

هذا المتن



الناشر: كشافه الإمام المهدي عجل الله فرجه

إعداد: مفوضية التدريب والبرامج

العنوان: لبنان، بيروت، المعمورة، متفرع من شارع إدوارد إبراهيم حنين، بناية الجمال ط ١

تلفاكس: ٠١/٤٧٤٩٤٩

www.almahdiscouts.net

الطبعة الأولى، حزيران ٢٠٠٨م.

الفهرس

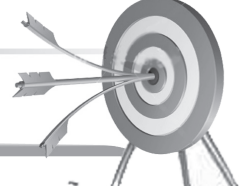


١	الفهرس
٢	المستهدفون والهدف والأغراض
٢	مقدمة
٣	لوازم الورشة
٣	دليل تنفيذ الورشة
٤	المادة العلمية والأنشطة
١١	الملحقات

المستهدفون: حلقة الأشبال والزهرات

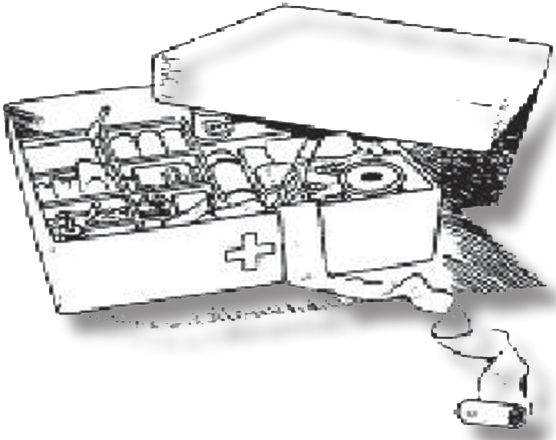


الهدف



التعرّف على بعض مبادئ الاسعاف الأولي وتطبيقاتها.

الأغراض



- في نهاية الورشة يصبح كل مشارك قادراً أن:
1. يشرح أهمية تعلّم بعض مهارات الاسعافات الأولية.
 2. يعدّد محتويات علبة الإسعافات الأولية.
 3. يقوم بمعالجة حرق بسيط.
 4. يقوم بتطهير جرح بسيط وتضميده.
 5. يقوم بعملية إيقاف لنزيف الأنف.
 6. يقوم بمعالجة لسعة النحلة.
 7. يحرص على مساعدة أي شخص يصاب بهذه الأمور.

مقدمة



القادة الأعزاء

إنّ من طبيعة الإنسان أن يسعى لحماية نفسه من المخاطر التي قد تصيبه، ودرئها عنه بكلّ وسيلة ممكنة. فبالرغم من أنّ علم الطب قد قطع أشواطاً بعيدة في مجالات الجراحة والتداوي، إلا أنّ ذلك كلّه قد لا يصبّ في خدمة الانسان إذا لم يتكامل مع مهام وإجراءات أولية تتبع الإصابة مباشرة، وتهدف الى إبقاء المريض على قيد الحياة، كما تهدف إلى عدم تفاقم حالة المصاب.

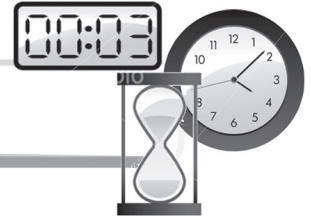
ولكي يصبح الانسان مسعفاً حقيقياً عليه قبل أي شيء آخر أن يعرف كيف يقدم الاسعاف بشكل فعّال. وأن يحول دون تدهور حال المصاب، وعلى المسعف أن يحافظ على هدوء أعصابه، وأن يقدم المساعدة المستعجلة للمصاب.

لذا كانت هذه الورشة «أنا المسعف» لتوضّح بعض طرق الإسعافات الأولية، ولتعليم الأشبال والزهرات بعض مبادئ الإسعاف الأولي، وتطبيقاتها بطريقة جذابة وفعّالة.

اللوازم المطلوبة للورشة



١. قرآن كريم وكتيب حزمة نور
٢. بالونات.
٣. ورق أبيض A 4 + لوح.
٤. علبة الإسعافات الأولية.
٥. كرتون.
٦. صافرة.
٧. شاش. مقص. ملقط. رباط. مواد مطهرة.



دليل تنفيذ الورشة

#	العنوان	المدة	الشرح	الوسائل والتقنيات
١	الإفتتاح	٧ د	الافتتاح الرسمي لنشاط الوحدة	قرآن كريم وكتيب حزمة نور
٢	التعارف وتقسيم مجموعات	١٠ د	يوزع القائد السداسيات حسب أسماء الجمعيات الموجودة في البالونات ثم يعرّف كل مشارك عن نفسه.	بالونات _ أوراق
٣	مقدمة	٥ د	يقدم القائد الورشة بطريقة محاضرة شيقة.	
٤	توقعات	١٠ د	يسأل القائد المشاركين عما بداخل علبة الإسعافات، ويطلب منهم أن يدونوا توقعاتهم للورشة على أوراق.	علبة إسعافات + ورق A٤
٥	أهمية الإسعافات الأولية	١٠ د	يطرح القائد هذا الموضوع بطريقة السؤال ويأخذ الإجابات بطريقة عصف الأفكار.	
٦	لعبة الذاكرة	١٠ د	يسمّي القائد محتويات علبة الإسعافات ثم يطلب من المشاركين كتابة أسمائها على أوراق بعد تغطيتها.	علبة الإسعافات الأولية
٧	استراحة	١٥ د		
٨	حدث معي	١٥ د	يذكر المشارك حادثة حصلت معه عن لسعة النحلة. ثم يقوم عدد من المشاركين بمعالجة لسعة النحلة بعد شرح ذلك من القائد.	
٩	كيف أضمد الجرح؟	١٠ د	يشرح القائد كيفية تطهير الجرح وتضميده بطريقة البيان العملي على «دمية».	رباط. شاش. مقص. مواد مطهرة. ملقط

أربطة، شاش، مقصات، مواد مطهرة، ملاقط.	يجري القائد مباراةً بين السداسيات بطريقة حماسية حول كيفية تطهير وتضميد الجرح.	٢٠ د	مباراة	١٠
	يقرأ القائد القصة بشكل جاذب ومشوق، ثم يطرح بعض الأسئلة على المشاركين بعد أن يطبق طريقة وقف نرف الأنف على أحدهم.	٢٠ د	قصة إسعاف نرف الأنف	١١
		١٥ د	استراحة	١٢
	يردد القائد الصرخة مع المشاركين ويكررها حتى يحفظوها مع تطبيق طريقة معالجة الحرق.	١٠ د	صرخة	١٣
ملحق رقم ١	يوزع القائد ملحق رقم (١) على السداسيات لترتيب البطاقات الموجودة فيه.	١٠ د	لعبة ترتيب البطاقات	١٤
	يسأل القائد: كيف أصبح مسعفاً؟ ويجب كلٌّ مشاركٍ بطريقة المنبر الحرق.	١٠ د	التخطيط للمستقبل	١٥
ملحق رقم ٢	يوزع القائد ملحق رقم (٢) للتقييم	٥ د	التقييم	١٦
ملحق رقم ٣	يوزع القائد بطاقات الأهل ملحق رقم (٣) وتختتم الورشة بدعاء الحجّة (عج)	٥ د	الاختتام	١٧

ملاحظة: الأفضل أن يقدم هذه الورشة أحد القادة ممن يملك خبرة في هذا المجال، أما في حال عدم توفر ذلك القائد، فلا بأس بالإستعانة بأحد المسعفين في الفقرات التي تتطلب اختصاصاً.

الافتتاح



الافتتاح الرسمي حسب ما ورد في النظام الداخلي الخاص بالأفواج.

التعارف



ينفخ القائد البالونات بعدد المشاركين (الأفضل ان يحضرها مسبقاً) ويضع في كلّ بالون ورقةً تحمل إسماً من أسماء الجمعيات المسعفة (الهيئة الصحيّة، الدفاع المدني، الصليب الأحمر اللبناني، الهلال الأحمر...) ويكرّر الاسم ستّ مراتٍ أي في ستّة بالونات. ويوزّع البالونات عليهم، وكلّ مشاركٍ يحصل على بالون يفقعه. بعد ذلك يوزّع القائد السداسيات حسب أسماء الجمعيات الموجودة في البالون، وبعد ذلك يعرّف كلّ مشاركٍ عن نفسه (اسمه، وماذا يعرف عن الجمعية التي وجد اسمها في ورقته).

مقدمة



القائد: العديد منّا يتعرّض لعدة حوادثٍ في أيّ مكان: البيت، المدرسة، الشارع... وقد يكون المتضرّر طفلاً صغيراً، أو شاباً يافعاً أو شيخاً كبيراً. وهذه الحوادث التي تحدث فجأةً نحتاج فيها أحياناً للمساعدة قبل حضور سيارة الإسعاف لنقل المصاب إلى المستشفى. لأنّ هذا المصاب قد تتدهور حالته أو قد يموت بين أيدينا إن لم نقدّم له مساعدة عاجلة.. مع أن المطلوب لإنقاذ حياته قد يكون في غاية السهولة واليسر. فبمساعتنا لهذا الإنسان ننقذ حياته... وبذلك نكون ممن قال عنهم الله تعالى ” وَمَنْ أَحْيَاهَا (النفس) فَكأنّما أَحْيَا النَّاسَ جَمِيعًا “.

توقعات



يحمل القائد علبة الإسعافات الأولى ويسأل «ماذا يوجد داخل هذه العلبة؟» فيبدأ المشاركون بالإجابة. ثم يوجّه القائد سؤالاً آخر: ماذا تتوقعون أن تكون الصّلة بين مكّونات هذه العلبة وورشتنا لهذا اليوم؟ ويوزّع القائد أوراقاً بيضاء على المشاركين ويطلب منهم أن يدوّنوا توقّعاتهم. وبعد أن بنهوا كتاباتهم يأخذ القائد الأوراق ويعلّقها على اللوح ليقارنها في آخر الورشة مع ما تمّ تحقيقه.

أهمية الإسعافات الأولية



الغرض: يشرح أهمية تعلم بعض مهارات الإسعافات الأولية.

يطرح القائد السؤال التالي: على الرغم من أن الإسعافات الأولية علاج مؤقت لأية حالة إلا أنه لا بد من وجود هدف وأهمية كبرى لتعلمها ومزاوتها، فما هو الهدف من تقديم الإسعافات الأولية؟
(يأخذ القائد اجابات المشاركين)

ثم يجمع هذه الإجابات على اللوح، ويؤكد على الإجابات الصحيحة، ثم يوضح أهمية تعلم مهارات الإسعافات الأولية كالتالي:

- الحد من تداعيات الجرح أو الإعاقة - أي منع حدوث مضاعفاتٍ ومزيدٍ من الإصابة.

- تخفيف الألم أو إزالته.

- إنقاذ الحياة.

- تنمية روح العون ومساعدة الآخرين.

فالإسعافات الأولية هي العلاج الطارئ عند حدوث إصابات، والتي تتم حين الحصول على خدمة طبية متخصصة (وصول الطبيب أو نقل المصاب إلى المستشفى) فيجب على كل منكم الإلمام بأسس الإسعافات الأولية التي تمكنكم من المساعدة في إسعاف الحالات التي تقابلكم، سواءً في المنزل أو في الشارع. فالشخص الذي يقوم بتقديم الإسعافات الأولية هو شخصٌ عاديٌّ لا يشترط أن يكون ملماً بمجال الطب، وإنما يجب أن تتوافر لديه المعلومات والمهارات الخاصة التي تمكنه من إنقاذ حياة المصاب.

مباراة الذاكرة



الغرض: يعدّ محتويات علبة الإسعافات الأولية.

يعرض القائد محتويات علبة الإسعافات على الطاولة.

ثم يسميها قطعةً قطعةً، ويكررها على مسامع المشاركين لكي يحفظوها وهي (الصقات للجروح غطاء - ضمادات اسطوانية ضمادات ساترة - الرباط المثلث - قطن معقم - حزام عاكس للضوء - مقص - قلم ودفتر - رباط ضاغط - دبابيس كبيرة).

وبعد ذلك يقوم القائد بإعادة المحتويات إلى العلبة، ويطلب من السداسيات كتابة المحتويات على الأوراق، والسداسي الذي يتذكر أفراداً أكبر عدد ممكن من القطع يكون هو الرابع.



حدث معي



الغرض: يقوم بمعالجة لسعة النحلة.

يُعطي القائد المشاركين فرصة ليدذكروا حادثة حصلت معهم عن لسعة النحلة، أو مع أحد أصدقائهم، وكيف تمت المعالجة.

ثم يوضح القائد أنّ معالجة لسعة النحلة تكون كالتالي:

١. إزالة إبرة اللسعة بطرف الظفر أو بقطعة ورق دون ضغط.

٢. عصر مكان اللسعة حتى يخرج منه معظم السّم.

٣. غسل مكان اللسعة بالماء والصابون.

ويوضّح القائد أنّ لسعة الحشرات عادةً لا تكون خطيرةً إلا إذا تكاثرت في العنق، أو إذا أُصيب بها أشخاص مصابون بالحساسية، وعندها تكون الحالة شديدةً، فيجب إرسال المصاب إلى المستشفى. ثم يُطلب من بعض المشاركين معالجة لسعة النحلة بشكلٍ افتراضيٍّ أمام باقي رفاقهم، ويراقب القائد ويصحّح الأخطاء إن وجدت.

كيف أضمّد الجرح؟



الغرض: يقوم بتطهير جرح بسيطٍ وتضميده.

يُحضر القائد (دميةً) ويبدأ بتطبيق كيفية تطهير الجرح وتضميده بطريقة التطبيق العملي. ويعرض المعدات اللازمة لتطهير الجرح: «شاش، مقص، موادّ مطهّرة للتعقيم، ملقط...» ثم يقول:

- إن النظافة هي الشرط الأساسي لمنع الإلتهابات، ولمساعدة الجروح على الشفاء.

- يجب على المسعف غسل يديه بالماء والصابون، ومسحها بالمطهّر قبل مباشرة عمله.

- يجب غسل الجلد حول الجرح بالماء والصابون، وتنظيف الجرح بعناية من كلّ الأوساخ العالقة وذلك

باستعمال «ملقطٍ أو قطعةٍ من القماش النّظيف أو الشّاش»، ويجب تعقيمها مسبقاً.

وعلى القائد الإلتفات إلى أن يترافق ذكر كلّ جملةٍ من هذه الجمل مع تطبيق عمليٍّ على الدّمية.

بعد تنظيف الجرح جيداً يبدأ القائد بتطبيق عملية التضميد

على الدّمية ويقول:

- نمسح حول الجرح بقطعة قماشٍ مطهّرة ابتداءً من حافته.

- نضع قطعة الشاش المعقم فوق الجرح دون أن نلمسها.



- نلف الجرح بضمادة نظيفة وخفيفة، بحيث يُسمح بمرور الهواء إلى الجرح ليساعده على الشفاء.
- أحياناً يجب ترك الجرح مكشوفاً ونظيفاً.

احذر أيها المسعف !!

- لا تستعمل التراب أو اللبن لوقف النزيف لأنها تسبب التهاب.
- لا تضع السبيرتو مباشرة على الجرح لأنه يؤدي اللحم المكشوف ويبطئ من شفاء الجرح.
- لا تضع القطن مباشرة على الجرح.

مباراة



يتم تنفيذ مباراة بين السداسيات للتأكد من تحصيل المهارات عندهم في عملية تطهير وتضميد الجرح والسداسي الرّابح يبارك بالصلوات على محمّد وآل محمّد.

قصة إسعاف نرف الأنف



الفرض: يقوم بعملية إسعاف نرف الأنف.

يروى القائد القصّة بطريقة مشوّقة ليتفاعل المشاركون معه ولايصال الفكرة بالشكل المطلوب. قرر قائد الأشبال أن يأخذ عناصره في رحلة إلى البريّة، وذلك بمناسبة بداية فصل الربيع. ليشاهدوا الطبيعة وهي ترتدي ثوبها المزيّن والمزركش بأنواع الورد ذات الألوان المتعدّدة، وليتعرّفوا على عظمة الخالق حتّى في أصغر الأشياء.

عند الظهيرة توجّهوا جميعاً إلى البريّة فرحين مسرورين، فالسما صافية، والشمس تسدل شعاعها الذهبّي الرّائع الذي يبعث الدفء والطمأنينة في نفوس الجميع. وزقزقة العصافير تملأ الأجواء، وكأنّها تعبّر عن مدى فرحها بهؤلاء الأشبال. وبعد أن وصلوا إلى المكان المقصود، صلّوا أولاً جماعةً خلف القائد، ثم جلسوا جميعاً حول المائدة ليتناولوا طعام الغداء، وكانوا يلتقطون الصور التذكارية مع بعضهم البعض في كلّ المواقع. ثم بدأ القائد بتقسيمهم إلى سداسيات لبدأوا بالألعاب والمباريات الحماسيّة.

وأثناء اللّعب وبينما كان سامرٌ يرمي الكرة لصديقه ربيع، وإذ بالكرة تسقط على أنف ربيع، فبدأ الدّم يسيل على وجهه، فارتعب سامر، وبدأ بالبكاء وخاف ربيع، فقال القائد لهما: لا تخافا، وهدينا من روعكما، ثم تقدّم عصام من القائد قائلاً: "دعني أيّها القائد أسعفه، لأنني تعلّمت مبادئ الإسعافات الأوليّة في دورة الهيئة الصحيّة في بلدتنا منذ ثلاث أشهر". فأذن له القائد وبدأ الجميع يتابعون ما يفعل عصام.

جاء عصام بمنديلٍ وقليلٍ من الماء البارد، ثم أجلس ربيعاً بهدوءٍ، وطلب منه أن يميل رأسه قليلاً إلى الأمام، وأن يتنفّس من فمه، وبدأ عصام بالضغط على أعلى أنف ربيع لمدة عشر دقائق، وتولّى القائد وضع منديلٍ مبلّلٍ بالماء البارد على عنق ربيع، وعند توقّف النزيف أخذ عصام قطعة شاشٍ صغيرة، ونظّف بها أنف ربيع.

فارتاح الجميع وفرحوا بعمل عصام، وشكروه جميعاً على عمله العظيم، وحمدوا الله على سلامة زميلهم ربيع. ثم أكملوا اللعب وكان شيئاً لم يكن.

وفي المساء عاد الجميع إلى منازلهم مسرورين بعد قضاء نهار جميل في أحضان الطبيعة الخلابة. على القائد وخلال سرده للقصة أن يطبق ما فعله عصام على أحد المشاركين وكأنه هو المصاب.

ثم يوجه القائد الأسئلة التالية:

- لماذا ذهب الأشبال إلى البرية؟

- ماذا فعل الأشبال عند الوصول إلى المكان المقصود؟

- ماذا فعل القائد بعد الإنتهاء من صلاة الظهر؟

- ماذا حدث لربيع؟

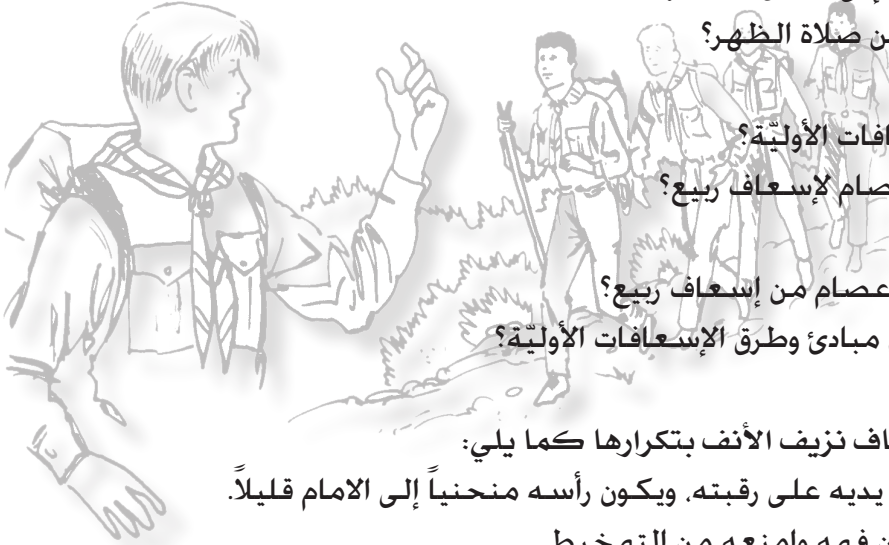
- أين تعلم عصام طريقة الإسعافات الأولية؟

- ما هي الخطوات التي أتبعها عصام لإسعاف ربيع؟

- هل توقف نزع الدم؟

- ماذا فعل الجميع بعدما انتهى عصام من إسعاف ربيع؟

- ما رأيك، هل من الضروري تعلم مبادئ وطرق الإسعافات الأولية؟



ثم يؤكد القائد على خطوات إسعاف نزيف الأنف بتكرارها كما يلي:

- أجلس المصاب مسترخياً، وضع يديه على رقبته، ويكون رأسه منحنيّاً إلى الامام قليلاً.

- أطلب من المصاب أن يتنفس من فمه، وامنعه من التمخيط.

- ضع ثلجاً أو ماءً بارداً على مؤخرة رأس المصاب أو على عنقه.

- اضغط على أعلى فتحتي الأنف فوق العظمتين لبضع دقائق.

- نظّف الأنف بقطعة شاش بحيث تمتص الدم من داخله.

ملاحظة: تستبدل كلمة أشبال بكلمة زهرات في حال كانت الورشة لهن.

صرخة



الفرض: يقوم بمعالجة الحرق، البسيط.

يكرّر القائد الصرخة مع المشاركين عدّة مرّاتٍ حتى يحفظوها.

أخ آخ ياويلي النار اشتعلت بدّي

إجا المسعف عاجني وغسلي هني شوي

ورشن بالمصل المالح حتى يعقملي هني

ومرهم خاص حطلي حتى يسعفلي هني

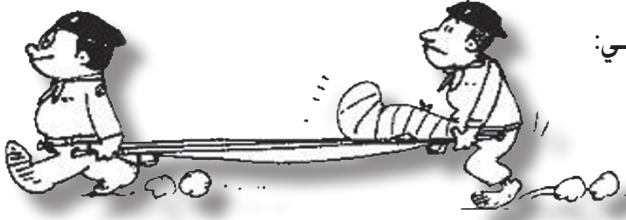
وبالشاش المعقم رتبطلي إيدي

ووصاني إجي كل يوم حتى ينظفلي هني حتى ينظفلي هني.



بعد أن يحفظ المشاركون الصرخة يقومون بإنشادها مع القيام بالحركات التي تشير إليها الصرخة

كخطوات معالجة الحروق.



ثم يبيّن القائد أن معالجة الحرق البسيط يكون كالتالي:

- وضع الجزء المصاب تحت الماء البارد لمدة ١٠ دقائق.
 - تعقيم وتنظيف المكان المحروق بالمصل المالح.
 - وضع مرهم خاصّ بالحروق (فلامازين).
 - تغطية الجزء المحروق بالشاش المعقم وربطه لمنع دخول الهواء.
- ويشير القائد إلى أن تغيير الشاش يجب أن يتم كل ٢٤ ساعة.

لعبة ترتيب البطاقات



- هي لعبة يشارك فيها كلّ السداسيات لضمان تركيز المعلومات والمهارات ضمن الخطوات التالية:
- يوزع القائد بطاقات كلّ حالة على السداسيات (ملحق رقم ٤) ثم يصفّر إعلاناً عن بداية اللعبة.
 - يطلب من السداسيات ترتيب البطاقات بشكل صحيح.
 - تمّ عرض عمل السداسيات بتلصيق البطاقات بشكل طولي على اللوح مع ذكر اسم السداسي في أعلى العرض. ثم تتعالى الصلوات على محمد وآل محمد للسداسيات الفائزة.

التخطيط للمستقبل



- يسأل القائد: كيف تصبح مسعفاً؟
- يجيب كلّ مشارك بطريقة المنبر الحر فيقف على المنبر ويديه ميكرفوناً، ويخبر الجميع كيف سيصبح مسعفاً.

التقييم



يوزع القائد استمارات التقييم (ملحق رقم ٢) ويحثّ المشاركين على تعبئتها بكلّ صراحةٍ.

الإختتام



يوزع القائد بطاقة حصاد اليوم (ملحق رقم ٣)

ثم يتوجّه الجميع نحو القبلة ويرددون دعاء الإمام الحجّة عجل الله فرجه الشريف.

ملحق رقم ١



الإسعاف من لسعة النحلة فيكون على الشكل التالي:

إزالة إبرة اللسعة بطرف الظفر
أو بقطعة ورق دون ضغط

عصر مكان اللسعة حتى
يخرج منه معظم السم.

غسل مكان اللسعة
بالماء والصابون

خطوات إيقاف نزيف الأنف هي على الشكل التالي:

أجلس المصاب وضع
يديه على رقبتيه ورأسه
إلى الخلف قليلاً

أطلب من المصاب أن
يتنفس من فمه. وينفخ
أنفه لإزالة الدم

إضغط على فتحتي
الأنف لمدة ١٠ دقائق

ضع الماء البارد على
مؤخرة الرأس أو العنق
لدقائق

إسعاف وتضميد جرح بسيط

أمسح حول الجرح
بقطعة قماش مطهرة
ابتداءً من حافته.

أضع قطعة الشاش
المعقم فوق الجرح
دون أن المسها.

ألف الجرح بضمادة
نظيفة وخفيفة. بحيث
تسمح بمرور الهواء إلى
الجرح ليساعده على
الشفاء.

الإسعاف من الحرق البسيط:

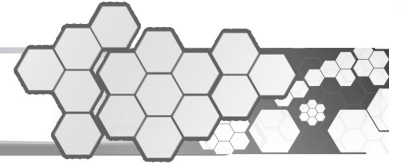
أضع الجزء المصاب
تحت الماء البارد لمدة
١٠ دقائق.

أعقم وأنظف المكان
المحروق بالمصل المالح.




أضع مرهماً خاصاً
بالحروق (فلامازين).

التغيير للحرق كل
٢٤ ساعة.

أغطي الجزء المحروق
بالشاش المعقم. وأربطه
بإحكام لمنع دخول
الهواء.



أقيّم درجة تمكني من الامور التالية:

			التقييم
قليلة	وسط	كبيرة	
			أعددت محتويات علبة الإسعافات
			أسعف مصاباً بلسعة نحلة
			أضمد جرحاً بسيطاً
			أستطيع إيقاف نزيف الأنف
			أهدئ روع المصاب بهذه الإصابات

حصاد اليوم



أهلي الأعضاء

كانت ورشتي اليوم في النادي بعنوان "أنا المسعف" وقمنا بما يلي:

١. تعرّفت على محتويات علبة الإسعافات الأولىّة.
٢. أتقنت تضميد جرح بسيط.
٣. تعرّفت على خطوات المعالجة من لسعة النحلة.
٤. تعرّفت على خطوات المعالجة من حرق بسيط.
٥. تعرّفت على كيفية إيقاف نزيف الأنف.

ولدكم المسعف.