

سدرة للطب يقدم لأولياء الأمور نصائح للحفاظ على السلامة أثناء التخييم

04 ديسمبر 2019، الدوحة، قطر – يتعرض الكثير من الأطفال والمراهقين في قطر كل عام لإصابات متعلقة بموسم التخييم.

وفي هذا الصدد، يقول الدكتور أسامة الكناني، الطبيب المعالج في قسم طوارئ الأطفال في **سدرة للطب**: "لقد بدأنا نشهد زيادة في عدد الأطفال القادمين إلى قسم الطوارئ بسبب تعرضهم لإصابات تتعلق بالتخييم أصيبوا بها إما في موقع التخييم أو في الطريق من المخيم أو إليه. وتُعد الإصابات الناتجة عن ركوب الدراجات رباعية العجلات، المعروفة بالمركبات الصالحة لجميع الطرق، أكثر الإصابات خطورة لدى المراهقين".

"ويمكن للمركبات الصالحة لجميع الطرق أن تسبب إصابات خطيرة في الرأس أو الأطراف أو العنق أو البطن في حال استخدامها من قبل غير المتمرسين ودون تطبيق إجراءات السلامة اللازمة. لقد رأينا حالات لأطفال تسببت الحوادث في دفع أجسامهم خارج الدراجة وآخرين يعانون من كسور في العظام أو إصابات داخلية بسبب انقلاب المركبة فوق أجسادهم". وأضاف د. الكناني: "ويلزم إخضاع هؤلاء الأطفال لفحوصات أشعة متعددة أثناء وجودهم في قسم طوارئ الأطفال ويتم إدخالهم كمرضى داخليين لضمان مراقبة تطورات حالاتهم".

وتشمل إصابات التخييم الأخرى الشائعة لدى الأطفال التي يتم إبلاغ قسم طوارئ الأطفال بها ما يلي:

- الإصابات الناتجة عن عدم استخدام الأطفال لمقعد السيارة،
- إصابات الحروق الناتجة عن نيران المخيمات أو سوء استخدام الأدوات،
- إصابات الأقدام الناتجة عن وطء الأجسام الحادة مثل الحجارة أو الأشواك بالأقدام العارية،
- قرصات أو عضات الحشرات أو العناكب أو الحيات أو العقارب،
- الكسور أو الالتواءات نتيجة التعثر أو الانزلاق أو السقوط على الأرض،
- الإصابات المتعلقة بالماء في إطار أنشطة الغمر تحت الماء جراء الإشراف على الغرق أو التعرض للسعات قنديل البحر،
- الجفاف نتيجة التعرض للشمس أو عدم تناول الماء بكميات كافية،
- التسمم بغاز أول أكسيد الكربون.

وبينما لا تعد جميع الإصابات على نفس الدرجة من الخطورة، فإن بعض الإصابات الخطيرة قد تؤدي إلى إعاقات طويلة الأمد أو إلى الوفاة. ويجب على أولياء الأمور التأكد من حماية أطفالهم باستمرار من إصابات الرأس التي تعد أيضاً شائعة جداً بين الشباب المشاركين في أنشطة التخييم الذين هم أكثر عرضة لاختلال التوازن بسهولة. ويُنصح أولياء الأمور بالتفكير جدياً في توفير أدوات الوقاية لأطفالهم مثل الخوذات والأحذية والملابس المناسبة قبل خروجهم إلى التخييم.

ويقدم قسم الطوارئ بسدرة للطب بعض النصائح لأولياء الأمور من أجل تجربة تخييم أكثر سلامة:

- ارتد حزام الأمان دائماً وتأكد من تثبيت أطفالك جيداً في مقاعدهم.

- المركبات الصالحة لجميع الطرق معدة ليقودها الأطفال المدربون الذين تزيد أعمارهم على ١٢ عامًا فقط؛ ويجب أن تخضع هذه المركبات للإشراف طوال الوقت بواسطة أحد البالغين ولا يسمح بقيادتها على طريق السيارات. تأكد دائمًا من ارتداء طفلك لخوذة وملابس طويلة الأكمام.
- خذ معك أدوات الإسعافات الأولية للمساعدة في التعامل مع الإصابات البسيطة. خذ معك قطرات العيون ومسكنات الألم مثل إيبوبروفين وباراسيتامول للأطفال.
- تأكد من شرب كميات كافية من الماء وتجنب البقاء في الشمس لفترات أطول من اللازم.
- حافظ على أطفالك دائمًا على مسافة آمنة من النيران خاصة عند إشعالها وعند استخدام السوائل القابلة للاشتعال.
- ينبغي أن يتواجد شخص بالغ يتمتع بمهارات سباحة جيدة دائمًا أثناء ممارسة الأطفال للسباحة.
- تحقق من تقارير المد والجزر ومن توجيهات حالة الرياح قبل الخروج للتخييم.
- احرص دائمًا على هز حذائك في الصباح - ليس فقط لأجل إسقاط الرمال المتجمعة فيه بل لأن العقارب تحب كثيرًا الزحف إلى داخل الأحذية أثناء الليل.
- احتفظ بهاتفك الجوال معك حتى يمكنك الاتصال برقم ٩٩٩ في حالات الطوارئ.

وجه د. الكنانى بعض النصائح قائلاً: "إذا تعرض طفلك لحروق، عرّض المنطقة المتأثرة بالحرق للمياه الباردة (ليس المثليحة) لمدة ٣٠ دقيقة على الأقل. ولا تضع أي كريمات أو زيوت أو معجون أسنان أو منتجات أخرى، بل استخدم الماء فقط. وأعطِ الطفل بعض مسكنات الألم مثل باراسيتامول أو إيبوبروفين، ثم توجه إلى أقرب قسم طوارئ إليك".

وتشيع حالات التسمم أيضًا بشكل كبير خلال موسم التخييم ويمكن أن تنتج عن أنواع عديدة من السموم أو استنشاق الدخان في الخيام سيئة التهوية. ولدى سدرة للطب خط مساعدة وطني للسموم - ٤٠٣١١١١ - مخصص لتقديم الاستشارات بشأن معالجة حالات التسمم لدى كل من الأطفال والبالغين. وتتاح الخدمة من الساعة التاسعة صباحًا حتى الواحدة بعد منتصف الليل طوال أيام الأسبوع ويمكن الاتصال بخط المساعدة المجاني فيما يتعلق بجميع حالات الإصابة بالتسمم.

وفي هذا السياق، قالت د. لينا أمين، مديرة مركز قطر للسموم: "إذا كان طفلك قد تعرض لعضة ثعبان أو عنكبوت أو تعرض للدغة عقرب أو قنديل البحر، فإننا نوصي بشدة بأن تبادر بالاتصال بمركز قطر للسموم. وسيوجهكم الصيادلة والأطباء الموظفون في خدمة الخط الساخن إلى الإسعافات الأولية والعلاج اللازمين لكل حالة".

وقدمت د. لينا بعض النصائح لأولياء الأمور فيما يتعلق بحالات التسمم الثلاث الأكثر شيوعًا:

- اسع للحصول على رعاية طبية عاجلة في حال تعرض طفلك للدغة عقرب أو عضة ثعبان. ويمكن لمركز قطر للسموم أن يوجهك بشأن بعض الخطوات الفورية التي يمكن اتخاذها قبل التوجه إلى قسم الطوارئ أو أثناء انتظارك وصول عربة الإسعاف. ومن الأمور المهمة التي يجب مراعاتها عدم تحريك الطرف أو عضو الجسم المصاب. ويجب نزع الأحذية أو الملابس الضيقة من على الطرف المتأثر.

لا تستخدم ضاغط إيقاف النزيف أو أي صورة من صور الشفط؛ أي لا تحاول مص السم خارجًا. وأيضًا لا تعرض مكان الإصابة للحرارة أو البرودة أو الكهرباء ولا تضع أي مواد. وصور الثعبان أو العقرب من مسافة آمنة إن أمكنك ذلك أو حاول تذكر لونه أو شكله حتى تتمكن من وصفه. فسيساعد هذا في العلاج.

- تسبب أغلب لسعات قنديل البحر إصابات طفيفة فقط ويمكن التدبير العلاجي للحالة بأمان في موقع حدوثها ودون الحاجة إلى رعاية الطوارئ. ويمكن لمركز قطر للسموم أن يوفر لكم أنسب تعليمات الإسعافات الأولية.

- أول أكسيد الكربون هو غاز عديم اللون والرائحة والطعم يمكن أن يسبب تسممًا شديدًا أو حتى الوفاة. ويمكن حدوث ذلك في حال استخدام الفحم أو الخشب أو مواقد الغاز أو السخانات غير الكهربائية أو مصابيح الكيروسين أو الشيشة داخل الخيام المغلقة في غياب التهوية المناسبة. وينبغي أن تكون على دراية بالأعراض المبيّنة للإصابة وتشمل الصداع غير الحاد أو الضعف أو الدوار أو القيء أو الغثيان أو الارتباك أو تغييم الرؤية أو فقد الوعي. وبإدراك تلقي الرعاية الطبية على الفور.

يتمنى فريق سدرّة للطب للجميع موسم تخييم شتويًا سعيدًا وآمنًا. للمزيد من المعلومات عن قسم طوارئ الأطفال أو مركز قطر للسموم، تفضلوا بزيارة www.sidra.org.

- انتهى -

نبذة عن سدرّة للطب:

يقدم مركز سدرّة للطب خدمات الرعاية الصحية المتخصصة للنساء والأطفال والياfeعين من قطر والعالم. وهو مركز طبي خاص تأسّس من أجل خدمة الصالح العام.

يتبنى المركز، الذي أنشأته مؤسسة قطر للتربية والعلوم وتنمية المجتمع، أفضل الممارسات المتبعة في مجالات التعليم الطبي، وبحوث الطب الحيوي والبحوث السريرية، والرعاية الصحية الفائقة للمريض وعائلته. وهذا المزيج الفريد يجعل مركز سدرّة للطب أحد المؤسسات الصحية القليلة في العالم التي تتبنى مفهوم الطب الشخصي في فلسفته المتعلقة بالعلاج والرعاية.

يقدم مركز سدرّة للطب خدمات رعاية صحية متخصصة وشاملة للأطفال والياfeعين في قطر، إلى جانب الرعاية الصحية المتعلقة بطب النساء والأمومة. وتشمل تخصصات الأطفال الفريدة في المركز أمراض القلب والجهاز العصبي والمسالك البولية وجراحة الوجه والجمجمة، وغيرها. كما يقدم العلاج والرعاية للنساء الحوامل اللاتي تعاني أجتتهن من مضاعفات صحية.

يعد التطور والحدّثة الفائقة التي يتميز بها المركز شهادة على ما تتمتع به دولة قطر من روح رياضية والتزام متواصل بالتنمية البشرية والاجتماعية.

للحصول على خدمات الرعاية الصحية في مركز سدرّة للطب والتعرف على مساهمتنا في مجال الرعاية الصحية والتعليم والبحوث على المستوى العالمي، يرجى زيارة الموقع الإلكتروني: www.sidra.org