

ماذا أفعل عندما يعاني صديقي من نوبة ربو

ماذا ترى؟

أعراض خطيرة/تهدد الحياة

- معدل التنفس السريع
- رفع الجزء العلوي من الجسم
- عدم القدرة على التحدث بجمل كاملة
- تغير لون الجلد أو الشفاه
- الضيق/الارتباك



الإجراءات

- اطلب من صديق/قريب الاتصال على الرقم 999 (سيارة إسعاف)
- كن هادئاً، واثقاً، مطمئناً
- إذا استخدموا جهاز الاستنشاق الأزرق للتخفيف:
 - إعطاء نفخة واحدة من بخاخ التخفيف (الأزرق) كل 30 ثانية من خلال فاصل
 - رجّ جهاز الاستنشاق قبل كل نفخة
 - قم بإعطاء نفس واحد في كل مرة مع 10 أنفاس لكل نفس وانتظر وصول سيارة الإسعاف
- إذا كانوا يستخدمون جهاز استنشاق MART للتخفيف:
 - اطلب منهم أن يأخذوا نفساً أو اثنين من جهاز الاستنشاق الخاص بهم.
 - استمر في القيام بذلك كل 2-3 دقائق حتى يصلوا إلى الحد الأقصى لعدد المصات حتى يشعروا بالتحسن
 - شجعهم على ممارسة معدل تنفس طبيعي إذا كانوا قادرين على ذلك.

أعراض خفيفة/متوسطة

- سعال
- أزيز
- ضيق في التنفس
- ضيق/ألم في الصدر
- ألم في البطن
- ليس نشطاً/هادئاً



الإجراءات

- كن هادئاً ومطمئناً
- شجعهم على الجلوس وخلع ملابسهم إذا لزم الأمر
- اتبع النصائح الموجودة في خطة عمل الربو الخاصة بهم:
 - إذا استخدموا جهاز الاستنشاق الأزرق للتخفيف:
 - § أعطه نفثتين من البخاخ الأزرق عبر فاصل، نفثاتلو الآخر. تأكد من رجّ البخاخ بين كل نفثتين.
 - § استمر في القيام بذلك كل 10 دقائق، إذا كانت هناك أعراض أخرى، حتى يصل إجمالي النفخات إلى 6 نفخات.
 - إذا كانوا يستخدمون جهاز استنشاق MART للتخفيف:
 - § اطلب منهم أن يأخذوا نفساً أو اثنين من جهاز الاستنشاق الخاص بهم.
 - § استمر في القيام بذلك كل 2-3 دقائق حتى يصلوا إلى الحد الأقصى لعدد المصات حتى يشعروا بالتحسن
 - شجعهم على ممارسة معدل تنفس طبيعي إذا كانوا قادرين على ذلك.



هل هم يستجيبون؟

نعم

الإجراءات

- اتركها لمدة 15-20 دقيقة تحت مراقبة شخص بالغ
- إذا شعروا بالقدرة على ذلك، فيمكنهم العودة إلى أنشطتهم الطبيعية
- إذا عادت الأعراض بعد 4 ساعات، كرر ذلك واطلب منهم مراجعة الطبيب

لا