

مسودة إرشادات طبية (الجزء الأول)
شئنة الإسعافات الأولية
إعداد و ترجمة
أ.د. صفاء السروجي
مقرر المجموعة الطبية بلجنة السلامة و الصحة المهنية

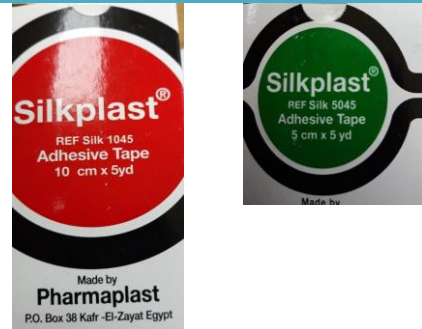
ملحوظة هامة: برجاء عمل مراجعة ربع سنوية على تواريخ انتهاء الصلاحية و ضع تاريخ آخر مراجعة في مكان ظاهر



- ضمادة شاش (gauze dressing)
- يستعمل لتغطية الجروح
- و في حالة وجود نزيف يتم الضغط بالدرسنج حتى يتوقف النزيف



- بكرة بلاستر لاصق (adhesive tape)
- عرض 10 سم و عرض 5 سم حسب حجم الإصابة
- يستعمل في تغطية الجرح



- بكرة شاش (gauze roll) عرض 10 سم و عرض 5 سم
- يستعمل لتغطية الجرح حسب حجم الجرح خاصة في حالة وجود شعر في الجلد المحيط بالجرح مثل فروة الرأس أو وجود حساسية من المادة اللاصقة في البلاستر



- فازلين تول (Vaseline Tulle)
- يستعمل في الحروق البسيطة - الجروح المتهتكة - الخدوش - الجروح التي تنز بسيتا - فوق خيوط أوتدبيس الجروح

- كريم درمازين (Dermazine cream)
- مضاد للبكتيريا لعلاج الحروق الحرارية و الجروح و حمايتها من التلوث البكتيري و الالتهاب.



- سافلون/ سيبتافون (savlon, septavon)
- Cetrimide 3.0% w/v and Chlorhexidine Gluconate 0.3% w/v
- مطهر موضعي
- للإسعافات الأولية ضع المحلول المخفف بحرص على المنطقة المصابة. أضف ماء 2 مكيال (30 مل) على نصف لتر من الماء الدافئ.
- ينهى عن استعمال السافلون مع الصابون أو أي منظفات.
- ينهى عن استعمال السافلون بدون تخفيف على الجلد.
- ينهى عن استعمال السافلون بعد انتهاء تاريخ الصلاحية المدون
- تجنب التلامس مع العين أو الأذن و في حالة تناثر رذاذ إلى العين بطريق الخطأ يتم غسل العين مفتوحة تحت الماء لمدة لا تقل عن 10 دقائق.
- إذا حدث البلع بطريق الخطأ يتم غسل الفم جيدا بالماء مع شرب كميات كبيرة من الماء أو الحليب مع استشارة الطبيب.
- بيتادين
- مطهر موضعي للجروح
- نواهي الاستعمال: الحساسية - الحروق - الجروح العميقة - مرضى الغدة الدرقية - الفشل الكلوي
- ينهى عن استعمال كميات كبيرة من البيتادين
- ينهى عن استعمال البيتادين لفترات طويلة (أسبوع أو أكثر)
- يجب وقف الاستعمال في حالة ظهور احمرار أو تورم أو ألم أو تهيج



بعض الإرشادات للعناية بالجروح البسيطة و الخدوش

1. قم بغسل اليدين أولاً لتجنب تلويث الجرح
2. في الجروح البسيطة يتوقف النزف تلقائياً. و لكن في حال عدم التوقف قم بالضغط على الجرح باستخدام ضمادة معقمة مع رفع الجزء المصاب حتى يتوقف النزف.
3. يتم شطف الجرح بماء الحنفية الجاري. يمكن تنظيف الأجزاء السليمة حول الجرح بالصابون مع تجنب وصول الصابون إلى الجرح.
4. يدهن الجرح بمرهم المضاد الحيوي و يوضع عليه الفازلين تول للحفاظ على الجرح رطبا و الوقاية من حدوث ندبات.
5. قم بتغطية الجرح باستخدام ضمادة أو شاش بكرة أو الشاش ذو الشريط اللاصق و ذلك للحفاظ على نظافة الجرح. و لكن في حالة الجروح أو الخدوش البسيطة يمكن تركها بدون غطاء.
6. قم بالتغيير على الجرح يوميا أو إذا ابتل الغيار أو اتسخ.
7. في حالة الجروح العميقة أو المتسخة يفضل حصول المصاب على تطعيم التيتانوس إذا لم يكن قد أخذ هذا تطعيم خلال الخمس السنوات السابقة.
8. قم بملاحظة الجرح و استشارة الطبيب في حالة ظهور أعراض تلوث ميكروبي في الجلد أو المنطقة المحيطة مثل التهاب أو احمرار أو تزايد الألم أو نز أو تورم أو سخونة.

<https://www.mayoclinic.org/first-aid/first-aid-cuts/basics/art-20056711>