

## الإسعافات الأولية

إزالة ما قد يتسبب بالضرر له  
(مثل: النظارات).



التزام الهدوء وعدم التجمهر  
حول المصاب



دعم رأس الشخص لمنعه من  
ضرب الأرض



ملازمة المصاب حتى انتهاء النوبة



تجنب تثبيت المصاب عند  
الإصابة بالنوبة



طلب الإسعاف في حال استمرار  
النوبة أكثر من 5 دقائق



تجنب إعطاء المصاب الطعام أو  
الشراب حتى يفيق تمامًا



إزالة أي أجسام ضارة في المكان  
القريب من المصاب



تجنب وضع أي جسم في فم المصاب



اليوم العالمي للصرع  
الاثنين 2019 / 2/11 م



# ماهي مواصفات حقيبة الاسعافات الأولية:

تكفي لجميع الأدوات  
وتحمي من الرطوبة



تحفظ في مكان آمن وجاف  
يسهل الوصول إليه



تأكد من محتويات الحقيبة  
بعد كل استخدام أو مرة  
كل ١٢ شهر



تعلم على كيفية استخدام  
المواد قبل الحاجة إليها





## كيف تسعف المصاب بنوبة الصرع

ضع قطعة ناعمة تحت رأس المصاب



تجنب تحريك المصاب إلا للضرورة



حرك المصاب بلطف على أحد جانبيه



أبعد الأشياء الحادة القريبة من المصاب



تجنب وضع أي شيء في فم المصاب



## متى تتصل على الإسعاف 937

تعرض جسم المصاب لأذى  
أثناء نوبة الصرع



في حال استمرت النوبة أكثر  
من 5 دقائق



في حال عدم عودة التنفس  
إلى الوضع الطبيعي



في حال تكررت نوبة الصرع  
مرة أخرى



# إرشادات عامة للعناية بالحروق



## لا تفعل



فرك الجسم بقوة  
أثناء الاستحمام



الدخول في حوض  
الاستحمام



تعرض المنطقة  
المصابة للحروق  
والأدوات الحادة



حك المنطقة  
المصابة



لبس الملابس والأحذية  
الضيقة التي تسبب  
ضغط وتقرح للجلد



تعرض المنطقة  
المصابة للشمس

## افعل



الالتزام بتعليمات  
الأدوية وتغطية الجروح  
قبل الاستحمام



الاستحمام بدرجة  
حرارة معتدلة



ارتداء الملابس  
الدافئة



استخدام مرطبات الجلد  
الخالية من الالانولين والكحول



الحركة بشكل معتدل  
لتحريك الدورة الدموية



استخدام واقي  
شمسي



الجلوس ورفع الساقين  
في حال تغير لون الجلد  
بعد المشي



## إرشادات عامة للعناية بالكسور



### لا تفعل



وضع الكريمات أو  
الزيوت داخل الجبيرة



العبت بالجبيرة  
(أو الحبس)



تركها مكشوفة  
ثناء الاستحمام

### افعل



مراقبة العضو المصاب  
وما حوله باستمرار



إبقاؤها جافة



في حال الحكة استخدام  
مجفف الشعر في الوضع  
البارد وتسلطه داخل الجبيرة



التأكد بانتظام من  
عدم وجود شقوق أو  
كسور في الجبيرة

### متى تجب رؤية الطبيب



عند تأثر بعض الأعضاء المجاورة للجبيرة  
وظهور علامات مثل تغير لون البشرة أو  
فقدان الإحساس أو انتفاخ العضو المصاب.



عند ارتفاع  
درجة الحرارة



عدم زوال الشعور بالألم عند  
وضع الثلج أو استخدام المسكنات  
أو رفع العضو المصاب



في حال  
تعرضها للماء



ظهور رائحة أو إفرازات  
من داخل الحبس



وجود فقاعات أو تقرحات  
حول أو داخل الجبيرة



تنمل الأطراف وعدم  
القدرة على تحريك الأصابع

## إرشادات عامة بعد الخيطة (الغرز الجراحية)



### لا تفعل



لعب الأطفال  
بالطين أو الرمل



فرك الغرز



السباحة أو التعرض  
المباشر للماء



الضغط الشديد  
على منطقة الغرز



عدم التأكد من  
نظافة اليدين عند  
العناية بالجرح



ترك الملابس أو الضمادة رطبة  
مما يسمح للبكتيريا الوصول إلى  
منطقة الجرح وحدوث العدوى

### افعل



فحص مكان الجرح  
والغرز يوميًا لملاحظة  
أي تغيرات عليه



ترك الضمادات على  
الجرح خلال ٢٤ ساعة  
الأولى



أخذ المسكنات الدوائية  
و الكريمات وفقًا  
لتوجيهات الطبيب



المحافظة على  
الجرح نظيف وجاف



الالتزام بموعد إزالة  
الخيوط الطبية حسب  
إرشادات الطبيب المعالج



المتابعة مع مقدم الرعاية  
الصحية للتأكد من التئام  
الجرح بشكل صحيح

### متى يتوجب الذهاب للطوارئ

عند ملاحظة علامات  
الالتهاب، مثل



إذا سقطت الغرز قبل  
الموعد المحدد لإزالتها



إذا كان الجرح لا يزال  
ينزف بعد خيطة الغرز



ألم في منطقة  
الجرح



زيادة الإفرازات  
من الجرح



ارتفاع درجة  
حرارة الجسم



احمرار وتورم  
المنطقة



زيادة الألم



# إرشادات عامة للعناية بإصابات الرأس



## لا تفعل



تناول الأدوية (خاصة المسكنات) دون وصفها من الطبيب



عدم الراحة والخروج من المنزل خلال ٤٨ ساعة الأولى



البقاء وحيداً خلال ٤٨ ساعة الأولى



الذهاب إلى المدرسة أو العمل قبل الشفاء التام



وضع الثلج مباشرة على جلد المنطقة المتورمة



قيادة السيارة بعد الإصابة مباشرة

## افعل



سؤال الطبيب عن الوقت المناسب للعودة لممارسة الرياضة



الحد من وقت مشاهدة الأجهزة الإلكترونية، والأنشطة التي تتطلب تفكير



وضع هاتف الجوار، للاتصال بالإسعاف عند الحالات الطارئة



استخدام كمادات باردة على المنطقة المتورمة بحسب توصيات الطبيب



حماية الرأس من الإصابات الجديدة، وذلك بلبس الخوذة أثناء ممارسة الأنشطة الرياضية



فقدان الشهية



مشاكل النوم



صداع متوسط

قد تشعر ببعض الأعراض خلال الأيام الأولى وتبتدأ بالاختفاء تدريجياً مثل:



الممسوحة ضوئياً بـ CamScanner

الممسوحة ضوئياً بـ CamScanner