

# خونریزی شدید

## اقدام کلیدی

برای کنترل هر چه سریعتر خونریزی، فشار مستقیم وارد کنید.

### مقدمه

خونریزی خارجی شدید یک وضعیت تهدید کننده حیات است، که نیاز به کمک‌های اولیه فوری دارد. بدن انسان برای رساندن اکسیژن به اندام‌ها و بافت‌هایی مانند قلب، مغز و پوست به سیستم گردش خون وابسته است. اگر شخص خون زیادی از دست بدهد، سیستم گردش خون او ممکن است از کار بیفتد و نتواند به اندازه کافی اکسیژن منتقل کند. این می‌تواند منجر به شوک و احتمالاً مرگ شود. علل شایع خونریزی عبارتند از: تصادفات جاده‌ای، حوادث ماشین‌های صنعتی، جراحات چاقو و گلوله. خونریزی خارجی پایه این سرفصل را تشکیل می‌دهد. سرفصل‌های جراحات قفسه سینه و شکم و قطع عضو را هم برای اطلاعات در مورد درمان آنها مشاهده کنید.

خونریزی داخلی، مانند خونریزی غیرقابل مشاهده در قفسه سینه یا حفره شکمی، نیز تهدید کننده حیات است. مدیریت خونریزی داخلی در مبحث شوک با تاکید بر تشخیص و موقعیت مشخص شده است.

### راه کارها

- ارائه دهندگان کمک‌های اولیه باید از فشار مستقیم با دست برای خونریزی خارجی تهدید کننده حیات استفاده کنند. \*\*
- اگر فشار مستقیم با دست بی‌اثر باشد یا امکان انجام آن وجود نداشته باشد، ارائه دهندگان کمک‌های اولیه ممکن است از یک تورنیکت برای خونریزی خارجی خیلی شدید و تهدید کننده حیات استفاده کنند. \*
- در صورت استفاده از تورنیکت، یک تورنیکت کارخانه‌ای و تولیدی ترجیح داده می‌شود. تورنیکت ابتکاری و دست‌ساز کمتر از تورنیکت کارخانه‌ای مؤثر است، اما اگر تمام آن چیزی باشد که برای خونریزی شدید و تهدید کننده حیات در اندام خارجی در دسترس است، می‌تواند از آن استفاده شود. \*
- اگر فشار مستقیم با دست بی‌اثر باشد، و استفاده از تورنیکت امکان پذیر، در دسترس یا مناسب نباشد، ممکن است برای خونریزی خارجی شدید و تهدید کننده حیات از پانسمان هموستاتیک استفاده شود. پانسمان هموستاتیک باید با فشار مستقیم اعمال شود.
- ارائه دهندگان کمک‌های اولیه نباید از نقاط فشار برای خونریزی‌های خارجی شدید و تهدید کننده حیات استفاده کنند.

## نکاتی که بهتر است بدانید

- برای تمام خونریزی های شدید باید با فوریت های پزشکی (EMS) تماس داشت.
- ارائه دهنده کمک های اولیه باید با استفاده از دستکش یا کیسه پلاستیکی از خود در برابر تماس با خون محافظت کند. اگر در دسترس نباشد، باند یا لباس می تواند به عنوان مانعی بین دست شما و زخم عمل کند.
- ارائه دهنده کمک های اولیه باید به جای استفاده از پانسمان فشاری برای یک خونریزی شدید، فشار مستقیم با دست را اعمال کند. اگر باند در دسترس باشد، می توان از آن برای اعمال فشار استفاده کرد. هنگامی که خونریزی شدید کنترل شد، ممکن است بانداز روی زخم اعمال شود. باندها از مواد ایده آل ساخته شده اند، با این حال، اگر در دسترس نباشد، مواد تمیزی مانند لباس یا حوله به عنوان بانداز ابتکاری استفاده می شود.
- اگر نمی توان خونریزی را متوقف کرد، ارائه دهنده کمک های اولیه باید موارد زیر را در نظر بگیرد:
  - اعمال فشار بیشتر
  - استفاده از تورنیکت
  - استفاده از یک پانسمان هموستاتیک روی زخم در حالی که به اعمال فشار مستقیم ادامه می دهد.
- ارائه دهنده کمک های اولیه باید اطراف یک شی فرو رفته در بافت بدن (مثلاً چاقو) را تحت فشار قرار دهد و سعی نماید تا جسم را در جای خود ثابت کند. از برداشتن جسم خودداری کنید.
- تورنیکت فقط باید برای خونریزی تهدید کننده حیات در اندام استفاده شود. آنها ممکن است به نجات یک زندگی کمک کنند، اما شاید عواقب و عوارض شدیدی داشته باشند (به عنوان مثال قطع عضو)، به خصوص اگر برای مدت طولانی اعمال شود. هنگامی که یک تورنیکت اعمال شد، تا رسیدن فوریت های پزشکی (EMS) آن را باز نکنید.

## زنجیره رفتارهای بقا

### پیشگیری کنید و آماده باشید

- یاد بگیرید چگونه خونریزی را با استفاده از منابعی که معمولاً در دسترس هستند مانند بانداز، لباس، یا تورنیکت های کارخانه ای کنترل کنید.

### تشخیص زود هنگام

- خون از زخم جاری و روان است.
- باید در اسرع وقت اقدامی برای جلوگیری از خونریزی انجام شود. حتی یک فنجان خون، اگرچه بلافاصله تهدید کننده حیات نیست، اما اگر فوراً متوقف نشود، می تواند به سرعت منجر به وضعیت بحرانی شود.

## مراحل کمک های اولیه

۱. از مصدوم بخواهید که با دست خود روی خونریزی فشار مستقیم وارد کند.
۲. به فرد کمک کنید تا دراز بکشد.
۳. دسترسی و تماس با فوریت‌های پزشکی.
۴. فشار مستقیم به خونریزی وارد کنید. اگر خون از پانسمان بیرون زد، پانسمان دوم را روی پانسمان اول قرار دهید و فشار بیشتری وارد کنید.
۵. اگر فشار مستقیم بی‌تاثیر است و فرد از دست یا پا خونریزی می‌کند، استفاده از تورنیکت را در نظر بگیرید. اگر تورنیکت در دسترس نیست یا نمی‌توان آن را اعمال کرد، استفاده از پانسمان هموستاتیک را در نظر بگیرید و به فشار مستقیم روی خونریزی ادامه دهید.
۶. خونریزی قابل توجه، احتمالاً موجب بروز شوک می‌شود. به فرد کمک کنید تا به پشت دراز بکشد و در صورت لزوم او را با لباس و پتو گرم نگه دارید.

## توجه داشته باشید

- اگر مصدوم بتواند به زخم خود فشار وارد کند، موجب کاهش خطر انتقال عفونت می‌شود و ارائه‌دهنده کمک های اولیه و مصدوم را ایمن نگه می‌دارد.
- برای اعمال فشار مستقیم به زخم و جلوگیری از تماس با خون مصدوم، از باند، پارچه یا نایلون به عنوان مانعی بین دست خود و زخم استفاده کنید.
- اگر فرد پاسخگو نبود، راه هوایی او را باز کنید و تنفس را بررسی کنید. (به موضوع عدم پاسخگویی مراجعه کنید).
- اگر جسمی در زخم فرو رفته - مانند چاقو - به اطراف جسم فشار وارد کنید و سعی کنید جسم را تثبیت کنید. از برداشتن جسم خودداری کنید.

## دریافت کمک

خونریزی شدید یک وضعیت تهدید کننده حیات است که نیاز به مراقبت پزشکی دارد. علت آسیب و وضعیت فرد را به طور واضح به فوریت‌های پزشکی (EMS) توضیح دهید تا بتوانند پرونده شما را به طور دقیق اولویت بندی کند.

### موارد خاص

- در وضعیت فجایع طبیعی یا یک درگیری، از جمله جنگ، حمله تروریستی یا حمله خشونت‌آمیز (مانند تیراندازی یا چاقوکشی)، حفظ ایمنی و امنیت ارائه‌دهنده کمک‌های اولیه و فرد آسیب‌دیده بسیار مهم است و بر ارائه مراقبت‌های فوری اولویت دارد.
- استفاده از تورنیکت در جنگ، حملات تروریستی یا سایر حملات خشونت‌آمیز ممکن است به عنوان اولین اقدام کوتاه مدت «توقف خونریزی»، برای مقابله با تعداد زیادی از افراد مجروح یا برای خارج کردن فوری افرادی که خونریزی شدید تهدید کننده حیات دارند، از یک منطقه خطر استفاده شود. در هر دو مورد، باز کردن تورنیکت تنها باید تحت هدایت یک متخصص پزشکی انجام شود.

**SEE SOMETHING. DO SOMETHING.**

