

درس
دوازدهم

امداد و نجات



زلزلهٔ بم : ساعت ۲۶ : ۵ بامداد - ۵ دی ماه ۱۳۸۲





قبل از آغاز درس، حتماً فیلم شماره ۱ درس ۱۲ را ببینید.



یک تجربه

صدای زوزه باد در خانه می پیچید و بدجوری بی خوابی به سرم زده بود. در کورسوی چراغ خواب اتاقم، یک لحظه چشمم به لوستر کوچک سقفی افتاد که تکان می خورد. دلم لرزید، آب دهانم خشک شد و ترس از «زمین لرزه» مثل خوره به جانم افتاد. در یک لحظه لرزش شدید زمین شروع شد. فریاد زدم: پناه بگیرید... از محله و خانه ها فریاد و سروصدای عجیبی به گوش می رسید. خواهر و مادرم که با فریاد من از خواب پریده بودند، هراسان به حیاط خانه آمدند و پدرم دیر کرد! او را صدا زدیم و در همین حین صدای خراب شدن دیوارها و ریختن سقف خانه، ما را به عقب راند. لرزش ها که تمام شد، به سراغ پدر رفتیم او برادر کوچک ترم را بغل کرده و پناه گرفته بود. اما چون بدنش را محافظ برادرم ساخته بود، تکه های دیوار روی کمر و پاهایش افتاده و حسایی زخمی شده بود. پدر با لبخند مظلومانه ای بچه را تحویل مادرم داد و او را از زیر آوار بیرون آوردیم.

متأسفانه از لوازم کمک های اولیه چیزی در خانه نداشتیم و زخم بندی و بستن آتل را بلد نبودیم. با دردرس فراوان و کمک دیگران او را به بیمارستان رساندیم. در بیمارستان غوغایی برپا بود. پرستاری که به سراغ بابا آمد، از کارهای سرهم بندی ما ابراز رضایت کرد و از ما خواست در کار امداد و پرستاری به آنان کمک کنیم.

کمک های اولیه چیست؟



کمک های اولیه

کلیه اقداماتی است که برای نجات جان یا جلوگیری از بدتر شدن وضعیت شخص آسیب دیده، بلافاصله پس از بروز حادثه و قبل از رساندن او به مراکز درمانی توسط یک فرد آموزش دیده، انجام می شود.

فعالیت (۱)

۱ کمک های اولیه شامل چه اقداماتی می شود؟ آیا شما تا به حال با فرد یا افراد مصدوم مواجه شده اید؟ چه اقدامی کرده اید؟

.....
.....
.....

۲ از میان اقدام های اولیه امدادی کدام یک مهم تر است؟

.....
.....
.....

ادامه یک تجربه

در سالن آموزشی بیمارستان، نیروهای داوطلب با روپوش سفید برای آموزش فوریت های پزشکی جمع شده بودند. ابتدا رئیس بیمارستان به همه خوشامد گفت و بردقت و سرعت عمل آنها تأکید کرد. سپس میزان دانش، توانمندی ها و تسلط داوطلبان به امداد و کمک های اولیه ارزیابی شد. یکی از پزشکان به عنوان مدرس کمک های اولیه با استفاده از نمایش تصویری و ارائه کتابچه ای کوچک آموزش را آغاز کرد.



علائم حیاتی بدن کدامند؟

مهم‌ترین اقدامات کمک‌های اولیه

علائم حیاتی

کنترل علائم حیاتی و عوامل تهدیدکننده حیات شامل:

تنفس، نبض، فشار خون و درجه حرارت می‌شود.

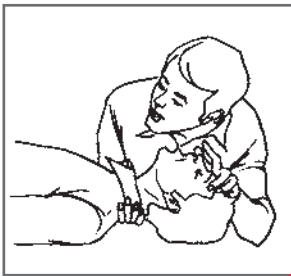
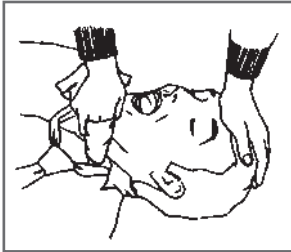
بنابراین ارزیابی اولیه مصدوم عبارت است از:

۱ ایجاد راه هوایی باز (در دهان و بینی)

۲ برقراری تنفس

۳ جریان خون مناسب

۴ درمان خون‌ریزی



در ارزیابی اولیه مصدوم کدام موارد باید بررسی شود؟

فعالیت (۲)

با کمک مربی و دانش‌آموزان دوره دیده امداد و هلال احمر کنترل علائم حیاتی را در کلاس تمرین کنید.

درمان خون‌ریزی خارجی

بخش بعدی کلاس آموزشی ما با این پرسش استاد آغاز

اگر مصدوم دچار خون‌ریزی شدید باشد کدام اقدام را باید انجام بدهیم؟

«آیا مصدوم خون‌ریزی شدید دارد؟» او ادامه داد:

در صورتی که پاسخ مثبت باشد، باید با فشار مستقیم

بر روی محل خون‌ریزی یا بالا نگه داشتن عضو (در صورت

امکان) از خون‌ریزی جلوگیری کنیم:

۱ چند گاز استریل (یا چند تکه از یک پارچه تمیز) را روی

محل خون‌ریزی بگذارید و با دست روی آن فشار دهید.



برای جلوگیری از خونریزی چه کارهایی را باید انجام بدهیم ؟



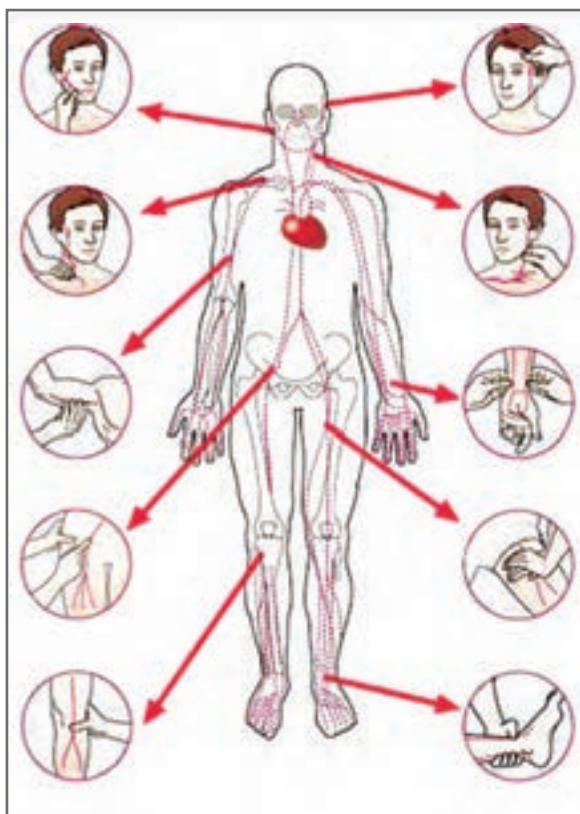
۲ اگر خونریزی در قسمتی از بدن

است که امکان قرار دادن آن در سطحی بالاتر از سطح بدن وجود دارد (مثلاً خونریزی در ساعد دست) هم‌زمان با فشار دادن محل خونریزی، عضو خونریزی‌کننده را بلند کنید و بالا نگه دارید.



۳ در حالی که خونریزی را با وارد

کردن فشار کنترل می‌کنید، با یک باند دور محل خونریزی را ببندید (البته نه آن قدر محکم که باعث قطع گردش خون شود).



نقاط فشار شریان‌ها در کنترل خونریزی

ادامه یک تجربه

آقای دکتر با حوصله و دقت چند نفر دیگر را به جایگاه فراخواند و مراحل سه گانه فوق را به صورت عملی آموزش داد، سپس در گروه های دو نفری زخم بندی را تمرین کردیم. مادر در اواسط کلاس سری به ما زد و خبر آرامش و راحتی پدر را داد. خیالم راحت شد و از خدای مهربان سپاسگزاری کردم.

بیشتر بدانید (۱)

در صورت مواجهه با شخص زخمی :

۱ سطح زخم را با سرم شست و شو و گاز استریل تمیز کنید.

۲ برش پوستی آویزان را در محل خودش قرار دهید.

۳ سطح زخم را به وسیله پانسمان به طور کامل بپوشانید.

۴ پانسمان را از محل اولیه جابه جا نکنید (چون جابه جا کردن آن ممکن است دوباره باعث خونریزی شود).

۵ باندپیچی را وقتی انجام دهید که خونریزی به وسیله پانسمان، قبلاً کنترل شده باشد.

۶ باند را بیش از حد سفت یا شل نبندید.

۷ نوک انگشتان دست ها و پاها را آزاد بگذارید.



خون ریزی داخلی

این خون ریزی در داخل بدن اتفاق افتاده و قابل رؤیت نیست.

فعالیت (۳)

جدول زیر را با مراجعه به منابع معتبر و با مشورت مربی امداد تکمیل کنید.

علائم و نشانه‌های عمومی خون ریزی داخلی

۱- تهوع و استفراغ	۲- درد و حساسیت در اثر فشار
۳-	۴-
۵-	۶-
۷-	۸-

در این مبحث استاد دو نکته مهم را به ما تذکر داد :

۱ احتمال مرگ و میر در خون ریزی داخلی سه برابر خون ریزی خارجی است.

۲ علائم و نشانه‌های عمومی خون ریزی داخلی به صورت مجموعه‌ای است و هر یک به تنهایی

نشانه‌گر خون ریزی داخلی نیست.

در خصوص خون ریزی داخلی
دانستن چه نکاتی مهم است ؟

ادامهٔ یک تجربه

پذیرایی مختصری در کلاس انجام شد و استاد تأکید کرد که هیچ‌گاه به صورت سرخود و بدون مشورت دست به اقدام تزئیم و همواره با کادر بیمارستان و امدادگران هلال احمر ارتباط و همفکری داشته باشیم؛ زیرا جان انسان‌ها در میان است.

شوک

شوک چیست؟

به اختلال دستگاه گردش خون برای خون‌رسانی کافی به سلول‌ها شوک می‌گویند. **خون‌ریزی**

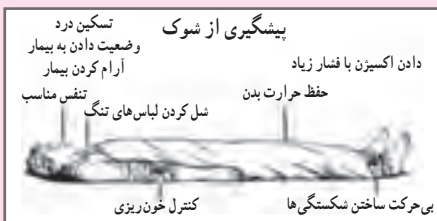
شایع‌ترین علت شوک محسوب می‌شود.

مهم

فعالیت (۴)

جدول زیر را با مشورت با افراد آگاه و مراجعه به منابع معتبر تکمیل کنید :
علائم و نشانه‌های شوک :

بی‌قراری	-	
پلک‌های بسته و مردمک باز	-	
	-	
	-	



فعالیت (۵)

- ۱ از مربی امداد بخواهید درباره علائم و کمک‌های اولیه مربوط به صرع و غش و تفاوت آنها با علائم شوک شما را راهنمایی کند.
- ۲ کمک‌های اولیه مربوط به شوک را با نظارت مربی تمرین کنید.

درمان سوختگی‌های سطحی

چه توصیه‌هایی
برای درمان سوختگی‌های سطحی دارید؟

۱ کنترل علائم حیاتی مصدوم؛

۲ محل سوختگی را به مدت ۱۰ تا ۲۰ دقیقه زیر آب سرد بگیرید؛

۳ از ترکاندن تاول‌ها خودداری کنید؛

۴ محل سوختگی را با گاز استریل پانسمان کنید.



آسیب‌های اسکلتی (شکستگی، دررفتگی و پیچ خوردگی)

۱ اگر آسیب یا علامت واضحی وجود ندارد، ولی مصدوم از درد شکایت دارد، همیشه بنا را بر وجود شدیدترین آسیب اسکلتی یعنی شکستگی بگذارید و اقدامات لازم را انجام دهید.

۲ هنگام شکستگی در صورتی که عضو آسیب‌دیده خون‌ریزی نداشته، فقط آتل ببندید.

۳ از اقدام برای جا انداختن موارد شکستگی یا دررفتگی

به شدت پرهیز کنید.

در مواجهه با آسیب‌های اسکلتی چه اقداماتی ضروری است؟

فعالیت (۶)

آتل‌بندی را با نظارت مربی در کلاس انجام دهید.

ادامه یک تجربه

کم‌کم احساس می‌کردم تبدیل به یک پزشک شده‌ام! در همین حال و هوا بودم که محل حضور هریک از ما اعلام شد. تعدادی از افراد با آمبولانس‌ها همراه شدند و دیگران در بخش‌های دیگر بیمارستان شروع به فعالیت کردند.

این جدول را حفظ کنید

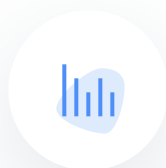
آرم	شماره تماس	سازمان
	۱۱۲	هلال احمر
	۱۱۵	اورژانس
	۱۲۵	آتش‌نشانی و خدمات ایمنی





اپلیکیشن درسی همیار

برنامه رایگان درسی همیار



تمام پایه ها

جواب کتاب ، تدریس و نمونه سوال



همیشه رایگان

برنامه همیار کاملا رایگان میباشد