

مبانی کاربردی امدادگری و کمک‌های اولیه

Applied Fundamentals of
RELIEF & FIRST AID



سازمان

در بیان کارهای
 و در بیان کارها
 و در بیان کارها

THE FIRST AID

www.ketab.ir

سرشناسه	: خیابانی، بابک، ۱۳۵۵ -
عنوان و نام پدیدآور	: مبانی کاربردی امدادگری و کمک‌های اولیه = first IDs / Applied fundamentals of relief
مشخصات نشر	: تهران : میرماه ، ۱۳۹۷.
مشخصات ظاهری	: ۳۴۴ ص: مصور (رنگی)، عکس.
شلیک	: ۶۰۰۰۰ ریال: ۱-۳۴۵-۳۳۳-۶۰۰-۹۷۸
وضعیت فهرست نویسی	: فیا
موضوع	: امدادرسائی — دستنامه‌ها
موضوع	: Disaster relief— Handbooks, manuals, etc.
موضوع	: کمک‌های اولیه — دستنامه‌ها
موضوع	: First aid in illness and injury — Handbooks, manuals, etc.
موضوع	: اورژانس — مدیریت — دستنامه‌ها
موضوع	: Emergency Management— Handbooks, manuals, etc.
شناسه افزوده	: پیوندی، علی‌اصغر، ۱۳۴۱ -
شناسه افزوده	: payvandi, Aliasghar
رده بندی کنگره	: R۸۸۶/۸:م۲ ۱۳۹۷
رده بندی دیویی	: ۶۱۶/.۷۵۲
شماره کتابشناسی ملی	: ۵۵۱۶۶۸

مبانی کاربردی
امدادگری و
کمک‌های اولیه

ناشر:

تألیف:

زیر نظر مستقیم:

طراح گرافیک:

لیتوگرافی و چاپ:

صحافی:

نوبت و سال انتشار:

شمارگان:

قیمت:

شابک:

انتشارات میرماه

باپک خیابانی

دکتر علی اصغر پیوندی

مژگان باقرزاده مردانی

نقش جوهر

افشین

نخست / ۱۳۹۷

جلد ۱۰۰۰

۶۰۰۰ تومان

۹۷۸-۶۰۰-۳۳۳-۳۴۵-۱

تمام حقوق مادی و معنوی این اثر برای ناشر محفوظ است.



تهران، نیاوران (خیابان شهید باهنر)، خیابان مژده (شهید مقدسی)، شماره ۶۴، واحد ۱۳

تلفاکس: ۲۲۷۲۲۹۰۲

info@mirmah.com

تلفن: ۲۲۷۲۲۹۰۱-۲۲۷۵۹۲۰۳

www.mirmah.com

به نام خدا

بنی آدم اعضای یک پیکرند
که در آفرینش ز یک گوهرند

چو عضوی به درد آورد روزگار
دگر عضوها را نماند قرار

مخاطرات (Hazards) به سه دسته مخاطرات طبیعی، مخاطرات انسان ساخت (اجتماعی) و مخاطرات ترکیبی (تکنولوژیک) تقسیم می شوند.

در طی حدود ۲۰ سال گذشته (۱۹۹۸-۲۰۱۷) مخاطرات طبیعی در جهان افزایش زیادی داشته، به نحوی که بر اثر بلایای طبیعی (Disasters) حدود یک میلیون و سیصد هزار نفر کشته شده و قریب به چهار میلیون و چهارصد هزار نفر، زخمی، بی خانمان، آواره و یا نیازمند ریاقت کمک های اضطراری شده اند. در جهان بیشترین آمار مرگ و میر ناشی از بلایای طبیعی مربوط به زلزله و سونامی است که حدود ۹٪ از بلایای طبیعی را شامل می شود، در حالی که ۹۱٪ سایر بلایا را سیل، طوفان، خشکسالی، امواج هوای گرم و دیگر حوادث شدید آب و هوایی تشکیل می دهند.

در همین سال ها در کشورهای آسیب دیده میزان خسارت و زیان های اقتصادی در حدود ۲۹۰ میلیارد دلار بوده است که ۲۲۴۵ میلیارد آن (حدود ۷۷ درصد از کل خسارت) مربوط به بلایای مرتبه اول آب و هوا است. این خسارت نسبت به دوره ۲۰ ساله قبلی حدود ۱۵۱ درصد افزایش یافته است؛ البته به نظر می رسد که مقادیر واقعی بالاتر از این رقم باشد؛ زیرا به دلایلی کشورهای با درآمد کم (توسعه نیافته) مقدار آن را کمتر گزارش نموده و فقط حدود ۱۳٪ از خسارات و تلفات بلایای طبیعی را گزارش کرده اند.

در بررسی های صورت گرفته از سال ۲۰۰۰ میلادی تاکنون مشخص شده که در این کشورها به ازای هر یک میلیون نفر ساکن در مناطق آسیب دیده، حدود ۱۳۰ نفر جان باخته اند، در حالی که در کشورهای با درآمد بالا (توسعه یافته) این آمار ۷ برابر کمتر یعنی حدود ۱۸ نفر است.

در آسیا بیشترین تلفات و زیان‌های مالی مربوط به سیل و طوفان است که حدود ۴۴٪ از تمام بلایای رخ داده و حدود ۵۸٪ از کل کشته‌ها را شامل می‌شود.

در ایران نیز به طور متوسط هر روز حدود ۱۰ نفر و سالانه نزدیک به ۳۰۰۰ نفر بر اثر بلایای طبیعی جان خود را از دست می‌دهند، در حالی که در کشورهای توسعه‌یافته این مقدار ۶ برابر کمتر و حدود ۵۰۰ نفر است. مهم‌ترین دلایل آسیب‌پذیری بالای مردم ایران را باید گسترده بودن تعداد مخاطرات طبیعی در فلات ایران و همچنین مساحت زیاد کشور و به‌ویژه عدم آگاهی و آمادگی لازم هم‌وطنان دانست. تاکنون حدود ۷۷ نوع مخاطره (رومی شناسایی شده که بیش از ۷۰ نوع آن در ایران دیده شده است و از این نظر کشور ایران جزو ده کشور اول دنیا از نظر آمار بالای رخداد مخاطرات طبیعی است.

این مخاطرات و آسیب‌پذیری بالای مردم، متأسفانه در طی قرن گذشته منجر به فوت حدود ۱/۲۰۰/۰۰ نفر از هم‌وطنان عزیز ما شده است.

از حدود ۶۸۰ شهر ایران تنها ۳۱٪ آنها در نواحی کم‌خطر از نظر بروز زلزله واقع‌اند و همچنین با وجود آب و هوای خشک در این کشور، ۵۰ درصد شهرها در معرض سیل‌زدگی قرار دارند. طبق آمارهای ارائه شده (در سال ۱۳۹۶) وقوع سیل، روزانه ۲۰۰ میلیون تومان به اقتصاد ملی زیان وارد نموده و حدود ۷۰٪ اعتبارات مقابله با بلایای طبیعی را به خود اختصاص داده است.

از سوی دیگر متأسفانه بروز مخاطره‌ها، انسان ساخت نیز در کشور ما بسیار بالا است، به نحوی که صرف نظر از آمار سایر مخاطرات این گروه و فقط به تصادفات رانندگی می‌توان گفت سالانه حدود ۸۰۰ هزار تصادف در ایران رخ می‌دهد که طی آمار موجود در ۱۶ سال اخیر، باعث مرگ روزانه حداقل ۴۴ نفر و سالانه ۱۶ هزار نفر و همچنین مصدومیت بیش از ۳۰۰ هزار نفر شده است.

حال اگر سایر مخاطرات این گروه مانند آتش‌سوزی‌ها، جنگ، حوادث کارگاهی و صنعتی و غیره را در نظر بگیریم با یک حساب ساده متوجه می‌شویم که آمار آسیب‌پذیری مردم در این مورد بسیار بالاتر از مخاطرات طبیعی است. آسیب‌پذیری (vulnerability) واژه دیگری است که باید مورد توجه قرار گیرد. آسیب‌پذیری به مفهوم خصوصیات و شرایط یک اجتماع است که آن را در برابر اثرات مخرب مخاطرات مستعد می‌سازد و به انواع زیر دسته‌بندی می‌شود:

- ۱- آسیب‌پذیری سازه‌ای (به عنوان مثال در زلزله یعنی مستحکم نبودن ساختمان)
- ۲- آسیب‌پذیری غیرسازه‌ای (به عنوان مثال در زلزله یعنی مشخص نبودن یا مسدود بودن مسیرهای خروج اضطراری و غیره)
- ۳- آسیب‌پذیری فردی (به عنوان مثال باردار بودن خانم‌ها، کهنلت سن افراد، چاق بودن و غیره)
- ۴- آسیب‌پذیری عملکردی (یعنی عدم استقبال مردم از آموزش‌های لازم موجود و تحت آموزش قرار نگرفتن آنان)

طبق بند ۳ ماده ۳ اساسنامه جمعیت هلال احمر جمهوری اسلامی ایران که به تصویب مجلس شورای اسلامی نیز رسیده است؛ برنامه‌ریزی و اقدام در جهت مقابله با حوادث و سوانح و آموزش‌های عمومی در این زمینه و تربیت کادر امدادی و نیروی انسانی مورد نیاز در کشور به عهده هلال احمر است. همچنین از بین چهارده کارگروه تخصصی سازمان مدیریت بحران کشور، مسئولیت کارگروه تخصصی امداد و نجات و آموزش همگانی بر عهده هلال احمر گذاشته شده است که یکی از فعالیت‌های آن آموزش همگانی در خصوص آموزش کمک‌های اولیه و امداد و نجات برای اقشار مختلف جامعه از کودکان پیش‌دبستانی گرفته تا دانش‌آموزان، دانشجویان، طلاب و سایر آحاد جامعه است.

بنابراین در امور آموزش عمومی، پایه و همگانی معاونت آموزش، پژوهش و فناوری جمعیت هلال احمر، میزان آمادگی خانواده‌های ایرانی تا سال ۱۳۹۴ در برابر مخاطرات (Hazards) و به دنبال آن بلایا (Disasters) بسیار پایین و کمتر از ۱۰ درصد از کل جامعه بوده است و در مطالعه‌ای دیگر که در سال ۱۳۹۳ با همکاری فدراسیون بین‌المللی سیل‌سرخ و هلال احمر جمهوری اسلامی ایران در شهر تهران انجام شده، مشخص گردید که بیش از ۹۰ درصد از مردم در مورد اقدامات لازم قبل، حین و بعد از وقوع بلایا اطلاعات متوسط و کمتر از متوسط دارند. همچنین بر یک به ۶۰ درصد آنان میزان اقدام خود را برای آموختن موضوعات فوق در حد کم ارزیابی کرده‌اند.

بر پایه آنچه گذشت، انجام آموزش‌های همگانی به این عموم مردم کشور و تحقق شعار «لزوم وجود حداقل یک امدادگر در هر خانواده ایرانی» باعث کاهش تلفات (مرگ و میر)، کاهش نقص عضو و مشکلات روحی، کاهش هزینه‌های سرسام‌آور و زیان‌های اقتصادی و همچنین جلوگیری از وارد آمدن خسارات شدید به تولید ناخالص داخلی کشور و سایر تبعات حقوقی مادی و معنوی خواهند شد.

کتاب حاضر با متنی روان، ساده و کاربردی و به دور از اصطلاحات پیچیده؛ شکی برای آحاد جامعه تألیف شده است؛ به نحوی که فراگیران پس از یادگیری و تمرین مطالب این راهنما، راحتی قادر به اجرای کمک‌های اولیه باشند. ضمن آنکه مطالعه این کتاب برای کسب درجه اول، یادگیری در هلال احمر ضروری است.

از ویژگی‌های دیگر کتاب اینکه، در شروع هر فصل مختصری در مورد ساختار تشریحی عضو مورد بحث از بدن انسان (آناتومی) و عملکرد آن (فیزیولوژی) شرح داده شده؛ سپس به آسیب‌ها و مشکلات مربوط به آن اشاره شده و در ادامه علائم و نشانه‌های مشکل مورد بحث گفته شده است. افزون بر این در پایان، اقدامات و کمک‌های اولیه لازم در زمان وارد آمدن صدمات آمده است. این روش باعث فهم آسان و یادگیری سریع، بلندمدت و کاربردی فراگیران خواهد شد.

اثر پیش روی حاصل تجربه و تلاش همکار ارجمند جناب آقای بابک خیابانی است. از ایشان سپاسگزارم. همچنین از جناب آقای دکتر علی یزدی نژاد، مدیر محترم انتشارات میرماه که در تمامی مراحل تدوین و انتشار این اثر از نظرات ارزشمندشان بهره مند بوده ایم، سپاسگزاری می نمائیم. امید است کتاب حاضر گامی بلند در ارتقای دانش کاربران ارجمند در زمینه رویارویی، مقابله و مدیریت مخاطرات و بلایا به حساب آید.

دکتر علی اصغر پیوندی

رئیس جمعیت هلال احمر جمهوری اسلامی ایران

تهران - آذرماه ۱۳۹۷ شمسی

www.ketab.ir

فهرست

۱۳	فصل ۱ - کلیات
۲۱	فصل ۲ - تعاریف، مفاهیم و ویژگی‌های مداخلات دندان‌گر
۲۷	فصل ۳ - اصول انتقال مصدومین
۵۷	فصل ۴ - مبانی ارزیابی و معاینه مصدوم
۸۱	فصل ۵ - خفگی و اقدامات احیاء پایه (BLS)
۱۱۳	فصل ۶ - شوک
۱۱۹	فصل ۷ - خونریزی و راه‌های کنترل آن
۱۴۹	فصل ۸ - آسیب‌های وارده به سرو گردن، قفسه سینه، شکم و ستون فقرات
۱۶۵	فصل ۹ - فوریت‌های طب داخلی
۱۸۳	فصل ۱۰ - مسمومیت
۲۲۳	فصل ۱۱ - آسیب‌های استخوانی - مفصلی و عضلانی
۲۴۵	فصل ۱۲ - سوختگی‌ها
۲۶۱	فصل ۱۳ - گرم‌زدگی و سرمازدگی
۲۷۱	فصل ۱۴ - تریاژ
۲۷۷	فصل ۱۵ - حمایت روانی

۲۸۳	فصل ۱۶ - برپایی چادر
۲۹۵	فصل ۱۷ - ایدز و هیپاتیت
۳۰۳	فصل ۱۸ - زایمان
۳۱۱	فصل ۱۹ - آشنایی با اصول اولیه تزریقات
۳۲۱	فصل ۲۰ - زلزله و سیل
۳۳۹	فصل ۲۱ - کیف شرایط اضطراری
۳۴۱	منابع