

تعليمات الرعاية بعد التعرّض للخنق

شبكة أونتاريو لمراكز علاج الاعتداء الجنسي/العنف الأسري

لقد خضعت للمعاينة اليوم من أجل الحصول على الرعاية بعد اعتداء شمل تعرّضك "للشَرَق" أو الخنق. ستساعدك هذه التعليمات على معرفة متى يكون من المهم التوجّه إلى قسم الطوارئ.

نحن نقدم لك تعليمات لتطبيقها عند عودتك للمنزل.

ما هو الخنق؟

يمكن أن يسبب الخنق إصابات في الرقبة والدماغ. عندما يتعرّض شخص ما للخنق، يمكن أن يؤثر ذلك على تدفق الدم إلى الدماغ. وهذا يمكن أن يؤثر على صحة الدماغ والذاكرة، فضلاً عن غيرها من المخاوف الصحية البدنية والنفسية.

التعليمات المنزلية:

أعراضك خفيفة في هذا الوقت، لذلك تقرّر خروجك من قسم الطوارئ وعودتك للمنزل. من المستحسن أن يبقى معك شخص تثق به خلال الـ 24-72 ساعة القادمة بعد تعرّضك لتجربة الخنق هذه.

قد تلاحظ وجود بعض الكدمات أو شعور بالانزعاج. ضع الثلج لمدة 15-20 دقيقة كل ساعتين إلى ثلاث ساعات خلال أول يومين. يمكن أن يساعد هذا على تخفيف الوجع والألم.

من الممكن أن تتفاقم الأعراض خلال الساعتين المقبلتين أو خلال بضعة أيام. يرجى الاتصال بالرقم 911 أو الذهاب فوراً إلى أقرب قسم للطوارئ إذا لاحظت أو لاحظ الشخص الذي يدعمك أيًا مما يلي:

- التنفس يزداد سوءاً (صعوبة في التنفس أثناء الاستلقاء، أو ضيق في التنفس عند البقاء ساكناً، أو سعال جديد مستمر، أو سعال مصحوب بخروج الدم).
- فقدان الوعي أو "الإغماء".
- تغييرات متفاقمة في صوتك أو عدم قدرتك على الكلام.
- تفاقم صعوبة البلع أو الترويل (سيلان اللعاب).
- استمرار أو تفاقم تورّم الحلق أو الرقبة أو اللسان.
- زيادة آلام الرقبة التي لا تتحسن مع المسكنات التي لا تحتاج إلى وصفة طبية.
- وهن أو خدر أو وخز على أحد جانبي الجسم.
- أي تغيير في قدرتك على المشي.
- صداع جديد أو متفاقم.
- دوخة جديدة أو دوّار خفيف.
- فقدان الرؤية أو استمرار عدم وضوح الرؤية.
- نقاط حمراء أو أرجوانية (حبّرة) بحجم رأس الدبوس على وجهك، أو في فمك أو في عينك.
- نوبات صرع
- تغييرات مفاجئة في مستوى الوعي مثل الارتباك أو الشعور بالارتباك أو مرادة أفكار جديدة أو متفاقمة لإيذاء نفسك أو إيذاء الآخرين أو التعب / النعاس المفرط
- تهدل الجفن أو الجفون
- عدم القدرة على التحكم في المثانة أو الأمعاء

Strangulation Discharge Instructions - Arabic Translation

إذا كنتِ حاملاً، أبلغني على الفور مقدم الرعاية الصحية المتابع لك، (على سبيل المثال: القابلة، الطبيب، ممرضة ممارسة)، عن تعرّضك للخنق وأي من الأعراض التالية على الفور:

- انخفاض حركة الجنين
- تقيع (إفراز بقع) أو نزيف مهبلي
- ألم في البطن
- تقلصات/تشنج

إذا كانت لديك أي أسئلة حول الرعاية التي تلقيتها في مركز علاج الاعتداء الجنسي/العنف المنزلي، يرجى الاتصال بنا.

يمكنك الاتصال بنا على: _____
(رقم هاتف مراكز علاج الاعتداء الجنسي/العنف الأسري)

عنواننا هو: _____
(اسم المستشفى، عنوانها)