



رگ‌های خونی و خونریزی

به‌طور متوسط در بدن فرد بزرگسال ۵ لیتر خون جریان دارد. بخش اصلی خون، مایعی به نام پلاسما است. این مایع حاوی گلبول قرمز، سفید و همچنین پلاکت برای انعقاد خون است. خون توسط رگ‌هایی به نام سرخ‌رگ، مویرگ و سیاه‌رگ در بدن جریان دارد اگر رگ‌ها آسیب ببینند، در ناحیه آسیب‌دیده منقبض می‌شوند و تشکیل لخته خونی آغاز می‌شود.

تمام آنچه در مورد جلوگیری از عفونت و مراقبت از خونریزی باید بدانید

راز و رمز زخم و مرهم



شهروند! ممکن است برای هر یک از ما پیش بیاید که به دلایل مختلف مانند تصادف، زمین خوردن یا هنگام کار کردن با ابزار برنده و نوک تیز دچار زخم و بریدگی شویم. زخم‌هایی که گاهی عمیق هستند و نیاز دارند تا به مراکز درمانی مراجعه کنید یا بریدگی‌های سطحی هستند که می‌توان در خانه آنها را درمان کرد. نخستین کاری که در برخورد با زخم و بریدگی‌های پوستی باید انجام داد تمیز کردن آن و زودن آلودگی از سطح زخم است. سطح زخم را باید سریعاً با آب شست‌وشو داد و خاک یا سنگریزه را از سطح آن پاک کرد. از آنجایی که احتمال ابتلا به کزاز یا بیماری‌های باکتریایی در زخم و بریدگی وجود دارد، بهتر است به مراکز درمانی مراجعه کنید. در تعریف زخم می‌توان گفت که زخم یک شکاف در لایه محافظ بدن پوست است. شکاف سبب خونریزی می‌شود و با ورود میکروب‌ها به بدن عفونت ایجاد می‌شود. چون اکسیژن توسط خون به قسمت‌های مختلف بدن حمل می‌شود، از دست دادن شدید آن باعث کاهش اکسیژن‌رسانی در بافت‌های بدن می‌شود. این وضع تهدیدکننده حیات شوک نامیده می‌شود. دانستن اطلاعات آناتومیکی کمک می‌کند بهتر بدانیم که هنگام آسیب رگ‌های خونی چه اتفاقی رخ می‌دهد و اهمیت یادگیری کمک‌های اولیه را بیابان می‌کند. در چند شماره شما را با اصول کلی در رسیدگی و مراقبت از هرگونه زخم و خونریزی و همچنین روش برخورد با بریدگی، خراش یا زخم‌های جدی آشنا می‌کنیم.

عکس: Gettyimages

روش برخورد با خونریزی شدید

آن چه باید انجام دهید

چه کاری هستید مطمئن شوید روی جسم خارجی در زخم فشار وارد نمی‌کنید

اهداف شما

بررسی خونریزی
پیشگیری از عفونت
پیشگیری از بروز شوک
انتقال فوری مصدوم به بیمارستان

دهید. فشار دادن را ادامه دهید مطمئن شوید که فشار درست و کافی روی زخم اعمال می‌شود.

۵- ارزیابی شوک

در خونریزی شدید با اورژانس تماس بگیرید. به مصدوم کمک کنید تا دراز بکشد و در جست‌وجوی علامت شوک باشید. علائم حیاتی مصدوم مانند هوشیاری، نبض و تنفس را تا رسیدن اورژانس پیوسته ارزیابی و ثبت کنید.

مهم

نکات بهداشتی را رعایت کنید در صورت امکان از دستکش یکبار مصرف استفاده کنید.

دهد. اگر جسم خارجی وجود دارد اطراف جسم را فشار دهید.

۳- بالانگه داشتن و حمایت اندام

اگر اندام مصدوم خونریزی دارد، با حمایت از اندام آن را بلند کنید و بالاتر از سطح قلب قرار دهید.

۴- پانسمان زخم

با گاز استریل روی زخم را بپوشانید. اگر خون از میان پانسمان بیرون زده است، پانسمان دیگری روی آن قرار

نحوه پانسمان کردن



مهم

پانسمان را روی زخم نلغزانید. آن را با دقت روی زخم بگذارید. سطحی از پانسمان که روی زخم قرار می‌گیرد را لمس نکنید.

پانسمان اورژانسی

اگر پانسمان استریل ندارید، می‌توانید از هر پارچه تمیز و بدون پرز استفاده کنید.

بانداز نواری



از باند نواری برای تثبیت پانسمان، ایجاد فشار برای کنترل خونریزی و حمایت ماهیچه یا مفصل آسیب‌دیده استفاده می‌شود. وقتی بانداز تثبیت شد، برای بررسی گردش خون در انگشتان دست یا پا، ناخن را در پایین محل بانداز فشار دهید تا بی‌رنگ شود. پس از قطع فشار در کمتر از ۲ ثانیه پوست باید به رنگ طبیعی برگردد. اگر رنگ ناخن به حالت طبیعی برگشت بانداز را شل کنید.

۱- بانداز اندام

یک سر باند را روی اندام بگذارید و برای ثابت شدن آن را مستقیم و محکم دور اندام ببیچید. هنگام انجام این کار قسمت آسیب‌دیده را حمایت کنید.

۲- پوشاندن اندام

باند را دور اندام ببیچید طوری که دو سوم لایه زیرین را بپوشاند و اندام را پوشش دهد.

۳- تثبیت باند

با یک دور صاف بانداز را تمام کنید. انتهای باند را با سنجاق قفلی، گیره یا نوار چسب ثابت کنید. همچنین می‌توانید انتهای باند را از زیر بانداز قرار دهید یا گره بزنید.

بانداز میچ یا دست

برای حمایت میچ یا دست آسیب‌دیده بانداز باندی مناسب استفاده کنید. با ادامه بانداز به پایین قسمت

آسیب‌دیده فشار کمی روی محل آسیب‌دیده وارد می‌شود. هنگام بانداز دست از ناحیه میچ شروع کنید و انگشت شست را آزاد نگه دارید.

۱- بانداز میچ پا

باند را دور میچ یا ببیچید و آن را مورب به سمت انگشتان پا ببیچید. باند را از زیر به سمت برجستگی کف پا و ابتدای انگشت شست ببیچید.

۲- بانداز عرضی پا

باند را از سمت انگشتان پای مصدوم به دور میچ پای او ببیچید. یک میچ باند دور میچ پا بزنید.

۳- تثبیت باند

بانداز اطراف کف و میچ یا تاجایی که آن را بپوشاند، ادامه دهید. آخرین دور را با باند دور میچ پا بزنید و همان‌طور که در بالا شرح داده شده است آن را ثابت کنید.