

# كيف أُجري الإنعاش القلبي الرئوي (CPR) لطفل أكبر من 12 عامًا أو لشخص بالغ؟

## عند وصولك إلى موقع الحدث:

افحص المكان للتحقق من أنه آمن. تحقق من وعي الشخص. اربت بلطف على كتفه، وناذ عليه بصوت عالٍ.

## لا توجد استجابة:

اتصل بالطوارئ فوراً (911).

إذا كان المصاب مستلقياً على بطنه، فقم بتدويره برفق ليستلقي على ظهره. تأكد من أن المصاب مستلقٍ على سطح صلب ومستوي.

تحقق من التنفس وعلامات الحياة:

راقب الصدر بحثاً عن أي حركة تنفسية طبيعية. تحقق من علامات الحياة والتنفس لمدة لا تزيد على 10 ثوانٍ.

## في حال عدم وجود تنفس أو علامات حياة:

ابدأ فوراً بإجراء الإنعاش القلبي الرئوي

1. ضع راحة يدك (باطن اليد) على منتصف صدر الشخص. ضع يدك الأخرى فوقها.
2. حافظ على ذراعيك ممدودين ومرفقيك مستقيمين، وانحن بجذعك فوق المصاب مباشرةً واضغط على الصدر إلى عمق 2 بوصة (حوالي 5 سم) وقم بـ 30 ضغطة متتالية ويجب أن تكون بسرعة من 100 إلى 120 ضغطة في الدقيقة.
3. بعد 30 ضغطة، أعط نفسك من خلال إمالة الرأس إلى الخلف، ورفع الذقن، وإغلاق الأنف بأصابعك. أعط نفسك بطيئاً ولطيفاً عبر الفم. تأكد أن الصدر يرتفع مع كل نفس.
4. استمر في إجراء 30 ضغطة/نفسين، 30 ضغطة/نفسين، وهكذا.

استمر في الإنعاش القلبي الرئوي حتى يتولى شخص آخر المهمة، أو تلاحظ علامات للحياة، أو تصل المساعدة.

## الفرص التعليمية

يُقدّم مركز المحاكاة والبحث في مستشفى سينسيناتي للأطفال (Center for Simulation and Research) دورات في الإنعاش القلبي الرئوي (CPR) لعائلات المرضى. لمزيد من المعلومات أو للتسجيل، يرجى الاتصال على: 513-636-1096.

Last updated: 02/2025 per Rachel KJeller-Smith MEd, RRT

