

# الطوارئ البيئية

الصحة المدرسية بمحافظة الطائف  
الشؤون الوقائية

## الطوارئ البيئية

- الحالات الاسعافية الناتجة عن إرتفاع حرارة البيئة
- حالات الغرق
- التسممات

# الحالات الاسعافية الناتجة عن حرارة البيئة

- التشنج الحراري
- الاجهاد الحراري
- ضربة الشمس

# التشنج الحراري

- التقلصات العضلية المرافقة لارتفاع الحرارة هي أشد خطورة من التقلصات العضلية المرافقة للاجهاد الحراري الرياضي والسبب هو فقدان الكبريتات والسوائل ومن ثم الشوارد المعدنية التي هي العامل المهم في الحركة العضلية الصحيحة ونقص الشوارد يؤدي الى تقلصات عضلية مؤلمة جدا تحدث بشكل مفاجئ وتدوم لفترة طويلة مسببة الام شديدة للشخص المصاب .

## كيفية التعامل مع التشنج الحراري

- إبعاد الشخص عن الجو الحار .
- التبريد بالهواء البارد ورش الماء .
- وضع المريض في حالة الجلوس .
- إعطاء المريض السوائل الباردة وإضافة ملح الطعام بما يعادل نصف ملعقة صغيرة لكل كوب ماء يشربه المريض .

## الاجهاد الحراري

يحدث الاجهاد الحراري عند ممارسة نشاط عضلي حركي في بيئة حارة لفترة طويلة دون تعويض السوائل والأملاح المفقودة وبدون تبريد معتدل وهذا ما يؤدي الى الدوار والشحوب مع بشرة مبتلة .



شكل ٦-١ ( الاجهاد الحراري )

# كيفية التعامل مع الاجهاد الحراري

- التوقف فورا عن الاجهاد العضلي .
- إبعاد المريض عن الجو الحار والرطب .
- التبريد الفوري للجسم بالماء البارد والتكييف بالهواء البارد
- تعويض السوائل والشوارد .



شكل ٦-٢) اسعاف المصاب بالاجهاد الحراري (

# ضربة الشمس

- التعرض المديد للحرارة الشديدة يتسبب في ايقاف شبه كامل لعمل اجهزة تنظيم الحرارة في الجسم ( تحت المهاد - الجلد - الاوعية الدموية ) .
- وبالتالي تفشل عملية تبريد الجسم وتصبح حرارة الجسم ٤٠ درجة أو أكثر وتنعدم القدرة على التعرق مع جفاف في الجلد والأغشية المخاطية واختزان الحرارة في الجسم يسبب تموت الخلايا العصبية النبيلة في المخ وهذا يؤدي لعاهات دائمة او الوفاة .



# كيفية التعامل مع ضربة الشمس

- طلب الخدمة الاسعافية خاصة عند غياب الوعي .
- المعالجة الاسعافية للقصور القلبي او التنفسي إن وجد .
- إبعاد المريض عن الحرارة .
- تبريد الجسم بالسوائل الباردة .
- المحافظة على مجرى التنفس مفتوح
- وضع المريض في وضعية الافاقة .



# الغرق

■ مقدمة

■ التعريف

■ كيفية التعامل مع الحالة

## مقدمة

تعتبر السباحة من الرياضات النبيلة التي تبني الجسم ومن المفيد ان نلتزم وأطفالنا بالنظم الصحيحة للسباحة للوقاية من حالات الغرق

## التعريف

هو دخول الماء الى المجاري  
التنفسية مما يتسبب في  
انعدام دخول الهواء الى  
الرئتين مانعا التبادل الرئوي  
الدموي لدخول الاوكسجين  
وخروج ثاني اوكسيد الكربون  
من الجسم



## كيفية التعامل مع الحالة

- ١) الابتعاد عن الغريق اذا لم تكن مدربا ولا تسمح للغريق الامساك بك .
- ٢) اذا كنت مدربا فاستعمل الطرق التي تعلمتها من امساك شعر الغريق من الخلف او طرق اخرى
- ٣) اذا لم تكن مدربا مد عصا طويلة او عوامة لكي يمسك بها المريض ومن ثم جره الى خارج الحوض
- ٤) عند اخراج الغريق الى الخارج ابدا فورا بالإنعاش التنفسي حسب حاجة المريض وإذا توقف قلب المريض ابدا بالإنعاش القلبي التنفسي
- ٥) اطلب الخدمات الاسعافية الطوارئ وتابع الانعاش

## كيفية التعامل مع الحالة



اذا كنت مدربا على الانقاذ  
يجب البدء بالإنعاش وأنت  
داخل الماء ويجب الانتباه  
لسلامتك وسلامة فقرات  
ظهر المصاب حيث يمكن ان  
يكون مصابا بكسور بها

# التسممات

التعريف

طرق دخول المواد السمية

التسمم الهضمي

التسمم بالحقن

التسمم بالاستنشاق

## تعريف التسمم

هو دخول مادة طبيعية او صناعية او دوائية إذا ما دخلت الجسم الحقت به ضررا وظيفيا (فيزيولوجيا). دائما او مؤقتا .



## طرق دخول الماد السمية

- الجهاز الهضمي .
- الحقن .
- الاستنشاق التنفسي .
- الامتصاص عن طريق الجلد والاعشية المخاطية .

## التسمم عن طريق الجهاز الهضمي ( الابتلاع )

● هو الاكثر شيوعا وخاصة عند الاطفال او عند الجهل بالمواد الدوائية لدى البعض أو في حوادث الانتحار وأشيع المواد التي يحدث التسمم بها :

- ١- الادوية
- ٢- المنظفات الكيماوية
- ٣- المواد البترولية
- ٤- مواد الدهان
- ٥- المبيدات الحشرية
- ٦- الاسمدة الكيماوية
- ٧- المواد اللاصقة السائلة

## أعراض التسمم الهضمي

- ظهور أي اعراض غير قابلة للتفسير .
- إقياءات .
- إسهالات .
- غثيان .
- ألم بطني .
- تغييم وعي .
- تعرق .

## كيفية التعامل مع الحالة

- - يجب التحقق من ماهية المادة :
- أولا : ماهي المادة المتبلغة .
- ثانيا : متى تم ابتلاعها .
- ثالثا : الكمية التي تم ابتلاعها
- ٢- الاسعاف السريع للحالة :
- اولاً: الحفاظ على مجرى الهواء مفتوحا .
- ثانيا : الاتصال بخدمات الاسعاف
- ثالثا : الاتصال بمركز السموم في منطقتك .
- رابعا : دفع المريض للتقيؤ باستخدام عرق الذهب والفحم الفعال

## كيفية التعامل مع الحالة

- خامسا : إذا كانت المادة المبتلعة من المواد الأكلة أو الحارقة يعطى المريض كوبا من الحليب .
- سادسا : المريض الغير واعى يوضع في وضعية الافاقة
- سابعا : المريض الذي لا يتنفس أو لديه توقف قلب  
يجرى له الإسعافات اللازمة

## دفع المريض للتقيؤ

- نطلب من المريض التقيؤ فقط في حالة التسمم بالابتلاع ولكن هناك استثناءات مهمة لانلجأ فيها الى التقيؤ وهي :
- المريض الغير الواعي
- الحالات الصرعية
- الحوامل
- مرضى القلب .
- المواد القلوية أو الحامضة .
- المواد الطيارة كالبنزين

التسمم عن طريق الحقن العضلية او الوريدية

● أولاً : التسمم بالمواد المخدرة

● ثانياً : التسمم عن طريق الحقن ( أفاعي – عقارب )

# التسمم بالمواد المخدرة عن طريق الحقن

## الاعراض:

- (١) تغييم أو فقدان وعي
- (٢) صعوبة تنفس
- (٣) تعرق شديد
- (٤) تسرع او تباطؤ بالنبض

## التدبير :

- ١- دعوة الاسعاف فورا .
- ٢- الاسعافات الاولية التنفسية وغيرها حسب الحالة .



## التسمم عن طريق الحقن عضلي أو وريدي

- أولاً : التسمم بالمواد المخدرة
- ثانياً : التسمم عن طريق الحقن (( افاعي - عقارب ))

## التسمم عن طريق الحقن (( الالفاعي – العقارب ))

● الاعراض :

- ١- تغييم الرؤية .
- ٢- الضعف والوهن العضلي .
- ٣- ألم موضعي شديد واز رقاق وتورم مكان العضة .
- ٤- التعرق الشديد .
- ٥- زيادة المفرزات اللعابية .
- ٦- غثيان واقياء احيانا .
- ٧- دوار .

## كيفية التعامل مع الحالة

- أولاً : الاتصال بالطوارئ .
- ثانيا : تهدئة المريض وجعله يستلقي بدون حركة .
- ثالثا : احرص ان يكون مكان العضة اقل من مستوى القلب .
- رابعا : اربط فوق مكان العضة ب ٥ سم وكذلك اسفل منها وعدم جعل الربط شديدا جدا لكي لا تعيق التروية الشريانية .
- خامسا : لا تحاول جرح مكان العضة أو امتصاصها بالفم .
- سادسا : حاول تبريد مكان العضة بالثلج لتأخير امتصاص المادة السامة .

## التسمم باستنشاق الغازات

● يشاهد بكثرة في :

١- الحرائق .

٢- المصانع التي تتعامل مع الغازات الصناعية

● تصنف الغازات الى :

١- غازات سامة ( اول اكسيد الكربون )

٢- غازات خانقة (ثاني اكسيد الكربون )

٣- غازات مهيجة او مخرشة ( النشادر )

## الأتسمام بالغازات

### ● الأعراض :

- ١- صعوبة التنفس .
- ٢- تقييم الوعي او فقدانه .
- ٣- تقرحات في مخاطية الجهاز التنفسي في حالة الغازات المخرشة .
- ٤- الغثيان والاقياء احيانا .

## كيفية التعامل مع الحالة

- ١- ابعاد المريض عن موقع الغاز المستنشق الى موقع الهواء النقي .
- ٢- الاتصال بخدمات الطوارئ .
- ٣- توفير الاكسجين ( الاكسجة )
- ٤- انعاش المريض اذا كان بحاجة الى ذلك ( قصور تنفسي - توقف قلب . . )