

العنف الأسري

الخنق

هل تعرضت من قبل للخنق؟

لا تنتظري.
اطلب المساعدة اليوم.

"إن ضحايا العنف الأسري الذين
تعرضوا للخنق
يزيد احتمال تعرضهم للقتل على يد
شريكهم 8 مرات". *

لا تنتظري.
اطلب المساعدة اليوم.

اتصل بضباط منع العنف الأسري أو مناصري
الضحايا في المركز المحلي أو منطقة خدمات
الشرطة (PSA) التابع لها.

لحالات الطوارئ، اتصل على "911".

يرجى زيارة www.nyc.gov/nychope
اتصل بالخط الساخن للعنف الأسري في مدينة نيويورك على
مدار 24 ساعة:

1 (800) 621-HOPE (4673)
الهاتف النصي: 1 (866) 604-5350

*Nancy Glass et al., Non-Fatal Strangulation Is an Important Risk Factor for
Homicide of Women, 35, Journal of Emergency Medicine, 329 (2008).

يمكن لشخص تعرض للخنق أن:

- يفقد الوعي في غضون 5-10 ثواني.
- يتوفى في غضون 4-5 دقائق.
- يتوفى بعد أيام أو أسابيع من الخنق بسبب
الإصابات أو مضاعفات الجهاز التنفسي
المصاحبة.
 - متلازمة الضائقة التنفسية الحادة
(ARDS)
 - الالتهاب الرئوي
 - الانصمام
- يعاني من ضرر دائم في الدماغ والجسم.
- يعاني من صدمة عاطفية.

اعرف العلامات. لا تنتظر. اطلب المساعدة.

10 أشياء يمكنك القيام بها

مباشرة بعد الهجوم

1. اتصل على "911". بلغ الشرطة بالحادثة. اطلب سيارة إسعاف، عند الحاجة.
2. راجع طبيباً، حتى لو كنت تعتقد أنك لم تصب بأذى.
3. التقط صوراً لأي إصابات.
4. دون أي علامات أو أعراض تعاني منها.

في الأيام والأسابيع اللاحقة

5. اتصل بضباط منع العنف الأسري في المركز المحلي أو منطقة خدمات الشرطة (PSA) التابع لها. فهم مدربون بشكل خاص لتوفير المساعدة وتخطيط السلامة لضحايا العنف الأسري.
6. اتصل بمناصرى الضحايا في المركز المحلي أو PSA التابع لها. يمكنهم مساعدتك على الوصول إلى الموارد والخدمات للحفاظ على سلامتك.
7. فكر في الحصول على أمر حماية.
8. استمر في الاحتفاظ بسجل لأية أعراض تعاني منها.
9. اتصل بالخط الساخن للعنف الأسري في مدينة نيويورك على مدار 24 ساعة: HOPE (800) 621-1 (4673).
10. تذكر أن الخنق أو التهديد بالخنق لا يكون أبداً "امراً لا بأس به" ولا يكون أبداً خطأك.

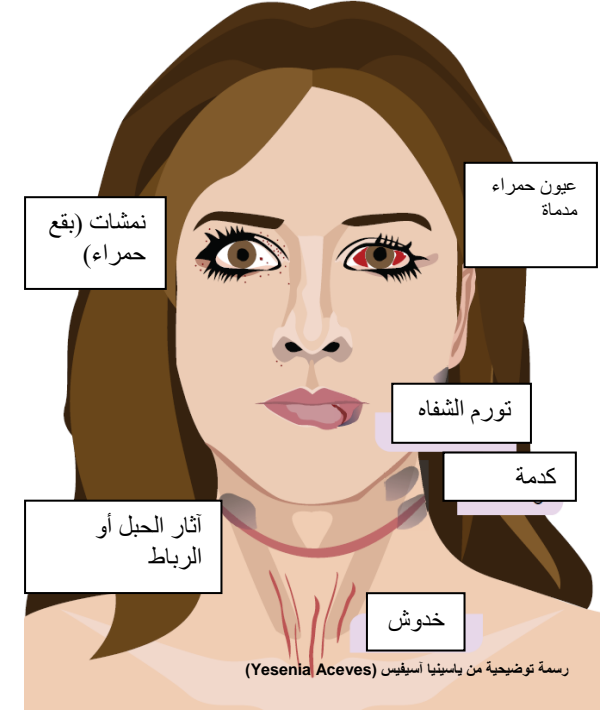
علامات الخنق

- الرأس: بقع حمراء صغيرة (نمشات) على فروة الرأس، شعر مقطوع، كدمة (كدمات)، كسور الجمجمة، ارتجاج
- الوجه: أحمر أو متورده، نمشات، آثار خدوش
- العيون والجفون: نمشات في مقلة العين اليمنى أو اليسرى، عيون محتقنة بالدم
- الأنف: أنف مدمى، أنف مكسور، نمشات
- الفم: كدمات، تورم اللسان، تورم الشفتين، جروح/سحجات
- تحت الذقن: احمرار، آثار خدوش، كدمة (كدمات)، سحجات
- الصدر والكتفين: احمرار، آثار خدوش، كدمة (كدمات)، سحجات

أعراض الخنق

- الصوت: خشن و/أو أجش، عدم القدرة على الكلام
- البلع: مشكلة في البلع، آلام الرقبة، السعال، الغثيان/القيء، الترويل
- التنفس: صعوبة في التحكم في التنفس، فرط التنفس
- السلوك: التملل أو الشجار، مشاكل التركيز، فقدان الذاكرة، الهياج، متلازمة الإجهاد اللاحقة بالصدمة
- الرؤية: عدم الوضوح، أو فقدان كامل للرؤية، رؤية كل شيء باللونين الأسود والأبيض، "رؤية النجوم"، ظلمة، هالوس
- السمع: فقدان جزئي أو كامل للسمع، رنين، طنين، صوت فرقة، زيادة الضغط داخل قناة الأذن، سماع الأصوات خافتة
- غير ذلك: فقدان الذاكرة، فقدان الوعي، الدوار، الصداع، التبول أو التغوط اللاإرادي، فقدان القوة، الإعياء

العلامات المرئية



تذكر أنه في بعض الأحيان لا توجد علامات مرئية للخنق.

إذا كنت قد تعرضت للخنق، فيمكنك تلقي المساعدة،

حتى من دون علامات مرئية.

المساعدة متاحة دائماً.