فى اللحم، فإذا وجدت شيئاً من هذا القبيل، عالجى الموضوع كما نبين لك أدناه.

٢ ـ ضعى فوطة مصنوعة من مادة غير زغبية على الجرح ـ ويمكنك استعمال منديل أو منشفة ثم اضغطى بشدة على المكان مدة عشر دقائق تقريباً. أما إذا لم تتوافر لك قماشة نظيفة، فاضغطى على الجرح بأصابعك محاولة ضم جانبى الجرح إلى بعضهما.

٣ ـ ضعى ضمادة أو حشية ثانية فوق الأولى، واربطيها بإحكام فوق الجرح كى يتواصل الضغط عليه. وإذا تشبعت الضمادة الثانية بالدم، فلا تنزعيها، إنما ضعى فوقها واحدة ثالثة، وحافظى على وضعية الضغط على الجرح طوال الوقت.

٩. انغراس الأشياء فى الجرح

إن الأجزاء الصغيرة من الأوساخ فى الجرح تغسل بواسطة الدم النازف، أما القطع الأكبر حجماً فيمكن مسحها عن الجرح بسهولة. أما إذا انغرس شىء ما فى جرح طفلك، فعليك معالجته كالتالى:

الطوارئ:

انقلى طفلك إلى المستشفى بعد تقديم الإسعاف الأولى له مباشرة، إذا كان هناك جسم منغرس فى الجرح.

ما العمل؟

١ ـ إذا تدفق الدم بغزارة من الجرح، ارفعى موضع الجرح عن مستوى قلب طفلك، واضغطى على المنطقة المحيطة بالجسم المنغرس ـ إنما لا تضغطى على الجسم نفسه ـ وإذا بدا لك أن الضغط يزيد النزف غزارة، فتوقفى عن الضغط.

إياك أن تحاولى انتزاع الجسم المنغرس، أو تنظيف الجرح.

٢ ـ توقفى عن الضغط قليلاً، ولفى قماشة صغيرة، كمنديل نظيف مثلاً، على ذاتها على شكل النقانق (السجق) ثم اطويها لتصنعى منها حلقة.

٣ ـ ضعى حلقة النسيج التى تشكلت، حول الجرح، وغطيها بضمادة شفافة، ثم ضمدها بإحكام، إنما لا تشدى الضماد حول الجسم المنغرس.

١٠. الجروح والكدمات (السحجات)

الجروح والكدمات (السحجات) أمور معتادة فى سن الصغر، ويعالج معظمها فى المنزل. تابعى برنامج تلقيح طفلك ضد الكزاز (التيتانوس) حتى النهاية إذ قد يصاب بالكزاز من جراء دخول الأوساخ إلى جرحه. عالجى عض الحيوانات كما تعالجين الجروح.

الطوارئ:

انقلى طفلك إلى المستشفى، بعد تقديم الإسعاف الأولى له، إذا:

* كان الجرح عميقاً، أو واسع النطاق.
* كانت حافتا الجرح محززتين أو متباعدتين.
* جرح وجهه جرحا بليغاً.

* كان الجرح (أو الكدمة) متسخاً جداً.

* أ صيب طفلك بجرح وخزى (وهو جرح عميق ذو فتحة صغيرة على سطح الجلد) من جراء انغراس شيء متسخ فى لحمه، كمسمار صدئ، أو ناب حيوان.

* استشيرى طبيبك بأسرع ما يمكنك، إذا أصبحت المنطقة المحيطة بجرح طفلك ملساء وحمراء، فقد تكون ملتهبة.

استشيرى الطبيب:

اتصلى بطبيبك فوراً، إذا تواصل النزف من أنف طفلك، بالغزارة نفسها، بعد ابتدائه بنصف ساعة. واستشيرى طبيبك إذا كان طفلك يصاب بنزف أنف حاد تكراراً.

ما العمل؟

١ ـ اغسلى يديك أول الأمر، إذا أمكن، ثم نظفى الجرح بدفق الماء الجارى عليه، أو بمسحه بمطهر أو بقطعة من القطن مشبعة بالماء الدافئ ، واستعملى قطعة جديدة من القطن عند كل مسحة. لا تنتزعى أى شيء منغرس فى الجرح.

* إذا عض حيوان طفلك، بادرى إلى غسل الجرح بالماء والصابون.

٢ ـ إذا استمر الجرح بالنزف بعد خمس دقائق على وقوعه، ضعى عليه فوطة نظيفة أو منديلاً واضغطى على الجرح بإحكام لبضع دقائق.

٣ـ ضعى لصوقاً (بلاستراً) أو ضمادة على الجرح لحمايته وإبقائه نظيفاً، إنما لا تضعى مرهماً مطهراً عليه.

٤ ـ واصلى تغطية الجرح بلصوق أو ضمادة حتى يلتئم كلياً؛ فهذا يساعد على التئام الجرح بسرعة أكبر، إذ يبقى المنطقة رطبة. وعليك استبدال اللصوق أو الضمادة يومياً - بإمكانك تشبيع اللصوق بالماء ليسهل عليك نزعه.

١١.إصابات الرأس والوجه

إن تلقى الخبطات على الراس من الأمور المعتادة عند الأولاد، وقد تسبب ظهور كدمات بارزة، لكنها غير خطيرة. أما الإصابة بجرح فى الجبهة أو فروة الرأس ، فتودى إلى نزف غزير عند الأولاد، وإن كان الجرح صغيرا. إذا تلقت طفلك / طفلتك ضربة قوية على رأسها، فقد تعانى من ارتجاج فى دماغها ناشئ عن اهتزاز الدماغ داخل الجمجمة، أو عن حدوث نزف داخل الجمجمة.

وقد أدرجنا فيما يلى دلائل تشير إلى إصابات مثل هذه ـ على الرغم من أن هذه الدلائل لا تظهر إلا بعد مرور بضع ساعات على الإصابة.

الطوارئ:

اطلبى النجدة الطارئة فوراً، إذا كانت طفلك قد آذت رأسها، وكان سلوكها غير عادى، أو ظهر عليها أى عرض من الأعراض التالية خلال ٢٤ ساعة تلى الصدمة ، (الإصابة).

* فقدان الوعى، ولو لبرهة قصيرة.
* تقيؤ.
* صدور صوت أو شخير خلال تنفسها.
* مواجهة صعوبة فى الاستيقاظ، أو إصابتها بنعاس غيرعادى.
* ظهور تصريف صاف، أو منصبغ بالدم من أذنها أو أنفها .
* بكاء غير معتاد.
* صداع حاد.
* نفور من الأضواء الساطعة.

تكسرالأسنان

إذا انكسرت إحدى أسنان طفلك، أو غدت متخلخلة، غطى السن بالحليب (اللبن) ، واصطحبى طفلك إلى طبيب الأسنان.

ما العمل؟

١ ـ إذا ظهرت كدمة على رأس طفلك / طفلتك، ضعى خرقة مشبعة بالماء البارد، أو مجموعة من مكعبات الثلج الملفوفة بخرقة رطبة، على الكدمة لمنع انتفاخها، وتفحص البشرة حيث تضعين الخرقة، كل دقيقة، فإذا تشكلت عليها بقعة حمراء ذات مركز أبيض شمعى، ارفعى الخرقة عن رأسها.

٢ ـ إذا شج رأس طفلك وأخذ ينزف، فضعى قطعة نسيج نظيفة على الجرح، واضغطى عليه كما تفعلين فى حالة النزف فى أماكن أخرى من الجسم .

٣ ـ راقبى طفلك/ طفلتك خلال الـ ٢٤ ساعة التالية، مترقبة ظهور أى من صدمة رأسها، حاولى إيقاظها من نومها كل ثلاث ساعات، فإذا لم تستيقظ، سارعى إلى طلب النجدة الطارئة فوراً.

٤ ـ إذا انساب تصريف من سائل صاف أو مبقع بالدم من أنف طفلك/ طفلتك أو أذنها، ضعيها فى وضعية التعافى، وضعى حشية من القماش النظيف تحت أنفها أو أذنها. وإذا كان السائل ينساب من أذنها، مديها على الجانب المصاب، كى يسيل السائل خارجا، وإياك أن تحاولى منع خروجه.

١٢- الكدمات والتورم

تظهر الكدمات نتيجة لحدوث نزف داخل الأنسجة الواقعة تحت سطح الجلد، بسبب إصابة المنطقة بضربة أو لطمة، أو نتيجة للسقوط من مكان مرتفع، فتنتفخ المنطقة ويتغير لونها. تختفى الكدمات عادة تدريجيا، وتزول نهائيا فى غضون أسبوع.

هرس أصابع اليدين والقدمين.

إذا هرس طفلك أصابعه بإغلاق باب أو شباك عليها، أو إذا أسقط جسما ثقيلاً على قدمه، فضعى الموضع المصاب تحت الماء البارد والجارى بضع دقائق . وإذا استمر الألم أو تورم مكان الإصابة، فانقلى طفلك إلى المستشفى.

ماالعمل؟

١ ـ ضعى فوطة مشبعة بالماء البارد، أو رزمة من مكعبات الثلج الملفوفة بخرقة مبللة على موضع الكدمة مدة نصف ساعة، فذلك يساعد على تخفيف الألم والتورم فى الوقت عينه.

٢ ـ إذا كان طفلك يتألم بشدة، أو كان يشعر بالألم حين يحرك طرفًا من أطرافه مصابا بكدمة، فابحثى عن أى دليل يشير إلى خلع أحد مفاصله أو انكسار أحد عظامه؛ خاصة إذا كان التورم شديداً فى موضع الإصابة.

١٣.لى المفاصل

حين تصاب المفاصل باللى تتأذى الأربطة الخاصة بها (الأربطة هى ألياف متينة تسند المفاصل) ويحدث اللى أعراضاً شبيهة جداً بأعراض كسر العظم. فإذا لم تكونى واثقة من طبيعة الإصابة، هل هى لى هى أم كسر، فعالجيها وكأنها كسر (انظرى أدناه).

الأعراض:

ـ شعور بألم فى المنطقة المصابة.

ـ تورم فى المنطقة عينها يعقبه ظهور كدمة.

ـ صعوبة فى تحريك المفصل.

الطوارئ:

انقلى طفلك إلى المستشفى، حالما تنهى تقديم الإسعاف الأولى له.

ماالعمل؟

١ ـ اخلعى حذاء طفلك وجوربيه برفق، وأى شىء آخر قد يعيق التورم حول موضع الإصابة.

٢ ـ ضعى المفصل المصاب فى الوضعية التى توفر أكبر قدر من الراحة لطفلك،

ثم ضعى خرقة مشبعة بالماء البارد أو حزمة من الثلج الملفوف بخرقة رطبة على المفصل، لتخفيف التورم والألم.

٣ ـ لفى المفصل بطبقة سميكة من القطن، ثم ضمديه بإحكام ، إنما لا تضيقى الخناق كثيراً بحيث تزرق أو تشحب المنطقة الواقعة تحت أظافر قدمه (أو يده إذا كان رسغه أو مرفقه هو المصاب).

١٤.الكسور وخلع المفاصل

لا تعد العظام المكسورة من الأمور الشائعة بين الأطفال والأولاد الصغار، إذ تكون عظامهم طرية، لم تتصلب بعد. لذا، فهى طيعة وتنثنى بدلاً من أن تنكسر. إلا أن بعض الكسور الجزئية تحدث أحياناً وتلتئم بسهولة (وتسمى غالباً كسر الغصن النضير). وينخلع أحد المفاصل حين ينزلق أحد العظام المتلقية عنده من موضعه. أما إذا ظننت أن عنق طفلك أو عموده قد كسر، فلا تحركى طفلك من موضعه إلا إذا توقف عن التنفس.

الأعراض:

* شعور بألم شديد فى المنطقة المصابة.
* تورم يعقبه ظهور كدمة فى المنطقة عينها.
* صعوبة فى تحريك الطرف المصاب.
* سوء مظهر المنطقة المصابة ـ فقد يبدو الطرف المصاب ملتوياً، أو أقصر من العضو السليم.

الطوارئ:

اطلبى النجدة الطارئة ما إن تنتهى من تقديم الإسعاف الأولى لطفلك.

ما العمل؟

١ ـ اخلعى حذاء طفلك وجوربيه برفق وأى شىء آخر قد يعيق يظهور التورم

حـول المنطقـة المصـابة. ولا تحـركـى طفلك، إلا إذا كـان فى ذلك ضـرورة قصوى.

٢ ـ ضعى الطرف المصاب فى الوضعية التى يرتاح إليها طفلك.

أما إذا كسر رسـغه أو ذراعه أو ترقوته، فعليك وضع حشـيات حول المنطقة المصابة، ثم ثنى الذراع ووضعها علي صدره، إذا قبل بذلك، ومن ثم تعليقها فى علاقة لإسنادها، ولكن لا تجبريه على ذلك إذا رفض .

أما إذا كسرت ساقه أو كاحله، فعليك تمديده على الأرض، ووضع حشيات حول المنطقة المصابة وبين ركـبتيه وكاحليه. بعـدها ضمى الساق المصابة إلى السليمة، واربطيهما معاً فوق موضع الإصابة وتحتها.

٣ ـ تفـحصى طفلك بحـثاً عن أعـراض الصدمـة، فإذا وجـدت بعضـها قـومى بعلاجها. إذا اعتقدت أن ساق طفلك مكسورة فلا تحركيها.

١٥- دخول جسم غريب فى العين:

يمكن أن تدخل الرمـوش أو ذرات الغبار فى العـين بسهولة. أمـا إذا بدت عين طفلك مهتاجة ولم يظهر لك وجود أى جسم غريب فيها، فقد تكون طفلك مصابة بالتهاب (تلوث بالجراثيم) فى عينها .

الأعراض:

* شعور بألم فى العين.
* احمرار العين، وسيلان الدمع منها بغزارة
* لجوء طفلك إلى فرك عينها.

دخول المواد الكيميائية فى عين طفلك:

إذا دخل رذاذ مادة كيميائية أو سـائل مقرح فى عينى طفلك، سارعى إلى غسل عينيـها بالماء البـارد الجارى، فوراً، مـبعدة بيـن جفنيهـا بإصبعـيك، كى يدخل الماء العين. وإذا كانت إحـدى عينيها مصابـة دون الأخرى، فأميلى رأسها لتـغدو العين

المصابة أخفض من الأخرى، حتى لا ينساب الماء إلى العين السليمة، ثم غطى العين المصابة بفوطة، وانقلى طفلك/ طفلتك إلى المستشفى. اصطحبى معك زجاجة المادة الكيميائية التى آذتها إذا أمكن.

ما العمل؟

١ ـ انتظرى بضع دقائق لتتبينى ما إذا كان الدمع قد غسل الجسم الغريب وأخرجه من عين طفلك/ طفلتك ، وحاولى أن تمنعيها من فرك عينها أثناء ذلك.

٢ ـ إذا استمر وجود الجسم داخل العين، فتفحصيها طالبة إلى طفلك/ طفلتك أن تنظر نحو الأعلى، بينما تجذبين جفنها الأسفل نزولا بإبهامك.

٣ ـ إذا تمكنت من رؤية الجسم على بياض عينها، حاولى إزالته عن طريق دفعه برفق بواسطة زاوية منديل نظيف أو قطعة مبرومة من القطن الرطب.

٤ ـ إذا لم تتمكنى من رؤية الجسم تحت الجفن الأسفل، فأمسكى بالجفنين ثم اجذبى الجفن الأعلى نحو الأمام، وإلى الأسفل قليلاً، فهذا كفيل بإزالة الغرض من تحت الجفن الأعلى. إذا كان هناك.

٥ ـ إذا استمر شعور طفلك/ طفلتك بترمل عينها والألم فيها، أو إذا لم يكن الجسم على بياض العين، أو لم تكن إزالته سهلة، فغطى العين بحشية من القطن، ثم اربطيها بضمادة أو بشال، وانقلى طفلك إلى المستشفى.

حاولى منعه/ منعها من فرك عينها طوال الوقت، وإياك أن تحاولى نزع أى شئ موجود على سطح الجزء الملون من العين، أو أى شىء منغرس فى بياض العين.

١٦. دخول جسم غريب فى الأذن

فد تزحف الحشرات فتدخل أذن طفلك، كما أن الأولاد قد يدخلون بعض الأشياء فى آذانهم أحياناً. لذا، لا تسمحى لطفلك باللعب بالخرز، أو الكلل (البلى)، أو ما يشابهها من الأشياء الصغيرة الحجم، وذلك إلى أن يتقدم فى السن ويغدر قادرا على استيعاب سوء إدخاله هذه الأمور فى أذنه.

الأعراض:

* شعور بالدغدغة فى الأذن.

* صمم جزئى.

* لجوء طفلك إلى فرك إذنه.

ماالعمل؟

١ ـ ضعى منشفة حول كتفى طفلك، ثم أميلى رأسه بحيث تتجه أذنه المصابة نحو الأعلى، واسكبى بعض نقاط من الماء الفاتر فى أذنه

٢ـ أميلى رأسه إلى الناحية الأخرى، لتغدو أذنه المصابة نحو الأسفل، فيخرج الماء من أذنه مع الجسم الغريب. وإذا لم ينجح الأمر، انقلى طفلك إلى المستشفى.

١٧. دخول جسم غريب فى أنف طفلك

قد يدخل الأولاد قطعا صغيرة من الطعام، أو أشياء صغيرة أخرى كالخرز وغيره، فى أنوفهم.

الأعراض:

* ظهور تصريف مبقع بالدم ، أو ذى رائحة كريهة، من أنف طفلك.

ماالعمل؟

إذا كان طفلك قادرا على التمخط، حثيه على ذلك من منخر واحد أولاً، ثم من الآخر، وإذا بقى الجسم ، لا تحاولى إخراجه بنفسك، بل انقلى طفلك إلى المستشفى.

١٨. الصدمة الكهربائية

لاتسبب الصدمات الكهربائية البسيطة أكثر من شعور بوخز إبر ودبابيس لفترة قصيرة، أما الصدمات الشديدة فقد تسقط طفلك/ طفلتك أرضا، وتفقدها وعيها،

وتوقف تنفسها وخفقان قلبها، كما قد يسبب التيار الكهربائى حروقا لها. وإذا مست طفلك/ طفلتك آلة كهربائية بيدين مبتلتين بالماء، فستصاب بصدمة أشد مما لو كانت يداها جافتين.

الطوارئ:

* انقلى طفلك/ طفلتك إلى المستشفى، مباشرة بعد انتهائك من إسعافها أوليا، إذا :

* فقدت وعيها، ولو لثوان قليلة.

* أصيبت بحروق بسبب التيار الكهربائى.

١٩. حروق الكهرباء:

يحرق التيار الكهربائى موضع دخوله جسم طفلك، وموضع خروجه منه، لذا، قد يحترق موضع لمس طفلك المصدر الكهربائى من جسدها، والمواضع التى لا مست الأرض. وعلى الرغم من أن الحروق قد تبدو صغيرة، فقد تكون عميقة داخل الجسد.

ما العمل؟

١ ـ اقطعى التيار من الخط الرئيسى إذا أمكن.

* إذا لم تتمكنى من القيام بذلك، قفى فوق مادة عازلة ـ كبساط مطاطى، أو كدسة من الصحف الجافة ـ وأبعدى طفلك/ طفلتك عن مصدر الكهرباء بدفع «الكابل» بعيدا عنها أو بدفعها بعيدا عن الكابل، مستعملة غرضا غير موصل للكهرباء، ككرسى خشبى أو مقبض مكنسة.

* إذا لم تتوافر لك أى من هذه الأغراض.. فحاولى عزل يدك يلفها بخرقة جافة، أو صحيفة، وقومى بجر طفلك/ طفلتك بعيدا عن السلك، بعد إمساكها من ملابسها، وتحاشى لمس بشرتها.

٢ ـ تبينى ما إذا كان طفلك/ طفلتك فى كامل وعيها.

* إذا كانت فاقدة الوعى، تحققى من تنفسها، وباشرى إجراء التنفس الاصطناعى لها، فورا، إذا دعت الحاجة . أما إذا كانت تتنفس فمددیها فى وضعية التعافى.

* إذا كانت فى كامل وعيها، اعمدى إلى طمأنتها وتطييب خاطرها، ثم تفحصيها بحثاً عن أعراض الصدمة.

٣ ـ تفحصى طفلك/ طفلتك بحثا عن آثار حروق فى (تبدو الحروق حمراء اللون وملوحة كاللحم المشوى قليلا وقد يتورم موضعها بعد مرور بعض الوقت)، فإذا وجدت بعض الحروق ، عالجيها كما تعالج الحروق الشديدة .

٢٠.اللسعات والعضات البسيطة

تتسبب غالبية النباتات والحشرات والسمك الهلامى (قنديل البحر) بلسعات بسيطة غير خطيرة، على الرغم من أنها تسبب بعض الألم لطفلك. إلا أن بعض الناس يظهرون ردة فعل للسعات، وهم من يحتاجون بالتالى إلى العلاج الطبى العاجل.

الأعراض:

* ألم حاد.

* احمرار.

* تورم بسيط.

* حكاك .

الطوارئ:

انقلى طفلك/ طفلتك إلى المستشفى، فور انتهائك من تقديم الإسعاف الأولى له، إذا:

* تنفس بصعوبة وشعر بالدوار.

* انتشر لديه طفح ذو بقع كآثار الضرب .

* ظهرت عليه أعراض الصدمة.

* أصيب بلسعة داخل فمه.

ما العمل؟

١ ـ إذا لسعت نحلة طفلك/ طفلتك، تحققى مما إذا كانت إبرة النحلة ما زالت عالقة فى الجلد. وانزعيها مستعملة سكينا، أو ظفرك، أو ملقطا، ولا تعصرى جراب السم.

٢ـ ضعى خرقة مشبعة بماء بارد على اللسعة. إذا كانت اللسعة داخل فم طفلك/ طفلتك، قدمى له شرابا باردا. وإذا كان قد تجاوز عامة الثانى، دعيه يمص مكعبا من الثلج، فهذا يساعد على تخفيف التورم.

٣ ـ لطفى المنطقة المحيطة باللسعة، فهى سرعان ما ستتحول إلى الاحمرار وتتورم وتسبب لابنك/ لابنتك الحكاك، بمسحها بالقطن المبلل فى غسول الكالامين، أو الكحول الجراحى، أو بوضع مرهم مضاد للهستامين حول اللسعة.