

كيف تعتني بطفلك الذي تعرض لإصابة الغمر

ستزودك هذه النشرة بمعلومات عن أسباب إصابات الغمر وأعراضها وتشخيصها وعلاجها ونصائح العناية في المنزل.



ما هي إصابات الغمر؟

يحدث الغمر عندما يعاني طفلك من صعوبة في التنفس نتيجة بقائه تحت أي نوع من السوائل، وعادةً ما يكون الماء.

ما هي أسباب إصابات الغمر؟

تقع معظم الإصابات بسبب عدم خضوع الأطفال الرضع والأطفال الصغار لمراقبة كافية قرب مصادر المياه، فعلى سبيل المثال (حوض الاستحمام ودياء الماء وحمامات السباحة).

ما هي أعراض إصابات الغمر؟

- بعد الإصابة، يمكن أن تظهر الأعراض التالية على طفلك:
- يكون فاقدًا للوعي في البداية
 - يبدو مشوشًا
 - يكون نمط تنفسه مضطربًا أو يعاني من صعوبة في التنفس
 - يزرق وجهه أو جسده
 - يعاني من كحة شديدة
 - يرتعش بسبب انخفاض درجة حرارة جسده
 - يظهر حركات غير طبيعية (تشنجات) بسبب نقص نسبة الأكسجين في الجسم
 - الرغبة في التقيأ بعد الإصابة

كيف تشخص إصابة الغمر؟

سيطرح الطبيب عليك بعض الأسئلة حول صحة طفلك وسيفحصه، ثم سيقدر ما إذا كان بحاجة إلى مزيد من الفحوصات أو اختبارات الدم.

كيف تعالج إصابة الغمر؟

- تعتمد خطة العلاج على شدة إصابة الغمر، وهي تختلف من حالة إلى أخرى.
- يجب نزع الملابس المبللة وتدفئة الطفل ببطانيات حرارية.
- بعد التقييم الأولي، سيبقى طفلك تحت الملاحظة لبعض الوقت في المستشفى.
- إن لم يكن هناك ما يثير القلق بعد فترة الملاحظة تلك، فسيُرخص طفلك إلى المنزل بأمان.
- يرجح أن يمكث الأطفال الذين يظهرون أعراضًا مقلقة لفترة ملاحظة أطول في المستشفى.
- قد تشمل بعض خيارات العلاج:
 - o التزويد بالأكسجين عند الحاجة ودعم التنفس لمساعدة الطفل على التنفس.
 - o إجراء اختبارات الدم وتصوير الصدر بالأشعة السينية

نصائح العناية المنزلية

تدابير الوقاية في المنزل

- تعد الوقاية الوسيلة الأكثر فاعلية لتقليل الإصابات الناجمة عن الغمر في الماء.
- يرجى اتباع خطوات السلامة هذه في المنزل:
 - o تأكد من وجود إشراف بالغين كافٍ في جميع الأوقات بالقرب من مصادر المياه (حوض الاستحمام وحمامات السباحة والبحيرات ودلاء الماء).
 - o تأكد من تركيب سور حول الجهات الأربعة لحمامات السباحة السكنية.
 - o أفرغ أحواض الاستحمام أو دلاء الماء بعد الاستعمال. إن كان طفلك عرضة لعوامل الخطر، مثل نوبات التشنج، فاستعمل دش الاستحمام عوضًا عن حوض الاستحمام واجعل الوصول إلى داخل الحمام سهلًا في جميع الأوقات.
 - o استعمل سترات النجاة أثناء السباحة.
 - o تأكد دائمًا من توفر إشراف بالغين مباشر أثناء دروس السباحة.
 - o يوصى دائمًا بتعلم مهارات أساسيات الإنعاش القلبي الرئوي وبدء الإنعاش في مكان حدوث الإصابة.

الملاحظة في المنزل

- لاحظ ظهور أي علامات تدهور على طفلك مثل:
 - اضطراب السلوك
 - صعوبة التنفس
 - حركات غير طبيعية أو التشوش

اذهب إلى قسم الطوارئ إن حدث التالي لطفلك:

- ظهرت عليه أي علامات لصعوبة التنفس (سرعة التنفس أو ضحاليته أو عدم انتظامه).
- تغير في حالته العقلية (أي التشوش) أو أظهر حركات غير طبيعية (أي التشنج).
- شكى من سرعة ضربات القلب أو ألم الصدر أو فقدان الوعي.
- ارتفعت درجة حرارته.
- تغير في حالته العقلية (أي التشوش) أو أظهر حركات غير طبيعية (أي التشنج).
- شكى من سرعة ضربات القلب أو ألم الصدر أو فقدان الوعي.
- ارتفعت درجة حرارته.