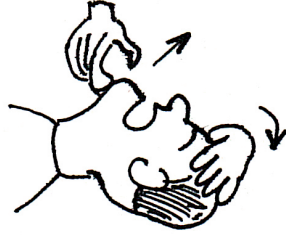


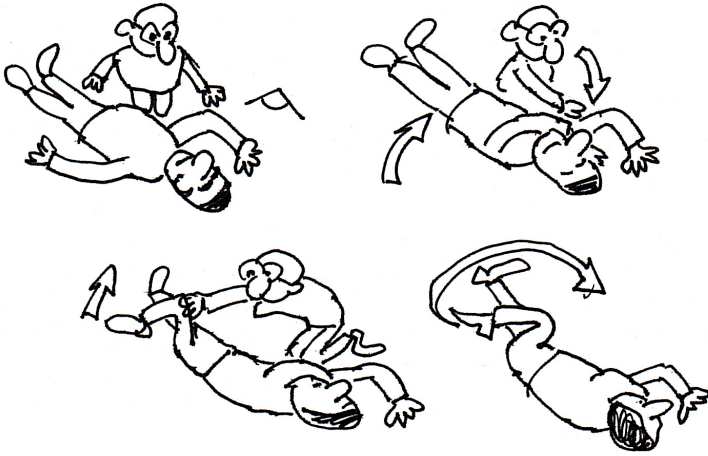
## فقدان الوعي المؤقت



إذا تعرض لحادث أو سقط، فلا تفعل ذلك لأنه لا يمكننا تحريك رأسه أو مؤخرة رقبته.

5- إذا كان يتنفس، نضعه في وضع الأمان الجانبي:

- الوجه للأعلى مع الذراع الأقرب إلينا بزاوية قائمة.
- نضم الذراع الأخرى ونضع ظهر يده تحت عظمة الوجنة من وجهتنا.
- نثني الساق الأبعد عنا.
- نوجه جسمه بالكامل نحونا.



6- حتى وصول سيارة الإسعاف:

- لا تترك الشخص بمفرده أبداً.
- التأكد أحيانا إذا كان يتنفس.
- فك ملابسه، حزامه، ربطة عنقه...
- تفادي تعرضه لدرجات الحرارة القصوى.
- عدم إعطائه أي مشروب أو أكل.

إذا كان لا يتنفس، يجب البدء بمناورات الإنعاش القلبي الرئوي.

فجأة، يفقد الشخص وعيه وتوتر العضلات. لا يستجيب إذا تحدثنا معه أو قمنا بتحريكه، ولكنه يتنفس في كل الأوقات ويستعيد وعيه دون مضاعفات.

في بعض الأحيان، قد يعاني الشخص من أعراض قبل فقدان الوعي (إنخفاض الشحوم): الدوخة أو التعرق أو الغثيان. الأسباب المحتملة متنوعة: انخفاض نسبة السكر في الدم، انخفاض ضغط الدم، الألم الشديد، التعرض للحرارة، الوقوف لفترة طويلة، وما إلى ذلك. ولذلك يمكن الوقاية منه عن طريق تجنب التعرض لهذه المواقف. إذا بدأ الشخص بملاحظة الأعراض ولم يفقد وعيه بعد، يمكننا مساعدته من خلال وضعه على الأرض ورفع ساقيه.

وفي حالات أخرى، يحدث فقدان الوعي فجأة دون ظهور أعراض سابقة (الإغماء). وفي هذه الحالة يجب دراسة الأسباب التي تسببه من قبل الطبيب.

### ماذا يمكن أن نفعل إذا فقد الشخص وعيه؟

- 1- قبل القيام بأي شيء يجب التأكد من عدم وجود أي خطر عليه ولا حتى بالنسبة لنا. يجب ألا يكون هناك أي خطر.
- 2- الاتصال بالرقم 112 وشرح الموقف. تفعيل خاصية "التكلم الحر" إذا استخدمنا الهاتف المحمول لمواصلة الحديث بينما نقوم بمساعدته.
- 3- تتركه حيث وجدناه ونغير موقعه فقط في حالة وجود خطر: حركة المرور، الحرائق، درجات الحرارة القصوى، احتمال التسمم، إلخ.
- 4- نتحقق إذا كان يتنفس:
  - نلاحظ لمدة 10 ثواني إذا كان يتنفس أو إذا لاحظنا أنفاسه على خدنا أو إذا تحرك صدره.
  - إذا كانت لدينا شكوك ولم يتعرض لحادث أو سقوط يمكننا إجراء مناورة الجبين والذقن للمساعدة في فتح مجرى الهواء: ضع يد على الجبهة والأخرى على الذقن، ونحرك الذقن للأعلى والجبهة إلى أسفل.

مؤلفون: بياطريث بيريث روبيو

المراجعة العلمية: م. نوريا لوبيث ريبو و أولغا سولو لوبو (مجموعة المستعجلات ل CAMFiC)

المراجعة العلمية: مجموعة المستعجلات ل CAMFiC

المراجعة التحريرية: مجموعة التعليم الصحي ل CAMFiC

ترجمة Quasar Serveis d'Imatge

الرسوم: جوان جوسيب كابرير