

کتابهای اوابه برای همه

ویژه نیروهای امدادی و انتظامی

ویراستگان به ترتیب حروف الفبا:

دکتر محمد رضائی

دکتر فرهاد رضوانی

سیدان عزیز

دکتر پیر حسین سولیوند

محسن لعل حسن زاده

هیمن معروفی

دکتر نفیسه بیگم میر سولی

دکتر حسن نوری

عبدالله هاشمی

ویراستاران:

دکتر مهدی اقتصاد

علی رضائی

ناشر:

انتشارات یک یک پنج

عنوان و نام پدیدآور: کمک‌های اولیه برای همه: ویژه نیروهای امدادی و انتظامی / نویسندگان به ترتیب حروف الفبا: محمد رضائی ... [و دیگران].

مشخصات نشر: تهران: یک‌یک‌پنج، ۱۳۹۷.

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۶۳۲۸-۰-۰-۰

وضعیت فهرست‌نویسی: ۲۶۴ ص: مصور، جدول.

یادداشت: نویسندگان به ترتیب حروف الفبا: محمد رضائی، فرهاد رضوانی،

سیروان عزیزی، پیرحسین کولیوند، هیمن معروفی، نفیسه بیگم

میرکتولی، حسن نوری، عبدالله هاشمی.

یادداشت: ویراستاران: مهدی اقتصاد، محسن لعل حسن‌زاده، علی رضائی.

عنوان روی جلد: کمک‌های اولیه برای همه: راهنمای گام به گام مدیریت و

درمان مصدومان و بیماران قبل از رسیدن اورژانس

موضوع: کمک‌های اولیه -- دست‌نامه‌ها.

First aid -- handbooks, manual, etc.

موضوع: پزشکی اورژانس -- دست‌نامه‌ها.

Emergency medicine -- handbooks, manual, etc.

شناسه افزوده: سازمان اورژانس کشور

رده‌بندی کنگره: RC۸۶/۸/ک۸ ۱۳۹۷

رده‌بندی دیویی: ۶۱۶/۰۲۵۲

شماره کتاب‌شناسی ملی: ۵۰۸۲۸۹۶

کلیه حقوق برای ناشر محفوظ است و هرگونه کپی‌برداری، خلاصه‌برداری و انتشار محتویات این کتاب در قالب هرگونه محصول اعم از کتاب، نرم‌افزار، پوست ... بدون اجازه کتبی ناشر غیرقانونی است و پیگرد قانونی دارد.

اسرار یک شیخ



عنوان: کمک‌های اولیه برای همه: ویژه نیروهای امدادی و انتظامی

نویسندگان: دکتر محمد رضائی، دکتر فرهاد رضوانی،
به ترتیب: سیروان عزیزی، دکتر پیرحسین کولیوند،
حروف الفبا: هیمن معروفی، دکتر نفیسه بیگم میرکتولی،
دکتر حسن نوری، عبدالله هاشمی.

ویراستاران: دکتر مهدی اقتصاد، محسن لعل حسن‌زاده،
علی رضائی

صفحه‌آرا: مرتضی آزادبر

ناشر: انتشارات یک یک پنج

قیمت: ۳۵۰۰۰ تومان

شمارگان: ۲۰۰۰ جلد

سال چاپ: اول - بهار ۱۳۹۸

چاپ و صحافی: چاپ ۱۲۸

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۶۳۲۸-۰-۰-۰

بسم الله الرحمن الرحيم

و من احياها فکانما احيا الناس جميعا (سوره مائده - آیه ۳۲)

هنگام وقوع حوادث یا پیدایش حالت بحرانی و خطر آفرین در بیماری‌ها معمولاً فقط در زمان بسیار کوتاهی می‌توان با امداد سریع و آگاهانه، بیشترین و ثمربخش‌ترین خدمات را در جهت حفظ جان و کاستن از عوارض بعدی تا انتقال به بیمارستان انجام داد. از آنجا که در امدادهای پزشکی بیشترین نقش را نیروی انسانی کارآمد و آگاه برعهده دارد، لذا یکی از اساسی‌ترین نیازهای نظام سلامت جامعه، آشنایی عموم مردم با روش‌های اصولی و صحیح کمک‌رسانی در شرایط اورژانس می‌باشد.

موضوع حاضر اهمیت این است که با توجه به مسائلی نظیر وخامت وضعیت بهداشتی، محدودیت زمانی برای نجات بیمار (زمان طلایی) یا مشکلات فضاهای شهری، از قبیل ترافیک سنگین، ازدحام مردم یا حتی عدم دسترسی به تلفن، در بسیاری از اوقات لازم تا رسیدن اورژانس اورژانس اولیه توسط حاضران در صحنه انجام شود. لذا این مشکلات، اهمیت فراگیری دانش کمک‌های اولیه را به‌خوبی آشکار می‌سازد، زیرا طبق آیه ۳۲، سوره مائده در قرآن کریم، هر کس جان انسانی را نجات دهد، خداوند تمام جان انسان‌ها را نجات داده است. این میسر نمی‌شود مگر با پی‌بردن به اهمیت بحث آموزش کمک‌های اولیه و اقدام جهت فراگیری آن.

این کتاب، یک راهنمای کاملاً استاندارد و به‌روز می‌باشد که در راستای اهداف آموزشی سازمان اورژانس کشور مبتنی بر آهبری و اجرای برنامه‌های ارتقاء سطح آگاهی، توانمندسازی مشارکت فرد، خانواده و جامعه برای همکاری و همیاری با اورژانس کشور تدوین شده است. این اثر توسط پزشکان و کارشناسان اورژانس و به‌صورت گام به گام و به زبانی کاملاً ساده نوشته شده است و می‌تواند در امدادرسانی سریع و مؤثر در تمامی شرایط اورژانس (در منزل، محل کار، مدرسه، راه‌های شهری و خارج شهری و...) به شما کمک شایانی بکند. امید است مطالعه این اثر گامی مؤثر بر ارتقای سلامت مردم ایران سرفراز باشد.

دکتر پیرحسین کولیوند
سرپرست سازمان اورژانس کشور

فهرست

احیای قلبی - ریوی

- ۱۱..... نمودار احیا (حمایت حیاتی پایه)
- ۱۲..... خلاصه احیای قلبی - ریوی (CPR)
- ۱۳..... احیای قلبی - ریوی در بزرگسالان
- ۲۳..... دفیبریلاسیون در بزرگسالان
- ۲۶..... احیای قلبی - ریوی در کودکان
- ۳۷..... احیای قلبی - ریوی در شیرخواران
- ۴۵..... احیا در شرایط خاص
- ۴۵..... احیا در آب
- ۴۶..... احیای بیمار دارای استومای لارنژکتومی
- ۴۷..... احیا در هفته آخر بارداری

آلرژی‌های طبی

- ۴۹..... آسم
- ۵۲..... خروسک (کروپ)
- ۵۴..... خفگی
- ۵۵..... انسداد نسبی راه هوایی
- ۵۶..... انسداد کامل راه هوایی
- ۶۰..... بیهوشی
- ۶۱..... سگته و مشکلات قلبی
- ۶۵..... شوک / غش کردن
- ۶۹..... هیپروتیلیاسیون (تنفس شدید)
- ۷۱..... بیماری‌های مهم در تجمعات انسانی

- ۷۳..... آلرژی و شوک حساسیتی
- ۷۶..... تشنج / صرع
- ۷۹..... تشنج ناشی از تب در کودکان
- ۸۱..... دیابت
- ۸۴..... زایمان و سقط جنین
- ۸۷..... عوارض زایمان
- ۸۹..... سقط جنین
- ۹۱..... سگته مغزی

۹۵..... اورژانس‌های رفتاری

آسیب‌ها و خدمات ۱

- ۹۷..... آسیب‌های چشم
- ۹۸..... آسیب شدید چشم
- ۹۹..... آسیب خفیف چشم
- ۱۰۱..... آسیب‌های دهان و دندان
- ۱۰۵..... آسیب‌های سر
- ۱۰۹..... آسیب‌های نخاع
- ۱۱۲..... آسیب نخاعی در آب
- ۱۱۳..... سوختگی و تاول
- ۱۱۶..... سوختگی‌ها یا تاول‌های گسترده
- ۱۱۶..... سوختگی‌های شیمیایی
- ۱۱۸..... سوختگی‌های الکتریکی یا ناشی از صاعقه
- ۱۱۹..... سوختگی استنشاقی دهان و گلو
- ۱۲۰..... آتش گرفتن

آسیب‌ها و خدمات ۲

- ۱۲۱..... آسیب‌های استخوان
- ۱۲۴..... شکستگی فک یا صورت
- ۱۲۵..... شکستگی ترقوه یا دررفتگی مفصل شانه
- ۱۲۶..... شکستگی دنده‌ها
- ۱۲۷..... شکستگی بازو
- ۱۲۷..... شکستگی یا دررفتگی آرنج
- ۱۲۸..... شکستگی ساعد یا مچ دست
- ۱۲۹..... شکستگی دست و دررفتگی انگشت
- شکستگی‌های لگن، ران و ساق پا
- ۱۳۰..... شکستگی یا دررفتگی مفصل زانو
- ۱۳۱..... شکستگی یا دررفتگی مچ یا انگشتان پا
- ۱۳۳..... آسیب‌های بافت نرم
- ۱۳۳..... رگ‌به‌رگ‌شدگی، کشیدگی و کوفتگی
- ۱۳۷..... آسیب‌های شکم
- ۱۳۹..... آسیب‌های قفسه‌سینه
- ۱۴۳..... خونریزی
- ۱۴۳..... خونریزی خارجی
- ۱۴۷..... زخم و جراحت با نیاز به مراقبت‌های ویژه
- ۱۴۷..... قطع عضو

۱۴۹	آسیب ناشی از انفجار
۱۵۰	آسیب له شدگی
۱۵۱	خونریزی بینی
۱۵۲	دیگر زخم‌ها
۱۵۵	خونریزی داخلی

اورژانس‌های محیطی

۱۵۷	بیماری‌های مربوط به سرما
۱۵۷	سرمازدگی (هیپوترمی)
۱۵۹	یخ‌زدگی
۱۶۱	بیماری‌های مربوط به گرما
۱۶۱	گرمازدگی (هیپرترمی)
۱۶۳	بیماری ارتفاعی
۱۶۵	نجات آب
۱۶۷	شیرجه آب
۱۶۹	گزش و گازگرفتگی
۱۷۰	گزش حشرات و خزندگان
۱۷۰	گزش عنکبوت‌ها و تیل‌ها
۱۷۳	مارگزیدگی
۱۷۵	عقرب‌گزیدگی
۱۷۶	گزش مورچه و هزارپا
۱۷۷	نیش زنبور یا زنبور عسل
۱۷۹	گزش کنه
۱۷۹	گازگرفتگی سگ یا گربه
۱۸۰	گزیدگی و گازگرفتگی جانوران آبزی
۱۸۱	عروس دریایی
۱۸۲	هشت‌پا و حلزون (صدف) دریایی
۱۸۳	گزش سایر ماهی‌های زهردار
۱۸۴	مسمومیت‌ها
۱۸۴	مدیریت عمومی مسمومیت‌ها
۱۸۶	سموم گوارشی
۱۸۶	سموم استنشاقی
۱۸۷	سموم جذبی
۱۸۷	سموم یا مواد تزریقی
۱۸۸	سوء مصرف دارو، مواد و الکل
۱۹۱	آسیب دیدن با سرسوزن (سرنگ)
۱۹۳	حوادث ترافیکی

۱۹۶	اصول ایمنی در تصادفات جاده‌ای
۱۹۹	حوادث غیرمترقبه
۱۹۹	مدیریت کلی
۲۰۰	توصیه‌های عمومی
۲۰۱	توصیه‌های اختصاصی
۲۰۱	آتش‌سوزی و انفجار
۲۰۴	آلودگی هوا و ریزگردها
۲۰۵	بهمن
۲۰۶	حملات تروریستی
۲۰۹	زلزله و رانش زمین
۲۱۲	سیل و طغیان آب
۲۱۳	صاعقه
۲۱۴	طوفان
۲۱۵	هولاک و یخبندان
۲۱۵	مواد شیمیایی خانگی

کمک‌های اولیه

۲۱۷	اصول و اهداف کمک‌های اولیه
۲۲۱	ارزیابی بیمار یا مصدوم
۲۲۵	اصول ایمنی در کمک‌های اولیه
۲۲۵	الکتریسته (برق)
۲۲۷	مواد شیمیایی
۲۲۸	آتش‌سوزی یا گازهای سمی
۲۳۰	اقدامات و مهارت‌های اورژانسی
۲۳۰	جابه‌جایی بیمار
۲۳۴	قربانیان گیرکرده
۲۳۵	مراقبت از مصدوم در یک ناحیه دورافتاده
۲۴۱	مصدومین متعدد
۲۴۱	پانسمان و بانداز
۲۴۱	پانسمان
۲۴۴	بانداز
۲۵۴	کنترل عفونت در کمک‌های اولیه
۲۵۷	سیستم‌های بدن انسان