

مسمومیت

اقدام کلیدی

سعی کنید فوراً نوع سم، مقدار و زمان (یا مدت زمان) قرار گرفتن فرد در معرض آن را مشخص کنید.

مقدمه

مسمومیت زمانی رخ میدهد که فرد در معرض موادی قرار گرفته باشد که می‌تواند به سلامتی او آسیب رسانده یا زندگی‌اش را به خطر بیندازد. بیشتر سموم بلعیده یا استنشاق می‌شوند. با این حال، ممکن است از طریق پوست نیز جذب شوند. بسیاری از مواد سمی در خانه و محل کار هم یافت می‌شوند، از جمله برخی از محصولات شوینده و پاک‌کننده، مواد مخدر، داروها و حتی برخی از گیاهان. سازمان‌های بین‌المللی در تلاش هستند تا سمومی مانند سرب، جیوه و آزیست را از رنگ و سایر لوازم ساختمانی حذف کنند.

راه کارها

- ارائه دهنده کمک‌های اولیه باید فردی که یک ماده سمی را بلعیده است، به پهلوی چپ بخواباند.*

نکاتی که بهتر است بدانید

- ارائه دهنده کمک‌های اولیه باید ادامه روند یا تاثیر بیشتر سم روی فرد را متوقف یا محدود کند. در صورت استنشاق گاز سمی، تنها در صورتی که انجام این کار بی‌خطر باشد، فرد مصدوم باید از محل خارج شود.
- در اتاق‌هایی که به طور بالقوه امکان تجمع گاز مونوکسیدکربن وجود دارد، باید از قرار گرفتن در معرض منابع احتراق مانند شعله‌های آتش، تجهیزات مولد برق، مواد شیمیایی اکسیدکننده و همچنین استعمال دخانیات خودداری شود.
- ماهیت و زمان در معرض قرار گرفتن و نام محصول یا ماده سمی باید به مرکز کنترل سموم، یا معادل محلی، یا خدمات فوریت‌های پزشکی (EMS) توضیح داده شود. تمام بطری‌ها، بسته‌ها یا ظروف دارای برچسب یا هر گونه اطلاعات دیگری در مورد سم باید به فوریت‌های پزشکی (EMS) داده شود.
- اگر شرایط تهدیدکننده حیات وجود داشته باشد (به عنوان مثال، عدم پاسخگویی یا مشکلات تنفسی)، ارائه دهنده کمک‌های اولیه باید به فوریت‌های پزشکی (EMS) دسترسی داشته باشد. ارائه دهنده کمک‌های اولیه باید در صورت لزوم CPR یا سایر کمک‌های اولیه را شروع کند.

- اگر شرایط تهدید کننده حیات وجود نداشته باشد، ارائه دهنده کمک‌های اولیه باید با مرکز کنترل سموم (یا معادل محلی) یا فوریت‌های پزشکی (EMS) تماس داشته باشد و از دستورالعمل آنها پیروی کند.
- در صورت مشکوک بودن به مسمومیت با موادی مانند سیانید، سولفید هیدروژن، مواد خورنده یا ارگانوفسفات (حشره‌کش یا آفت‌کش) باید از ارائه تنفس نجات اجتناب شود. در این شرایط آمبویگ (BVM) می‌تواند توسط افرادی که برای این کار آموزش دیده‌اند استفاده شود.
- اگر فرد پاسخگو باشد، ارائه‌دهنده کمک‌های اولیه باید مایع سمی باقی‌مانده در دهان فرد را با استفاده از آب برای شستشو و بیرون ریختن سموم، از دهانش خارج کند.
- ارائه دهندگان کمک‌های اولیه نباید هیچ رقیق کننده‌ای مانند شیر، آب یا زغال فعال را به فردی که ماده سمی را بلعیده است بدهند، مگر اینکه توسط مرکز کنترل سموم یا متخصص مسمومیت (یا معادل محلی، اورژانس) دستور داده شود.
- فرد نباید به استفراغ تشویق شود زیرا ممکن است به گلوئی او آسیب برسد.
- باتری‌های دکمه‌ای حاوی مواد شیمیایی سمی هستند که ممکن است به بیرون نشت کند. اگر بلعیده شوند باید به عنوان مسمومیت تلقی شود.
- ارائه دهندگان کمک‌های اولیه آموزش دیده، می‌توانند به افرادی که دچار مسمومیت با مونوکسیدکربن یا دی‌اکسیدکربن هستند، اکسیژن بدهند.

زنجیره رفتارهای بقا

پیشگیری کنید و آماده باشید

- اطمینان حاصل کنید که هر گونه مواد سمی (مانند محصولات پاک کننده و داروها) در مکانی قفل شده قرار دارند و برای کودکان غیر قابل دسترس هستند. به ویژه مواد شیمیایی با رنگ روشن یا معطر مانند قرص‌های ماشین لباسشویی یا مواد سیگارهای الکترونیکی.
- بروشور توضیحات همراه داروی جدید را با دقت مطالعه کنید تا از مصرف بیش از حد آن جلوگیری شود.
- وسایل پخت و پز و گرمایشی را که از سوخت‌های فسیلی استفاده می‌کنند را بطور دوره‌ای سرویس کرده و آشکارساز (سنسور) مونوکسیدکربن نصب کنید.
- مواد شیمیایی را دور از دسترس هر فردی که ممکن است به طور تصادفی یا عمداً آنها را بلعد یا استنشام کند، نگهداری کنید و از داشتن درپوش‌های مقاوم در برابر دسترسی کودکان اطمینان حاصل کنید.
- بسته به نوع کار یا فعالیت، نحوه جلوگیری از تماس مستقیم با مواد سمی را یاد بگیرید.

تشخیص زودهنگام

- هنگام ورود به محیطی که ممکن است مواد سمی وجود داشته باشد، منطقه را ارزیابی کنید. ممکن است یک قوطی باز شده در نزدیکی فرد (به عنوان مثال، یک بسته قرص) یا مواد شیمیایی ریخته شده وجود داشته باشد؛ فضای بسته بوی گاز بدهد (توجه داشته باشید که مونوکسیدکربن بی بو و همچنین بی‌رنگ و بی‌مزه است)؛ همچنین ممکن است فرد به شما بگوید که با یک ماده سمی تماس داشته است.

علائم و نشانه‌های مسمومیت می‌تواند شامل موارد زیر باشد:

- سوزش اطراف دهان و لب
- تنفس ممکن است بوی مواد شیمیایی مانند بنزین یا تینر بدهد.
- استفراغ
- خواب آلودگی
- مشکل در تنفس
- گیجی یا وضعیت ذهنی تغییر یافته

توجه داشته باشید

علائم و نشانه‌های مسمومیت می‌تواند مشابه شرایط دیگری مانند تشنج، سکته مغزی یا افت قندخون باشد.

مراحل کمک‌های اولیه

۱. به فرد کمک کنید تا تماس با سم را کاهش دهد یا متوقف کند.
۲. سعی کنید ماده سمی، مقدار و زمان (یا مدت زمان) تماس فرد با آن را مشخص کنید. فقط در صورت ایمن بودن بسته‌بندی را لمس کنید. در غیر اینصورت، منتظر فوریت‌های پزشکی (EMS) باشید.
۳. با مرکز کنترل سموم (یا معادل محلی) یا فوریت‌های پزشکی (EMS) تماس بگیرید و هر چه می‌دانید به آنها توضیح دهید. دستورالعمل‌های آنها را دنبال کنید.
۴. در صورت امکان به فرد کمک کنید تا در وضعیتی راحت قرار گیرد، در صورت امکان به پهلو چپ، و او را از نظر هر گونه تغییر در تنفس یا سطح پاسخگویی تحت نظر داشته باشید.
۵. بطری، بسته یا ظروف دارای برچسب و سایر اطلاعات مربوط به سم را جمع‌آوری کنید تا به فوریت‌های پزشکی بدهید.

موارد خاص

- اگر فرد پاسخگو نیست، راه هوایی او را باز کنید و تنفس را بررسی کنید. به قسمت عدم پاسخگویی مراجعه شود.
- اگر در چشم یا اطراف دهان فرد ماده سوزآور وجود دارد، به قسمت سوختگی مراجعه کنید.
- اگر فرد دچار مصرف بیش از حد مواد مخدر شده است، به قسمت تنفس غیرطبیعی و بدون پاسخ مشکوک به مصرف بیش از حد مواد مخدر مراجعه کنید.
- اگر فرد توسط مار گزیده یا توسط عروس دریایی نیش زده شده است، به مارگزیدگی یا آسیب حیوانات آبی مراجعه کنید.
- اگر فرد در حالت خوابیده روی زمین استفراغ کرد، برای جلوگیری از خفگی، او را به پهلو بچرخانید.

دریافت کمک

- مهم است که به مرکز کنترل سموم (یا مشابه) یا فوریت‌های پزشکی (EMS) در مورد نوع سمی که ممکن است فرد در معرض آن قرار گرفته است هر چقدر که می‌دانید، توضیح دهید. این به متخصصان اجازه می‌دهد تا بر اساس نیازهای فرد، مناسبترین کمک را ارائه دهند.