

## وضعية الإفاقة

تهدف وضعية الإفاقة الى بقاء المصاب فاقد الوعي الذي يتنفس في وضع يحافظ على ممر الهواء مفتوحاً ويمنع دخول السوائل أو القيء الى داخل القصبات الهوائية خاصة اذا كنت مضطراً لتركه بمفرده لطلب المساعدة .

وتوفر وضعية الإفاقة من تلقاء نفسها الاستقرار اللازم لبقاء المصاب في هذا الوضع بواسطة أطراف المصاب نفسه . إلا أن استخدام وضعية الإفاقة محظورة في حالات الإشتباه في إصابة العمود الفقري أو كسور الحوض أو الكسور المتعددة بالأطراف .

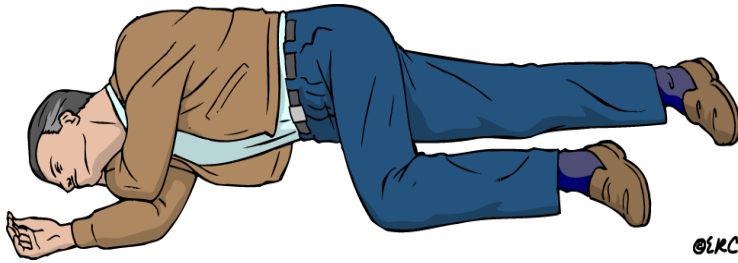
وتبين الأشكال أدناه خطوات تنفيذ وضعية الإفاقة ويراعى خلع النظارات أو القبعات وما شابه قبل البدء في تنفيذ وضعية الإفاقة :



أدر وجه المصاب ناحيتك . ضع ذراعه القريب منك في وضع قائم الزاوية . ثم ضع ظهر يده الأخرى تحت خده المقابل لك



اثن ركلة المصاب البعيدة عنك . ثم امسك ركلة المصاب وكتفه البعيدين واجذب المصاب تجاهك



اضبط وضع المصاب كما هو مبين .  
وتأكد من حين لآخر من تنفسه .

## أخطاء شائعة

### محاولة إفاقة المصاب بالصفع أو الروائح النفاذة

لا تحول إفاقة المصاب بصفعه ، أو باستخدام العطور أو المواد ذات الرائحة النفاذة كالعطور أو البصل ، لأن صفع المصاب طريقة لا أخلاقية كما قد تسبب الروائح النفاذة الضرر لممر الهواء **والصواب** اتباع الخطوات **السابقة لإسعاف المصاب فاقد الوعي** .