

מבוא לעזרה ראשונה



מבוא לעזרה ראשונה ודילמות באר"ן	יחידה 1
דימומים וירי	יחידה 2
כוויות ושאיפות עשן	יחידה 3
פגיעות שלד הגוף	יחידה 4
פגיעות אקלים	יחידה 5
החייאה בסיסית	יחידה 6
מנשר מד"א - היערכות מוקדמת לחירום	יחידה 7
בואו נהיה מוכנים	יחידה 8





יחידה 1

מבוא לעזרה ראשונה ודילמות באר"ן

(אירוע רב נפגעים)



יחידות הלימוד:

- גישה כללית לפצוע, קדימויות טיפול ופינוי
- דימומים וירי
- כוויות ועשן
- פגיעות שלד
- פגיעות אקלים
- החייאה בסיסית קהל רחב
- מנשר מד"א היערכות מוקדמת לחירום
- סיכום והמלצות

סיוע רפואי ראשוני
הניתן לשם הצלת
חיים, מניעת נזק
בראותי נוסף או
לשם הקלה על
כאב.

מה היא עזרה
ראשונה?

מטרות העזרה הראשונה

1. עצירת התדרדרות מצבו של הנפגע
2. הטבת מצב המטופל, במידת האפשר
3. פינוי לדרג רפואי מתקדם, במידת האפשר

* החוק בישראל מחייב כל אדם להושיט עזרה לאדם אחר הנמצא בסכנה מיידית וחמורה, המאיימת על חייו ועל שלמות גופו כפי יכולתו וסמכותו ומבלי לסכן את עצמו ואת הזולת.

הגשת עזרה ראשונה

- בהתאם לידע וסמכויות המטפל.
- תוך שימת דגש על: שמירת צנעת הפרט + שמירת סודיות רפואית.
- **בטיחות המטפל:** מטפל שנפגע לא יכול להגיש עזרה!



תפקידו וסמכויותיו של אזרח מטפל

1. **הזעק עזרה** – מד"א 101 ושאר כוחות הביטחון
בהתאם לצורך (משטרה / כב"א / ארגונים נוספים)
2. **סרוק** את זירת האירוע
3. **הרחק** את המטפלים והפצועים ממקור סכנה
4. **מסור דיווח מדויק** לגבי סכנות אפשריות
5. **הענק טיפול ראשוני** מציל חיים בהתאם לידע
ולסמכויות

01

פצוע טראומה – בניגוד לחולה
שסובל מבעייה רפואית פנימית
כמו התקף לב, שבץ...

04

באירועים מסוימים, הפינוי אינו
אפשרי או מתעכב בגלל שתנאי
השטח אינם מאפשרים.

02

לא ניתן לייצב את מצבו של פצוע
טראומה קשה בשטח.

05

"אירוע רב נפגעים" הוא מצב
שבו יש כמות גדולה של פצועים
יחסית למטפלים, ועיכובים
משמעותיים בפינוי.

03

הטיפול בשטח מצומצם ולכן יש
לשאוף לפנות כל פצוע בהקדם.

הנחות יסוד בטרומה

כל מטופל הסובל מפגיעה ברקמות הגוף כתוצאה מפגיעה חיצונית
מוגדר כפצוע טראומה



קדימויות טיפול ופינוי

סיכוי ההישרדות ואיכות החיים של השורד תלויים
במהירות ובאיכות הטיפול הראשוניים.

01

"תקופת הזהב"

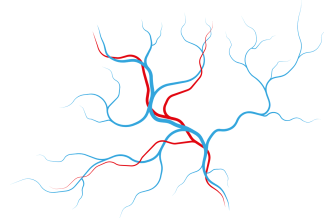
מרגע התרחשות האירוע ועד הגעה למתקן רפואי

02

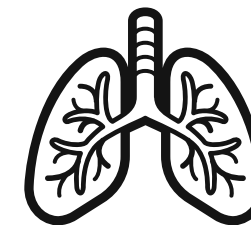
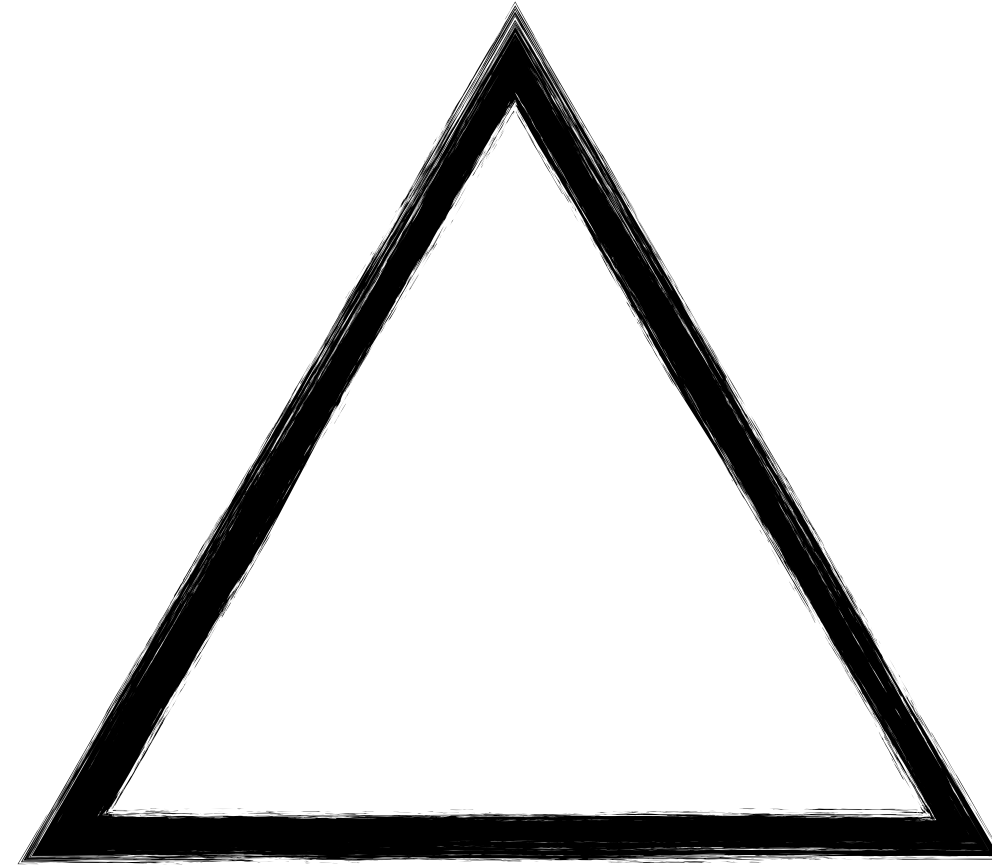
רופא < פרמדיק < חובש בכיר < חובש <
מגיש עזרה ראשונה



מערכת העצבים



מערכת הדם



מערכת הנשימה

פגיעה באחת משלוש המערכות או בתקשורת בין שתי מערכות מהווה איום על החיים.



C – לב וכלי דם –

- עצירת שטפי דם חיצוניים
- התרשמות מצבע העור, טמפרטורה, לחות
- התרשמות מדופק



B – נשימה –

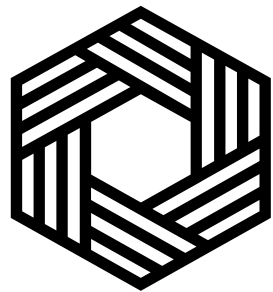
- חשיפת החזה וחיפוש פציעות,
- התרשמות מנשימה וסימני מצוקה נשימתית



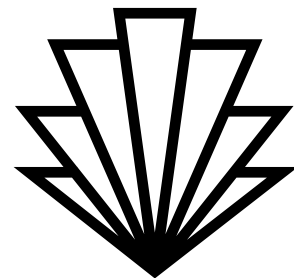
A – נתיב אוויר –

- **התרשמות ממצב הכרה:** עירני, מגיב לקול, מגיב לכאב או מחוסר הכרה.
- **שמירה על עמוד שדרה צווארי:** בצע קיבוע ראש, סילוק הפרשות מדרכי הנשימה במידת הצורך.

לסיכום,



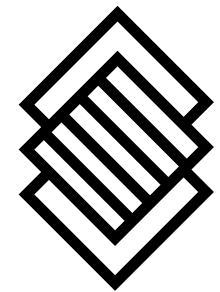
השלמת טיפולים נדרשים
תהיה לפי סדר: 1 כוויות, 2
פצעים, ובסוף 3 שברים



מלבד פגיעה בשלוש
המערכות, בשלבים הבאים:
בדיקת תלונות נוספות,
הפשטה וחיפוש פציעות
נוספות, כיסוי וחימום
המטופל ע"י שמיכת מילוט.



אילו פגיעות עלולות להופיע
בתרחישי החירום השונים?
מרבית המקרים של נפגעי
טראומה קשורות למערכת
העצבים, נשימה ודם.



תרחישי חירום שונים
עלולים לגרום לאירוע
רב-נפגעים. מגישי עזרה
ראשונה יצטרכו להתמודד
עם מצב מאתגר ודילמות
במי לטפל קודם, כדי להציל
חיים, למנוע נזק נוסף וגם
הקלה על כאב.



יחידה 2
דימומים וירי



- הדם אחראי על הובלת חמצן וסוכר לרקמות הגוף השונות.
- שטף דם – מוגדר כיציאת נוזל הדם מכליו.
- עצירת הדימום ופינוי מהיר הם המתכון להצלת חיים.
- הדימום יכול להיות חיצוני, פנימי או תת-עורי.
- במגבלות הנתונות, בשטח ניתן לטפל רק בדימום חיצוני.
- סכנות בטווח המיידי – איבוד נוזלים עד כדי הלם תת-נפחי, חוסר חמצן ברקמות.
- סכנות בטווח הרחוק – זיהום.



לחץ ישיר

לחיצה ישירות על מקור הדימום והנחת תחבושת אישית על מקור הדימום, הידוק בחוזקה עד לעצירת הדימום. אם הדימום אינו נעצר, לחץ נוסף באמצעות משולש בד. במידה וגם זה נכשל, יש להניח חסם עורקים.

איך נעצור שטפי דם?

לחץ עקיף

עצירה מוחלטת של זרימת דם לאזור הדימום. דגשים:

1. מיקום: כ 5- ס"מ מעל אזור הדימום / הקטיעה
2. אין להניח על מפרק - יש לשמר מפרקים במידת האפשר
3. יש לתעד שעת הנחה במקום ברור





יחידה 3

כוויות ושאיפות עשן

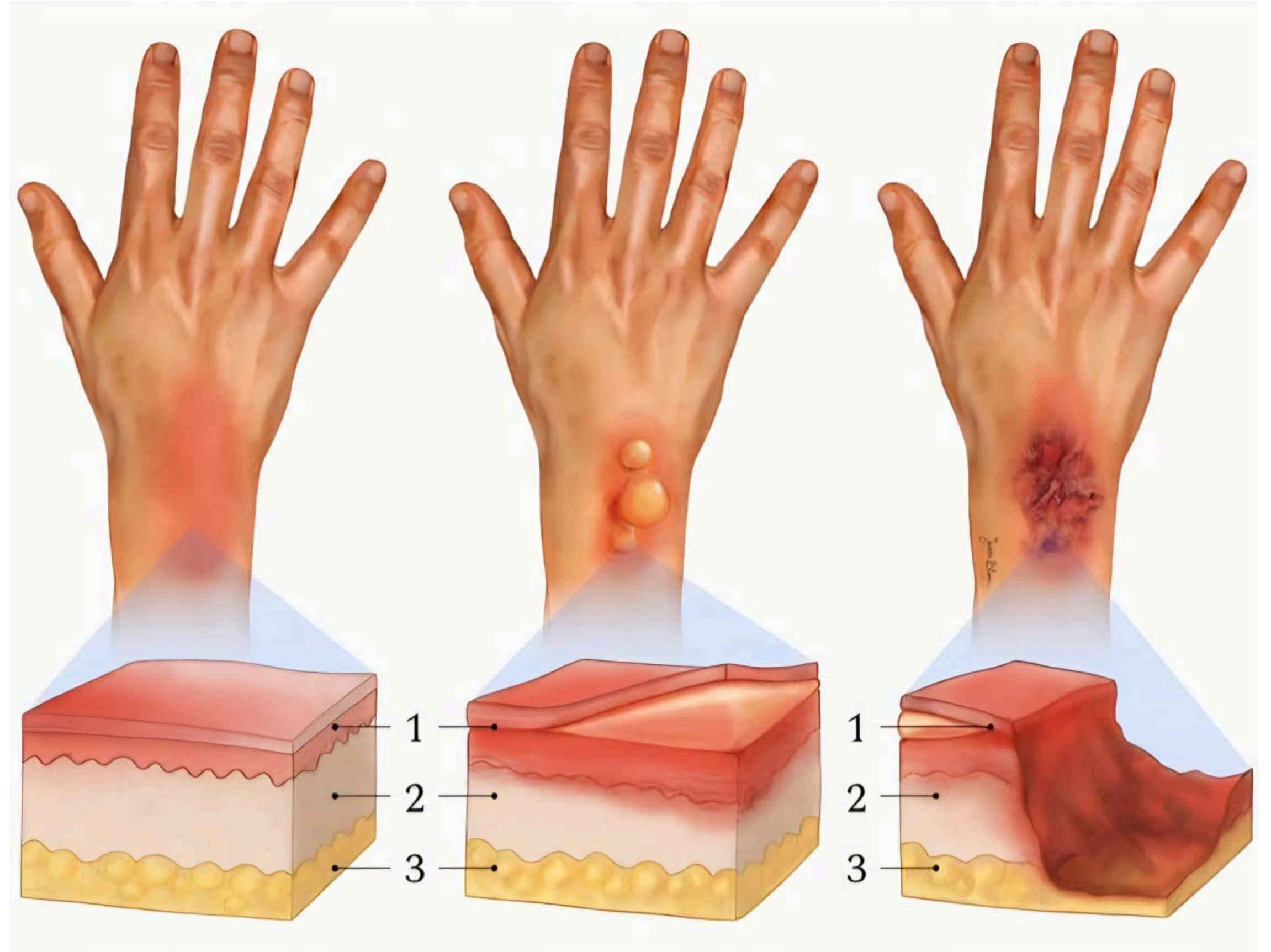


סוגים שונים של כוויות: חום, חשמל, כימיות, קרינה, וקור.

- חומרת הפגיעה מושפעת ממספר גורמים:
- עומק הפגיעה - דרגות (ראשונה, שנייה, שלישית)
 - שטח / אחוז הכוויה
 - מיקום הכוויה דגש על פנים - עיניים אוזניים, דרכי הנשימה, חזה, כפות ידיים ורגליים, איבר מין - גיל הנפגע
 - מחלות רקע + פגיעה נשימתית עקב שאיפת עשן



דרגות כוויה



סיבוכים נשימתיים

01

שאיפת עשן או אוויר חם עלולה לגרום לכוויות בדרכי הנשימה,
התוצאה:
חסימת נתיב אוויר = חנק

02

סימנים מחשידים:
שיער, פנים, חרוך,
סימני פיח, צרידות, שיעול או קושי בדיבור





טיפול מציל חיים

1. הסרת בגדים ותכשיטים לפני שהם נצמדים לעור
2. שטיפת האזור במים פושרים או נוזל עירוי, במידה וזמין
3. עצירת דימומים
4. שמירה על נתיב אוויר ומתן חמצן ע"י מטפל מוסמך
5. חימום הפצוע ע"י שמיכה תרמית

כוויות חשמל

בטיחות המטפל והמטופל - ניתוק
זרם החשמל

01

ההתייחסות היא כמו לכוויות חום

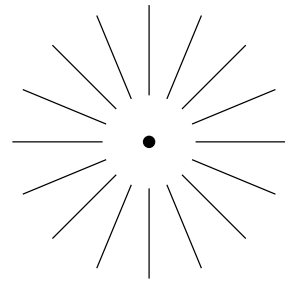
02

יש לשים לב לנזקי חשמל בעיקר
השפעה על הפעילות החשמלית
המוחית ובשריר הלב

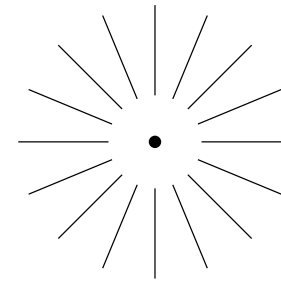
03



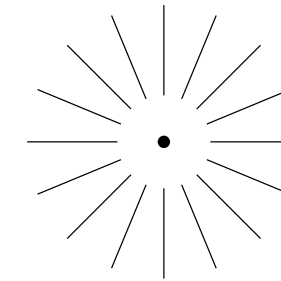
כוויות קור



- הרחק המטופל מאזור
הסכנה
- חימום סביבת המטופל
- הסרת בגדים רטובים \ ייבוש
- ריפוד אזור פגוע וקיבוע
בהתאם



כחלון או חיוורון, תחושת קור
בגפיים, כאבים



כאשר העור נחשף לטמפי'
מתחת ל 10 מעלות צלזיוס.

מה לא לעשות?



DON'T
DO
THIS!

- לא להפשיר איבר במים חמים!
- לא לבצע עיסוי מקומי!
- מלבד כוויות שטחיות, אין למרוח קרמים או משחות שונות על אזור הכוויה!
- לא "לפוצץ" שלפוחיות!
- לא להניח קרח במגע ישיר עם אזור הכוויה!



יחידה 4

פגיעות שלד הגוף





שברים בעצמות נגרמים כאשר העצם לא עומדת בכוח שמופעל עליה.

כשפוגשים פצוע - יש להעריך את מנגנון הפגיעה ולחשוד שיש פגיעה בשלד ובאיברים פנימיים בהתאם.

יש להבחין בין **שבר סגור** ללא פגיעה בעור וחשיפת העצם,
לבין **שבר פתוח** - בו יש חשיפה של השבר לאוויר בגלל פגיעה בעור.

בשטח, ההתייחסות לפגיעות במפרקים נקע / פריקה תהיה כאל שבר.

סימנים מחשידים: כאבים, נפיחות, שינוי צורה, הגבלה בתנועה - התרשמות ממראה וכן מתישאול הפצוע.



איך מטפלים?

1. **עצירת שטפי דם** ושטיפת מקום הפציעה
2. **קיבוע השבר** – דגש על מניעת תזוזה! ניתן להשתמש בגפה השלמה לצורך הקיבוע.
3. **קירור מקום הפציעה**, במידת האפשר.
4. **עדכון איש צוות רפואי** כדי לבצע פינוי כנדרש במידת הצורך קיבוע ללוח גב .



קיבוע גפה עליונה





קיבוע גפה
תחתונה



יחידה 5

פגיעות אקלים

פגיעות אקלים

- | | |
|---|----|
| פגיעות אקלים נגרמות כתוצאה מחשיפה
למזג אוויר קיצוני. | 01 |
| הגוף זקוק לטמפרטורה קבועה כדי לקיים
פעילות חיים תקינה ולכן שינויים באקלים
עלולים להיות מסוכנים. | 02 |
| טמפרטורת גוף תקינה נעה בין 36-37.5
מעלות צלזיוס. | 03 |



התייבשות

מה זה אומר?

01

התייבשות נגרמת כתוצאה
ממחסור של נוזלים בגוף בין
אם על רקע חוסר שתייה או
איבוד נוזלים מוגבר

03

מתי נחשוד למטופל מיובש?

02

אם הגורם הוא אקלים סביבתי
- זה מכונה גם "תשישות
חום".

04

מחלת חום, שלשולים, כוויות,
לאחר פעילות גופנית מאומצת,
וכל מצב של איבוד נוזלי גוף

איך נראה מטופל מיובש?

- צמאון ויובש בפה,
- סחרחורות וכאבי ראש,
- אי-שקט ועצבנות,
- חולשה,
- בחילות והקאות,
- תפקוד כללי ירוד.
- במצבים חמורים, המצב עלול להידרדר לפירכוסים ואף לאובדן הכרה.

איך נטפל במטופל מיובש?

הטיפול הטוב ביותר = מניעה:
הקפדה על שתייה!

- במהלך האירוע, מומלץ לכול האפשר לתת מים למטופלים (וגם לאנשים שעוזרים).
- העבר את המטופל למקום קריר ומוצל, הסר בגדים לוחצים לא לשכוח שמירה על צנעת הפרט - במידת האפשר - מתן שתייה ממותקת.
- בסמכות חובש - מתן נוזלים דרך עירווי בהתאם לנהלים.
- פינוי לבית חולים בהקדם האפשרי.



מכת חום

מצב מסכן חיים!

טמפרטורת הגוף עולה מעל 40 מעלות.

טיפול: דומה לטיפול הכללי בהתייבשות, בתוספת קירור הגוף ע"י סדינים רטובים, שקיות קירור וכו'.

היפותרמיה

מצב מסכן חיים!

טמפרטורה פנימית נמוכה מ 36 - מעלות.

נגרם מרקע סביבתי או רקע שאינו סביבתי.

סימנים: צמרמורות, נשימה מהירה, התנהגות אדישות עד כדי ירידה במצב הכרה.

נסיר בגדים רטובים, נכסה את המטופל בשמיכות יעודיות או רגילות.

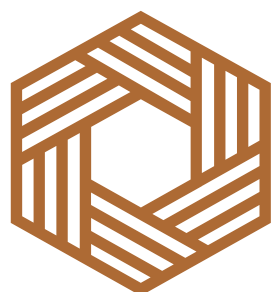
- חימום אזורים מרכזיים בגוף: ראש+צוואר, חזה ומפשעות
- בסמכות חובש - מתן נוזלים מחוממים בעירו.
- פינוי בהקדם האפשרי.



יחידה 6

החייאה בסיסית

רקע כללי



גם במקרה זה - מעל הכל -
שמירה על בטיחות המטפל
ורק לאחר מכן בטיחות
המטופל והרחקתו מגורמים
מסכנים במידת הצורך.



יש חשיבות בהבנת
הסיטואציה ובסיוע על ידי
מטפל מיומן בשטח.



ייתכן כי באירוע רב נפגעים,
כמות כח האדם והמשאבים
לא יאפשרו ביצוע החייאה.



טיפול במטופל מחוסר
הכרה - כולל הבנה על
מצב נשימה ופעילות לבבית
לא נדרשת הסמכה רפואית
לצורך ביצוע הפעולות
שיתוארו בהמשך!!!

התרשמות מהירה מסימני חיים



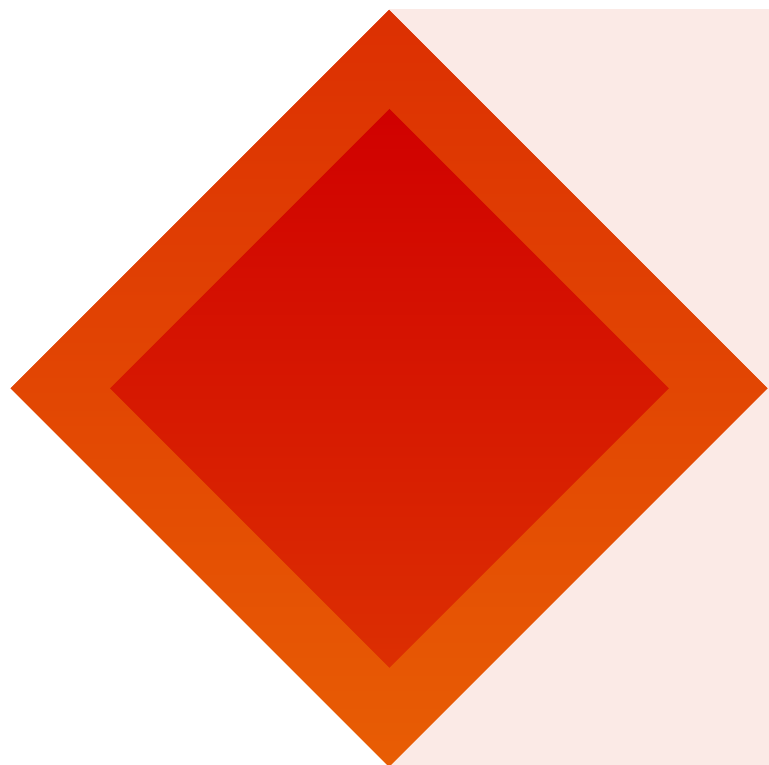
בדיקת הכרה:
- מילולית - פנייה למטופל
- פיזית - צביטת שרירי הטרפז בשקע
שבין הכתף לצוואר



לא כל מחוסר הכרה, זקוק להחייאה
ייתכן והוא ישן, צרך מנת יתר וכו' ולכן...

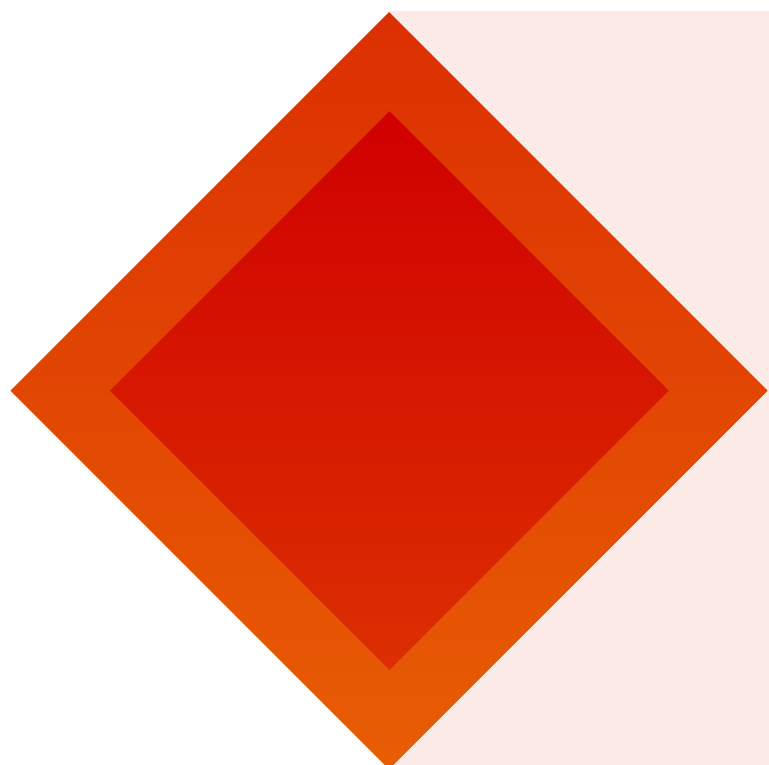


בדיקת נשימה:
- התרשמות מהירה ממצב נשימה.
- נחשוף את בית החזה של המטופל, ננסה
לזהות עליה של בית החזה סימן לכניסת אוויר
ובמקביל ננסה לשמוע ולהרגיש כניסת ויציאת
אוויר מהפה ומהאף.



אם המטופל נושם

- נטה את המטופל לצד
- נוודא שמירה על נתיבי אוויר פתוחים
- נזעיק עזרה לצורך מתן טיפול מציל - חיים ברמת חובש ומעלה



אם המטופל אינו נושם

הזעקת עזרה + לחפש דפיברילטור מפעם - חיבורו יעשה בהקדם להישמע להוראות הקוליות של המפעם ולפעול על פיהן - בלי לפגוע ברצף העיסויים!
ביצוע עיסויי חזה.

ביצוע עיסויי חזה למטופל מחוסר הכרה שאינו נושם

או אינו נושם בצורה תקינה

- התמקמות לצד המטופל, בתנוחה נוחה
- נניח את כפות הידיים על בית החזה, מרפקים נעולים.
- מיקום: קו הפטמות, מרכז בית החזה
- כ-100-120 לחיצות בדקה, כ-2 לחיצות בשנייה
- עומק הלחיצה: 5-6 ס"מ (בעומק של כ $\frac{1}{3}$ מעומק בית החזה)
- הרפייה: יש לאפשר חזרה של בית החזה בתום כל לחיצה

במצב האידיאלי, יש לשאוף לבצע עיסויים ללא הפסקה, עם הקפדה על החלפת מעסה כל 2 דקות.



יחידה 7

מנשר מד"א - היערכות מוקדמת לחירום





יחידה 8

בואו נהיה מוכנים

01

מצגת זו אינה מקנה סמכויות
טיפול מעבר למה שרשאי ומסוגל
לבצע כל אזור במדינה.
קיימת חובה לסייע ולהגיש עזרה
ראשונה המוטלת על כל אזור
במדינה.

02

בהזדמנות זו,
מומלץ מאוד, למי שמעוניין ומסוגל
לפנות למד"א - ארגון ההצלה
הלאומי, ולברר באגף ההדרכה
לגבי קורסים מתקדמים החל
מהחייאה בסיסית - 4 שעות, ועד
קורס חובשים ונהגי אמבולנסים -
213 שעות .

03

מלבד הגשת עזרה ראשונה
ברמת טיפולים מצילי חיים, יש גם
חשיבות רבה לסיוע נפשי ותמיכה
בנפגעי חרדה בזירות אסון.

התנהלות נכונה
מתייחסת לכל
אירוע בכמה
מישורים, החל
מרמת דירה
ומשפחה, דרך רמת
קומה בבניין, מקטע
רחוב, שכונה וכו'.

הכנת הציוד צריכה להיות תואמת לסיטואציה - שתפו את בני המשפחה, השכנים וכו'.

החליטו מראש על בעלי תפקידים - לשכנים שלנו יש כל מיני מיומנויות והכשרות מגוונות בתחומי הרפואה והפארא-רפואה רוקחים, תזונאים, פיזיותרפיסטים וכו'.

מומלץ מאוד להכיר את הציוד הזמין, תרגול ומחשבה מוקדמים מצמצמים את מרווח הטעויות ומשפרים את היכולות שלנו לתפקד ברמה הטובה ביותר ברגע האמת.

לכל ציוד יש תאריך תפוגה, מומלץ לנהל רשימת מלאי ומעקב אחרי פגות תוקף של ציוד מתכלה כולל פדי גזה, תחבושות, חוסמי עורקים וכו'.

תודה רבה על ההקשבה



EMERGENCY
ISRAEL

