



St Andrew's First Aid

مشاركة المجتمع
دليل الإنعاش القلبي الرئوي وإزالة الرجفان

إنشاء أمة من المنقذين



معلومات عنا

جمعية سانت أندروز للإسعافات الأولية هي الجمعية الخيرية الوحيدة المتخصصة في الإسعافات الأولية في اسكتلندا والرائدة في تقديم التدريب على الإسعافات الأولية. نحن نؤمن بأنه لا ينبغي لأحد أن يعاني أو يموت لأنه كان بحاجة إلى الإسعافات الأولية ولم يحصل عليها.

مهمتنا هي زيادة الوعي بأهمية مهارات الإسعافات الأولية من خلال تغطية فعاليات الإسعافات الأولية ودورات تدريب الإسعافات الأولية وتعليم الإسعافات الأولية داخل المدارس والمجتمعات في جميع أنحاء اسكتلندا.

مشاركة المجتمع

هدفنا هو التواصل مع مجموعات المجتمع والمدارس في جميع أنحاء اسكتلندا لتوفير دورات تدريبية مجانية حول مهارات الإسعافات الأولية والمعرفة، يقدمها متدربونا المتطوعون. يمكن تصميم هذه الدورات لتناسب جمهورك وتغطي موضوعًا واحدًا فقط بتفاصيل كثيرة؛ أو يمكن أن تكون نظرة عامة أوسع على العديد من مواقف الإسعافات الأولية المختلفة.

إذا كنت ترغب في أن نقوم بزيارتك، يرجى مسح رمز الاستجابة السريعة (QR) الموجود على ظهر هذه النشرة لطلبات الحجز للمشاركة المجتمعية!

كيفية إجراء الإنعاش القلبي الرئوي

تحقق من استجابة المصاب

1

إذا كان المصاب يستجيب، فاتركه في الوضع الذي وجدته عليه وحدد أي إصابات، وعالج الإصابات الأكثر خطورة أولاً.

2

تحقق من تنفس المصاب

3

إذا لم يستجب المصاب، فافتح مجرى الهواء وتحقق من تنفسه. قم بإمالة رأسه للخلف (براحة اليد إلى الجبهة) وارفع ذقنه (بأطراف أصابع يدك الأخرى) لفتح مجرى الهواء. انظر واستمع واستشعر التنفس لمدة 10 ثوانٍ.

4

إذا كان المصاب يتنفس بشكل طبيعي، فاتركه في الوضع الذي وجد فيه إن أمكن. حدد أي إصابات، وعالج الإصابات الأكثر خطورة أولاً. (إذا كنت بحاجة إلى ترك المصاب مؤقتاً، ضعه في وضع الإنفاة)

5

إذا لم يكن المصاب يتنفس بشكل طبيعي...

6

اطلب المساعدة، اتصل على 999/112، اطلب مزيل الرجفان، ابدأ الإنعاش القلبي الرئوي

7

قم بإجراء 30 ضغطة على الصدر - اركع بجانب المصاب، واضبط مستوى صدره، ثم ضع كعب إحدى يديك في وسط صدره (على عظمة الصدر). ضع كعب يدك الأخرى فوق اليد الأولى وشبك الأصابع كما هو موضح

8

انحن على المصاب، مع إبقاء ذراعيك مستقيمتين، وابدأ بالضغطات. اضغط لأسفل عمودياً بمقدار 5-6 سم في منتصف صدره 100-120 مرة في الدقيقة، أو على إيقاع "ابقى حياً". اسمح دائماً لصدره أن يرتفع بشكل كامل بين الضغطات.

9

استخدم جهاز إزالة الرجفان - قم بتشغيل الجهاز، ثم قم بتركيب وسادات الأقطاب الكهربائية على صدر المصاب العاري واتبع جميع الإرشادات الصوتية المقدمة. سيخبرك الجهاز إذا كان من الضروري استخدام صدمة كهربائية، وسيقوم بتوصيلها تلقائياً أو يخبرك بالضغط على زر الصدمة الكهربائية في الجهاز

10



الحجز



المتطوع



التبرع

جميع جلسات
الإسعافات الأولية
والمعرفة الخاصة
بمشاركة المجتمع لدينا
مجانية، ومتاحة في
معظم أنحاء اسكتلندا
لأي مدرسة أو أي
جماعه من المجتمع.

باعتبارك متطوعاً في
المشاركة المجتمعية،
ستقوم بتسهيل
محادثاتنا وعروضنا
التوضيحية للتوعية
بالإسعافات الأولية في
فئات المجتمع.

تعتبر التبرعات الخيرية
ضرورية لجمعية
الإسعافات الأولية في
سانت أندروز لأنها
تسمح لنا بمواصلة
عملنا في إنقاذ الأرواح
وتعليم المزيد من
الناس مهارات
الإسعافات الأولية.

إذا كانت لديك أي أسئلة على الإطلاق حول حجز جلسات مهارات الإسعافات الأولية
والمعرفة، أو حول التطوع مع الإسعافات الأولية في سانت أندروز كمتطوع من
المجتمع، فلا تتردد في مراسلتنا عبر البريد الإلكتروني على
community@firstaid.org.uk
أو الاتصال بنا على
0141 332 4031

المتطوع المحلي الخاص بك هو.....

بيانات الاتصال.....



St Andrew's First Aid

مشاركة المجتمع