

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

دوره کمکهای اولیه خانه کوهنوردان

موضوع: خفگیها

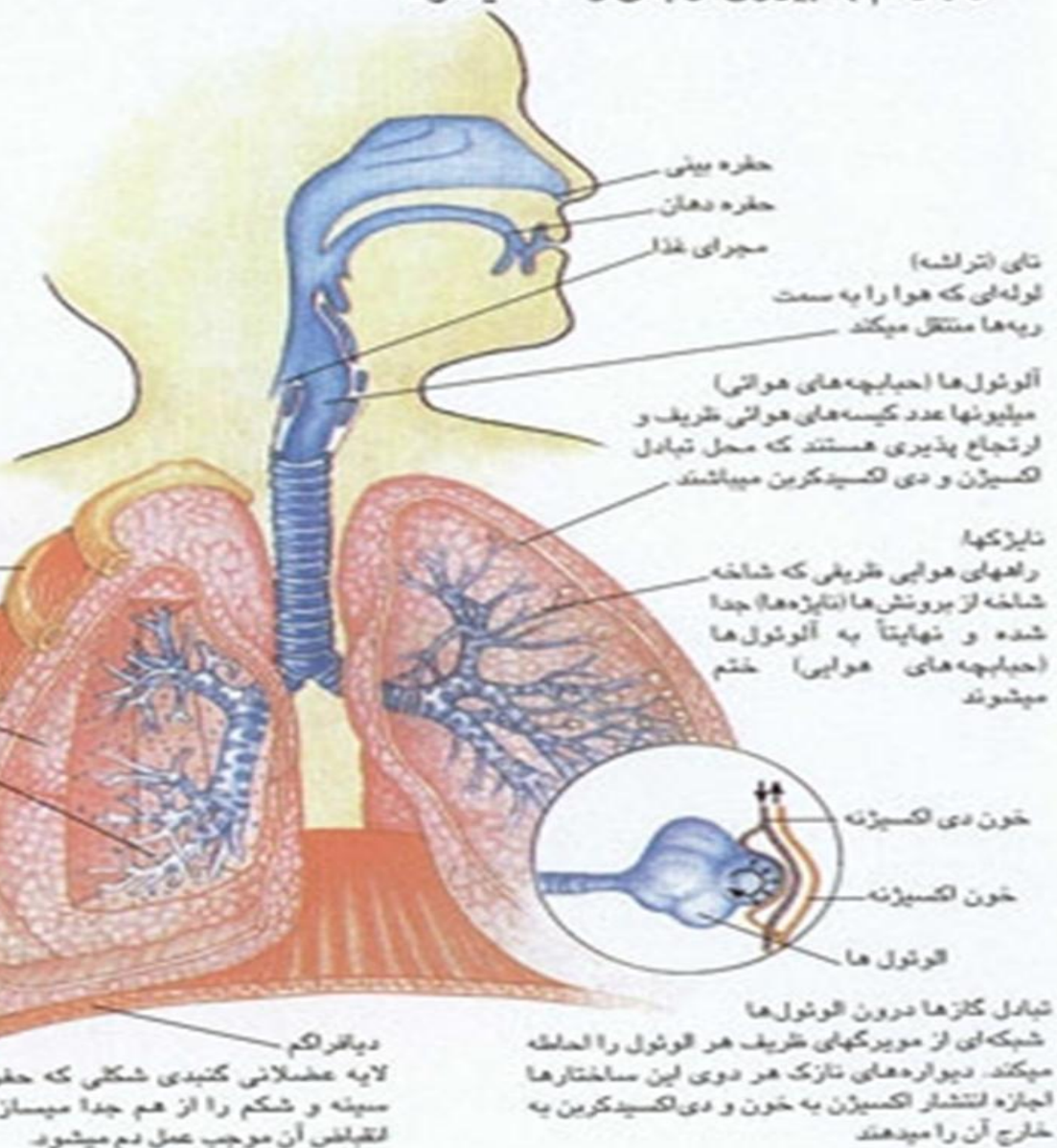
مدرس: هادی لشکری



آب دریا را اگر نتوان کشید

هم بقدر تشنگی باید چشید

ریه‌ها - این دو عضو بزرگ و
المنحرف مانند یک کمک دستگاه
گردش خون عمل حیاتی تبادل گاز
را انجام می‌دهند تا اینکه اکسیژن
کافی در تمامی بدن توزیع گردد.
ریه‌ها در مردان بطور متوسط
میتوانند حدود ۶ لیتر هوا را در
درون خود جای دهند. در مورد
زنها این حجم حدود ۴ لیتر است.



تعریف خفگی

▶ تعریف خفگی:

▶ نرسیدن اکسیژن به سلولهای بدن ← خفگی.

▶ به هر گونه انسداد راه هوایی و نرسیدن اکسیژن به بافت ها و سلول های بدن خفگی می گویند



▶ علل خفگی: 1-داخلی 2-خارجی

▶ بسته شدن راه هوایی بر اثر جسم خارجی

▶ بسته شدن راه هوایی با استفراغ یا خون

▶ بسته شدن راه هوایی بر اثر بیهوشی

▶ و برگشت زبان و خم شدن گردن

▶ مسمومیت با گاز منواکسید کربن

علائم خفگی

- 1 - سرفه شدید
- 2 - احساس خفقان
- 3 - برافروختگی صورت و گردن
- 4 - کبود شدن لبها و ناخن
- 5 - خروج کف از دهان
- 6 - برجسته شدن عروق گردنی
- 7 - گشادی مردمک
- 8 - اختلال هوشیاری

اقدامات اولیه در نجات مصدوم

- ▶ اگر هوشیار است و صحبت می‌کند ← یعنی جریان خون و تنفس برقرار است
- ▶ در مصدوم بیهوش ← اولین کار: حفظ گردش خون و بازکردن راه هوایی است.
- ▶ مراحل برخورد با مصدوم ← cab

علائم و نشانه های عمومی (مربوط به انسداد: (Airway)

- تنفس صدادار و با زحمت
- سیانوز
- حرکت ولرزش پره های بینی (در موقع تنفس)
- حرکت متناقض قفسه سینه حین تنفس (در هنگام دم دیواره قفسه سینه به داخل کشیده شود)
- به درون کشیدن دیواره سینه در بین دنده ها و همچنین در فضاهاي نرم واقع در قسمت فوقانی استخوانهای ترقوه و جناغ سینه

علائم پائین بودن سطح اکسیژن در خون

- تنفس تند تند و با اشکال-احساس عطش برای هوا
- گیجی و منگی و حالت تهاجمی بیهوشی
- تغییر رنگ پوست به آبی- خاکستری(سیانوز)
- در صورتی که کاهش سطح اکسیژن خون به طور مناسبی اصلاح نگردد ایست ضربان قلب یا تنفس

► **Circulation :C** (جریان خون)

► -اگر جریان خون (نبض) ندارد ← ماساژ قلبی + تنفس مصنوعی (احیاء قلبی- ریوی)

► **Airway :A** (راه هوایی) ← راه هوایی فرد بیهوش باز شود

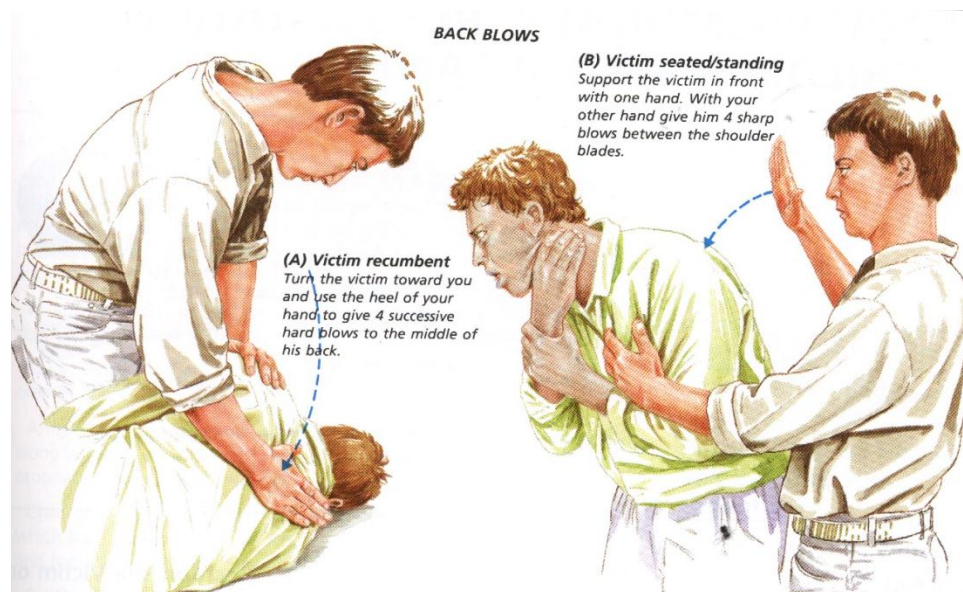
► **Breathing :B** (نفس کشیدن) ← نفس کشیدن مصدوم را کنترل کنید:

► - اگر نفس نمی‌کشد ← دو تنفس مصنوعی

► -اگر نفس می‌کشد ← وضعیت ریکآوری

خفگی در اثر بلعیدن جسم خارجی

- عوامل: بلعیدن نادرست لقمه غذا، دندان مصنوعی شکسته شده، مواد استفراغی و خون، سکه و اسباب بازی
- اگر مصدوم به سرفه افتاده ← او را کمی به جلو خم کرده
- ← باکف دست گود شده بین دو کتف ضربه بزنید.

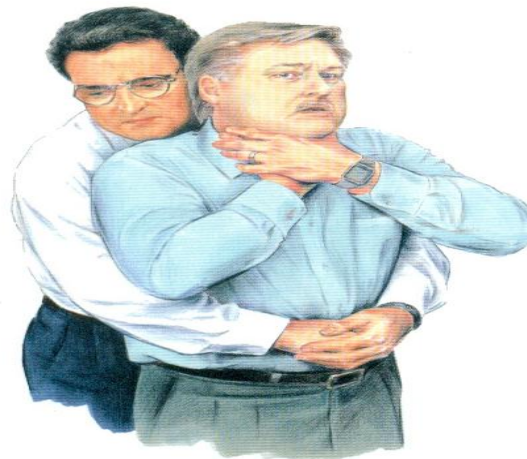
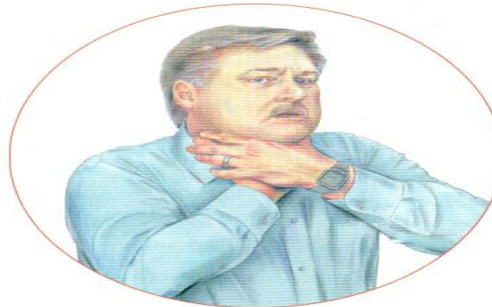


راه هوایی کاملاً بسته شده

▶ -اگر راه هوایی کاملاً بسته شده و نمی‌تواند نفس بکشد (در این موارد معمولاً مصدوم دهان خود را باز کرده و با دست گلوی خود را می‌گیرد) ← **مانور هایملیخ:**

▶ 1- ایستاده در فرد هوشیار

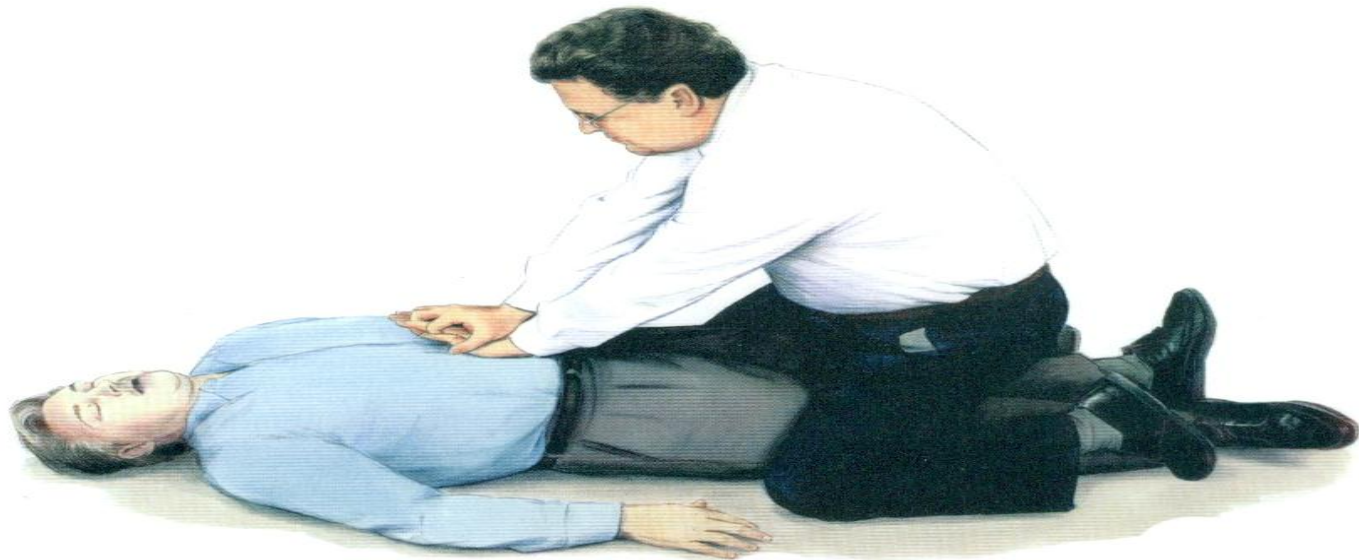
▶ 2- خوابیده در فرد بیهوش



اجرای مانورهایم لیخ در افراد بیهوش

اجرای مانور شکمی

در وضعیت عکس قرار گرفته و با فشار بین ناف و جناق سینه به سمت داخل و بالا اقدام می نمائیم.



اجرای مانور هایم لیخ در افراد چاق و خانمهای باردار

▶ در زنان باردار و افراد چاق و کودکان فشار روی شکم ممنوع از طریق فشار به قفسه سینه، مانور هایملیخ انجام شود

Chest thrusts
In a pregnant woman or a very fat person, use chest thrusts instead of abdominal thrusts.
Stand behind the victim, wrap your arms around her with your fists clasped over her sternum, and press sharply back on the sternum.



▶ اگر راه هوایی بامانور هایملیخ باز نشد و فرد کاملاً بیهوش است تنفس مصنوعی بدهید

انسداد در اثر بلعیدن جسم خارجی در نوزادان و شیرخواران:

► -اگر در حال سرفه ← مصدوم را کمی به جلو خم کرده و با کف دست گود شده خود، به پشت او ضربه بزنید.

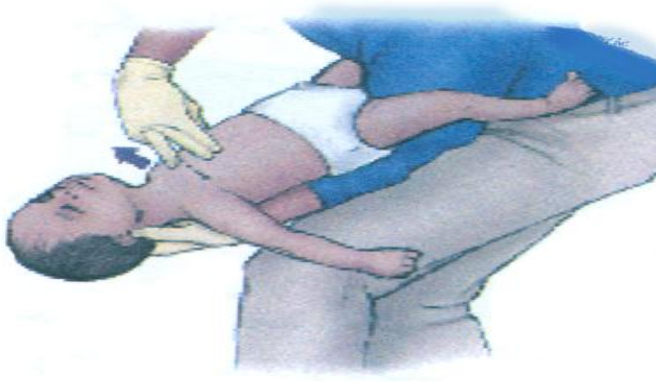
-اگر قادر به تنفس یا سرفه نیست و رنگ وی در حال کبود شدن است:

1- شکم و سینه روی ساعد و دست ← 5 بار ضربات محکم با کف دست گود شده به پشت

2- نگاه به دهان شیرخوار و فقط اگر جسم خارجی دیدید ← آن را با انگشت خارج کنید.



- ▶ **3- اگر به نتیجه نرسیدید** ← به پشت روی ساعد خوابانیده، سرش پایین تر از بدنش ← با دو انگشت میانی و نشانه، 5 بار روی وسط قفسه سینه فشار آورید.



▶ نکته مهم

- ▶ هرگز روی شکم نوزاد و شیرخوار فشار وارد نکنید
- ▶ **4- دوباره نگاه به داخل دهان شیرخوار** ← فقط اگر جسم خارجی دیدید ← آن را با انگشت خارج کنید.
- ▶ **5- اگر انسداد برطرف نشد** ← مراحل 1 تا 4 فوق مجدداً تکرار

انسداد به علت افتادن زبان در ته حلق

سر شیرخوار کمی به بالا بیاید ← مسیر سر و تنه به صورت مستقیم در یک امتداد قرار گیرد.

اگر سر شیرخوار را بیش از حد به عقب خم کنیم ← راه هوایی مسدود خواهد شد.



وضعیت ریکاوری (حالت بهبود یا حالت بازگشت)

مصدومی که بیهوش است و نبض و تنفس دارد ←

در وضعیت ریکاوری قرار داده شود.

نحوه قراردادن مصدوم در وضعیت ریکاوری

- ▶ 1- هر دو پای مصدوم را صاف کنید.
- ▶ 2- ساعد و بازویی که به سمت شماست ← عمود نسبت به بدن
- ▶ 3- بازویی که دورتر از شما قرار دارد ← روی قفسه سینه
- ▶ - پشت دست وی زیر گونه طرف مقابل
- ▶ - پای سمت مقابل مصدوم از زانو خم شود
- ▶ 4- پای خم شده را بگیرید و او را به سمت خود بچرخانید ← به پهلو قرار گیرد.
- ▶ - سر را کمی به سمت عقب متمایل کنید.

وضعیت ریکآوری



وضعیت ریکاوری در نوزادان

نوزاد در آغوش و سر او به سمت
پائین باشد





VistaBold.com

جمعیت هلال احمر - خانه کوهنوردان
هادی لشکری