



## واحد کار ۹

### اقدام‌های اولیه هنگام خفگی‌ها





## اصول کمک‌های اولیه و امداد رسانی: اقدام‌های اولیه هنگام خفگی‌ها

فهرست وسایل و تجهیزات مورد نیاز برای انجام فعالیت‌های عملی واحد کار نهم

فعالیت عملی (۲)	فعالیت عملی (۱)	وسایل و تجهیزات مورد نیاز
*	*	مدل آموزشی (مانکن) انسان



هدف‌های رفتاری: انتظار می‌رود هنر جو پس از گذراندن این واحد کار بتواند به هدف‌های زیر دست یابد:

- ۱- علایم خفگی‌ها را فهرست کند.
- ۲- انواع خفگی را نام ببرد.
- ۳- اقدام‌های لازم را هنگام بروز خفگی انجام دهد.

## پیش‌آزمون واحد کار نهم

؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟ ؟

- ۱- شایع‌ترین علت خفگی، خفگی با..... است.
- ۲- شایع‌ترین علت خفگی با گازهای سمی، خفگی با..... است.
- ۳- اولین کار برای مصدومی که با گازهای سمی دچار خفگی شده است، چیست؟
- ۴- برای جلوگیری از بروز خفگی در نوزادان بهتر است آن‌ها را چگونه بخوابانید؟



## مقدمه

همان‌طور که بارها گفته شد، دستگاه تنفس و دستگاه گردش خون دو دستگاه بسیار حیاتی‌اند و ادامه زندگی مستلزم فعالیت مستمر و بدون وقفه این دستگاه‌های مهم است. هرگاه به عللی مانند آسیب‌های دستگاه عصبی مرکزی، انسداد راه هوایی، مسمومیت‌های خاص، خونریزی شدید، سکت‌های قلبی، غرق‌شدگی و... ادامه فعالیت دستگاه تنفس غیرممکن باشد، مرگ در زمانی کوتاه فرا می‌رسد.

### ۹-۱- علایم خفگی

مهم‌ترین علایم خفگی عبارت است از:

۱- رنگ‌پریدگی

۲- کبودی (لب، ناخن و...)

۳- تنگی نفس، تنفس صدادار، سرفه‌های سطحی و

غیر مؤثر

۴- نبض تند و سریع

۵- گشادی مردمک چشم‌ها

۶- برجستگی رگ‌های گردن

۷- تشنج، کاهش هوشیاری تا بیهوشی

### ۹-۲- انواع خفگی

آیا می‌دانید انواع خفگی کدام‌اند؟ چند نمونه مثال بزنید.

مهم‌ترین انواع خفگی عبارت است از:

۱- خفگی با جسم خارجی مثل آب‌نبات و...

۲- خفگی در آب (غرق‌شدگی)

۳- خفگی بر اثر گازهای سمی

۴- خفگی بر اثر وارد شدن فشار فیزیکی به راه هوایی و

بسته شدن آن مثل خفگی با طناب

۹-۲-۱- خفگی با جسم خارجی: خواهر لیلا در

حین خوردن صبحانه ناگهان دچار سرفه می‌شود و رنگش می‌پرد

لیلا چه باید بکند؟

شایع‌ترین علل خفگی انسداد راه هوایی بر اثر جسم خارجی است. خفگی بر اثر عواملی چون لقمه غذا، اجسام، میوه‌ها و خوردن همراه با خندیدن یا با دندان‌های مصنوعی که خوب جا نیفتاده‌اند بسیار شایع است.

- علایم خفگی با جسم خارجی به شرح زیر است:

۱- مصدوم گلویش را چنگ می‌زند.



۲- قادر به صحبت کردن واضح نیست.

۳- رنگ‌پریده و کبود است.

۴- به شدت سرفه می‌کند.

- اقدام‌های زیر را برای مصدوم دچار این نوع خفگی

انجام دهید:

۱- اگر مصدوم هوشیار است او را تشویق به سرفه کردن

کنید.

۲- به سرعت مصدوم را خم کنید، درحالی که سرش



### اصول کمک‌های اولیه و امدادرسانی: اقدام‌های اولیه هنگام خفگی‌ها

پایین‌تر از سطح ریه‌هایش قرار گرفته، چهارالی شش ضربه محکم بین دو کتف وی وارد کنید.



۳- در صورتی که مصدوم بیهوش شد او را روی زمین به یک پهلو خوابانده، سر او را به عقب بکشید و چهار ضربه محکم بین دو کتف او وارد کنید. (روش‌های ضربه زدن به پشت در سنین مختلف)

۴- روش‌های ضربه زدن به پشت در سنین مختلف در صورت قطع تنفس، عملیات احیا را آغاز کنید.

### توجه

هنگام دیدن هوا به ریه مصدوم حتماً متوجه قفسه سینه او باشید. اگر قفسه سینه بالا نیامد دوباره به پشت او ضربه بزنید، دهان مصدوم را از هرگونه جسم خارجی پاک کرده و مجدداً تنفس مصنوعی را شروع کنید.

### فعالیت عملی ۱



اقدام‌های مربوط به خفگی با جسم خارجی را روی مدل آموزشی (مانکن) تمرین کنید.

در راه هوایی است. تا زمانی که نبض فرد غرق شده می‌زند نجات او امکان دارد، حتی اگر مدت زیادی از غرق شدنش گذشته باشد.

۲-۲-۹- خفگی در آب: غرق شدن در آب یکی از موارد شایع است. مشکل عمده‌ای که افراد غرق شده با آن مواجه‌اند خوردن مقدار زیاد آب و تورم معده و وجود مایعات



## اصول کمک‌های اولیه و امداد رسانی: اقدام‌های اولیه هنگام خفگی‌ها



برای نجات غریق، اقدام‌های زیر را انجام دهید:  
۱- در صورت لزوم هنگام خروج سر مصدوم از آب، تنفس دهان به دهان را در داخل آب شروع کنید. برای این کار با یک دست بینی او را ببندید و با دست دیگر غریق را نگه‌دارید و به او تنفس بدهید.



۶- لباس‌های خیس مصدوم را از تنش درآورید.  
۷- اگر بدن مصدوم سرد است با استفاده از پتو، کت و... او را گرم کنید.



۸- تمام قربانیان غرق‌شدگی، حتی در صورتی که به سرعت بهبود یابند باید توسط پزشک معاینه شوند، چون احتمال عوارض ریوی وجود دارد.  
۲-۳-۹- خفگی با گازهای سمی: خفگی با گازهای سمی نیز یکی از انواع خفگی‌هاست که به علت عدم آگاهی عمومی نسبت به راه‌های پیشگیری از آن هر ساله باعث مرگ و میر بسیار می‌شود.

۲- مصدوم را از آب بیرون آورید و روی زمین بخوابانید. سر او را به یک‌طرف بچرخانید و دهان او را از اشیای خارجی، لجن، آب و... پاک کنید. به علت بلع مقدار زیادی آب، مصدوم معمولاً استفراغ می‌کند.  
۳- برای خارج کردن آب از ریه‌های مصدوم، او را به روی شکم بخوابانید، دست‌های خود را زیر شکم او حلقه کنید و مصدوم را به سمت بالا بکشید. در حالی که سر غریق رو به پایین است، با فشار دادن به ناحیه شکم او، آب‌های داخل ریه را خالی کنید.



از شایع‌ترین مسمومیت‌های تنفسی می‌توان مسمومیت با کربن مونوکسید (ناشی از سوخت ناقص در اتومبیل یا بخاری‌های

۴- نبض و تنفس مصدوم را کنترل کنید و در صورت لزوم عملیات احیا را انجام دهید.  
۵- اگر مصدوم تنفس و نبض عادی داشت او را در وضعیت بهبود قرار دهید.



## اصول کمک‌های اولیه و امداد رسانی: اقدام‌های اولیه هنگام خفگی‌ها



گازی)، گاز سولفید هیدروژن (ناشی از چاه‌های فاضلاب)، گازهای آشیزی (ناشی از نشت گاز در آشپزخانه‌ها) را نام برد.

مهم‌ترین علائمی که مسمومیت تنفسی با گازهای سمی دارد کاهش سطح هوشیاری، خواب‌آلودگی و عدم درک موقعیت است که اگر مصدوم سریعاً از محیط آلوده به گاز خارج نشود ممکن است بمیرد.

لازم است اقدام‌های اولیه زیر را برای مصدوم انجام

دهید:

۱- قبل از اقدام به نجات جان مصدوم اقدام‌های ایمنی و محافظتی را درباره خود در نظر بگیرید و با پوشاندن بینی و دهان با ماسک یا پارچه خیس به صورت سینه‌خیز وارد محیط آلوده شوید.

۲- پنجره‌ها را باز کنید.

۳- مصدوم را سریعاً به هوای آزاد منتقل کنید.

۴- پس از انتقال مصدوم به هوای آزاد لباس‌های تنگ و کمربند او را شل کنید.

۵- چنانچه مصدوم نفس نمی‌کشد، عملیات احیا را شروع کنید.

## بیش‌تر بدانید



دود و گازهای سمی چون سبک‌اند در سطوح بالاتری قرار می‌گیرند به همین دلیل توصیه می‌شود به صورت سینه‌خیز خود را به مصدوم برسانید.

## توجه

به هیچ‌عنوان در محیط آلوده به گاز شروع به انجام عملیات احیا نکنید.

## فعالیت عملی ۲



فضایی فرضی را که آلوده به گازهای سمی است در نظر بگیرید و با رعایت تمام اقدام‌های ایمنی درباره خود، مصدومی را که در آن محیط دچار خفگی شده است نجات دهید.



### ۴-۲-۹- خفگی بر اثر فشار و انسداد راه هوایی:



۲- آنچه را که دور گردن مصدوم فشار وارد می‌کند مثل طناب، کابل و... را ببرید و فرد را به آرامی روی زمین بخوابانید.



این حادثه ممکن است عمدی یا غیرعمدی باشد یا هنگام بازی کودکان با طناب اتفاق بیفتد.

اقدام‌های اولیه زیر را برای مصدوم دچار این نوع خفگی انجام دهید:

۳- تنفس او را کنترل کنید در صورت لزوم عملیات احیا را آغاز کنید.

۱- اگر مصدوم از جایی آویزان شده است، فرد را بلند کنید تا فشار از روی گردن او برداشته شود.

### بیش‌تر بدانید



درصدی از مرگ و میر نوزادان، ناشی از خواباندن نوزاد به شکم است و چون طفل در این مرحله سنی توانایی کنترل سر خود را ندارد، بینی و دهان وی با بالش مسدود و باعث خفگی می‌شود که در صورت عدم انجام عملیات احیا منجر به مرگ نوزاد می‌شود. بنابراین بهتر است نوزادان را درحالی که سر به یک طرف خم است به پشت یا به پهلو بخوابانید.







## چکیده

عوامل مختلفی می‌تواند باعث انسداد راه هوایی و در نتیجه خفگی شود که شایع‌ترین آن‌ها خفگی با اجسام خارجی، در آب یا گازهای سمی است. عوامل دیگری نیز می‌تواند باعث انسداد راه هوایی شود که می‌توان به خوردن سم‌های سوزاننده و وارد شدن فشار به راه هوایی اشاره کرد. هم‌چنین مواردی از گزیده شدن راه هوایی توسط حشرات هم مشاهده شده است. به‌طور کلی باید توجه داشت راه هوایی یکی از حساس‌ترین قسمت‌های بدن است و باید به‌طور جدی به آن توجه داشت. در صورت وقوع حادثه‌ای که منجر به خفگی می‌شود، مراقبت و اقدام‌های جدی و فوری برای جلوگیری از انسداد راه هوایی که مرگ را در پی خواهد داشت، بسیار حیاتی است.

## آزمون پایانی نظری واحد کار نهم



۱- علایم خفگی با جسم خارجی چیست؟

- (الف) سرفه شدید  
(ب) کبودی ناخن و لب  
(ج) مصدوم گلویش را چنگ می‌زند  
(د) همه موارد

۲- مهم‌ترین علل خفگی را نام ببرید.

۳- کدام‌یک از جمله‌های زیر صحیح است، در مقابل آن علامت ✓ بگذارید.

(الف) هنگام مواجه شدن با فردی که در آب غرق شده و نفس نمی‌کشد، اگر مسافت تا خشکی زیاد است می‌توان در آب، تنفس مصنوعی را شروع کرد.

(ب) اگر فردی با گازهای سمی مسموم شده قبل از جابه‌جایی مصدوم باید تنفس مصنوعی را شروع کرد.

(ج) شایع‌ترین مسمومیت تنفسی، مسمومیت با کربن منوکسید است.

(د) اگر فردی بر اثر حلق آویز شدن خفه شود، اول او را بلند کنید تا فشار از روی گردن وی برداشته شود.

## آزمون پایانی عملی واحد کار نهم



اقدام‌های مربوط به خفگی با جسم خارجی را روی مدل آموزشی (مانکن) انجام دهید.