

# انقاذ الغريق

ا. د مصطفى حسن عبد الكريم  
ا. د امجاد عبد الحميد بدر الماجد



# طرق انقاذ الغريق:

- ان كثيراً من المنظمات الانسانية قد تعاملت بهذا المجال وبمختلف الاشكال.
- ان منظمات الانقاذ العالمية والتي ترتبط بالاتحاد الدولي للإنقاذ الممولة من قبل اللجنة الاولمبية الدولية لها منهاجها الخاص في تعليم الانقاذ والاسعافات الاولى وتنظيم البطولات الاقليمية والعالمية في الانقاذ.
- كون ان الفرد قد تعلم مهارة السباحة واجادها، كان عليه ان يتعلم كيفية طرق الانقاذ والتي يمكن ان نتعرف عليها من خلال المفاهيم المدرجة ادناه:



## حالات الغريق:

يقصد بحالات الغريق هي التي قد تسبب بعض الخطورة على ممارسي السباحة في احواض السباحة او الانهار وهي:

- 1. الذي لا يجيد السباحة: حيث يكون خائفاً، ومضطرباً ولا يستطيع ان يسبح لمسافة طويلة مع امكانية طوفانه على الماء.



2. السباح الذي يجيد السباحة وتعرض الى جرح: والذي قد يحاول مسك او تغطية المكان المجرّوح او الذي تعرض الى حادث.



3. السباح فاقد الوعي: والذي قد يكون تماماً تحت سطح الماء او فوق سطح الماء ولا يتنفس وفي بعض الاحيان يكون الغريق لايزال على قيد الحياة ولكنه لا يستطيع رفع رأسه للصراخ او طلب النجدة، فيجب على المنقذ ان يكون ملماً بجميع هذه الحالات ليكون مستعداً للبدء بعملية الانقاذ.

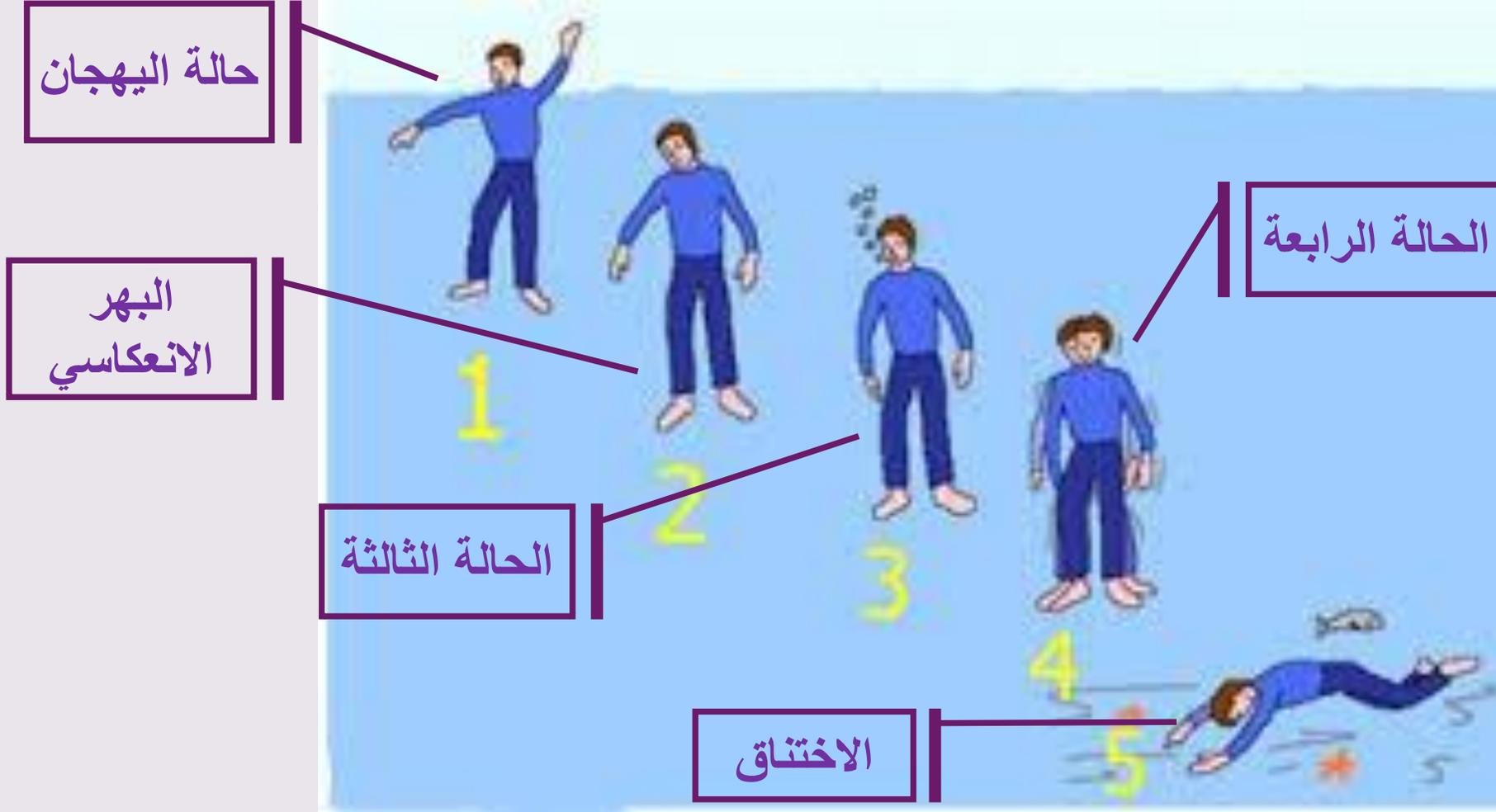


**مراحل الغرق:** هناك خمس مراحل للغرق و قد تختلف هذه المراحل من شخص لآخر و حسب عمر الشخص و ظروف الغرق و كل مرحلة تتلو التي سبقتها إذا لم تتم عملية الانقاذ وهي بشكلٍ عام :

- المرحلة الاولى (الهيجان) : الشخص في هذه المرحلة، يتخبط في الماء و يطلب النجدة، بعدها تتعب عضلاته و تخر قواه، و يبدأ في ابتلاع الماء. بعد عدة مقاومات يهوي تحت الماء ثم يفقد الوعي.
- المرحلة الثانية (البهر الانعكاسي) : بعد ملامسة الماء للحنجرة ،يقاوم الجسم بشكل انعكاسي دخول الماء الى المجاري الهوائية بأغلاق المزمار ووقف عملية التنفس كلياً.
- المرحلة الثالثة: بعد دقيقة تقريبا، يفتح المزمار المسالك الهوائية، فتشهق الضحية بعمق لتسحب معها كمية كبيرة من الماء.
- المرحلة الرابعة: تتميز هذه المرحلة بظهور تشنجات، يليها توقف التنفس كلياً، ليتبعه بعد دقيقتين او ثلاثة، توقف النبض كذلك.
- المرحلة الخامسة (الاختناق): يستقر الجسم في القاع ليطفو بعد عدة ايام.
- مدة هذه المراحل كلها، تتراوح ما بين 5 و 7 دقائق تقريبا.



# صورة توضح مراحل الغرق



# طريقة الإنقاذ:

لغرض القيام بعملية الإنقاذ يجب اتخاذ الإجراءات الآتية:-

- 1. تقدير الموقف العام : هو التأكد من إمكانية إجراء الانقاذ وحساب الطرق الممكن الوصول الى الغريق والادوات المتوفرة للإنقاذ (كالحبال والعصا والطوافات... وغيرها).



2- تقدير حالة الغريق: بمعنى المعرفة السريعة لطبيعة الغريق (رجل او امرأة) وهل ان هناك أخطار او موانع تحت سطح الماء تمنع المنقذ من الوصول الى الغريق وهل ان الغريق قادر على تنفيذ تعليمات المنقذ، فضلا عن معرفة حالته الحالية (مغمى عليه او لازل واعيا) لان معرفة هذه النقاط هي ضرورية لسلامة المنقذ والغريق على حد سواء.

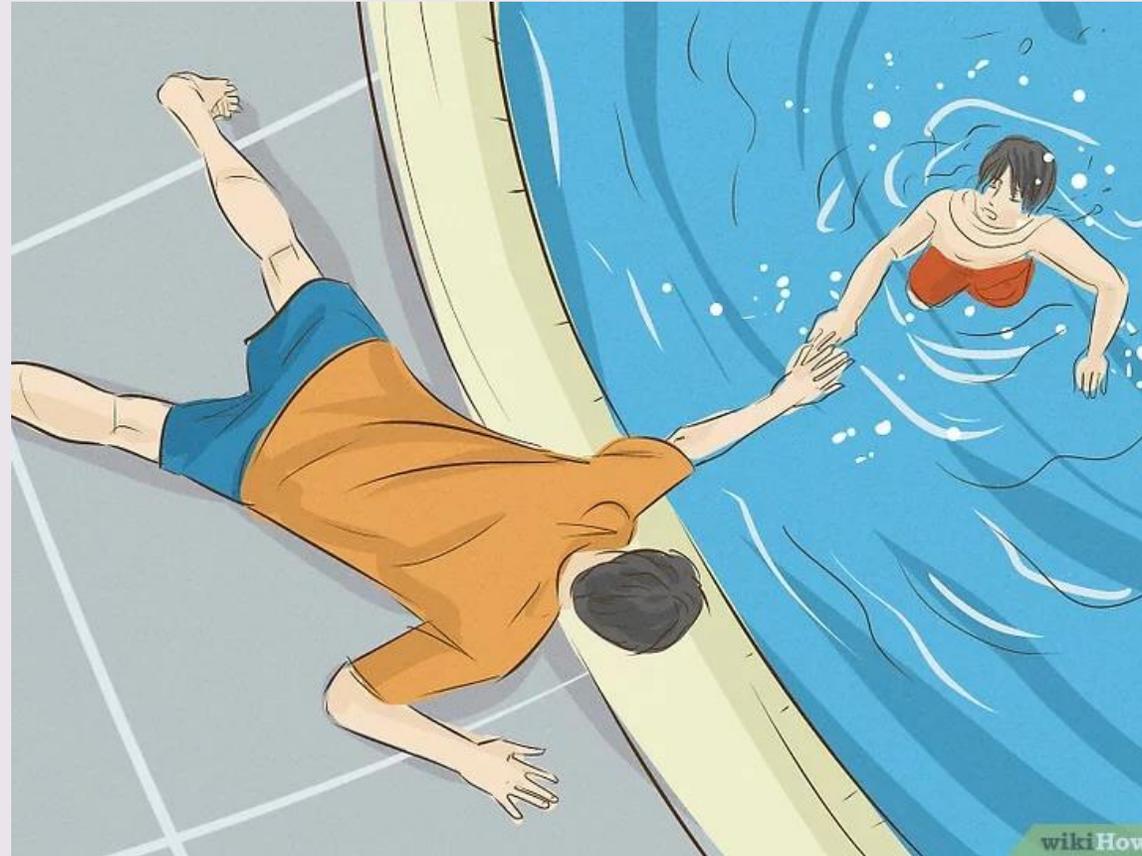


**3. التنفيذ:** وهو الإجراء الأخير الذي يقوم به المنقذ بعد اتخاذ التدابير المذكورة اعلاه، مع الاخذ بنظر الاعتبار لأي طارئ يمكن أن يغير المنقذ من البدء بالتنفيذ وذلك لسلامته الشخصية. ويتصل بإجراء التنفيذ ما يأتي:

■ **اولا : أخبار الغريق بان هناك مساعدة في طريقها إليه.**



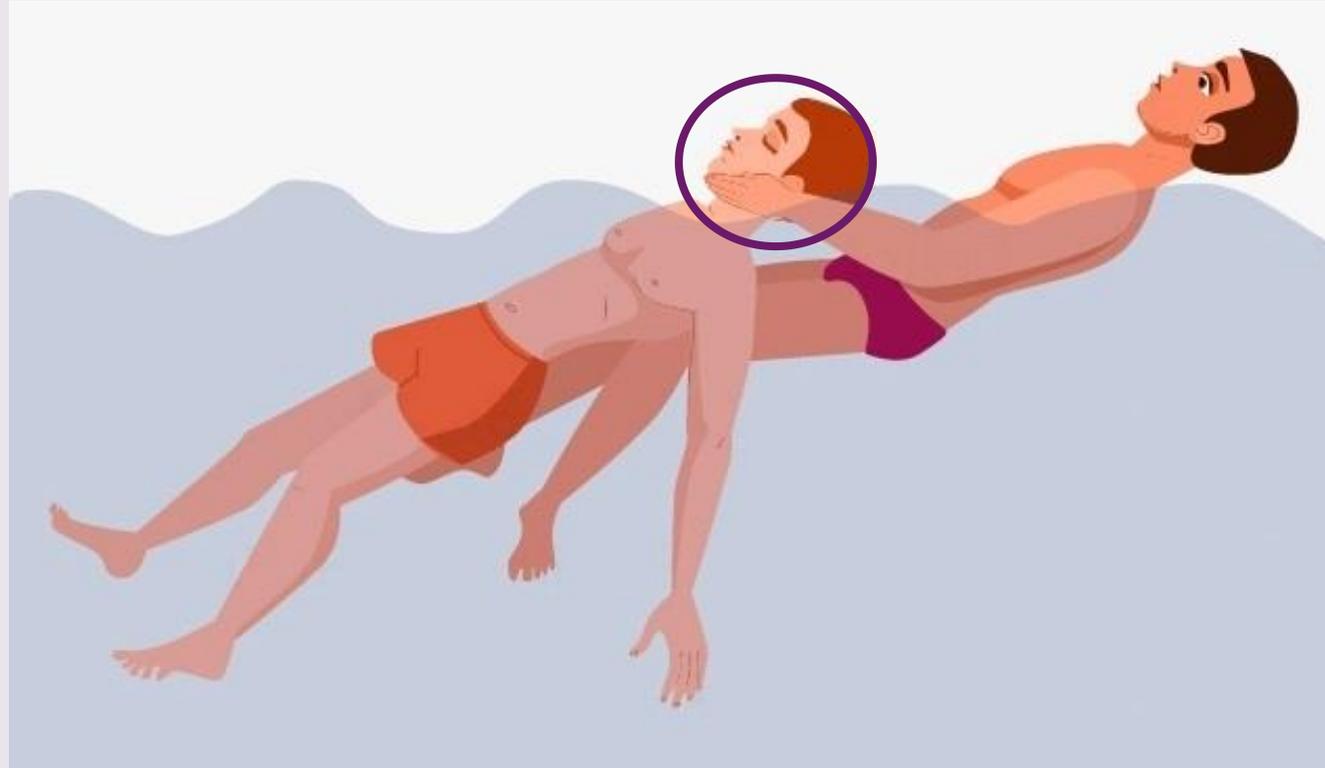
**ثانياً:** على المنقذ قدر الإمكان تقديم المساعدة وهو على اليابسة، وذلك باستخدام الوسائل المتيسرة في مكان الحدث، كوسائل الانقاذ العائمة أو الحبال أو العصا. وعند عدم استطاعة المنقذ تقديم المساعدة وهو على الأرض يقوم بالأجراء الأخير وهو الدخول الى الماء والاقتراب من الغريق بمسافة معينة وتطبيق قواعد الانقاذ.



**ثالثاً: الانقاذ بدون الاتصال بالغريق:** وهي من طرق الانقاذ الخاصة بالغريق وهو في حالة الوعي وقادراً على تحريك ذراعيه بنفسه، حيث يمكن الاتصال به عن طريق رباط او منشفة او طوافة، ومن ثم مساعدته للوصول الى الشاطئ، واذا لم تكن هناك وسيلة فيجب الاقتراب من الغريق من جانب الخلف ومسكه من الشعر او الرقبة، مع إعطائه توجيهات بعدم محاولة مسك المنقذ او محاولته الدوران باتجاه المنقذ، وجميعها محاولات لا إرادية تصدر من قبل الغريق عندها يجب تطمينه وضرورة تنفيذ التعليمات.



رابعاً: انقاذ الغريق فاقد الوعي: فاذا كان الغريق مغمى عليه فأن وسائل الانقاذ سوف لا تكون مجدية، حينها يجب على المنقذ مسك الغريق من منطقة الحنك بحيث يكون كف المنقذ اسفل الحنك مع رفعه قليلاً الى الاعلى لمساعدته على التنفس، وفي هذه الحالة يكون الغريق مستلقيا على ظهره ووجهه للأعلى، ومن ثم السباحة ولغاية ايصاله الى اليابسة



في نهاية المحاضرة نشكر حضوركم واصغائكم اليها مع  
تمنياتنا بالسلامة للجميع  
خليك بالبيت

