



مدينة الملك فهد الطبية
King Fahad Medical City



التسمم بأول أكسيد الكربون

Carbon Monoxide
Poisoning

التسمم بأول أكسيد الكربون (CO):

هو حالة مهددة للحياة، ويحدث عندما تتعرض وتتنفس لمستويات عالية من ثاني أكسيد الكربون، ويمكن أن يتراكم أول أكسيد الكربون في جسمك ويحل محل الأكسجين وقد يتضرر دماغك وأعضائك وأنسجتك بسبب نقص الأكسجين.

قد يكون التسمم بأول أكسيد الكربون خفيفاً أو شديداً. يعتبر ثاني أكسيد الكربون غاز سام لا يمكنك رؤيته أو تذوقه أو شمّه.



أين يوجد أول أكسيد الكربون؟

- الدخان الناتج عن الحرائق.
- الأجهزة أو المعدات المعيبة، مثل الفرن أو سخان المياه أو موقد الغاز أو موقد الحطب أو الموقد.
- الأدوات أو المركبات أو الآلات التي تعمل بالغاز المستخدمة في مناطق سيئة التهوية، مثل شواية الشواء أو منشار السلسلة.
- الأجهزة غير المخترقة مثل سخانات البروبان أو الشوايات أو الفوانيس المستخدمة داخل منزل أو مقطورة أو خيمة.
- العادم من السيارات أو المركبات الأخرى.

ما الذي يزيد من مخاطر إصابتي بالتسمم بأول أكسيد الكربون؟

- ❖ كبر السن.
- ❖ أمراض القلب وأمراض الأوعية الدموية وفقر الدم المنجلي ومشاكل الرئة.
- ❖ الحمل.
- ❖ تدخين السجائر.
- ❖ العمل الذي يستخدم معدات أو مواد كيميائية تنتج أول أكسيد الكربون.



اتصل بالهلال الأحمر على الرقم **997** إذا:

- كان لديك ألم في الصدر أو ضربات قلب غير منتظمة أو سريعة.
- كنت أنت أو أي شخص قريب منك مصاب بنوبة تشنج أو فاقد للوعي.

- كنت تعاني من صعوبة في التنفس أو تتنفس بشكل أسرع من المعتاد.
- تشعر وكأنك ستصاب بالإغماء.
- تشعر بالضعف أو صعوبة في الحركة أو تعاني من آلام عضلية شديدة.



اتصل بطبيبك إذا:

- كنت تشعر بالدوار.
- كان لديك صداع أو غثيان.
- كانت الرؤية غير واضحة.
- لديك أسئلة أو مخاوف بشأن حالتك أو رعايتك.

انتبه:

يمكن أن يبدو التسمم بأول أكسيد الكربون مثل الأنفلونزا، يجب فحص أي شخص قد تعرض لغاز أول أكسيد الكربون من قبل مقدم الرعاية الصحية.

الخطوات التي يجب اتخاذها إذا تعرضت أو أي شخص آخر لمصدر ثاني أكسيد الكربون:

- انتقل إلى الهواء الطلق: إذا كان ذلك ممكنًا بأمان، أغلق مصدر غاز أول أكسيد الكربون أو انتظر حتى يساعدك أحد المحترفين إذا لم تتمكن من القيام بذلك بأمان.
- اتصل على **997**: اشرح متى حدث التعرض والمدة التي تعتقد أنها استمرت.
- ابدأ الإنعاش القلبي الرئوي: إذا لزم الأمر وتم تدريبك على كيفية القيام بذلك. قد تكون هناك حاجة إلى الإنعاش القلبي الرئوي إذا كان الشخص لا يتنفس.

كيف تمنع التسمم بأول أكسيد الكربون؟

- قم ب تثبيت كاشف أول أكسيد الكربون في كل منطقة نوم في منزلك، ضعه على ارتفاع 5 أقدام فوق الأرض وبعيداً عن المواقف، قم بتغيير البطاريات مرتين كل عام.

- افحص المدخنة أو الفرن أو مواقد الحطب، تحقق من وجود أي اعطال كل عام قبل استخدامها.
- كن حذرا مع أجهزة الغاز، لا تستخدم الشوايات أو السخانات التي تحرق الوقود داخل منزلك أو الأماكن المغلقة الأخرى، لا تستخدم موقد الغاز لتدفئة منزلك. تأكد من تهوية الأجهزة بشكل صحيح.
- لا تدع السيارات تعمل في مناطق مغلقة، يتضمن ذلك ترك سيارتك تعمل في المرآب، إذا كانت السيارة بالخارج، فتتحقق من عدم انسداد أنبوب العادم.
- لا تدخن فإن دخان السجائر يحتوي على كميات صغيرة من أول أكسيد الكربون، وهذا يزيد من خطر التسمم بأول أكسيد الكربون إذا تعرضت لمصدر من أول أكسيد الكربون.

لأن الوعي وقاية ..

إدارة التثقيف الصحي

قسم مكافحة السموم



HEM3.20.0001057

