



NATIONWIDE CHILDREN'S
When your child needs a hospital, everything matters.

Helping Hand™

Health Education for Patients and Families

الإنعاش القلبي الرئوي (CPR): الأطفال الرضع

Cardiopulmonary Resuscitation (CPR): Infants (Arabic)

الإنعاش القلبي الرئوي، ويسمى أيضًا CPR، هي طريقة يمكنك من خلالها إنقاذ حياة شخص ما إذا توقف عن التنفس أو توقف قلبه. فهي تجمع ما بين ضخ الهواء في الصدر (الضغط)، فيتم نقل الدم من القلب إلى الجسم، والتنفس من الفم إلى الفم، فيُرسل الأكسجين إلى الرئتين.

كيف تعمل الرئتين والقلب

الرئتين غرضهما هو تنفس (استنشاق) الهواء المحتوي على الأكسجين، الذي نحتاجه للعيش. ويضخ القلب الدم إلى الرئتين والجسم. حيث يعمل القلب والرئتان معًا لإرسال الأكسجين الموجود في الدم إلى باقي الجسم.

إذا توقف الطفل عن التنفس أو توقف القلب عن النبض

إذا توقف طفلك عن التنفس، فلن يحصل على الأكسجين الذي يحتاجه للبقاء على قيد الحياة. وإذا توقف التنفس، سيتوقف القلب أيضًا بعد فترة وجيزة.

يجب عليكم التصرف على الفور من خلال:

- الضغط على قلب الطفل بيدك ليضخ الدم (الضغط).
- دفع الهواء إلى رئتي الطفل (التنفس الصناعي).

التمرين

- **مهم:** يجب عليك التمرن على ممارسة الإنعاش القلبي الرئوي على دمى (جسم صناعي) تحت إشراف الممرضة للتأكد من قيامك به بشكل صحيح. ويجب أن يتم ذلك قبل مغادرة المستشفى مع طفلك.
- إذا كانت لديك رغبة في الحصول على شهادة اعتماد في الإنعاش القلبي الرئوي، فيُرجى الاتصال بجمعية القلب الأمريكية® American Heart Association أو الصليب الأحمر® Red Cross في مجتمعك.

كيفية القيام بالإنعاش القلبي الرئوي

إذا كنت تعتقد أن الرضيع لا يتنفس:

1. عليك التحقق لمعرفة ما إذا كان يستجيب لك. اضغطي على كعب القدم ونادي على الطفل باسمه لمعرفة ما إذا كان يستجيب.
2. إذا لم يستجب، نادي على أحد الأشخاص للاتصال برقم 911 أو استخدمي هاتفك الخليوي للاتصال برقم 911 ووضعه على مكبر صوت أثناء بدء الإنعاش القلبي الرئوي.
3. اقلبي الطفل لكي يستلقي بشكل مسطح على ظهره على سطح صلب.
4. افحصي وجهه وصدرة للتأكد مما إذا كان يتنفس. واستمري في الفحص لمدة 5 ثوانٍ على الأقل، ولكن لا تتخطى 10 ثوانٍ (يُرجى الاطلاع على الرسم التوضيحي في الصفحة 3، الخطوة 1).
5. إذا لم يكن يتنفس، انزعي الملابس عن صدره.
6. ابحثي عن الموضع الصحيح للضغط على الصدر عن طريق رسم خط وهمي بين الحلمتين للعثور على منتصف عظمة الصدر.
7. ضعي إصبعين أسفل هذا الخط مباشرة على عظمة الصدر وادفعي لأسفل (اضغطي) بقوة على عظمة الصدر 1/2 بوصة باتجاه العمود الفقري (الصفحة 3، الخطوة 2). ثم اتركي الصدر يعود إلى وضعه الطبيعي واضغطي على الصدر بسرعة بمعدل يتراوح ما بين 100 إلى 120 ضغطة في الدقيقة.
8. بعد ضغط الصدر 30 مرة، افتحي مجرى الهواء للتنفس من الفم إلى الفم باستخدام طريقة رفع الرأس ورفع الذقن (يُرجى الاطلاع على الرسم التوضيحي في الصفحة 3، الخطوة 3). ضعي إحدى اليدين على الجبهة مع إمالة الرأس للخلف. وارفعي الذقن لأعلى بأطراف أصابع يدك الأخرى. واحرصي على عدم إغلاق الفم تمامًا. فقد يؤدي ذلك إلى إغلاق مجرى الهواء لديه. قومي بإمالة رأسه بحيث يتم توجيه الأنف نحو السقف.
9. أعطيه نفسين (يُرجى الاطلاع على الرسم التوضيحي في الصفحة 3، الخطوة 4). للقيام بذلك، ضعي فمك على كل من فم الطفل وأنفه لتشكيل مسار محكم. وعليك إعطاء كمية هواء في فمه وأنفه تكفي فقط لرفع صدره. ونظرًا لأن رئتي الطفل صغيرتان، فلا يلزم سوى نفث كمية صغيرة من الهواء لملئها.
10. كرري 30 ضغطة ونفسين حتى وصول المساعدة.
11. إذا لم تتصلي بعد برقم 911 لأنك وحدك وليس لديك هاتف محمول، فاتصلي برقم 911 بعد 5 مجموعات من الضغط والتنفس. واستمري في إجراء الإنعاش القلبي الرئوي حتى تصل المساعدة. وإذا كانت المساعدة في الطريق بالفعل وما زال الطفل لا يتحرك أو يتنفس، فاستمري في الإنعاش القلبي الرئوي.

الموارد: إرشادات جمعية القلب الأمريكية (AHA) لعام 2015: تحديث للإنعاش القلبي الرئوي (CPR) ورعاية القلب والأوعية الدموية في حالات الطوارئ (ECC)

مرجع سريع للإنعاش القلبي الرئوي

(يرجى تعليقها على الحائط في مكان جيد.)



الخطوة 2 إذا لم يكن هناك تنفس، تأكدي من وضع اليد بصورة مناسبة وابدئي في الضغط على عظمة الصدر. اضغطي 30 ضغطةً.



الخطوة 1 التأكد من التنفس.



الخطوة 4 ضعي فمك على أنف الطفل وفمه وابدئي عملية التنفس الصناعي. أعطي نفسين.



الخطوة 3 افتحي مجرى الهواء للطفل بطريقة رفع الرأس والذقن.

أرقام هواتف الطوارئ

اكتبي أرقام الهواتف، ثم احفظيها في هاتفك المحمول وألصقيها بهاتف المنزل:

الطبيب:

فرقة الطوارئ: