



# بسم الله الرحمن الرحيم

## کمک های اولیه در خونریزی و شوک

### First aid in bleeding and shock



<https://t.me/gonabad115>



<https://ems.gmu.ac.ir/index.html>



# انواع خونریزی

۱: خونریزی خارجی

۲: خونریزی داخلی

- زخم باز، به هرگونه شکاف و برش پوستی گفته می شود.
- زخم بسته نیز به صدمه بافت نرم زیر پوست اطلاق می شود.

• زخم باز



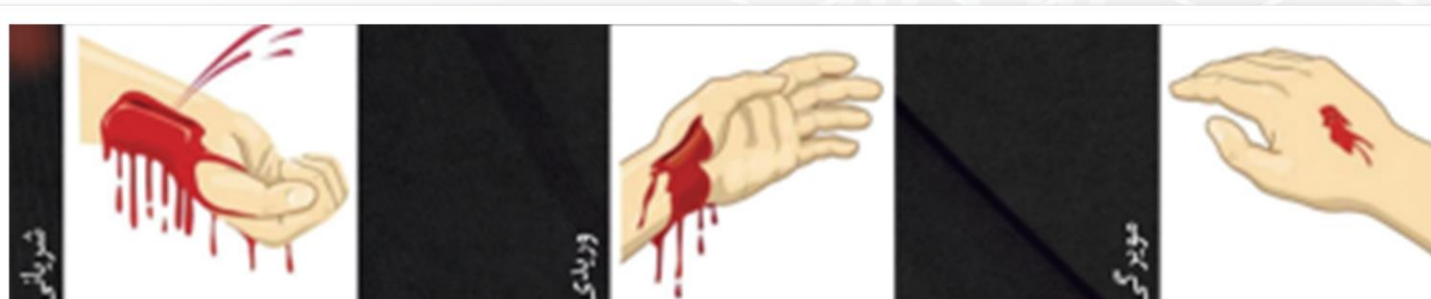
• زخم بسته





## چند نکته:

- اگر یک **شریان** آسیب دیده باشد ، معمولاً خونریزی شدید و همراه با جهش خون به رنگ قرمز روشن است.
- در صورت یک **ورید** معمولاً خون به رنگ قرمز تیره، به طور مداوم و بدون هیچ گونه جهشی جریان دارد. با این حال اگر یک **ورید بزرگ** مانند ورید ژگولارد در گردن دچار بریدگی شود، خونریزی ممکن است **شدید** و **تهدیدکننده حیات** باشد.
- در زخم های سطحی که **مویرگ ها** درگیرند ، **خونریزی بسته** به محل متفاوت است. برای مثال خونریزی از پوست سر ، شدید به نظر می رسد هر چند ممکن است آسیب جزئی باشد.



## علائم و نشانه ها :

### • خونریزی خارجی (نافذ)

• زخم با یا بدون شیء خارجی فرورفته

• درد شدید زخم های سطحی پوست

• کبودی یا تغییر رنگ زیر پوست

• از دست دادن عملکرد طبیعی در ناحیه آسیب دیده

• شوک



## علائم و نشانه ها :

### • خونریزی داخلی (غیر نافذ):



• نبض سریع و ضعیف

• تنفس های منقطع و سریع

• افزایش عطش

– نشانه های خونریزی داخلی در اعضای مختلف:

• خروج خون قرمز کف دار با سرفه از ریه ها

• ادرار قرمز رنگ یا به رنگ زنگ آهن

• استفراغ خون قرمز یا لخته های خون (شبيه دانه های قهوه ای)

• مدفوع سیاه قیری رنگ



## اقدامات گام به گام:

1: به محل خونریزی به طور مستقیم فشار اعمال کنید

- به جز مواردی که جسم خارجی آشکار در زخم وجود دارد ، از یک پد حجیم ،چند گاز بزرگ استریل یا تمیز استفاده کنید و آن را محکم روی محل خونریزی قرار دهید و برای نگه داشتن پانسمان، آن را بانداز کنید.
- در صورت امکان از مصدوم بخواهید به زخم فشار وارد کند.
- پد باید زخم و بخش کوچکی از اطراف آن را کاملاً بپوشاند . اگر پد بزرگی در دسترس نیست ، از یک پارچه تمیز یا لباس های روشن به صورت چند لایه درون یک پد معمولی استفاده کنید.





## ۲: ناحیه آسیب دیده را بالا ببرید

- اگر زخم روی یک اندام قرار دارد ، برای کاهش جریان خون قسمت آسیب دیده ، **آن را بالا نگه** دارید.
- اگر خونریزی شدید است ، برای آماده کردن پد مناسب وقت را تلف نکنید . در صورتی که مصدوم قادر به کمک نیست آمادگی این را داشته باشید که از دست خود برای نگه داشتن زخم استفاده کنید.
- استفاده از دستکش یک بار مصرف ، **خطر انتقال متقابل عفونت** را کاهش خواهد داد، اما اگر خونریزی شدید است ، قبل از اینکه بیمار خون بیشتری از دست دهد، وقت را برای پیدا کردن و استفاده از دستکش ها تلف نکنید
- سعی کنید از هرگونه تماس مستقیم با خون یا دیگر مایعات بدن مصدوم خودداری کنید.
- در صورت هر گونه تماس با خون یا دیگر مایعات بدن ، دست ها یا هرگونه خون پاشیده شده روی پوست را در اسرع وقت (پس از حادثه) **به طور کامل با آب و صابون** بشوید
- اگر شما در مورد خطر احتمالی عفونت نگران هستید، در اسرع وقت با پزشک خود مشورت نمایید.



### ۳: اگر یک جسم خارجی در زخم وجود دارد:

- آن را خارج نکنید بلکه بدون ایجاد فشار روی جسم خارجی، از پدهایی در دو طرف جسم برای تثبیت آن استفاده کنید.
- با استفاده از بانداژ رولی یا مثلثی چند لایه به صورت متقاطع یا ضربدری، پد را در محل (برای جلوگیری از فشار بر روی جسم خارجی) محکم کنید.
- اگر باند به راحتی در دسترس نیست، با یک جوراب، شال یا پارچه های دیگر آن را تثبیت کنید. از یک سنجاق قفلی یا نوار چسب برای نگه داشتن بانداژ استفاده کنید.





## ۴: اگر زخم روی سر، قفسه سینه یا شکم قرار دارد:

- مصدوم هوشیار را در حالت دراز کشیده، در **راحت ترین وضعیت** برای استراحت قرار دهید
- در صورت امکان، مطمئن شوید که ناحیه آسیب دیده **بالا تر از سایر نقاط بدن** است.



## ۵: مصدوم را در حالت استراحت کامل قرار دهید:

- حتی اگر آسیب شامل دست یا نیمه فوقانی بدن باشد، برای کمک به کنترل خونریزی، بیمار حداقل ۱۰ دقیقه نیاز به استراحت کامل نیاز دارد.
- با از دست رفتن خون، درجاتی از شوک ایجاد می شود که لازم است مصدوم را به صورت درازکش در حالی که پاهایش را بالا نگه داشته اید، قرار دهید. این کار با بازگشت خون به ناحیه سر و قفسه سینه، به تقویت فشار خون مصدوم کمک می کند.
- سپس با شماره ۱۱۵ تماس بگیرید.





## نکته:

- اگر زخم خفیف به نظر می رسد و مصدوم می تواند به خودرو منتقل شود، برای ارزیابی و درمان آسیب، سریعاً به نزدیکترین پزشک یا درمانگاه مراجعه کنید. اگر آسیب شدید است یا مصدوم دچار شوک شده است، با ۱۱۵ جهت درخواست آمبولانس تماس بگیرید.
- در حالی که منتظر آمبولانس هستید، سطح هوشیاری، تعداد تنفس و ضربان قلب مصدوم را هر چند دقیقه بررسی کنید و به هرگونه تغییر توجه داشته باشید و مشاهدات خود را به پرسنل اورژانس ارائه دهید.





## 6: اگر خون از پد فشاری و بانداژ نشت کرد:

- از پد دوم روی اولین پد استفاده کنید، مگر اینکه پد اول کاملاً خونی شده باشد که این مسئله باعث کاهش فشار روی زخم باشد.

• برای خونریزی وسیع کنترل نشده، سریعاً بانداژ و پد آغشته به خون را بردارید و با یک پد حجیم تازه و بانداژ، جایگزین نمایید. ادامه خونریزی ممکن است به دلیل سر خوردن پد به خارج از محل زخم در زمان بانداژ اولیه باشد.



## زخم با سرعت زیاد

- زخم با سرعت زیاد به وسیله یک گلوله ایجاد می شود . در صورت درگیری با سلاح گرم، زخم ورودی اغلب کوچک و زخم خروجی (جایی که گلوله از پوست خارج می شود) بزرگ است. این گلوله در صورتی که از بافت عبور کرده باشد ممکن است باعث آسیب های جدی داخلی به خصوص در ریه، کبد و کلیه شود. غالباً خونریزی زخم خروجی شدید است و ممکن است در جایی که بافت از بین رفته است شبیه دهانه یک آتشفشان به نظر برسد.

- اصول درمان بریدگی و پارگی و کنده شدگی مانند خونریزی خارجی است.



## خونریزی داخلی:

- خونریزی داخلی ممکن است به دنبال یک ضربه شدید به سر، قفسه سینه، شکم یا لگن اتفاق بیفتد که می تواند ناشی از سقوط مصدوم از ارتفاع یا برخورد با یک وسیله نقلیه باشد. ممکن است زخم غیر قابل مشاهده باشد و با علایمی همچون خروج خون از بدن از طریق **استفراغ، خلط، ادرار یا مدفوع** همراه باشد و باعث **شوگ** شود.





## اقدامات گام به گام در خونریزی داخلی:

۱: مصدوم را در حالت استراحت کامل قرار دهید :

- اگر مصدوم به کمک نیاز دارد از لباس اضافی یا پتو استفاده کنید.
- به مصدوم کمک کنید تا در راحت ترین وضعیت قرار گیرد.
- برای حفظ دمای بدن مصدوم را با یک پتو بپوشانید. در صورتی که مصدوم روی سطح خشن، سرد یا گرم قرار گرفته زیر بیمار پارچه ای محافظتی قرار دهید؛ برای مثال اگر بیمار روی جاده قرار دراز کشیده است، از یک ژاکت یا کت استفاده کنید.

• سپس با ۱۱۵ تماس بگیرید.





## ۲: بیمار را زیر نظر بگیرید:

- در حالی که منتظر رسیدن آمبولانس هستید، آسیب‌های شناسایی شده را مدیریت کنید.
- با دقت بیمار را برای هر گونه تغییر در وضعیتش، تحت نظر بگیرید.
- در صورت وخیم شدن وضعیت، بیمار ممکن است برای دریافت اکسیژن بیشتر، به صورت تنفس‌های کوتاه منقطع (گرسنگی هوا) نفس بکشد.
- تمام لباس‌های تنگ به ویژه در ناحیه کمر و گرده را شل کنید. همه افراد نظاره گر را از محل دور کنید تا بیمار آزادانه نفس بکشد.
- وضعیت هوشیاری، تنفس و ضربان قلب بیمار را هر چند دقیقه بررسی کنید و آن‌ها را برای ارائه به پرسنل اورژانس یادداشت کنید.
- افزایش سرعت ضربان قلب و تنفس، نشان دهنده ادامه خونریزی است و مراقبت‌های فوری پزشکی ضروری است.
- هنگامی که منتظر رسیدن آمبولانس هستید، اجازه ندهید بیمار چیزی بخورد، بنوشد یا سیگار بکشد زیرا احتمالاً نیاز به بیهوشی خواهد داشت.



## تشخیص خونریزی داخلی:

| منبع احتمالی                              | مشخصات                                          | روش        |
|-------------------------------------------|-------------------------------------------------|------------|
| ریه یا راه هوایی                          | قرمز روشن و کف دار                              | با سرفه    |
| معهده یا روده                             | قرمز تیره/قهوه ای شبیه دانه های قهوه ای         | با استفراغ |
| آسیب دهان یا فک                           | خون تازه                                        | از دهان    |
| آسیب بینی<br>شکستگی جمجمه                 | 1.خون تازه<br>2.مایع زرد کم رنگ                 | از بینی    |
| آسیب به کانال یا پرده گوش<br>شکستگی جمجمه | 1.خون تازه<br>2.مایع زرد کم رنگ                 | از گوش     |
| هموروئید(بواسیر)<br>روده ها               | 1.خون تازه<br>2.مدفوع تیره قیری رنگ             | در مدفوع   |
| کلیه<br>مثانه یا پیشابراه                 | 1.ادرار تیره خونی رنگ<br>2.خون تازه یا لخته شده | در ادرار   |
| خونریزی قاعدگی یا سقط جنین                | خونریزی شدید همراه با لخته                      | از واژن    |



کمک های اولیه برای خونریزی شدید

[aparat.com/healthcareproviders](https://aparat.com/healthcareproviders)

استوديوهات





# شوگ

- شوگ یا هیپوپرفیوژن، خون رسانی ناکافی به بافتها می باشد.
- شوگ، عدم توانایی سیستم گردش خون در تامین نیازهای متابولیک بافت های
- بدن و دفع مواد زاید است.

**“در حقیقت شوگ دفاع بدن در برابر کاهش خورسانی است”**

این اختلال به سه دلیل می تواند بروز یا پیشرفت کند:

۱- کاهش قدرت قلب (شوگ کاردیوژنیک)

۲- تغییر ناگهانی قطر رگهای خونی

الف- شوگ ناشی از غش یا سنکوپ

ب- شوگ آنافیلاکتیک وعفونی

ج- نخاعی

• ۳- ناکافی بودن حجم مایع داخل عروقی (هموراژی وهیپوولمیک)



## علائم و نشانه های شوک: در مراحل مختلف شوک و انواعی از شوک مثل عفونی یا حساسیتی نشانه ها و علائم متفاوتند ولی به طور کلی علائم شوک عبارتند از:

- رنگ پریدگی
- پوست سرد و مرطوب
- نبض تند و ضعیف
- تنفس تند و سطحی
- کاهش فشارخون (علامت دیررس)
- کاهش درجه حرارت بدن
- مردمک های گشاد
- تهوع و استفراغ
- اضطراب
- بی قراری
- کاهش سطح هوشیاری یا بیهوشی
- تشنگی
- گیجی و منگی



## اقدامات اورژانس در بیمار مبتلا به شوک

✓ مدت زمانی را که فرصت دارید تا اقدامات اورژانس را برای مصدوم به اجرا در آورید، بسیار اندک است. لذا اقدامات درمانی باید هرچه سریعتر شروع شوند. مصدومینی که دچار شوک شده‌اند و یا احتمال شوک در آنها وجود دارد، باید سریع به بیمارستان منتقل شوند.

✓ مصدوم را در موقعیت مناسب قرار دهید با توجه به مشکلات و صدمات مصدوم می‌توان وی را در وضعیت مناسب قرار داد:

✓ بلند کردن پا بهترین روش است. پاهای مصدوم را ۲۵ سانتیمتر بلند کنید. در موارد صدمه در ناحیه گردن و یا ستون فقرات، صدمه در ناحیه سر، صدمه به قفسه سینه و شکم، در رفتگی و یا شکستگی استخوان لگن و یا شکستگی لگن خاصره از این روش استفاده نکنید. بدن مصدوم را به حالتی که سر و سینه‌اش از سطح بدن پایینتر قرار گیرد، قرار ندهید، زیرا باعث می‌شود احشاء شکمی به دیافراگم فشار بیاورد. هدف این است که مصدوم در وضعیتی (طاق باز یا نیم نشسته) قرار بگیرد که کاملاً راحت باشد و به راحتی تنفس کند. مصدوم را در هر موقعیتی که قرار می‌دهید، باید علائم حیاتی را در او بررسی کنید و مراقب باشید زیرا امکان استفراغ وجود دارد.

✓ راه تنفس مصدوم را باز کنید. جهت این کار یک دست را بر پیشانی مصدوم و دست دیگر را زیر چانه او قرار دهید. سر مصدوم را به عقب خم کنید. این کار سبب می شود دهان او آندکی باز شود. اگر مصدوم نفس می کشد، مجاری تنفسی او را باز نگه دارید.



✓ اگر مصدوم نفس نمی کشد به او تنفس مصنوعی بدهید. مراقب مواد مترشحه و استفراغ مصدوم باشید و در صورت وجود آنها را پاک کنید. اگر تنفس و گردش خون مصدوم متوقف شده است، اقدامات احیاء قلبی - ریوی (CPR) را انجام دهید.





✓ خونریزی را با روشهای فشار مستقیم ، بالا نگه داشتن عضو مجروح ، اعمال فشار نقطه‌ای و یا دیگر راههای لازم مهار کنید. کاهش حجم خون برای مصدومی که دچار شوک شده ، خطرناک است. در صورت در دسترس بودن ، از لباسهای ضد شوک نیز استفاده کنید. اگر چنین لباسی در دسترس ندارید می‌توانید با استفاده از باندهای کشی سرتاسر اندام تحتانی را با فشار متوسط بانداز نمایید.

✓ هرچه سریعتر به مصدوم اکسیژن برسانید. کمبود اکسیژن در اثر کاهش جریان خون ایجاد می‌شود. به مصدوم اکسیژن خالص برسانید.

✓ در صورت وجود آسیب احتمالی در ناحیه ستون فقرات ، مصدوم را بی‌حرکت نگه دارید.

✓ شکستگیها را آتل بندی کنید. این کار باعث می‌شود که خونریزی و درد که هر دو شوک را تشدید می‌کنند، تخفیف یابد.

✓ مصدوم را به تندی و با شدت تکان ندهید چرا که حرکت بدن ، شوک را تشدید می‌کند.



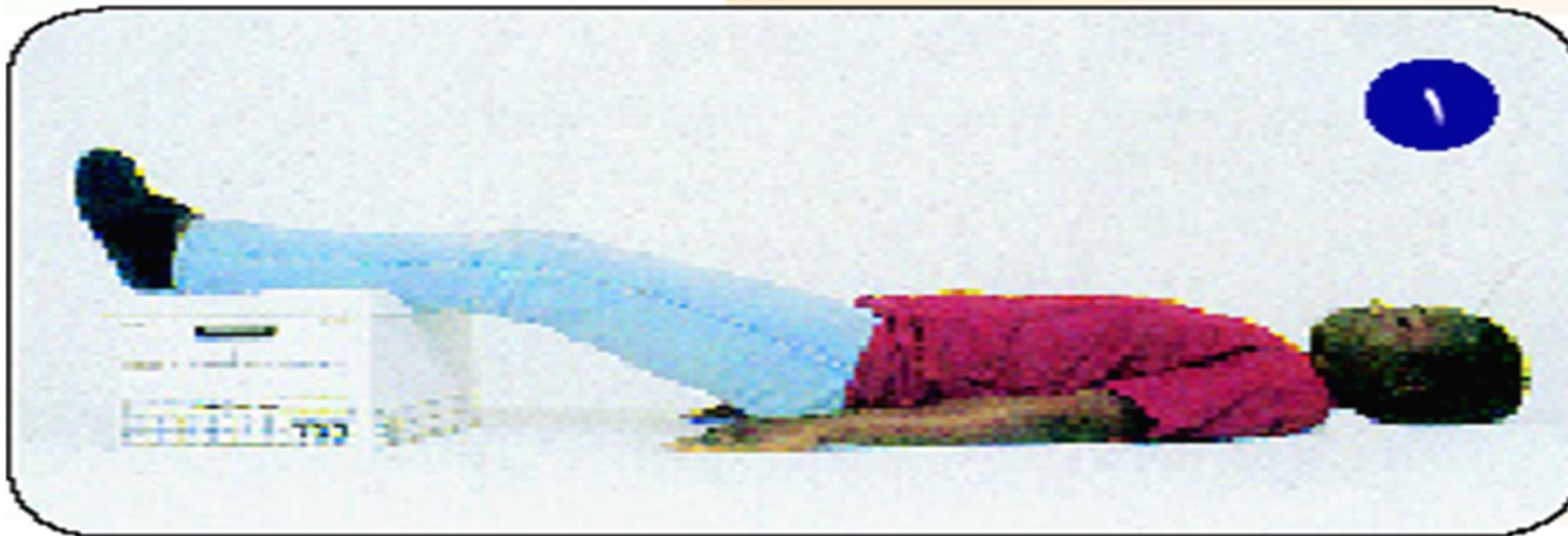
✓ از کاهش دمای بدن جلوگیری کنید. باید دمای بدن مصدوم را تا حد امکان نزدیک به میزان طبیعی نگهدارید. ولی مصدوم را بیش از حد گرم نکنید. اگر امکان دارد، لباسهای خیس را از تن مصدوم در آورید. مصدومینی را که از ناحیه سر، ستون فقرات و گردن آسیب دیده‌اند، آنها را برای گذاشتن پتو در زیرشان تکان ندهید.

✓ هیچ چیز به مصدوم نخورانید.

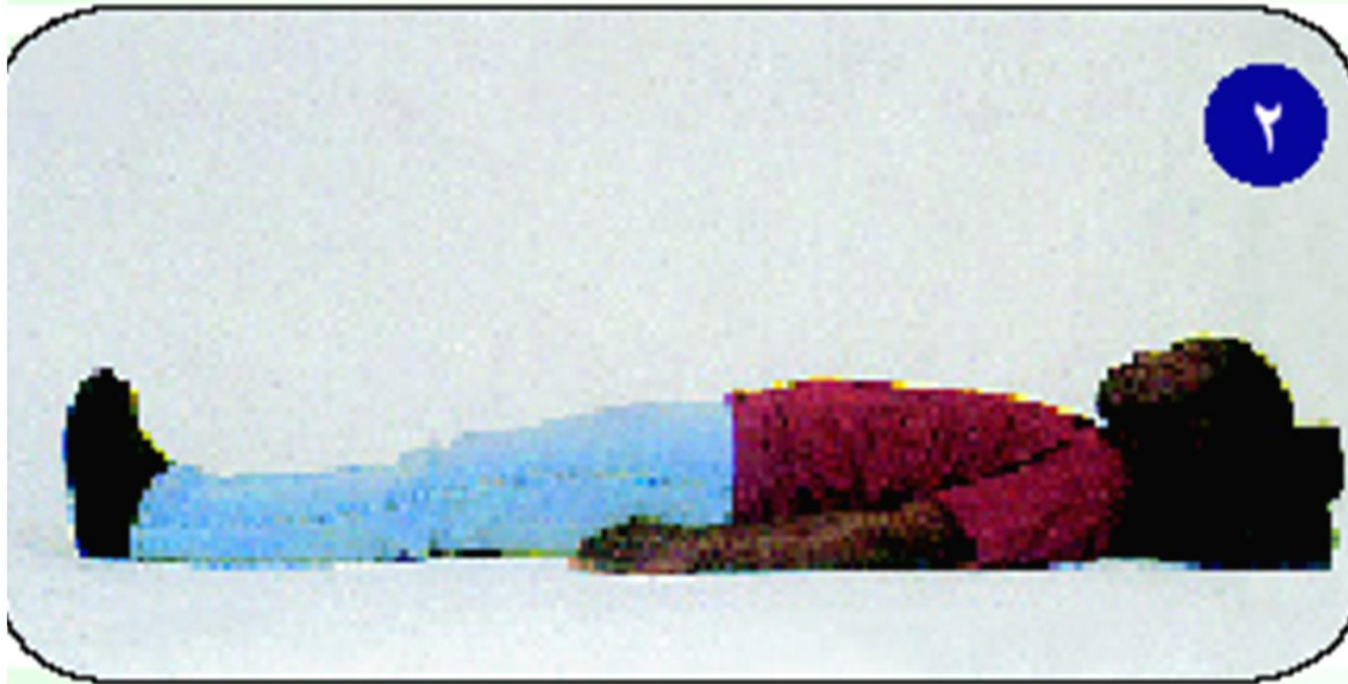
✓ مصدومی که دچار شوک شده است، دهانش خشک می‌شود و احساس تشنگی می‌کند. همچنین ممکن است در اثر اکسیژن رسانی به مصدوم، دهان و مجاری بینی مصدوم خشک شوند. مصدوم نباید چیزی بنوشد. هیچ نوع دارو و غذا و مایعی را از طریق دهان به مصدوم ندهید. اگر چنین کنید، احتمال وقوع استفراغ را در مصدوم افزایش می‌دهید.

✓ به مصدوم اطمینان و قوت قلب دهید و او را بی‌حرکت نگه دارید. اگر مصدومینی که دچار شوک شده‌اند، بی‌حرکت و آرام باشند، شانس بیشتری برای زنده ماندن خواهند داشت.

## خواباندن مصدومی که در شوک قرار دارد



۱. وضعیت معمول در شوک. پاها را ۲۰ تا ۳۰ سانتی متر بالا برید ( اگر احتمال وجود آسیب نخاعی را نمی دهید).



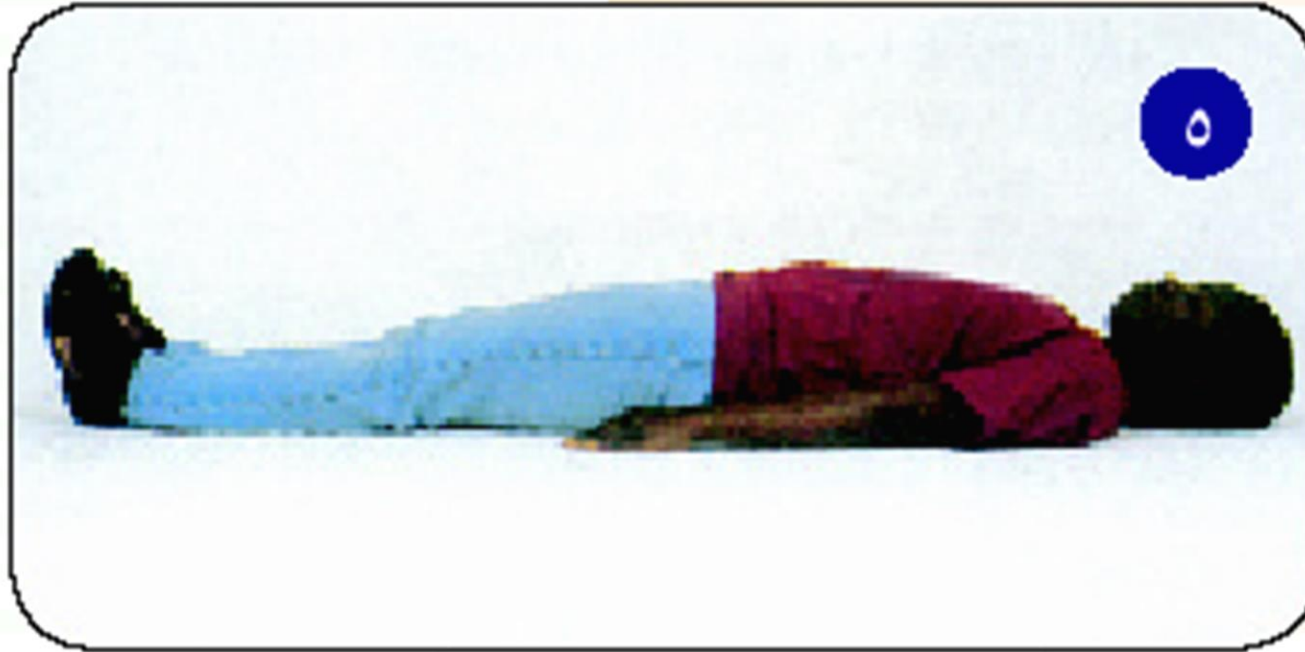
۲. در موارد آسیب به سر، سر را بالاتر نگه دارید (اگر احتمال وجود آسیب نخاعی را نمی دهید).



۳. مصدومی که پاسخ نمی دهد، اما هنوز نفس می کشد را به پهلوی خود بخوابانید.



۴. کسانی را که تنفس مشکل دارند و یا دچار آسیب به قفسه سینه یا حمله قلبی شده اند، را در وضعیت نیمه نشسته قرار دهید.



۵. اگر احتمال آسیب نخاعی وجود دارد یا مصدوم دچار شکستگی پا می باشد، او را صاف به پشت بخوابانید.



# کمیته آموزش همگانی با همکاری روابط عمومی اورژانس گناباد