

CPR Training
for Parents

cprtrainingforparents.org.au

التدريب
على CPR للوالدين

ما الذي تفعله إذا توقف طفلك
عن التنفس؟

تدريب الوالدين على CPR

يتوفر تدريب الوالدين على CPR في الموقع
cprtrainingforparents.org.au ولا يتطلب منك تسجيل
الدخول. سيستغرق الأمر حوالي ١,٥ ساعة لإكمال جميع
الوحدات السبع، والتي يمكن إجراؤها أيضًا بشكل منفصل.
تشمل الوحدات المتوفرة في برنامج التدريب ما يلي:



لمزيد من المعلومات حول صحة الطفل وسلامته من
مستشفى الأطفال في وستميد، تفضل بزيارة الموقع
kidshealth.schn.health.nsw.gov.au
تفخر Endeavour Energy بدعمها لترجمة هذا المنشور.

يحتاج ما يقرب من ٧٠ أستراليًا كل يوم إلى
Cardio-Pulmonary Resuscitation (الإنعاش القلبي الرئوي)
(CPR) في المجتمع. ويُعتبر CPR أسلوبًا منقذًا للحياة يتضمن
الضغط وإعطاء أنفاس للإنقاذ. تعمل عمليات الضغط على
الصدر على ضخ الدم في جميع أنحاء الجسم إلى الأعضاء
المهمة، بينما توفر الأنفاس الأكسجين للشخص المعني.
بما أن الأمر قد يستغرق، في المتوسط، ١٠ دقائق لوصول
سيارة الإسعاف إلى مكان الحالة الطارئة، من المهم أن يعرف
الناس في المجتمع كيفية القيام بـ CPR.

إذا توقف طفلك عن التنفس اليوم،
هل تعرف ماذا تفعل؟

لقد طوّر مستشفى الأطفال في وستميد برنامجًا مجانيًا عبر
الإنترنت، هو 'تدريب الوالدين على CPR'، وذلك لتعليم
الخطوات المتبعة في تنفيذ CPR للرضع (دون ١٢ شهرًا) أو
للأطفال (أكبر من سنة). يمكن أيضًا استخدام هذه الخطوات
للأشخاص البالغين.



إن المعرفة والمهارات التي تتعلمها في هذا البرنامج
اليوم قد تنقذ حياة شخص ما غدًا. تذكر أن أية محاولة
للقيام بـ CPR أفضل من عدم المحاولة.

أسلوب DRS ABCD للرضع والأطفال

تخلص من الخطر أو أبعد الطفل عن الخطر
نعم ←
← نعم

إبقى مع الطفل للتأكد من تعافيه
نعم ←
← نعم

D
تحقق مما إذا كان هناك خطر (DANGER) عليك وعلى الطفل وأي شخص آخر في المنطقة
هل يوجد خطر؟

لا ↓

R
تحقق من وجود استجابة (RESPONSE)
هل يفتح الطفل عينيه أو يصدر صوتاً عند لمسه أو عند التحدث إليه؟
هل يستجيب الطفل؟

لا ↓

S
اطلب الحصول على مساعدة (SEND FOR HELP) عن طريق الاتصال بالرقم (000) وطلب سيارة إسعاف

↓

A
افتح مجرى هواء (AIRWAY) الطفل
مجرى هواء الرضيع
ضع الطفل في وضع غير مائل واستخدم وسيلة لرفع الذقن
مجرى هواء الطفل
استخدم وسيلة لإمالة الرأس ورفع الذقن

↓

B
تحقق مما إذا كان الطفل يتنفس (BREATHING) بشكل طبيعي انظر واضح وتحسس لمدة تصل إلى ١٠ ثوانٍ
هل الطفل يتنفس بشكل طبيعي؟

لا ↓

C
ابدأ CPR
اضغط الصدر بما يعادل ثلث عمقه بمعدل ١٠٠-١٢٠ ضغطة في الدقيقة
استمر في الضغط حتى تصل سيارة الإسعاف وتتولى الأمر أو حتى يبدأ الطفل في الاستجابة

CPR للطفل
نفسان
٣٠ ضغطة

CPR للرضيع
نفسان
٣٠ ضغطة

↓

D
في حالة توفر مزيل الرجفان (DEFIBRILLATOR) أو جهاز AED، قم بتشغيله واتبع التعليمات