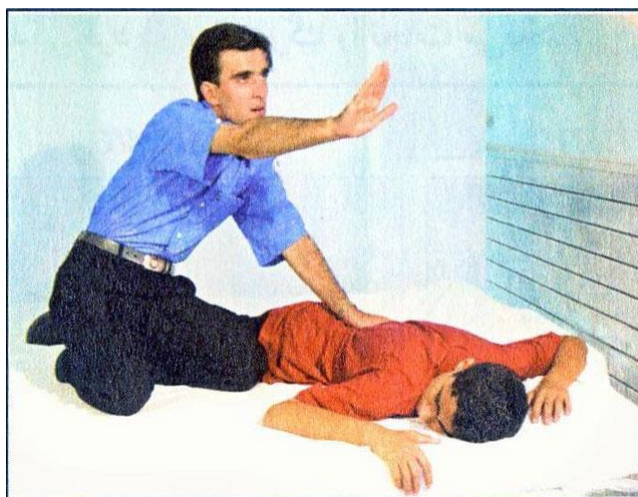


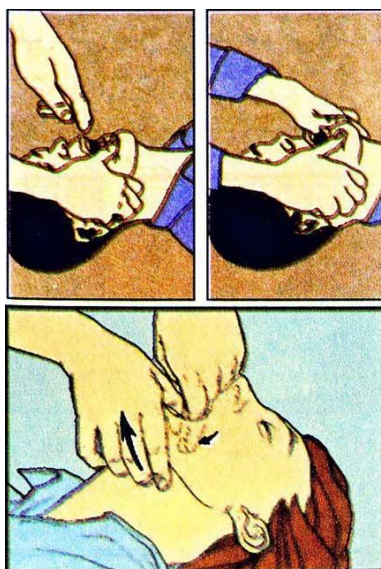
### مراحل انجام CPR

1. ابتدا از بیهوشی مصدوم مطمئن می شویم.
2. چک ABC (چک تنفس و نبض و فشار خون)
3. اگر نبض و تنفس نداشت به اورژانس اطلاع می دهیم.



### باز کردن راه هوایی مصدوم (air way):

ابتدا راه هوایی مصدوم را چک می کنیم تا بینیم که جسم خارجی وجود دارد یا خیر. سر مصدوم را به سمت چپ و یا راست منحرف می کنیم. ترشحات موجود در دهان مصدوم را خارج کرده و سپس با استفاده از مانور های زیر راه هوایی را باز می کنیم:

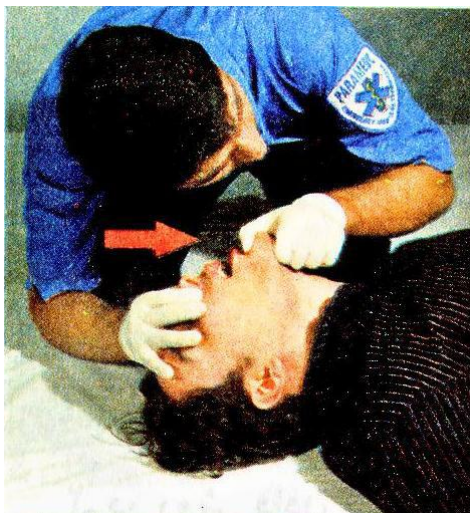


۱. دادن سر به عقب و بالا کشیدن چانه

۲. دادن سر به عقب و بالا کشیدن گردن

۳. بالا کشیدن اصلاح شده فک تهتانی

برای فهمیدن اینکه مصدوم هنوز نفس میکشد از روش (نگاه میکنیم، بشنویم، حس میکنیم) استفاده میکنیم.



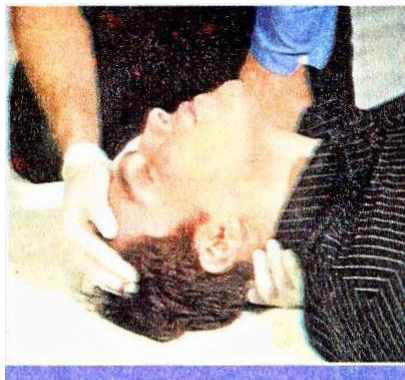
دادن سر به عقب و بالا کشیدن چانه



دادن سر به عقب و بالا  
کشیدن چانه

Head Tilt - Chin Lift

دادن سر به عقب و بالا کشیدن گردن



دادن سر به عقب و بالا  
کشیدن گردن

**Head Tilt - Neck Lift**

بالا کشیدن اصلاح شده فک تهتانی



بالا کشیدن فک و بستن بینی  
(بالا کشیدن اصلاح شده فک)

**Modifed Jaw Thrust**

### انواع روش های تنفس دادن:

**تنفس دهان به دهان:** در حالتی استفاده می شود که مصدوم هیچگونه جراحت یا بریدگی یا ضایعه بر روی دهان خود نداشته باشد.



**تنفس دهان به بینی:** در صورتی استفاده می شود که دهان مصدوم جراحت، پارگی و یا آغشته به سم باشد و یا دچار بیماری های قابل انتقال باشد که در اینصورت از این تنفس استفاده می شود.

**تنفس دهان به دهان و بینی:** بیشتر در کودکان استفاده می شود به علت اینکه دهان و بینی کودکان بسیار کوچک است.



برای تنفس دادن سه تا قاعده چک می شود و شروع به تنفس دادن می کنیم:

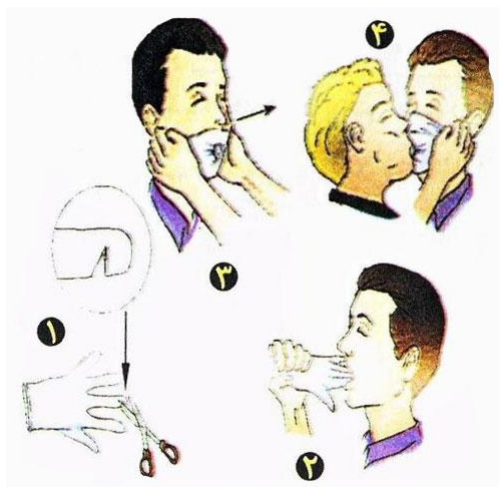
نفس عمیق می کشیم.

دهان خود را منطبق بر دهان مصدوم می کنیم.

تنفس با قدرت متوسط و محکم می دهیم.



**نکته:** برای تنفس دهان به دهان اگر ماسک مخصوص را نداشتیم از دستکش استفاده میکنیم به عنوان ماسک، طبق شکل زیر:



### روش انجام تنفس دهان به دهان:

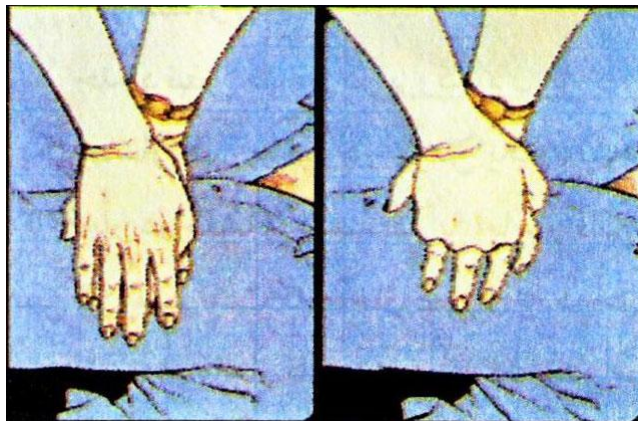
1. اشیائی را که روی صورت و گردن هست مانند گردنبند و ... هست را آزاد کرده و اجسام خارجی دهان و گلو را (همانطور که قبلاً گفته شد) خارج کرده و راه هوایی را باز نمایید.
2. کف دست بر روی پیشانی قرار می گیرد و با دو انگشت شصت و سبابه بینی مصدوم را گرفته لب های خود را اطراف دهان مصدوم قرار می دهیم به طوری که کل دهان او را بپوشاند.
3. در حالی که از گوشه ی چشم به سینه او نگاه می کنیم.  
اینقدر می دمیم تا سینه مصدوم بالا بیاید.

**توجه:** اگر قفسه ی سینه در اثر تنفس مصنوعی بالا نیاید و به جای آن شکم بالا بیاید نشانه ی باز نشدن راه هوایی است.

بعد از انجام دو تنفس مصنوعی نبض گردنی را کنترل می کنیم.



در صورتی که مصدوم تنفس دارد و نبض ندارد از **ماساژ قلبی** استفاده می‌شود.

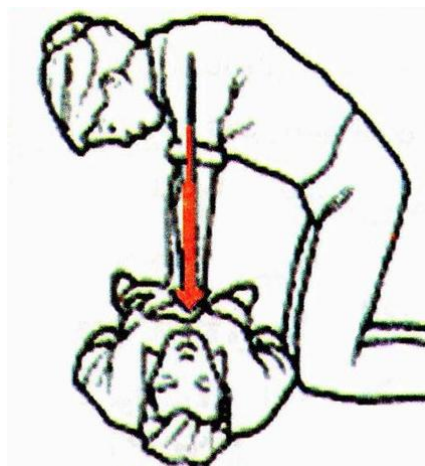


**روش انجام ماساژ قلبی:**

کنار مصدوم زانو زده (ترجیحا سمت راست).

لباس مصدوم را از روی قفسه ی سینه کنار می‌زنیم.

به صورت عمود به قفسه سینه مصدوم فشار وارد میکنیم



### محل صحیح انجام ماساژ قلبی:

در بزرگسالان از روی قاعد جناغ سینه ، دو انگشت بالاتر از محل تلاقی دنده ها و بالای زائده خنجری (غضروف متصل به انتهای جناغ سینه ) می باشد.



در مورد کودکان هیچگاه سر کودک را عقب نمی کشیم.

### نحوه صحیح ماساژ قلبی:

