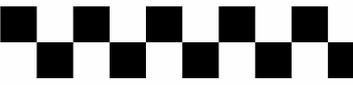


السباق نحو الاجراءات المنقذة للحياة



لقد استخدمت
جهاز الصدمات
الكهربائية
+2



توقفت أثناء
الانعاش القلبي
الرئوي للراحة
-2



لم تطلب المساعدة
في وقت قريب بما
فيه الكفاية

-2



**ACT
NOW**



لقد طلبت
المساعدة و بدأت
الإنعاش القلبي
الرئوي

+3



لقد قمت
بفحص التنفس

+1

**ACT
NOW**



لم تتفاعل مع
شخص غير
مستجيب

-3

**ACT
NOW**



1

ما هو المعدل الموصى به
لضغوطات الصدر (في
الدقيقة) أثناء الإنعاش
القلبي الرئوي؟

أ: 70-45
ب: 180-200
ج: 100-120

2

قبل البدء في الإنعاش القلبي الرئوي
، ما هو أول شيء يجب فحصه إذا
كان الشخص لا يستجيب؟

أ: ضغط الدم
ب: التنفس
ج: درجة الحرارة

3

ما هي النسبة المئوية للضحايا الذين
يتلقون الإنعاش القلبي الرئوي قبل
وصول خدمات الطوارئ؟

أ: 7%
ب: 15%
ج: 65%

4

إلى أي مدى يمكن أن ترتفع معدلات البقاء
على قيد الحياة إذا تم إجراء الصدمات
الكهربائية خلال الدقائق القليلة الأولى؟

أ: 15%
ب: 40%
ج: 70%

5

ما هو الحد الأدنى للعمق (بالسنتيمتر)
الذي يجب أن تصل إليه ضغوطات
الصدر عند البالغين؟

أ: 1-3 سم
ب: 5-6 سم
ج: 12-15 سم

6

ما هي النسبة المئوية للسكتات
القلبية التي تحدث في المنزل؟

أ: 23%
ب: 48%
ج: 73%

7

ما هو معدل البقاء على قيد
الحياة بعد السكتة القلبية
خارج المستشفى؟

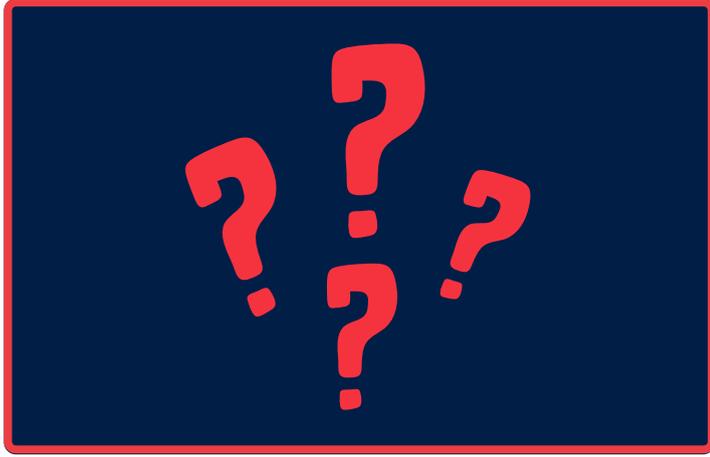
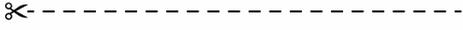
أ: 70-45
ب: 180-200
ج: 100-120

الإجابات:

- 1- ج
- 2- ب
- 3- ب
- 4- أ
- 5- ب
- 6- ب
- 7- ج

الجزء الخلفي من بطاقات الأسئلة

المركز المرجعي العالمي
للإسعافات الأولية



قم بإجراء 15 ضغطة
على الصدر

تحقق من تنفس
الشخص المصاب

وضح كيفية استخدام
AED (جهاز الصدمات
الكهربائية)

اتصل بخدمات الطوارئ
وأعطهم جميع المعلومات
اللازمة.

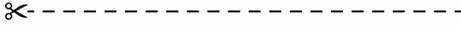
قم بتقليد مشهد
للسكتة القلبية.

تحقق من وعي الشخص
المصاب

اشرح أول ثلاثة أشياء
يجب عليك فعلها عند
مواجهة شخص فاقد
للوعي.

الجزء الخلفي من بطاقات الإجراءات

المركز المرجعي العالمي
للإسعافات الأولية



قواعد اللعبة: السباق نحو إجراءات إنقاذ الحياة

ساهم في رفع مستوى الوعي والتدريب على الإنعاش القلبي الرئوي واستخدام جهاز الصدمات الكهربائية، من خلال الجمع بين المعرفة والتمارين العملية الممتعة. أول لاعب يصل إلى المربع الأخير يكون قد "أنقذ حياة" ويفوز!

إعداد اللعبة

1. يتم وضع اللوحة في منتصف الطاولة أو على الأرض.
2. يقف المُيسّر/المدرّب حول اللوحة.
3. يختار ما يصل إلى خمسة لاعبين رمزاً واحداً، و يضعه في المربع الابتدائي.
4. اصنع النرد باستخدام القالب المُرفق أو استخدم نردًا.
5. ضع مجموعتي البطاقات ("الأسئلة" و "الإجراءات") ، بعد قصها و وضعهما مقلوبتين ، في مكانهما في وسط اللوحة.

سير الجولة

- يقوم اللاعب برمي النرد وتحريك رمزه المميز للأمام وفقا لعدد المسافات المدحرجة.
- اعتماداً على نوع المساحة، يجب على اللاعب:

نوع الحالة	الإجراء الواجب اتخاذها
سؤال	اختر بطاقة "سؤال". اقرأ السؤال بصوت عال وأجب عليه. إذا كانت الإجابة صحيحة ، فتحرك للأمام مسافة واحدة. إذا لم يكن الأمر كذلك ، فابق في المساحة وتخطّ
إجراء	اختر بطاقة "إجراء". قم بتنفيذ الإجراء. إذا تم تنفيذ الإجراء بشكل صحيح: تقدم مسافتين للأمام. خلاف ذلك: ابق في المساحة وتخطّ دورك.
محايد	اتبع المعلومات المطبوعة على المربع (تحرك للأمام أو للخلف).
الحالة النهائية (21)	"بفضل سرعة استجابتك، وصلت فرق الطوارئ في الوقت المناسب. تهانينا!" يفوز اللاعب باللعبة.

- ثم يأتي دور اللاعب التالي، مع التحرك باتجاه عقارب الساعة.
- أول لاعب يصل إلى المربع الأخير يفوز باللعبة.
- إذا تجاوز اللاعب المربع 21، فإنه يعود الى بعدد المربعات التي تجاوزها.
- يمكن لجميع اللاعبين مواصلة اللعب لتحديد ترتيبهم.

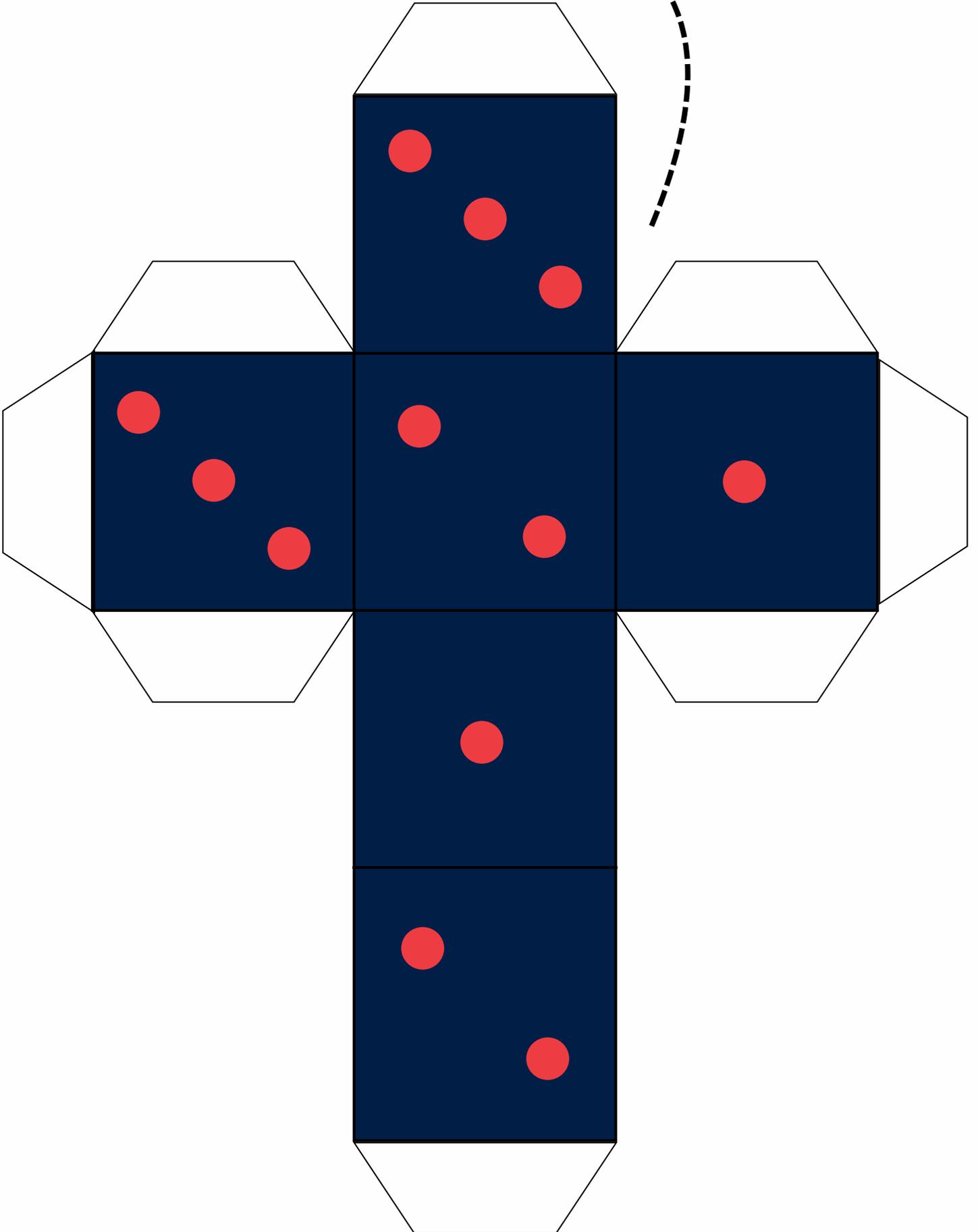
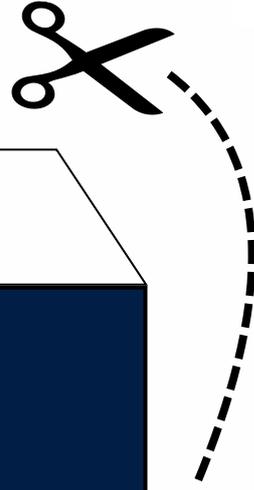
التغيرات المحتملة للعبة

توقيت الإنعاش القلبي الرئوي: يجب إكمال المهمة خلال 30 ثانية للفوز بالمربع. الوضع التعاوني: يجب على جميع اللاعبين الوصول إلى المربع 21 قبل انتهاء الوقت الجماعي. من الممكن أن يكون هناك أكثر من خمسة لاعبين، وقد تتكرر البطاقات عدة مرات، ولكن هذا لا يشكل مشكلة، لأن "علم التربية هو فن التكرار".

المواد اللازمة

- ورق الطباعة،
- مُيسّر مسؤول عن إعطاء الإجابات الصحيحة،
- 5 رموز،
- نرد واحد،
- 7 بطاقات "أسئلة"،
- 7 بطاقات "إجراء"،
- ساعة رملية واحدة لمدة 30 ثانية (اختيارية للتغيير)،
- دمية تدريب واحدة (اختيارية، لضغطات الصدر ووضع جهاز الصدمات الكهربائية)،
- قواعد اللعبة.

نمط النرد:



الرموز

الصقها بالجزء الخلفي
من الرمز



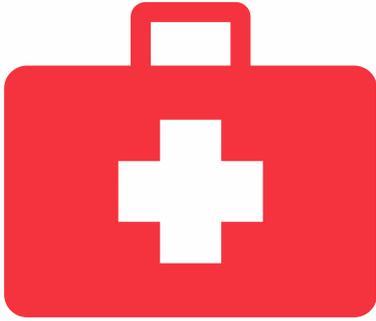
اطوِّها وضعها على
الأرض بحيث يكون
وجهها لأسفل.

الصقها بالجزء الخلفي
من الرمز



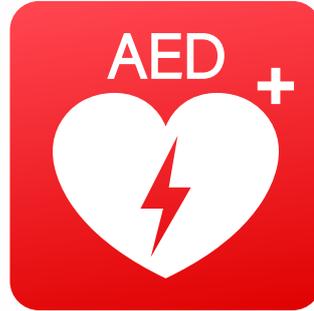
اطوِّها وضعها على
الأرض بحيث يكون
وجهها لأسفل.

الصقها بالجزء الخلفي
من الرمز



اطوِّها وضعها على
الأرض بحيث يكون
وجهها لأسفل.

الصقها بالجزء الخلفي
من الرمز



اطوِّها وضعها على
الأرض بحيث يكون
وجهها لأسفل.

الصقها بالجزء الخلفي
من الرمز

اطوِّها وضعها على
الأرض بحيث يكون
وجهها لأسفل.

