

خطة عمل للحالات الطارئة

1- الخطر

- ابحث عن وجود أي خطر يهددك أو يهدد الواقفين أو المصاب، مثلاً وجود غاز أو كهرباء أو مياه أو أشياء متساقطة الخ.
- إذا كان هناك خطر فيجب عليك إما:
 - إبعاد الخطر عن المُصاب
 - إبعاد المُصاب عن الخطر

2- الاستجابة

- هل المُصاب بوعيه؟ لمعرفة ذلك اصرخ:
"هل يمكنك أن تسمعي؟"
"افتح عينيك."
"ما اسمك؟"
- هز المُصاب برفق على كتفيه.
كن حذراً كي لا تلحق به المزيد من الأذى.
- إذا كانت هناك استجابة فمعنى ذلك أن المُصاب بوعيه عليك الاعتناء بالنزف والجروح
- إذا لم تكن هناك استجابة فمعنى ذلك أن المُصاب فاقد الوعي افحص ممر الهواء.

3- ممر الهواء

- إذا كان المُصاب فاقدًا الوعي فقد يكون ممر الهواء قد ضاق أو انسد، مما يجعل عملية التنفس صعبة أو مستحيلة.
- افحص ممر الهواء بدون أن تحرك المصاب.
- إذا كان هناك دم أو قيء أو أشياء أخرى كالأسنان المستعارة مثلاً امسح فم المُصاب بإصبعك ثم اقلبه إلى وضعية الجنب الثابت مباشرة.

وضعية الجنب الثابت (وضعية التعافي)

- اركع بجانب المُصاب
- ضع ذراع المُصاب الأبعد عنك بشكل زاوية قائمة مع جسمه
- ضع ذراعه الأقرب إليك على صدره
- ضع الركبة الأقرب إليك على الرجل الأبعد عنك
- اقلب المُصاب بعيدًا عنك كي يستقر على جنبه
- أميل الرأس إلى الخلف



1.

ADAM.



2.

ADAM.



3.

ADAM.

4- احصل على المساعدة الطبية بأسرع ما يمكن

- ارسل أحدًا من الواقفين أو الأقرباء لإحضار المساعدة الطبية.
- إذا لم يكن هناك غيركما افحص المصاب أولاً (الخطوات 1-3) قبل الحصول على المساعدة.

الاتصال هاتفياً لطلب الإسعاف

- اطلب الرقم 000 (أو الرقم 112 من هاتف الموبايل)
- اطلب الإسعاف
- أخبر موظف خدمة الإسعاف المعلومات التالية:
 - نوع الحالة الطارئة (حريق، حادث سيارة، الخ)
 - المكان بالتحديد (اسم الشارع والرقم والولاية)
 - عدد الأشخاص المصابين
 - نوع الإصابات
 - الوقت التقريبي لحدوث الحالة الطارئة
- اسأل عن الوقت التقريبي لوصول الإسعاف

