

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

گفت‌وگوهای اولیه و پیام‌آموزی

(مهارت‌های سطح موسی در برخورد با مصدومین)

گردآوری: نسرين رفيعي منش

با همکاري: جلال لطيفي (کارشناس پرستاری)

سرشناسه	:	رفیعی منش، نسرین، ۱۳۸۰-
عنوان و نام پدیدآور	:	کمک‌های اولیه را بیاموزیم: مهارت‌های سطح عمومی در برخورد با مصدومین/گردآوری نسرین رفیعی منش؛ با همکاری جلال لطیفی.
مشخصات نشر	:	دزفول: اهورا قلم، ۱۳۹۸.
مشخصات ظاهری	:	۲۰۸ص.
شابک	:	978-600-426220-0
وضعیت فهرست نویسی	:	فیا
عنوان دیگر	:	مهارت‌های سطح عمومی در برخورد با مصدومین.
موضوع	:	کمک‌های اولیه
موضوع	:	First aid in illness and injury
موضوع	:	امداد رسانی
موضوع	:	Disaster relief
شناسه افزودن	:	لطیفی، جلال، ۱۳۶۶-
رده بندی کنگره	:	RCA ۷
رده بندی دیویی	:	۶۱۶-۲۵۲
شماره کتابشناسی ملی	:	۱۰۷۰۹۶



■ عنوان: کمک‌های اولیه را بیاموزیم

■ گردآوری: نسرین رفیعی منش

■ با همکاری: جلال لطیفی

■ ناشر: اهورا قلم

■ شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

■ قطع: وزیری

■ نوبت چاپ: اول- بهار ۱۳۹۹

■ چاپ: گانبدی

■ قیمت: ۵۵۰۰۰ تومان

■ شابک: ۰-۲۲۰-۴۲۶-۶۰۰-۹۷۸

انتشارات اهورا قلم

آدرس: دزفول، خیابان خیمه گاه بین خیابان قاضی و میرداماد، کوچه بنفشه پ ۱۹۴ تلفن: ۰۹۱۶۶۴۱۵۸۹۴ - ۰۶۱۴۲۲۴۹۱۲۴

پست الکترونیک: ahoora.ghalam@gmail.com

آدرس اینترنتی: www.ahooraghalam.ir

فهرست مطالب

۱.....	مقدمه
--------	-------

فصل اول: بررسی اجزاء و کارکردهای بدن انسان

۴.....	مقدمه
۴.....	آشنایی با اجزاء بدن انسان
۴.....	سلول
۵.....	بافت
۵.....	عضو یا اندام
۵.....	دستگاه

فصل دوم: مفهیم کمک های اولیه، وسایل و ابزار در کمک های اولیه

۱۸.....	مقدمه
۱۸.....	تعریف کمک های اولیه
۱۹.....	وسایل کمک های اولیه
۲۰.....	اقدامات کلی و اولیه در برخورد با مصدوم
۲۴.....	معاینه فیزیکی مصدوم
۲۶.....	بررسی علائم حیاتی (V.S) مصدوم

فصل سوم: احیاء

۳۸.....	مقدمه
۳۹.....	مراحل احیای قلبی - ریوی (CPR)
۴۵.....	CPR در کودکان (۸-۱ سال) و شیرخواران (زیر یک سال)
۴۹.....	برخورد با علائم شوک

فصل چهارم: مراقبت های اولیه در انواع مسمومیت ها

۵۸.....	مقدمه
۵۸.....	اقدامات عمومی در برخورد با احتمال مسمومیت
۵۹.....	مسمومیت پوستی
۶۰.....	مسمومیت تنفسی (خفگی)

۷۰..... گاز گرفتگی

فصل پنجم: اقدامات امدادی در خفگی، سکنه، بیهوشی، غش کردن و تشنج

۷۴..... خفگی

۷۴..... فشرده شدن گلو

۷۵..... غرق شدگی

۷۸..... سکنه قلبی

۷۹..... بیهوشی

۸۰..... غش یا سنکوب

۸۱..... تشنج

فصل ششم: آسیب در نواحی استخوانی بدن

۸۶..... مقدمه

۸۶..... انواع آسیب‌های اسکلتی

۹۰..... آسیب‌های استخوانی در نواحی مختلف اسکلت

۹۷..... آتل‌ها

۹۸..... آسیب‌های اسکلتی در تنه

فصل هفتم: خنثی‌سازی و زخم‌ها

۱۱۴..... خونریزی

۱۱۷..... تکنیک فشار

۱۲۶..... زخم‌ها

۱۲۶..... اقدامات کلی در درمان زخم‌ها

۱۲۷..... نکات ضروری در برخورد با زخم‌های خاص

فصل هشتم: پانسمان و تزریقات

۱۳۴..... مقدمه

۱۳۴..... پانسمان

۱۳۷..... کمپرس‌ها

۱۳۹..... بانداز

۱۴۳..... روش‌های بانداز قسمت‌های مختلف بدن

۱۵۷.....	تزریقات.....
۱۶۱.....	تزریق عضلانی I.M.....
۱۶۵.....	تزریق داخل جلدی I. D.....
۱۶۶.....	تزریق زیر جلدی S. C.....
۱۶۶.....	تزریق وریدی I. V.....
۱۶۸.....	سرم‌ها.....

فصل نهم: انتقال، جابه‌جایی و حمل و نقل مصدوم

۱۸۰.....	انتقال.....
۱۸۲.....	اصول راهنمایی در انتقال مصدوم.....
۱۸۴.....	روش‌های حمل مصدوم.....
۲۰۵.....	نکات ضروری در تصادفات و آتش‌سوزی.....
۲۰۳.....	تصادفات رانندگی در جاده.....
۲۰۵.....	آتش‌سوزی.....
۲۰۸.....	فهرست منابع.....

کمک‌های اولیه و مبحث امدادرسانی یکی از آموزش‌های پایه و اساسی برای هر فرد در مواجهه با شرایط پیش‌بینی نشده است. شرایطی مانند سادف، سکتۀ قلبی، انسداد راه‌های تنفسی، آسیب‌های ناشی از سقوط، یا گگی سطوح بدن و یا عروق داخلی و ... که می‌توان با مهارت‌های این در مباحث کمک‌های اولیه با اعتماد به نفس بیشتری با آنها مواجه شد.

در همین راستا سعی شده است با زبانی ساده و روان کتابی گردآوری و تدوین گردد که پاسخگوی نیاز همراه رزان این رشته و همین‌طور عموم مردم باشد.