سلسة الإسعافات الأولية: المقدمة

ملايين الأشخاص في كل بقاع العالم يموتون سنويا بسبب حوادث مفاجئة (حوادث السير، صعقة كهربائية، اختناق، حادثة شغل، الصرع...) وكان بالإمكان إنقاذ الآلاف منهم لو كان أحد الحضور متمكنا من مبادئ الإسعافات الأولية. وقد يكون سبق لكل واحد منا أن كان شاهدا على حادثة ما، ولم يكن يعرف كيف يمكنه التصرف لإنقاذ حياة المصاب لحظات قبل وصول الإسعاف. و علاقة بالموضوع، يسر المجتمع العلمي المغربي أن يقدم لكم سلسة جديدة من السلاسل العلمية بعنوان: "سلسلة الإسعافات الأولية".

إعداد : خالد اتخشي / التدقيق اللغوي: علي توعدي

الإسعافات الأولية هي المساعدات الآنية المقدمة لشخص في حالة خطر أو صدمة بعد تعرضه لحادثة، قصد إبقائه على قيد الحياة وتجنيبه مخاطر أخرى محتملة إلى حين وصول الإسعاف. والإسعافات الأولية لا تعني فقط العلاجات المقدمة لشخص في خطر، بل حتى المساعدة النفسية المقدمة لشخص شاهد أو عاش حادثة رهيبة قصد تثبيت أعصابه. كما تتضمن عملية تحديد نوع الحادثة ودرجة الخطورة وإمكانية تكرار الحادثة في اللحظات القادمة، قصد توفير أكبر قدر من المعلومات لرجال الإنقاذ لحظة وصولهم.

بعد الوصول إلى مكان الحادث، فإن أول شيء يجب على المسعف التحلي به هو "مواجهة الخوف و الضغط"، خاصة إذا كان المشهد يتضمن مشاهد دموية أو أشلاء بشرية، لا قدر الله، أو كون المصاب شخصا قريبا، والقدرة على التعامل مع الوضعية بثبات، واتخاذ القرارات الحاسمة، كإخلاء المصاب من منطقة الخطر.

في حالة الجروح و الإصابات، يجب على المسعف محاولة تجنيب المصابين و حتى نفسه كل عدوى محتملة عن طريق تجنب اتصالات دموية ممكنة، ووضع قفازات واقية أو وضع الأيادي في أكياس بلاستيكية في حالة عدم وجود القفازات.

أمام المصاب، على المسعف القيام بالخطوات التالية وبالترتيب:

- مهما كانت إصابته، فإن المصاب قد يتمكن من سماع كل يقال من حوله، لذلك يجب التقدم إلى المصاب و التصريح له بالاسم الكامل و وتذكيره أنه في خطر و أن المسعف هنا لمساعدته.
- التأكد من أن المصاب في حالة وعي و أنه يتنفس بشكل عادٍ (مدة الشهيق تساوي مدة الزفير)
- مساءلة المصاب أو أحد الشهود عن الحادثة وتفاصيل الواقعة.
- بعد معرفة نوع الحادثة و حالة المصاب، ينبغي البدء في عملية الإسعافات و الاتصال بالطوارئ (المغرب – الوقاية المدنية: 15)

أما عن تفاصيل وتقنيات الإسعافات الواجب القيام بها قصد إبقاء المصاب على قيد الحياة، فسنتعرف عليها في الحلقات المقبلة من سلسة "الإسعافات الأولية" حسب نوع الإصابة:

- صعوبة التنفس (وجود جسم خارجي في القنوات التنفسية)
- نزيف خارجي (جرح على مستوى أحد العروق و خروج الدم بشكل غزير)
- فقدان الوعي (المصاب لا يتكلم لكنه يتنفس بشكل عادٍ)
- أزمة قلبية (المصاب لا يتكلم و لا يتنفس أو يتنفس بشكل غير عادٍ)
- توعك (المصاب في حالة وعي لكنه يعاني من تراخٍ في جميع أعضائه)
- جرح (المصاب في كامل وعيه لكنه يعاني من جرح على مستوى أحد أعضاء الجسم)
- احتراق
- كسور (عدم قدرة المصاب على تحريك أحد أطرافه أو كامل جسمه بعد التعرض لحادثة اصطدام و كسور على مستوى العظام).