

پژوهشی در کمک‌های اولیه
(امداد و نجات)

مؤلف و پژوهشگر :
الهام سادات سلجوقیان

سرشناسه	: سلجوقیان، الهام السادات، ۱۳۵۴-
عنوان و نام پدیدآور	: پژوهشی در کمکهای اولیه (امداد و نجات) / مولف و پژوهشگر الهام سادات سلجوقیان.
مشخصات نشر	: تهران: چشم ساعی، ۱۳۹۷.
مشخصات ظاهری	: ۳۹۹ ص.
شابک	: ۹۷۸-۶۰۰-۸۴۱۹-۶۹-۳
وضعیت فهرست نویسی	: فیا
موضوع	: کمکهای اولیه
موضوع	: First aid in illness and injury
موضوع	: امداد رسانی
موضوع	: Disaster relief
موضوع	: بلاهای طبیعی
موضوع	: Natural disasters
رده بندی کنگر	: ۱۳۹۷ پ ۴/س ۸۶/۷ RCA
رده بندی دیسی	: ۶۱۶/۰۲۵۲
شماره کتاب ناسی	: ۴۶۵۳۱۰۲

انتشارات چشم ساعی: تهران - پاسداران - نگارستان هشتم میدان فرخی یزدی

همراه: ۰۹۱۰۱۶۸۷۴۷۹

تلفن: ۰۲۱-۲۲۸۷۴۵۵۶

www.nashr1.com

Email: saeecheshm@gmail.com



عنوان کتاب	: پژوهشی در کمکهای اولیه (امداد و نجات)
مؤلف	: الهام سادات سلجوقیان
ناشر	: انتشارات چشم ساعی
صفحه آرا و طراح جلد	: الهام سادات سلجوقیان
ناظر فنی چاپ و تولید	: الهام سادات سلجوقیان
نوبت چاپ	: چاپ اول - ۱۳۹۷
شمارگان	: ۱۰۰۰ نسخه
قیمت	: ۳۰۰۰۰ تومان
شابک	: ۹۷۸-۶۰۰-۹۸۶۹-۴۲-۸

فهرست عناوین

فصل اول

- ۱..... هلال احمر چیست؟
۱..... تاریخچه
۳..... هلال احمر را بهتر بشناسیم...

فصل دوم

- ۱۰..... توانایی جسمانی
۲۴..... تجهیزات و وسایل مربوط به نگهداری راه هوایی، و تهویه و احیاء
۲۷..... تجهیزات جهت احیاء قلبی ریوی
۲۸..... تجهیزات لازم جهت مراقبت زخم و درمان شوک
۲۹..... تجهیزات جهت زایمان
۳۰..... موارد زایمان
۳۰..... وسایل لازم جهت پارامدیک و پزشک
۳۱..... اطمینان از آماده بودن آمبولانس
۳۳..... بازرسی آمبولانس با موتور روشن
۳۴..... امنیت امدادگر
۳۵..... محافظت در برابر عفونت
۳۶..... برای محافظت در مقابل عفونت چه باید کرد؟!
۳۷..... کنترل استرس و فشار روانی
۳۷..... برخورد با موقعیت اورژانسی
۳۸..... اقدامات لازم در یک موقعیت اورژانس
۴۰..... برخورد با مصدومین زیاد و تریاژ
۴۴..... آتش سوزی :

۴۶	 برق گرفتگی :
۴۷	 نجات از آب در غرق شدگی ها :
۴۸	 تصادف هنگام نشست بنزین و حرکت آن به سمت آمبولانس:
۵۱	 بررسی وضعیت مصدوم (ارزیابی).....
۵۴	 مصاحبه و شرح حال :
۵۵	 معاینه ی علائم حیاتی (نشانه های زندگی):.....
۵۶	 روش برخورد با مصدوم.....

فصل سوم

۶۰	 خفگی ها
۶۱	 علامت جهانی در مرگ ای خفگی.....
۶۲	 نشانه های شخص در حال خفگی.....
۶۲	 مراقبت از کودکان.....
۶۴	 خفگی در خردسالان.....
۶۵	 خفگی در کودکان.....
۶۷	 خفگی در بزرگسال (هوشیار).....
۶۷	 خفگی در بزرگسال (بی‌هوش).....
۷۰	 خفگی و عوامل آن.....
۷۲	 تعریف خفگی.....
۷۲	 عوامل خفگی ها.....
۷۲	 علائم خفگی ها.....
۷۳	 مراحل مرگ.....
۷۴	 احیاء مصدوم (حمایت اولیه زندگی).....
۷۵	 راه های یافتن تنفس.....
۷۶	 باز نمودن انسداد راه هوایی از " جسم خارجی ".....
۷۸	 غرق شدگی.....

فصل چهارم

- ۸۰..... احیای قلبی ریوی
- ۸۲..... احیای قلبی و ریوی
- ۸۳..... برای انجام مراحل CPR
- ۸۴..... دادن تنفس مصنوعی Breathing
- ۸۶..... ماساژ قلبی Circulation
- ۸۶..... طریقه کنترل کردن نبض:
- ۹۰..... راحل انجام احیای قلبی ریوی
- ۹۰..... نحوه انجام احیای قلبی ریوی (CPR) برای بزرگسالان

فصل پنجم

- ۹۸..... شوک چیست؟
- ۹۹..... علائم شوک
- ۱۰۰..... علل شوک
- ۱۰۱..... شوک قلبی
- ۱۰۲..... شوک ناشی از تغییر قطر گهای حونی
- ۱۰۳..... اقدامات اورژانس در بیمار مبتلا به شوک
- ۱۰۷..... آشنایی با انواع شوک و روش کمک افراد دچار شوک
- ۱۰۸..... تقسیم‌بندی انواع شوک
- ۱۱۰..... علائم شوک:
- ۱۱۲..... واکنش حساسیتی شدید (شوک آنافیلاکتیک)
- ۱۱۳..... علائم و نشانه‌های شوک آنافیلاکتیک:
- ۱۱۳..... علل شوک حساسیتی
- ۱۱۴..... عوامل حساسیت‌زا
- ۱۱۵..... علائم شوک حساسیتی
- ۱۱۶..... درمان شوک حساسیتی
- ۱۱۹..... شوک هیپولیک:
- ۱۲۰..... شوک توزیعی (منتشر):

۱۲۲	شوگ کاردیوژنیک:
۱۲۲	شوگ انسدادی:
۱۲۳	شوگ انفکاکي:
۱۲۳	طبقه بندی شوگ و اتیولوژی آن
۱۲۴	عکس العمل بدن در برابر شوگ
۱۲۵	علائم شوگ
۱۲۵	علل شوگ
۱۲۷	شوگ ناشی از تغییر قطر رگهای خونی
۱۳۳	اقدامات اورژانس در بیمار مبتلا به شوگ
۱۳۵	سنگوب
۱۳۶	انواع سنگوب
۱۳۷	سنگوب غیر قلبی

فصل ششم

۱۴۱	انواع زخم و کنترل خونریزی
۱۴۲	خون:
۱۴۲	اعمال مهم خون
۱۴۳	۱- خونریزی شریانی: Arterial bleeding
۱۴۳	۲- خونریزی وریدی: Venous hemorrhage
۱۴۳	۳- خونریزی مویرگی: Capillary bleeding
۱۴۴	شایعترین علل خونریزی داخلی عبارت است از:
۱۵۰	خونریزی از بینی:
۱۵۱	انواع زخم ها:
۱۵۴	پانسمان:
۱۵۵	انواع پانسمان:
۱۵۵	بانداز:
۱۵۶	کمک های اولیه در خونریزی و زخم ها

- ۱۵۷.....علائم و نشانه های خونریزی
- ۱۵۸.....انواع خونریزی:
- ۱۵۹.....اقدامات و کمکهای اولیه در خونریزی ها
- ۱۶۱.....روشهای مهار خونریزی کمکهای اولیه در خونریزی
- ۱۶۳.....خونریزی داخلی
- ۱۶۵.....تعریف زخم
- ۱۶۵.....زخمهای باز
- ۱۶۷.....قطر عضو
- ۱۶۷.....زخم بسته
- ۱۶۸.....زخم بستر (زخم فشاری) در سالمندان
- ۱۶۹.....عوامل ایجاد کننده زخم
- ۱۶۹.....عوامل داخلی
- ۱۷۰.....فاکتورهای بیرونی
- ۱۷۱.....عوامل بیمارستانی
- ۱۷۱.....علت شناسی : عوامل موضعی و عوامل سیستمیک
- ۱۷۱.....عوامل موضعی:
- ۱۷۲.....بد شکلی های ساختمانی:
- ۱۷۲.....علائم بالینی
- ۱۷۴.....درمان موضعی
- ۱۷۵.....راهنمایی هایی جهت ارجاع به متخصص
- ۱۷۶.....ترمیم زخم ها در سه دسته ی اصلی قرار می گیرد:
- ۱۷۷.....انواع زخم ها :
- ۱۷۷.....زخم قرمز (Red wound)
- ۱۷۸.....زخم زرد (Yellow wound)
- ۱۸۰.....زخم سیاه (Black wound)
- ۱۸۱.....دبریدمان شیمیایی
- ۱۸۳.....زخم مختلط (Mixed wounds)

۱۸۴	درمان عفونت
۱۸۵	بیماریها:
۱۸۶	عوارض:
۱۸۷	نحوه شیوع و ابتلاء:
۱۸۹	راه کارهای پیشگیری از بیماری های عفونی:

فصل هفتم

۱۹۱	پانسمان و بانداژ
۱۹۱	تعریف پانسمان
۱۹۲	آنچه باید از انواع پانسمان های ویژه درمان زخم بدانید
۱۹۸	آموزش پانسمان و بانداژ
۱۹۸	هدف از انجام پانسمان
۱۹۹	انواع پانسمان
۲۰۱	بانداژ
۲۰۲	انواع باند
۲۰۳	احتیاط
۲۰۷	باند پیچی دست
۲۰۸	باند پیچی آرنج یا زانو
۲۱۰	باند پیچی به شکل ∞

فصل هشتم

۲۱۲	آسیبهای استخوانی، مفصلی، عضلانی
۲۱۶	اشکال شکستگی
۲۱۶	انواع شکستگی
۲۲۰	سندرم کمپارتمان
۲۲۱	● بیج خوردگی: (SPRAIN)
۲۲۲	استراحت کردن (REST)
۲۲۶	اقدامات لازم در برخورد با شکستگیها

۲۲۸		نخستین اقدامهای ضروری:
۲۳۰		در رفتگی مفاصل و علائم آن
۲۳۰		راه های تشخیص دررفتگی
۲۳۱		درمان دررفتگی
۲۳۳		جلوگیری از دررفتگی
۲۳۶		علل دررفتگی
۲۳۷		عوامل خطر دررفتگی
۲۳۸		عارضه دررفتگی مفصل
۲۳۸		پیچ خوردگی و رگبرگ شدن
۲۳۸		اسپاسم (SPASMS)
۲۴۰		رگ به رگ (SPRAIN)
۲۴۱		درمان کشیدگی رگ به رگ
۲۴۴		دلایل گرفتگی عضلات
۲۴۷		روش های درمان گرفتگی عضلات

فصل نهم

۲۵۱		آتل بندی
۲۵۱		آتل چیست
۲۵۳		آتل فلزی
۲۵۴		آتل گچی
۲۵۵		اصول آتل گیری
۲۵۵		نحوه آتل بندی در شکستگیهای قسمتهای مختلف بدن
۲۵۸		کاربرد دیگر آتل
۲۶۰		حساسیتهای موجود در شکستگی ها
۲۶۱		شکستگی ها از لحاظ قابل مشاهده بودن سه گروهند:
۲۶۴		آموزش آتل بندی استخوان دست و پا
۲۶۸		حمل مصدوم:

انواع حمل ۲۶۹

فصل دهم

مسمومیت چیست؟ ۲۷۲
مسمومیت چه علائمی دارد؟ ۲۷۴
بعد از مسمومیت چه غذایی بخوریم؟ ۲۷۶
انواع مسمومیت ۲۷۷
افزایش دفع سموم و داروهای جذب شده ۲۸۶
انواع ریج مسمومیت ها: ۲۹۷

فصل یازدهم

سوختگی (Burn) ۳۰۱
انواع سوختگی ها: ۳۰۱
عمق (درجه) سوختگی: ۳۰۳
لایه های پوست ۳۰۷
اپیدرم ۳۰۷

فصل دوازدهم

آسیبهای ناشی از گرما و سرما ۳۱۰
آسیبهای ناشی از گرما: ۳۱۰
کمکهای اولیه بی حالی گرمایی: ۳۱۱
علائم و نشانههای گرمزدگی: ۳۱۲
کمکهای اولیه گرمزدگی: ۳۱۳
سرما زدگی ۳۱۴
کاهش دمای بدن ۳۱۵
کمکهای اولیه سرما زدگی: ۳۱۶

فصل سیزدهم

ایدز و هیپاتیت ۳۱۶

- ۳۱۶..... هیاتیت
- ۳۱۹..... چطور مبتلا می شویم؟
- ۳۲۴..... مصرف بی رویه دارو های دارایی هیاتیت
- ۳۲۸..... مروری بر هیاتیت و انواع آن
- ۳۳۰..... هیاتیت چیست؟
- ۳۳۱..... هیاتیت ها چه فرقی با هم دارند؟
- ۳۳۶..... هیاتیت ب چیست؟
- ۳۴۱..... ایدز چیست
- ۳۴۲..... HIV مثبت با ایدز چه تفاوتی دارد
- ۳۴۲..... ویروس HIV چگونه منتقل می شوند
- ۳۴۵..... بیماری ایدز چه علائمی دارد؟
- ۳۴۶..... آیا ایدز درمان دارد؟

فصل چهارده

- ۳۵۰..... سیل
- ۳۵۱..... تغییرات جوی:
- ۳۵۳..... جلوگیری از سیل:
- ۳۵۵..... سیل:
- ۳۵۷..... غرق شدگی (Drown)

فصل پانزدهم

- ۳۶۰..... زلزله چیست؟
- ۳۶۱..... چرا زلزله بوجود می آید؟
- ۳۶۳..... نحوه آزاد شدن انرژی زلزله
- ۳۷۰..... رعایت نکات ایمنی هنگام وقوع زلزله
- ۳۷۳..... پس از وقوع زلزله چه باید کرد؟