

## توضیح احیا:

ایست قلبی یکی از علت های شایع مرگ و میر در دنیاست . یک فرد ممکن است به دنبال آسیب یا بیماری دچار ایست قلبی \_ تنفسی شود که در این زمان شروع سریع اقدامات احیا برای حفظ زندگی وی ضروری است و باید هرکسی اطلاعاتی در حد کفایت در مورد احیا بداند تا بتواند به اطرافیان خود کمک کند .

وقتی که افراد جامعه این اطلاعات را بدانند ، میتوانند برای کسی که بیهوش شده است و هر ثانیه برای او می تواند بسیار حیاتی باشد ، به جای جمع شدن دور فرد و نگاه کردن به او ، اقدامات مهم و اساسی انجام دهند تا اورژانس برسد .

احیا در واقع به دو نوع پایه ( پیش بیمارستانی ) و پیشرفته ( بیمارستانی ) تقسیم می شود . احیا پیشرفته با داروها و تجهیزات بخصوصی که فقط در بیمارستان ها و مراکز درمانی وجود دارد ، انجام می شود . اما احیا پایه با کم ترین امکانات هم می تواند تا حدی انجام شود .

## اقدامات گام به گام احیا:

### هرگونه خطر را ارزیابی کنید:

ابتدا صحنه را از نظر هرگونه خطر مانند ترافیک، الکتریسیته، مواد سمی و شیمیایی و... بررسی کنید و وقتی مطمئن شدید صحنه برای شما ایمن است به بیمار نزدیک شوید در صورت ناامن بودن صحنه نباید به بیمار نزدیک شوید و یک قربانی دیگر بسازید .

### پاسخ دهی بیمار را ارزیابی کنید:

کنار بیمار قرار بگیرید و روی شانه هایش ضربه بزنید و با صدای بلند بگویید اسم شما چیست؟ اگر بیمار پاسخ داد، به آرامی علت مشکل ایجاد شده را جویا شوید و منتظر بمانید تا اورژانس بیاید و اگر بیهوش بود و پاسخی نداد نیاز است که بلافاصله اقدام صورت بگیرد

### بلافاصله با اورژانس تماس بگیرید و درخواست کمک

کنید



## ادامه اقدامات گام به گام احیا:

### تنفس بیمار را ارزیابی کنید:

در صورتی که به آسیب ستون فقرات مشکوک نیستید، سر بیمار را به عقب برده و چانه را به سمت بالا حرکت دهید. خم شده و به قفسه سینه بیمار نگاه کنید ، اگر تنفس نداشت یا تنفس نامنظم و گاه به گاه داشت باید بلافاصله بیمار را به پشت بخوابانید و احیای قلبی ریوی را شروع کنید .



اگر قفسه سینه بیمار به طور طبیعی و منظم بالا و پایین می آید و تنفس دارد ، او را به پهلو بخوابانید و اگر محیط سرد بود با یک پتو بیمار را گرم نگه دارید .





دانشگاه علوم پزشکی کردستان  
بیمارستان سینا کامیاران

## بمفلت آموزشی احیا

### واحد پرستاری آموزش و پیگیری بیمار

بازنگری سال ۱۴۰۳

منبع: برونر و سوارث



## رعایت نکات زیر در احیا الزامی است :

- ✓ هرگز زیر سر فرد بیهوش چیزی نگذارید، زیرا ممکن است این کار باعث بسته شدن راه تنفس او شود
- ✓ هرگز مایعی داخل دهان فرد بیهوش نریزید یا چیزی در آن نگذارید (مانند آب یا قرص)
- ✓ هرگز جسمی را که به داخل بدن فرو رفته و گیر کرده است، بیرون نیاورید، بلکه سعی کنید آن را در جای خود ثابت نگه دارید تا حرکت آزادانه ی آن باعث خونریزی و آسیب بیشتر نشود
- ✓ هرگز مصدومی را که احتمال آسیب ستون فقرات دارد، جابجا نکنید، مگر آن که خطری فوری جان او را تهدید کند
- ✓ هرگز عضو آسیب دیده را بدون محافظت از محل آسیب دیدگی حرکت ندهید
- ✓ در صورت احتمال آسیب دیدگی سر، گردن، پشت یا کمر، سر مصدوم را به عقب خم نکنید و فقط چانه را بالا بکشید
- ✓ هرگز سعی در جا انداختن عضو جابجا شده یا بیرون آمده از زخم نکنید
- ✓ برای به هوش آوردن مصدوم روی صورتش آب نپاشید و سعی نکنید با سیلی زدن و تکان دادن محکم او را بیدار کنید

## نحوه ی احیا و ماساژ قفسه سینه :

ابتدا بیمار را به پشت بخوابانید، نزدیک بیمار شده و در یک طرف او زانو بزنید. در صورت شک به آسیب سر، گردن و ستون فقرات هنگام چرخاندن و به پشت قرار دادن بیمار، سر و گردن او را با دست حمایت کنید تا در یک راستا باشد و جابجا نشود (سر و گردن و تنه را همزمان بچرخانید). دستان خود را از آرنج صاف کنید، یک دست را روی قسمت وسط قفسه سینه قرار دهید و دست دیگر را هم روی آن قفل کنید، پاشنه دست را روی مرکز قفسه سینه بیمار قرار دهید و اکنون قفسه سینه را حدود ۵ تا ۶ سانتی متر به داخل و با سرعت ۱۰۰ تا ۱۲۰ بار در دقیقه فشار دهید (به ماساژ ها استراحت ندهید). دقت نمایید که بعد از هر بار فشردن اجازه دهید تا قفسه سینه به حالت اولیه خود بازگردد تا احیا با کیفیت بهتری انجام شود. در حین ماساژ مرتباً بیمار را از نظر تنفس طبیعی، سرفه، حرکت یا پلک زدن بررسی کنید و در صورت داشتن این علائم، احیا را متوقف کرده و به پهلو بخوابانید.

