

سلسلة العناية الأسرية | إصدارات جديدة



# دليل الحروق المنزلية: وقاية وإسعاف

برعاية زيلو-إتش | Zelo-H

## صيدلية منزلك

وجود مرهم متعدد الأغراض مثل زيلو-إتش في صيدلية المنزل وسيارتك وحقيبة سفرك يعني أنك مستعد لأي طارئ جليدي بخطوة أولى ذكية وأمنة.

### المقدمة

المطبخ هو القلب النابض لكل بيت يماني، لكنه أيضاً المصدر الأول للحروق المنزلية. الماء الساخن، الزيت المغلي، مواقد الغاز، والأفران كلها مخاطر يومية. هذا الدليل يضع بين يديك كل ما تحتاجه للوقاية من الحروق المنزلية والإسعاف الصحيح عند حدوثها.

## القسم الأول: أنواع الحروق المنزلية الشائعة

النوع	السبب	مثال
حراري	ماء ساخن، زيت، نار، مكواة	انسكاب شاي أو زيت على اليد
كيميائي	منظفات قوية، مبيضات	ملامسة كلور أو حمض بطارية
كهربائي	أسلاك مكشوفة، مقابس	لمس سلك مكشوف

## القسم الثاني: الوقاية من الحروق في المطبخ

الإجراء	التفاصيل
ترتيب الموقد	اجعل مقابض الأواني متجهة للداخل حتى لا يسحبها الأطفال
حاملو الأكواب	لا تحمل أكواب الشاي أو القهوة الساخنة وفوقها أطفال أو أشياء أخرى
منطقة آمنة للأطفال	حدد منطقة لعب للأطفال بعيدة عن الموقد والفرن بمسافة آمنة
قفازات الفرن	استخدم قفازات سميكة وجافة (القفاز المبلل ينقل الحرارة أسرع!)
الملابس أثناء الطهي	تجنب ارتداء الملابس الفضفاضة أو المصنوعة من النايلون لأنها سريعة الاشتعال
طعام الأطفال	بعد التسخين بالميكروويف، رجّ الزجاجات جيداً وجرب نقطة على ظهر يدك قبل إعطائها للطفل
فحص الأسلاك	افحص أسلاك الأجهزة الكهربائية دورياً واستبدل التالف منها
تخزين المنظفات	احفظ المواد الكيميائية في خزانة مغلقة بعيداً عن متناول الأطفال

## القسم الثالث: الإسعافات الأولية حسب نوع الحرق

### الحروق الحرارية (ماء ساخن، زيت، نار)

الخطوة	الإجراء
1	قبل التبريد: انزع أي ملابس أو إكسسوارات (خواتم، أساور) غير ملتصقة بالحرق بسرعة و برفق قبل أن يتورم المكان
2	برد فوراً: ماء فاتر جارٍ لمدة 15-20 دقيقة. لا تستخدم ثلجاً
3	جفف الجلد برفق بقطعة قماش نظيفة
4	ضع طبقة سخية من مرهم زيلو-إتش لتلطيف الألم ومنع التلوث (برودة الزيولايت الطبيعية تساعد على استمرار تأثير التبريد بعد الشطف)
5	غطّ بشاش معقم فضفاض (إذا كانت هناك فقائيع)

⚠️ **بخصوص الفقائيع:** لا تفتح الفقائيع أبداً أو تعبت بها، فهي ضمادة طبيعية تحمي من التلوث. وضع زيلو-إتش يساعد في تهدئتها.

### ⚠️ الحروق الكيميائية

الخطوة	الإجراء
1	اغسل المنطقة المصابة بماء جارٍ غزير لمدة 20 دقيقة على الأقل
2	انزع الملابس الملوثة بالمادة الكيميائية (ارتدِ قفازات)
3	غطّ الجرح بشاش معقم جاف
4	توجه للطوارئ فوراً

### ⚡ الحروق الكهربائية

الخطوة	الإجراء
1	لا تلمس المصاب! افصل التيار الكهربائي أولاً
2	اتصل بالإسعاف فوراً
3	غطّ الحرق بشاش معقم جاف
4	كل حرق كهربائي يستدعي الذهاب للمستشفى

## القسم الرابع: متى تذهب للطوارئ فوراً؟

- × حروق الوجه، الرقبة، المفاصل، اليدين، القدمين، أو الأعضاء التناسلية
- × حروق أكبر من كف يد المصاب
- × أي حرق كيميائي أو كهربائي
- × حروق تسبب فقاعية كبيرة أو جلد متفحم (أسود)
- × حروق استنشاقية (دخان، بخار) مع صعوبة تنفس
- × علامات عدوى: صديد، رائحة، احمرار متزايد، حمى

## القسم الخامس: دور "زيلو-إتش" في الحروق المنزلية

- الزيولايت (15%) : يبرد الجلد، يمتص الإفرازات، يمنع التلوث البكتيري
- العسل الطبيعي (5%) : يلطف الألم فوراً، يسرع الالتئام، يقلل الندبات

## خاتمة:

المعرفة قوة.. والوقاية خير من العلاج. باتباع هذه الإرشادات العلمية البسيطة، يمكنك أن تتقذ نفسك وعائلتك من الـام ومعاناة لاداعي لها. تابعونا على موقعنا وقنوات التواصل الاجتماعي للمزيد من النصائح التوعوية حول الصحة والغذاء والدواء في اليمن.


**تحذير:** هذا المحتوى توعوي تعليمي من مؤسسة أبحاث الغذاء والدواء، ولا يغني عن استشارة الطبيب أو الصيدلاني المختص في الحالات الطارئة.

لمزيد من المعلومات يمكنكم التواصل معنا عبر:

[الموقع](https://fdrf.net/) 

[فيسبوك](https://www.facebook.com) 

[تيليجرام](https://t.me/FdrfYemen) 

[هاتف](tel:780444472-771414623) 

[العنوان صنعاء - القصر مول - جوار السفارة الصينية](#) 