

الإسعافات الأولية (First Aid)



تعريف الإسعافات الأولية هي الرعاية والعناية الأولية والفورية والمؤقتة التي يتلقاها الإنسان نتيجة التعرض المفاجئ لحالة صحية طارئة أدت إلى النزيف أو الجروح أو الكسور أو الإغماء .. الخ لإنقاذ حياته وحتى يتم تقديم الرعاية الطبية المتخصصة له بوصول الطبيب لمكان الحادث أو بنقله إلى أقرب مستشفى أو عيادة طبية .

أهداف الإسعاف الأولي-

- الحفاظ على حياة المصاب.
- منع تدهور حالة المصاب.
- مساعدة المصاب على الشفاء.

مبادئ الإسعافات الأولية

- السيطرة التامة على موقع الحادث.
- ألا يعتبر المصاب ميتاً لمجرد زوال ظواهر الحياة مثل توقف التنفس أو النبض.
- إبعاد المصاب عن مصدر الخطر.
- الاهتمام بعمليات التنفس الاصطناعي وإنعاش القلب والنزيف والصدمة وما إلى ذلك.
- العناية بالحالة قبل نقلها إلى المستشفى.
- الاهتمام براحة المصاب.
- الاهتمام بحفظ وتدوين كافة المعلومات المتوفرة عن الحادث والإجراءات التي اتبعت.

المسعف - مسؤولياته - خطوات عمله

المسعف هو الشخص الذي يقوم بتقديم الإسعافات الأولية والعناية بالمصاب أو من تعرض لحالة مرضية مفاجئة ، بشرط أن يكون مؤهلاً للقيام بهذا العمل بحصوله على التدريب المناسب بالمراكز الصحية المتخصصة وعنده شهادة مصدقة تخوله العمل في هذا المجال ولديه المعلومات التي تمكنه من تقديم الإسعافات الأولية للمصاب أو المريض بشكل صحيح لإنقاذ حياته .



الإسعافات الأولية للإصابة بالحروق الكيميائية

❖ يجب إزالة المسبب للحرق فوراً وذلك بغسل الجزء المصاب بماء جارٍ بأسرع ما يمكن .
وتستمر
❖ عملية غسل الجزء المصاب بالماء مدة لا تقل عن عشر دقائق .



❖ يجب تجنب استعمال مياه تحت ضغط حتى لا تضر جلد المصاب ولكن يجب سكب الماء بهدوء.

❖ يجب خلع ملابس المصاب في حالة تعرضها للمواد الكيميائية إذا أمكن ذلك والا فيجب سكب كمية من الماء أو المضاد للمادة الكيميائية على الملابس.



❖ يجب معادلة المادة الكيميائية للتخفيف من تأثيرها على الجزء المصاب كما يلي :
* الحروق الناتجة عن التعرض للأحماض تعادل بوضع قلوبات ضعيفة مثل بيكربونات الصودا على الجزء المصاب .

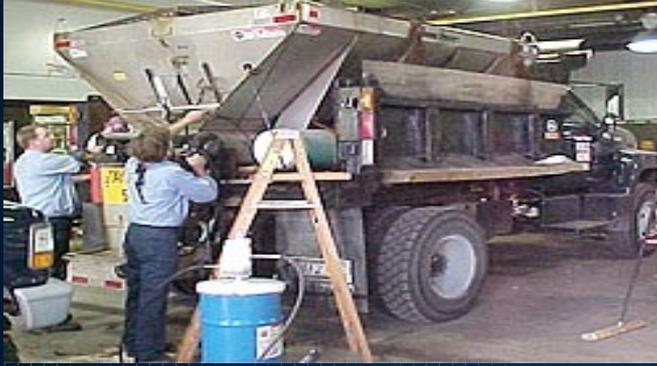
* الحروق الناتجة عن التعرض للقلويات تعادل بوضع احماض ضعيفة مثل الخل الخفيف أو حامض الليمون أو عصير الليمون (ما عدا اصابة العين فلا يستعمل في العين) ويستخدم ايضاً محلول يسمى محلول الفوسفيت المتعادل الذي له قدرة في تعادل الاحماض والقلويات

❖ بعد الانتهاء من معادلة المادة الكيميائية المسببة للحرق يتم غسل الجزء المصاب بالماء لمدة اخرى وينشف ويربط بأستعمال شاش معقم مع مراعاة عدم فتح الفقاقيع الجلدية حتى تقلل من مساحة اجزاء المعرض للميكروبات .

❖ يجب اسعاف المصاب في حالي تعرضه لمضاعفات اخرى مثل الالم او الصدمة العصبية .

❖ يجب نقل المصاب بعد اجراء عمليات الاسعافات الاولية الى المستشفى اذا لزم الامر لمعالجة المصاب .

قيادة المركبات (Vehicle Driving)



الفحص اليومي للمركبة قبل قيادتها وذلك بالتحقق من الزيت وضغط الإطارات وسوائل المحرك الأخرى والأنوار.

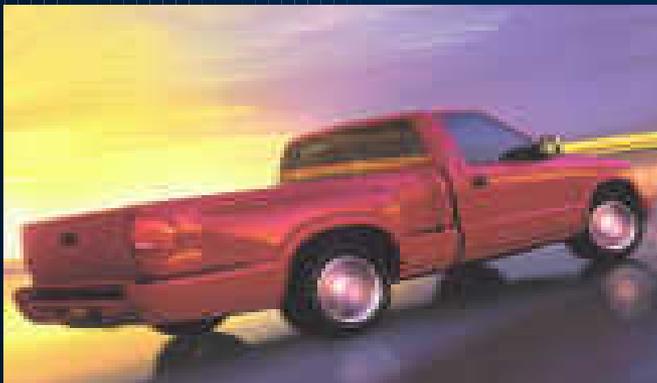
التأكد من وجود رخصة القيادة سارية المفعول مع شهادة التأمين.

وضع حزام الأمان دائماً.



التقيد بحدود السرعة المسموحة في الطرقات العامة والمشاريع.

عدم إستخدام الهاتف النقال أثناء القيادة.



الإنتباه جيداً لمخاطر الطريق وعدم العبث بأي شيء أثناء القيادة.

التقيد بالإشارات الضوئية واللوح التحذيره الخاصه بالمرور.

المعدات الثقيلة (Heavy Equipment)

- الفحص اليومي للمعدة قبل تشغيلها وذلك بالتحقق من الزيت والضغط وسوائل المحرك الأخرى والأنوار وجرس الإنذار الخلفي.
- التأكد من وجود الرخصة السعودية وشهادة أرامكو السعودية للمشغل إذا كان يعمل في مشاريعها.
- العمل على إبقاء جميع المعدات نظيفة وبحاله جيده.
- التأكد من سلامة الأدوات الميكانيكية والهيدروليكية والكهربائية للمعدات الثقيلة وفحصها باستمرار.
- توفير شخص مساند مع مشغل المعدات الخاصة بالحفر إذا كان هناك عمليات حفر.
- توفير مطفأة حريق صالحة الإستعمال في كل معدة مع تدريب مشغلها بكيفية إستخدامها.

جرافة سطحية (Grader)

باكهول (Backhoe)

شويل كبير (Loader)



أمثلة على المعدات الثقيلة ونوع عملها:

جرديل (Gradall)



باكهول (JCB)



جرافة (Bulldozer)



شويل صغير



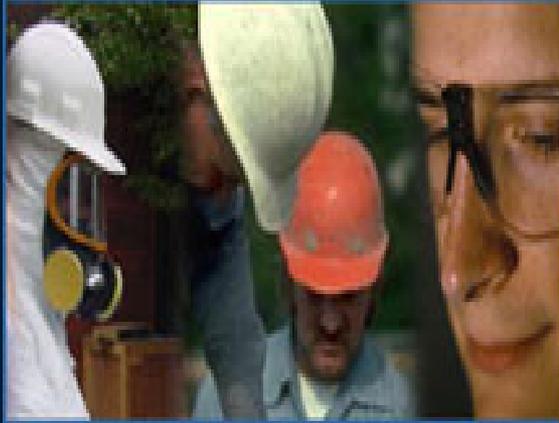
رصاصة (Roller)



رافعة (Forklift)



معدات الوقاية الشخصية (Personal Protective Equipment)



طرق الوقاية الهندسية والتشريعية والطبية الواجب إتباعها لوقاية العمال من هذه المخاطر وحمائتهم من إصابات العمل ، مثل تصميم وتركيب أنظمة السلامة في الآلات والمعدات والمنشآت التي تشكل خطراً على الأشخاص العاملين فيها ومن أمثلة ذلك الحواجز الواقية المركبة على آلة الخراطة وتعتبر هذه المعدات والأنظمة خط الدفاع الأول للسلامة، ورغم أن مهمات الوقاية الشخصية يتم وضعها في تصنيف أساليب الوقاية من مخاطر العمل بأنها خط الدفاع الأخير لوقاية العاملين من عوامل الضرر الذي قد يتعرضون له بسبب ظروف العمل الذي يقومون به ، إلا أنه وفي بعض الأحيان تعد مهمات الوقاية بمثابة خط الدفاع الأول لحماية العاملين من المخاطر كما هو الحال في ارتداء النظارات الواقية للعاملين في أعمال اللحام وتشغيل المعادن أو عند تناول وتداول المواد الكيماوية ... الخ.

تعتبر معدات الوقاية الشخصية وسيلة وقائية إضافية ومكملة لمجموعة الإجراءات والاحتياطات التي تتخذ لتأمين وحماية العمال المعرضين لمخاطر وحوادث العمل.

الشروط الواجب توافرها بمعدات الوقاية الشخصية

يتم اختيار معدات الوقاية الشخصية بحيث تكون مطابقة للمواصفات العالمية حتى تقلل الأخطار التي تستخدم من أجلها لأقل حد ممكن ، أي أنها يجب أن تكون فعالة في الوقاية من المخاطر التي يتعرض لها العامل.

يجب أن تكون مناسبة للجسم ومريحة للعامل وسهلة الاستخدام ، بمعنى أن تمكن العامل من القيام بالحركات الضرورية لأداء العمل وإنجاز المهام بدون صعوبة وحتى لا يتم إهمال استخدامها من قبل العامل.

يجب أن يكون حجمها مناسباً وشكلها مقبولاً، وأن تتحمل ظروف العمل بحيث لا تتلف

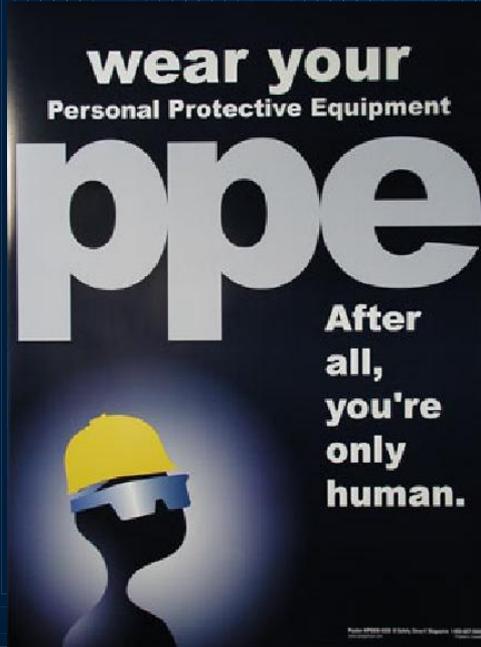
سهوليات العامل تجاه معدات الوقاية الشخصية

- يجب تدريب العامل على الاستخدام الصحيح لمعدات الوقاية الشخصية لتوفير الألفة بينهما حتى تكون جزء من برنامج عمله اليومي .

- يجب تطبيق لوائح وأنظمة السلامة بالمنشأة لإلزام العاملين على استخدام معدات الوقاية الشخصية وتنظيم برامج التوعية لهم لتوضيح فوائدها في تجنب وقوع الإصابات لهم بجانب عمليات الفحص والصيانة والنظافة المستمر لهذه المعدات.

أنواع معدات الوقاية الشخصية

توجد عدة أنواع من معدات الوقاية الشخصية والتي تغطي جميع أعضاء الجسم تقريباً ، ويعتمد كل نوع من هذه المعدات على طبيعة المخاطر الموجودة في بيئة العمل والغاية التي تستخدم هذه المعدات من أجلها.



أنواع معدات الوقاية الشخصية

توجد عدة أنواع من مهمات الوقاية الشخصية والتي تغطي جميع أعضاء الجسم تقريباً ، ويعتمد كل نوع من هذه المعدات على طبيعة المخاطر الموجودة في بيئة العمل والغاية التي يهدف إليها استخدام هذه المعدات من أجلها.

الوقاية

معدات حماية الرأس

معدات حماية السمع

معدات حماية الجهاز التنفسي

معدات حماية اليدين

معدات حماية القدمين

معدات حماية الوجه والعينين

- أحزمة الأمان

