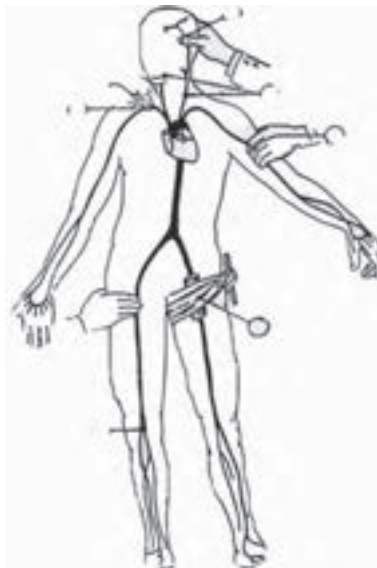




## واحد کار ۵

# اقدام‌های اولیه هنگام بروز زخم‌ها و خونریزی‌ها





## اصول کمک‌های اولیه و امداد رسانی: اقدام‌های اولیه هنگام بروز زخم‌ها و خونریزی‌ها

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

فعالیت عملی (۳)	فعالیت عملی (۲)	فعالیت عملی (۱)	وسایل و تجهیزات مورد نیاز
*	*		– مدل آموزشی (مانکن) انسان با مفاصل متحرک



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

- ۱- انواع زخم‌ها را بشناسد و هریک را تعریف کند.
- ۲- اقدام‌های کلی را در برخورد با زخم‌ها شرح دهد.
- ۳- عوارض ناشی از زخم‌ها را بیان کند.
- ۴- انواع خونریزی را بر اساس محل وقوع توضیح دهد.
- ۵- روش‌های کنترل خونریزی خارجی را انجام دهد.
- ۶- روش‌های کنترل خونریزی داخلی را انجام دهد.
- ۷- اقدام‌های اولیه لازم را هنگام بروز خونریزی از گوش انجام دهد.
- ۸- اقدام‌های اولیه را هنگام بروز خونریزی از بینی انجام دهد.

## پیش‌آزمون واحد کار پنجم



- ۱- در بریدن دست با چاقو چه کارهایی به بند آمدن خون کمک می‌کند؟
- ۲- مهم‌ترین خطر هنگام بروز زخم‌ها کدام است؟
- ۳- جملات صحیح یا غلط را مشخص کنید.  
الف) در بدن انسان سیستم طبیعی مهار خونریزی وجود دارد.  
ب) در بریدن دست باید اجازه داد آنقدر خون از زخم خارج شود تا میکروب‌های ناحیه را بشوید و از زخم خارج کند.
- ج) رنگ خون در خونریزی‌هایی که ناشی از پارگی سرخرگ‌هاست با رنگ خون ناشی از پارگی سیاهرگ‌ها تفاوتی ندارد.
- د) خونریزی‌های داخلی، خون خارج شده از رگ‌ها مشاهده نمی‌شود.



## مقدمه

خون، اکسیژن و مواد غذایی را به بافت‌ها می‌رساند و دی‌اکسید کربن و سایر فضولات را از آن‌ها می‌گیرد. خون با فشاری که از طرف قلب به آن وارد می‌شود، از طریق شبکه‌ای از لوله‌های قابل ارتجاع که رگ‌های خونی (عروق) نامیده می‌شود در سراسر بدن جریان پیدا می‌کند. هنگامی که جایی از بدن شما دچار بریدگی می‌شود، دچار خونریزی می‌شوید زیرا فشار داخلی رگ‌های خونی، خون را با فشار به بیرون می‌راند.



## ۱-۵- زخم و انواع آن

چند نوع زخم دیده‌اید؟ آیا می‌توانید شکل ظاهری آن‌ها را توضیح دهید؟

جراحت یا زخم عبارت است از پارگی غیرعادی پوست یا سایر بافت‌ها که باعث می‌شود خون از بدن خارج شود. زخم‌های روی سطح بدن (جراحت‌های خارجی) از این نظر مشکل‌آفرین‌اند که باکتری‌ها می‌توانند از این راه وارد بدن شده، تولید عفونت کنند.

به‌طور کلی زخم‌ها را براساس محل وقوع به دو دسته تقسیم می‌کنند:

۱- زخم‌های باز: در این زخم لایه بیرونی پوست که سدی بین محیط خارجی و بدن است از بین می‌رود. مهم‌ترین عارضه این زخم‌ها عفونت است.

۲- زخم‌های بسته: در زخم بسته آسیب جدی به بافت‌های زیر پوست وارد می‌شود و لایه روی پوست سالم می‌ماند.

## فعالیت عملی ۱

به گروه‌های ۴-۵ نفری تقسیم شوید. در مورد انواع زخم‌ها براساس نحوه آسیب وارد شده تحقیق کنید. نتیجه کار را به صورت روزنامه دیواری همراه عکس ارائه کنید.

## ۲-۵- عوارض زخم‌ها

به نظر شما زخم‌ها چه عارضه‌ای دارند؟

مهم‌ترین عوارض زخم‌ها عبارت است از:

۱- از دست دادن مایع‌های در گردش بدن (خون) به سبب



## اصول کمک‌های اولیه و امداد رسانی: اقدام‌های اولیه هنگام بروز زخم‌ها و خونریزی‌ها

خونریزی ناشی از بین رفتن پوست که بافت محافظ بدن است. ۲- عفونت: از آنجا که پوست از بین می‌رود راه ورود میکروب‌ها به بدن آسان‌تر می‌شود و چنانچه بهداشت زخم‌ها رعایت نشود، امکان عفونت زخم و در نهایت انتشار عفونت در کل بدن وجود دارد. البته در کلیه زخم‌های جدی احتمال آلودگی به میکروب کزاز جدا از سایر عفونت‌ها نیز مطرح است. آلودگی با کزاز بسیار خطرناک است و در نهایت منجر به مرگ فرد مصدوم خواهد شد. بنابراین در کلیه موارد برای پیشگیری استفاده از سرم یا واکسن کزاز لازم است.

### بیش‌تر بدانید



علائم و نشانه‌های بروز عفونت عبارت است از:

- ۱- قرمزی و گرمی محل زخم
- ۲- تورم
- ۳- ترشح‌های چرکی و بدبو
- ۴- درد و سوزش
- ۵- با گسترش عفونت: تب، تعریق، عطش، بی‌حالی

۳- بررسی و مراقبت از عوارض آسیب به احشای

داخلی

۴- جلوگیری از ایجاد عوارض بیشتر، مثل از دست دادن

مایعات بدن و عفونت

۵- حفظ عضو قطع شده

۳- ۵- اقدام‌های کلی در برخورد با زخم‌ها

این اقدام‌ها عبارت است از:

- ۱- متوقف کردن خونریزی
- ۲- جلوگیری، کنترل و مراقبت از بروز شوک

### توجه

چنانچه در اثر حادثه‌ای یکی از اعضا از بدن جدا شد (قطع عضو)، می‌توانید به منظور حفظ آن تا رسیدن به مرکز درمانی و انجام عمل پیوند کارهای زیر را انجام دهید:

- ۱- اگر دندان به‌طور کامل از لثه جدا شد آن را در شیر بیندازید.
- ۲- برای محافظت از عضو قطع شده آن را داخل گاز استریل یا پارچه سفید کاملاً تمیز و خشک پیچیده و داخل کیسه پلاستیکی تمیز قرار دهید. سپس کیسه حاوی عضو قطع شده را داخل کیسه دیگری که حاوی یخ است قرار دهید. عضو قطع شده نباید در یخ غوطه‌ور باشد بلکه باید روی بستری از یخ خرد شده قرار گیرد.

۴- ۵- خونریزی و انواع آن

برقرار باشد. این گردش با شبکه عروقی متشکل از سرخرگ‌ها، سیاهرگ‌ها و مویرگ‌ها که تقریباً در تمام قسمت‌های داخلی و خارجی بدن پراکنده‌اند انجام می‌شود. این عروق بر اثر عوامل

برای آن که بدن بتواند به خوبی کار کند همیشه باید گردش خون کافی با فشار مناسب برای رسیدن خون به بافت‌ها



## اصول کمک‌های اولیه و امداد رسانی: اقدام‌های اولیه هنگام بروز زخم‌ها و خونریزی‌ها

این که بدن شما می‌تواند به‌طور خودکار باعث کنترل خونریزی شود یا نه بستگی به مکان و شدت جراحات دارد. به‌طور کلی بدن از دو طریق سعی در کنترل خونریزی دارد.



تشکیل لخته  
رگ‌خونی آسیب دیده  
انقباض رگ خونی

مختلف که عمدتاً به صورت ضربه است پاره می‌شود و در نتیجه خون از داخل عروق به خارج عروق (خارج بدن یا داخل بدن) تخلیه می‌شود. خارج شدن خون از یک رگ را خونریزی می‌نامند. خونریزی شدید کار گردش خون را مختل می‌کند و اختلال در گردش خون باعث می‌شود که به بافت‌ها، به‌ویژه بافت‌های اندام‌های اصلی بدن به علت نرسیدن غذا و اکسیژن کافی آسیب برسد که احتمالاً به مرگ مصدوم منجر خواهد شد.

به‌طور کلی با توجه به محل خونریزی، دو نوع خونریزی وجود دارد:

۱- انقباض عروق انتهایی محل خونریزی و کاهش جریان خون در محل زخم

۲- انعقاد خون (لخته شدن خون)

در بسیاری از خونریزی‌های کوچک همین دو عامل باعث بند آمدن خونریزی می‌شود. اما در بسیاری از موارد این مکانیسم‌ها به دلیل شدت و محل آسیب دیدگی و رگی که پاره شده است، به تنهایی قادر به کنترل خونریزی نیست.

۱-۵-۵- روش‌های کنترل خونریزی خارجی: آیا تاکنون با زخمی که خونریزی داشته مواجه شده‌اید؟ شما برای مهار خونریزی چه کرده‌اید؟

**فشار مستقیم:** فشار مستقیم ساده‌ترین و مطمئن‌ترین راه برای کنترل خونریزی خارجی است. برای این کار با دست مستقیماً روی محل خونریزی را به‌طور یکنواخت فشار دهید تا مانع خروج خون از محل زخم شوید. این کار را حداقل ۱۰ تا ۱۵ دقیقه ادامه دهید. بهتر است برای فشار دادن از گاز استریل استفاده کنید. سپس باند استریل غیر آغشته به دارو را روی زخم بگذارید و مطمئن شوید که این پارچه کاملاً روی زخم را پوشانده است، سپس آن را محکم روی زخم فشار داده و باندپیچی کنید.



**الف) خونریزی خارجی:** خون خارج شده از عروق در خونریزی خارجی به علت پاره شدن رگ، شکستگی باز، سوراخ شدن رگ و... به خارج بدن منتقل می‌شود و ما مقدار، حجم و رنگ خونریزی را می‌بینیم.

**ب) خونریزی داخلی:** در خونریزی داخلی خون خارج شده از عروق به یکی از محفظه‌های داخلی بدن مانند شکم، قفسه سینه، جمجمه و... می‌ریزد و ما قادر به مشاهده مستقیم خونریزی نیستیم، فقط علائم ناشی از تجمع خون در مناطق ذکر شده قابل مشاهده است. از شایع‌ترین خونریزی‌های داخلی می‌توان، خونریزی زخم معده، خونریزی ناشی از شکستگی بسته، خونریزی از کبد و طحال در اثر ضربه و خونریزی داخل جمجمه را نام برد.

علائم عمومی خونریزی داخلی که ناشی از خارج شدن مقدار زیادی خون از عروق است، عبارت است از:

- ۱- نبض تند و ضعیف
- ۲- پوست سرد و مرطوب
- ۳- پایین افتادن فشار خون
- ۴- کاهش سطح هوشیاری و در حالت پیشرفته گشادی مردمک

۵- تشنگی شدید

۶- حالت تهوع و استفراغ

## ۵-۵- کنترل خونریزی

آیا شما می‌دانید از چه راه‌هایی می‌توان خونریزی را کنترل کرد؟



## توجه

این عمل اولاً جلوی خروج و هدر رفتن خون را می‌گیرد ثانیاً به فرآیند لخته شدن خون کمک می‌کند.

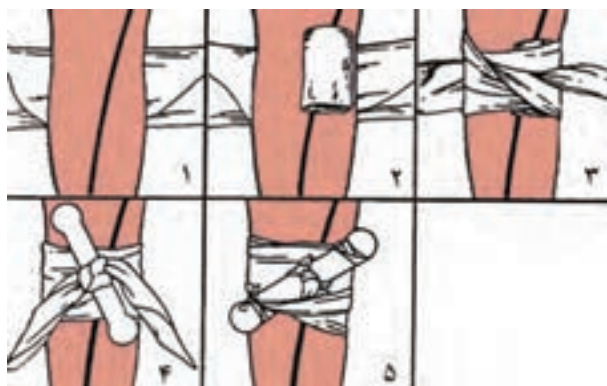
### فشار غیرمستقیم

فشار غیرمستقیم به دو صورت انجام می‌شود:

**الف) فشار دادن روی نقاط فشار:** چنانچه خونریزی به علت شدت جراحات با فشار آوردن مستقیم روی زخم کنترل نشد، می‌توانید با فشار دادن بر روی نقاط مشخصی از بدن که مسیر عبور شریان‌های خون‌رسانی به زخم است، جریان خون منطقه را به حداقل برسانید و با این کار خونریزی را کنترل کنید. نقاط فشار روی شکل زیر مشخص شده است:



**ب) استفاده از شریان بند (گارو یا تورنیکه):** هر وسیله‌ای مثل پارچه، کمر بند، آستین لباس و ... را که بتوان در منطقه‌ای بالاتر از زخم بست و با گره یا پیچاندن آن را به نحوی محکم کرد که خون‌رسانی به عضو در حال خونریزی کمتر شود، گارو یا تورنیکه می‌نامند.



## توجه

استفاده از تورنیکه می‌تواند به علت کاهش و قطع خون‌رسانی به عضو با عوارض جدی همراه باشد بنابراین فقط در مواردی که مجبورید مثل قطع عضو باید از این وسیله استفاده کرد. بستن شریان بند بیش از ۱/۵ ساعت نباید طول بکشد زیرا خطرناک است و هر ۱۵ دقیقه یک بار به مدت نیم تا یک دقیقه شریان بند را شل کرده و دوباره سفت کنید. نکته مهم در خونریزی، بالا نگه داشتن عضو (در صورت امکان) و بی‌حرکت کردن آن برای کاهش جریان خون، در محل آسیب دیده است.







### توجه

گره باند بایستی آنقدر محکم باشد که خون را بند بیاورد ولی نه آنقدر محکم که باعث قطع گردش خون شود. زیرا قطع جریان خون عضو می‌تواند صدمات غیر قابل برگشت از جمله قطع عضو را به دنبال داشته باشد.

اگر خونریزی باز ادامه پیدا کرد پوشش‌های بیشتری روی پانسمان اولیه قرار داده، محکم باندپیچی کنید اما هرگز اقدام به برداشتن پانسمان اولیه نکنید.



۳- علایم حیاتی مصدوم را مرتب کنترل کنید و در صورت بروز شوک اقدام‌های لازم را انجام دهید.



۴- اگر مصدوم بیهوش بود ولی به صورت عادی نفس می‌کشد او را در وضعیت بهبود قرار دهید.



۵- مصدوم را برای یافتن سایر جراحات‌های احتمالی معاینه کنید و در صورت نیاز آن‌ها را نیز درمان کنید.

۶- بلافاصله مصدوم را به یکی از مراکز درمانی منتقل کنید.

۲- ۵- ۵- روش‌های کنترل خونریزی داخلی

روش کنترل خونریزی‌های داخلی بستگی به محل خونریزی دارد. اما به‌طور کلی اقدام‌های زیر را می‌توانید برای کاهش خونریزی داخلی انجام دهید:

۱- در صورتی که آسیبی به مصدوم وارد نمی‌شود پاهای او را کمی بالاتر قرار دهید تا حجم خون بیشتر به اعضای حیاتی سرازیر شود.



۲- لباس‌های تنگ مصدوم را شل کنید.



### توجه

از آن‌جا که مصدوم مبتلا به خونریزی داخلی ممکن است نیاز به اتاق عمل و بی‌هوشی داشته باشد، هرگز به او از راه دهان چیزی ندهید، همچنین خوراندن مایعات از راه دهان ممکن است در برخی خونریزی‌های داخلی باعث بدتر شدن حال مصدوم یا استفراغ شود.





## ۶-۵ - خونریزی‌های شایع



۶-۵-۱ - خونریزی از گوش: عواملی مانند ضربه و پرت شدن از ارتفاع و ... ممکن است به جمجمه و دستگاه عصبی مرکزی آسیب برساند که یکی از علائم آن خونریزی از مجرای گوش است. علائم حیاتی چنین مصدومی را باید به دلیل احتمال وخیم شدن حال مصدوم به خصوص اختلال و ایست تنفسی کنترل کرد.

۲- برای جلوگیری از عفونت، روی گوش را با پارچه‌ای تمیز (به طوری که راه خروج خون را مسدود نکند) بپوشانید.

مهم‌ترین اقدام‌هایی که در این باره می‌توانید انجام دهید:

۱- مصدوم را در وضعیت نیمه خوابیده طوری قرار دهید که سر او به سمت گوش آسیب دیده خم شود تا خون و مایع بتواند به راحتی از کانال گوش خارج شود.



## فعالیت عملی ۲



در کارگاه بهداشت روی مدل آموزشی (مانکن) اقدام‌های مربوط به خونریزی از گوش را تمرین کنید.

### عوارض و نشانه‌ها

- جریان آرام خون از بینی
- اگر شکستگی رخ داده باشد، مخلوطی از خون و مایع شفاف از بینی سرازیر می‌شود.

### کمک‌های اولیه

اهداف اساسی در خونریزی از بینی شامل مهار خونریزی، جلوگیری از هدر رفتن بیشتر خون و بازنگه داشتن راه هوایی است.

۱- مصدوم را در وضعیت نشسته قرار داده و سر او را به طرف جلو و پایین خم نمایید تا خون وارد گلوئی وی نشود.

۲- به مصدوم توصیه کنید که از حرف زدن، بلعیدن، سرفه کردن و بیرون ریختن آب دهان خودداری کند (ممکن است لخته

## ۶-۵-۲ - خونریزی از بینی: آیا خونریزی از بینی

داشته‌اید؟ در آن موقع چه کردید؟

خونریزی از بینی بسیار شایع است که به دنبال پارگی عروق داخل مخاط بینی ایجاد می‌شود. این حالت معمولاً به دنبال ضربه به بینی، دستکاری بینی، پاک کردن و فین کردن شدید بینی، عطسه زدن، خشک شدن مخاط بینی، سرماخوردگی و راه رفتن در زیر آفتاب سوزان به مدت زیاد ایجاد می‌شود. می‌تواند ناشی از ناهنجاری‌های انعقادی و یا ناهنجاری ساختمانی رگ‌ها نیز باشد. در خونریزی بینی نه تنها بیمار خون قابل توجهی را از دست می‌دهد، بلکه ممکن است باعث شود مصدوم مقدار زیادی خون را بی‌لعلد و یا خون وارد ریه‌هایش شود که منجر به استفراغ و یا اشکال در تنفس می‌گردد.



## اصول کمک‌های اولیه و امداد رسانی: اقدام‌های اولیه هنگام بروز زخم‌ها و خونریزی‌ها

خون کنده شود).



۳- از مصدوم بخواهید که از راه دهان نفس بکشد.

۴- به مدت ۷ دقیقه بخش غضروف بینی را به هم فشار دهید. بیش از ۹۵ درصد موارد خون با این روش مهار می‌شود. اگر خون بند نیامد، برای ۱۰ دقیقه دیگر این کار را ادامه دهید. اگر خونریزی ادامه پیدا کرد، روی سر و صورت کیسه آب سرد یا یخ بگذارید. هرگز به مصدوم اجازه ندهید که سرش را بالا بگیرد.

۵- اگر خونریزی بیش از ۳۰ دقیقه ادامه پیدا کرد، یک گاز کوچک درون سوراخ‌های بینی قرار داده و فشار خود را روی بینی ادامه دهید و او را در وضعیت نشسته به بیمارستان برسانید.  
۶- وقتی خون بند آمد، از مصدوم بخواهید که تقلا نکند و به او توصیه کنید که حداقل ۴ ساعت به بینی خود دست نزنند تا لخته‌ها آسیب نبینند.

### فعالیت عملی ۳



در کارگاه بهداشت اقدام‌های مربوط به خونریزی بینی را روی مدل آموزشی (مانکن) تمرین کنید. می‌توانید این اقدام‌ها را برای دوست خود به فرض این که خونریزی از بینی دارد انجام دهید.

### چکیده

جراحت یا زخم عبارت است از پارگی غیرعادی پوست یا سایر بافت‌ها که باعث می‌شود خون از بدن خارج شود. زخم‌ها براساس محل وقوع به دو دسته زخم‌های باز و بسته تقسیم می‌شود. خارج شدن خون از یک رگ را خونریزی می‌نامند. خونریزی شدید کار گردش خون را مختل می‌کند و اختلال در گردش خون باعث می‌شود که به بافت‌ها، به ویژه بافت‌های اعضای اصلی بدن به علت نرسیدن غذا و اکسیژن کافی آسیب برسد که احتمالاً به مرگ مصدوم منجر خواهد شد.  
اقدام‌های کلی در برخورد با زخم و خونریزی عبارت‌اند از:  
متوقف کردن خونریزی، جلوگیری، کنترل و مراقبت از بروز شوک، بررسی و مراقبت از عوارض ناشی از آسیب به احشای داخلی و جلوگیری از عوارض بیشتر شامل از دست دادن مایع‌های بدن و عفونت.



### آزمون پایانی نظری واحد کار پنجم



- ۱- زخم‌ها را براساس محل وقوع به چند دسته تقسیم می‌کنند، نام ببرید؟
- ۲- در خونریزی داخلی، خون خارج شده از عروق به کجا می‌ریزد؟
- ۳- راه‌های کنترل طبیعی خونریزی در بدن را نام ببرید؟
- ۴- ساده‌ترین و مطمئن‌ترین راه برای کنترل خونریزی خارجی کدام است؟
- ۵- علائم عمومی خونریزی داخلی را نام ببرید؟
- ۶- برای جلوگیری از تهوع و استفراغ در خونریزی از بینی چه باید کرد؟

### آزمون پایانی عملی واحد کار پنجم



در کارگاه بهداشت روی مدل آموزشی (مانکن) نقاطی را که برای بند آمدن خونریزی، شریان‌بند می‌بندند با استفاده از گارو یا شریان‌بند ببندید.