

## معاینه مصدوم

پس از گرفتن شرح حال و پرسش درباره علایم مصدوم، باید شخص را به طور مفصل مورد معاینه قرار دهید. طی این اقدام، ممکن است مجبور به حرکت دادن مصدوم یا خارج کردن لباس‌های وی باشید، اما اطمینان حاصل کنید که او را بیش از حدی که واقعاً ضروری است، حرکت نمی‌دهید. همیشه، معاینه را از سر شروع کنید و به سمت پایین ادامه دهید؛ این روش «سر تا پا» هم به خوبی به خاطر سپرده می‌شود و هم کامل و جامع است.

### ارزیابی سر تا پا

(۱) دست‌های خود را به دقت روی پوست سر حرکت دهید تا هر گونه خونریزی، تورم یا فشردگی را که ممکن است نشانه شکستگی احتمالی باشد، لمس کنید. در صورتی که مشکوک به آسیب گردنی هستید، مراقب باشید که مصدوم را حرکت ندهید.

(۲) از راه هر دو گوش و به طور واضح با مصدوم صحبت کنید تا بفهمید که آیا به شما پاسخ می‌دهد و یا می‌تواند بشنود. هریک از گوش‌ها را از لحاظ خروج خون یا مایع زلال (یا هر دو) بررسی کنید. این ترشحات می‌توانند نشانه‌های آسیب در داخل جمجمه باشند.

(۳) هر دو چشم را معاینه کنید. توجه کنید که آیا هر دو چشم باز هستند یا خیر. به اندازه مردمک‌ها توجه کنید، آیا اندازه آنها برابر است (همان‌طور که باید باشد) و آیا به نور واکنش نشان می‌دهند (وقتی نور روی مردمک‌ها می‌افتد، باید تنگ شوند). در سفیدی چشم‌ها به دنبال اجسام خارجی، خون یا کبودی بگردید.

(۴) بینی را هم مثل دو گوش از نظر وجود ترشحات بررسی کنید. هریک از سوراخ‌های بینی را از نظر خروج خون یا مایع زلال (یا ترکیب این دو) معاینه کنید. هریک از این ترشحات می‌تواند به معنای آسیبی در داخل جمجمه باشد.

(۵) به سرعت، عمق و نوع تنفس (راحت یا سخت، صدادار یا آرام) توجه کنید. به بوی تنفس توجه کنید. داخل دهان را به آرامی نگاه و لمس کنید و دنبال هر چیزی که ممکن است راه تنفسی را مسدود کند، بگردید. اگر مصدوم دندان مصنوعی دارد و این دندان‌ها سالم هستند و در محل خود قرار دارند، به آنها دست نزنید. به دنبال زخم در دهان یا نامنظمی در دندان‌ها بگردید. لب‌ها را از نظر سوختگی بررسی کنید.

(۶) به رنگ، درجه حرارت و وضعیت پوست توجه کنید: آیا پوست مصدوم، رنگ پریده، برافروخته یا خاکستری - آبی (کبود) است؟ آیا گرم یا سرد، خشک یا مرطوب است؟ به عنوان مثال، پوست رنگ پریده، سرد و عرق کرده به معنای شوک است؛ صورت گرم و برافروخته، حاکی از تب یا ضعف ناشی از گرما است. تهرنگ آبی نشانه کمبود اکسیژن است؛ این نشانه را خصوصاً در لب‌ها، گوش‌ها و صورت جستجو کنید.

(۷) لباس‌های پوشاننده گردن مصدوم را شل کنید و به دنبال نشانه‌هایی مثل پلاک حاوی هشدار طبی یا یک سوراخ به جا مانده از عمل جراحی (دریچه) در راه‌های تنفسی بگردید. دست‌های خود را به ملایمت در طول ستون فقرات

(از قاعده جمجمه به سمت پایین تا جایی که امکان دارد) بدون بهم زدن وضعیت مصدوم، حرکت دهید؛ به هر گونه نامنظمی، تورم یا حساسیت در لمس توجه کنید.

۸) از مصدوم بخواهید که نفس عمیقی بکشد و دقت کنید که آیا قفسه سینه به طور یکنواخت، راحت و یکسان در دو طرف، باز می شود یا خیر. قفسه سینه را برای بررسی وجود تغییر شکل، نامنظمی یا حساسیت و درد، لمس کنید. از مصدوم بپرسید که آیا ضمن تنفس، احساس غرغژ دارد و صداهای غیرطبیعی را سمع کنید. دقت کنید که آیا مصدوم ضمن تنفس درد دارد یا خیر. به دنبال خونریزی بگردید.

۹) با ملایمت هر دو استخوان ترقوه و شانه‌ها را لمس کرده، هرگونه تغییر شکل، نامنظمی یا حساسیت در لمس را مدنظر قرار دهید.

۱۰) از مصدوم بخواهید که اندام بالایی خود را در هریک از مفاصل آرنج، مچ و مفاصل انگشتان، تا و سفت کند و از این طریق حرکات این مفاصل را بررسی کنید. حس انگشتان مصدوم را از نظر طبیعی بودن کنترل کنید و دقت کنید که آیا وی احساس غیرطبیعی در اندام‌هایش دارد یا خیر. به رنگ انگشتان توجه کنید: اگر نوک انگشتان رنگ پریده یا خاکستری - آبی باشند، احتمالاً مشکلی در گردش خون وجود دارد. محل‌های تزریق با سوزن را در روی ساعد جستجو کنید و به دنبال دستبند حاوی هشدار طبی بگردید. نبض مصدوم را در ناحیه مچ یا گردن بگیرید.

۱۱) اگر حرکات اندام‌ها مختل شده یا حس آنها از بین رفته است، برای معاینه ستون فقرات مصدوم را جابه‌جا نکنید زیرا این نشانه‌ها به معنای آسیب نخاع هستند. در غیر این صورت، دست خود را به ملایمت به پشت مصدوم برده، با لمس ستون فقرات در طول آن، به دنبال تورم یا حساسیت در لمس بگردید.

۱۲) برای یافتن شواهدی از خونریزی و تشخیص سفتی دیواره عضلانی شکم یا وجود حساسیت در لمس آن، به آرامی شکم مصدوم را لمس کنید.

۱۳) دو طرف استخوان لگن را لمس کرده، با حرکت دادن لگن به طور ملایم، به دنبال نشانه‌های شکستگی بگردید. لباس‌های مصدوم را از نظر وجود شواهدی از بی‌اختیاری ادرار یا مدفوع یا خونریزی از سوراخ‌های بدن، کنترل کنید.

۱۴) از مصدوم بخواهید که هریک از اندام‌های پایینی خود را به نوبت بلند کند و مچ پا و زانوی خود را حرکت دهد. با مشاهده اندام و لمس آن، به دنبال خونریزی، تورم، تغییر یا حساسیت در لمس بگردید.

۱۵) حرکات و حس انگشتان پا را بررسی کنید. به رنگ پوست انگشتان نگاه کنید: پوست خاکستری - آبی می‌تواند نشانه‌ای از مختل شدن گردش خون یا آسیب ناشی از سرما باشد.