

خفگی ها:

هر گاه به هر دلیلی هوای اکسیژن دار نتواند وارد ریه ها شود یا در عمل دم و بازدم اختلال ایجاد شود و یا در تبادل اکسیژن بین خون و بافت ها اختلال ایجاد گردد ، خفگی روی می دهد.

دلایل خفگی:

1. انسداد راه هوایی با جسم خارجی (شایعترین علت خفگی در افراد بیهوش افتادن زبان به ته حلق می باشد).
2. بازگشت محتویات معده به راه هوایی.
3. التهاب یا اسپاسم راه هوایی در اثر عفونت یا حساسیت یا بیماری آسم.
4. دارآویختگی.
5. صدمات وارده به قفسه ی سینه یا زخم های نافذ و یا زخم های قفسه سینه در اثر اصابت اجسام خارجی تیز و برنده به قفسه سینه.
6. انواع سکته ها.
7. ورود به محیط آلوده به مواد شیمیایی و استنشاق گازهای آلوده.
8. استفاده از داروهای خواب آور.

علائم خفگی:

1. چنگ زدن با یک دست یا هر دو دست به گردن یا صورت.
2. فقدان یا نبود سرفه های موثر.
3. عدم توانایی در صحبت کردن.
4. کاهش سطح هوشیاری یا GCS.
5. **سیانوزه شدن:** حالتی است که به علت کم بود اکسیژن یا عدم رسیدن اکسیژن به بافت ها بدن شروع به تغییر رنگ کرده به حالت آبی کبود تا سیاه رنگ می شود. این حالت از زیر ناخن ها شروع شده و کم کم سرتاسر بدن را می گیرد.

کمک های اولیه در خفگی ها:

1. باز کردن راه هوایی در مصدومین هشیار

مصدوم را تشویق به سرفه کردن می کنیم (به این صورت که در حالی که مصدوم را به پایین خم کرده اید آرام با قاعده دست چندین ضربه به ناحیه بین دو کتف او وارد می کنیم. که این کار باعث می شود جسم خارجی بر اثر این ضربات خارج شود (3-5 ضربه) بعد از این کار دقت می کنیم تا ببینیم که جسم بیرون آمده یا نه که با دو انگشت به صورت پارویی جسم را از دهان او خارج می کنیم). اگر با اقدامات قبل خارج نشد از روش هایملیخ اصلاح شده جهت خارج کردن جسم خارجی استفاده می کنیم.

2. مانور هایملیخ ایستاده:

این مانور در افراد هوشیار مورد استفاده قرار می گیرد بدین حالت که پشت سر مصدوم می ایستیم دستهای خود را دور مصدوم حلقه زده و مشت خود را روی شکم مصدوم بین ناف و زائده گریفوئید جناغ سینه قرار می دهیم و دست دیگر را بر روی دست اول گذاشته و محکم به طرف داخل و با فشار وارد می کنیم 5-6 مرتبه تکرار کنید و بین هر بار فاصله زمانی می بایست باشد.



3. مانور هایملیخ خوابیده:

در افراد بیهوشی که به علت انسداد جسم خارجی بیهوش شده اند مورد استفاده قرار می گیرد.

مانور هایملیخ سینه ای:

این روش در خانم های باردار یا چاق مورد استفاده قرار می گیرد. که $\frac{1}{3}$ انتهای جناق سینه فشرده می شود.



4. هایملیخ خود به خود یا تک نفره:

این روش در صورتی استفاده می شود که کسی نباشد و با آویزان شدن بر روی صندلی صورت می گیرد.

خفگی های شایع در کودکان:

معمولا در کودکان مایعات مانند شیر یا آب باعث خفگی می شود.

در کودکان زیر 6 ماه 20 تا 30 سانتی متر به سمت پایین می ایستد و با دو انگشت بین دو کتف کودک می زنیم.

در کودکان 10 تا 12 ساله نیز یک پا را روی صندلی و یا جسم سختی قرار می دهیم ، سپس کودک را روی پا خوابانده و به پشت کودک می زنیم.



معیار نمره دهی اغمای گلاسگو

جدول شماره ۷-۳: معیار نمره دهی اغمای گلاسگو

عمل	وضعیت	معیار
بازبودن چشمها	بازبودن خود به خودی چشم	۴
	باز کردن چشمها با صدا کردن فرد	۳
	باز کردن چشمها با ایجاد درد (نیشگون)	۲
	چشمها به هیچ وجه باز نمی شود	۱
نحوه سخن گفتن و کلام	آشنا و آگاه به زمان، مکان و اشخاص به سوالات به درستی پاسخ می دهد.	۵
	استفاده از جملات گنج و گنگ	۴
	استفاده از لغات نامناسب ولی مفهوم	۳
	استفاده از لغات ناواضح و نامفهوم (مثل آوا و صدا)	۲
	هیچ تکلمی ندارد	۱
واکنش به محرک های حرکتی	اطاعت از فرامین	۶
	تشخیص محل درد پس از تحریک دردناک	۵
	خم شدن دستها از آرنج و چرخش دستها به سمت داخل بدن یا قفسه سینه پس از تحریک دردناک (دکورتیکه)	۴
	چرخش دستها به سمت خارج بدن یا دوراز بدن بعد از تحریک دردناک (سریره)	۳
	باز بودن بدن بعد از تحریک دردناک	۲
	با تحریک دردناک حرکتی دیده نمی شود	۱
	جمع	۱۵

سوال:

چشم ها و اندام های مردی که با یک موتور سیکلت تصادف کرده پس از تحریک دردناک واکنش حرکتی نشان داده و در تکلم نیز از جملات گنگ و نامفهوم استفاده می کند GCS مصدوم چند است؟

نکته ۱: درجه حرارت بدن در اثر عواملی مانند: ورزش، بیماریها، دوران بارداری و ... بالا می رود و در زمان گرسنگی، خونریزی و شوک پایین می آید.

نکته ۲: اندازه گیری درجه حرارت بدن در اطفال و افراد بیهوش و بیماران روانی و بیماران مبتلا به تنگی نفس و تشنج از راه دهان ممنوع می باشد.

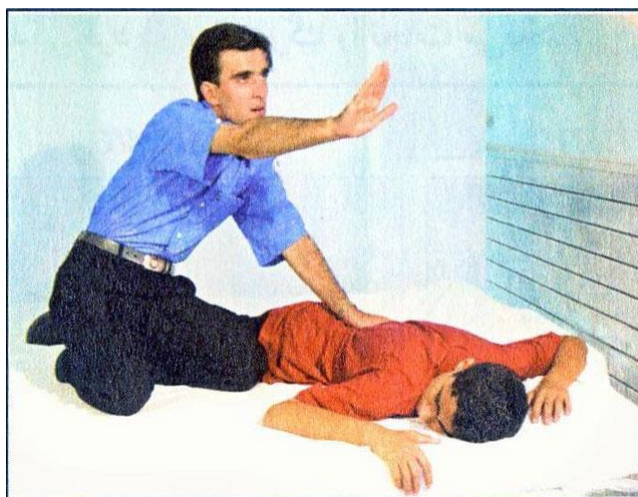
(CPR) احیای قلبی - ریوی

جدول شماره ۴-۱: چکیده CPR و حمایت‌های اولیه زندگی در خردسالان

اقدام - سن	سن زیر یکسال	سن بین ۱ تا ۸ سال	سن ۸ سال و بالاتر
بازکردن راه هوایی	عقب دادن سر و بالا کشیدن چانه	عقب دادن سر و بالا کشیدن چانه	عقب دادن سر و بالا کشیدن چانه
خفگی با جسم خارجی	کوبیدن به بین دو کتف	فشار شکمی	فشار شکمی یا هایملیخ
تنفس اولیه	۲ تنفس به فاصله یک ثانیه	۲ تنفس به فاصله یک ثانیه	۲ تنفس به فاصله یک ثانیه
میزان هوای دمی	تا حد بالا رفتن قفسه سینه	تا حد بالا رفتن قفسه سینه	تا حد بالا رفتن قفسه سینه
تعداد تنفس مصنوعی	۲۰ بار در دقیقه	۱۵ بار در دقیقه	۱۲ بار در دقیقه
محل لمس نبض	نبض بازویی	نبض کاروتید	نبض کاروتید
محل فشار در جناغ			
	۲ انگشت بالاتر از گزیفوئید	۲ انگشت بالاتر از گزیفوئید	وسط جناغ، یک انگشت پایتتر
	یا نیمه پائینی جناغ	یا روی خط بین دو نوک پستان	از خط بین دو نوک پستان
عضو فشارنده	۳ یا ۲ انگشت	کف یک دست	کف یک یا هر دو دست
میزان فشار	۲/۵ تا ۱/۵ سانتی متر	۳/۵ تا ۲/۵ سانتی متر	۵ تا ۳/۵ سانتی متر
تعداد ماساژ	۱۲۰ تا ۱۰۰ بار در دقیقه	۱۰۰ تا ۸۰ بار در دقیقه	۱۰۰ تا ۸۰ بار در دقیقه
نسبت تنفس به ماساژ	۵:۱	۵:۱	۱۵:۲

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:

