

# إصابات الرأس – الارتجاج

## إدارة الارتجاج

### الإشارات والأعراض

قد تشمل الأعراض ما يلي:

- خسارة الوعي بدرجات مختلفة
- الدوخة والغثيان
- ضبابية الرؤية
- التقيؤ خلال عدة ساعات من حدوث إصابة الرأس
- صداع قوي لا يتوقف
- بداية ظهور نوبات.

### والمريض قد:

- يكون مرتبكاً ومشوشاً
- يفقد ذاكرته
- تظهر عليه استجابات متغيرة أو غير اعتيادية للأوامر
- يفقد ثباته على قدميه أو يضعف توازنه
- يصاب بالنعاس
- تكون هناك جروح على فروة رأسه أو وجهه.
- والأسباب الشائعة هي السقطات والاصطدامات القوية (مثل إصابات حوادث السيارات) والإصابات الرياضية والإصابات الناجمة عن اختراق أشياء للجسم.

### الإدارة

1. اتبع DRSABCD (راجع ورقة المعلومات).
2. إذا كان المريض بوعيه وظهرت عليه أي من الإشارات والأعراض أشر عليه بطلب المساعدة الطبية.
3. إذا كان المريض فاقداً الوعي:
  - ضعه في وضع الإنعاش
  - افسح مجرى الهواء وافتحه
  - راقب التنفّس
  - ادمع رأس المريض و عنقه بأن يكونا على خط مستقيم مع عموده الفقري خلال الحركة، وتجنّب حركة الالتواء (فقد يكون لدى المريض إصابة بعموده الفقري).
  - حافظ على فتح مجرى الهواء لدى المريض برفع ذقنه إذا كان الوجه مصاباً بدرجة شديدة (لا تفعل ذلك بالقوة)
  - تحكّم بالنزف ولكن لا تضغط مباشرة على الجمجمة إذا شككت بوجود كسر انضغاطي
  - إذا خرج دم أو سائل من الأذن غطها بضمادة معقمة
  - تأكد من طلب إسعاف: ثلاثة أصفار (000). لاحظ حالة المريض لكي يكون بإمكانك إبلاغ المسعفين الطبيين بها.

### ملاحظة

يجب أن يعاين أحد مقدّمي الإسعافات الأولية أو أحد المسعفين الطبيين أي فرد يُصاب بالغياب عن الوعي أو بتغيّر حالة وعيه (لما يزيد على دقيقة أو دقيقتين) ويجب إبقاؤه في وضعية الراحة.

ويجب عدم عودة هؤلاء الضحايا، خصوصاً في السياق الرياضي، إلى ميدان اللعب في ذلك اليوم. ويجب فحص الشخص الذي يُصاب بارتجاج ناجم عن الرياضة من جانب محترف صحي مؤهل لتحديد خطة لعودته إلى الرياضة.

إذا ساءت الأعراض بأية درجة أو إذا لم يحصل أي تحسّن خلال 10 دقائق فيجب طلب المساعدة الطبية فوراً.

في حالة الطوارئ اتصل على الرقم ثلاثة أصفار (000) لطلب الإسعاف.

تعلّم الإسعافات الأولية. تفقّد الموقع [www.stjohn.org.au](http://www.stjohn.org.au) أو اتصل على الرقم 1300 360 455.

© St John Ambulance Australia. لا يجوز نسخ أو إعادة إنتاج هذه المعلومات بدون إذن خطي مسبق من الناشر. والمعلومات هذه ليست بديلاً للتدريب على الإسعافات الأولية. توصي جمعية St John بأن يتدرّب الجميع على الإسعافات الأولية.