



دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی

فوریست‌های پزشکی برای عموم

یک راهنمای ارزشمند برای ارائه خدمات پزشکی اولیه در هر زمان و هر مکان

مؤلفین:

مسعود ابراهیمی

هادی ظهیری

دکتر سید کاوه حجت

سرشناسه: ابراهیمی، مسعود، ۱۳۷۱ -

عنوان و نام پدیدآور: فوریت‌های پزشکی برای عموم: یک راهنمای ارزشمند برای ارائه کمک‌های اولیه در هر زمان و هر مکان / مؤلفین مسعود ابراهیمی، هادی ظهیری، سیدکاوه حجت؛ [برای] دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی. مشخصات نشر: تهران: آرویح ایرانیان، ۱۳۹۲.

مشخصات ظاهری: ۴۰۰ ص:، مصور (بخشی رنگی)، جدول.

شابک: ۳-۲۳۲-۵۰۴-۹۶۴-۹۷۸-۱۷۰۰۰۰ ریال

وضعیت فهرست نویسی: فبا

موضوع: کمک‌های اولیه

موضوع: اورژانس

شناسه: ۱۳۷۱ - هادی،

سه افزوده: حجت، سیدکاوه، ۱۳۵۴ -

اسم: دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی خراسان شمالی

رده بندی کنگی: ۳۷۱:۶۰۷:۸۶ RC

رده بندی: ۶۱۰.۰۰۲۴

شماره کتابشناختی: ۳۸۶۹

کتابخانه حقوق برای دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی محفوظ است

فهرست‌های پزشکی برای عموم

مسعود ابراهیمی - هادی ظهیری - دکتر سید کاوه حجت

Emt8982@yahoo.com

چاپ و نشر: آرویح ایرانیان

صفحه آرا: مریم اکبری

قیمت: ۷۰۰۰ تومان

تیراژ: ۱۰۰۰ جلد

چاپ اول: ۱۳۹۲

شابک: ۳-۲۳۲-۵۰۴-۹۶۴-۹۷۸

آدرس دفتر: تهران، خیابان شریعتی بالاتر از سه راه طالقانی، خیابان بهار، کلان پلاک ۱۴

واحد ۷

۷۷۵۳۷۰۷۶

آدرس چاپخانه: تهران، خیابان شریعتی، بالاتر از سه راه طالقانی، پلاک ۱

۷۷۵۰۰۵۶۵

مرکز پخش: خراسان شمالی، بجنورد، دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی، معاونت پژوهشی

انتشارات دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی

۰۵۸۴۲۲۴۷۱۲۴

« یرفع الله الذین امنوا منکم و الذین اوتوا العلم درجات » (آیه ۱۱، سوره مجادله)
خداوند کسانی را که ایمان آورده‌اند و کسانی که علم به آنان داده شده
در جاد عظیمی می‌بخشد.

با اطمینان می‌توان گفت در هیچ یک از ادیان و مکاتب همچون اسلام بر
کسب علم و مهارت و توانایی بر پایه دانش اندوزی و ژرف نگری تأکید نشده
است تا بدان حد که رسید به مثابه بنیان ایمان، حاصل تعقل و علم ورزی
شناخته شده است. همواره مسلمانان به کسب علم و دانش ترغیب
شده‌اند تا حدی که پیامبر (ص) دانش را سرآغاز هر نیکویی دانسته است.
مقام معظم رهبری نیز پیوسته علم و اندوختن تحقیق را ناممکن دانسته و
تولید علم با نگاه مبتکرانه و سازنده در محیط دانشگاه را توصیه کرده‌اند.
پژوهش مسیری روشن برای انتقال رویکردهای مناسب و پیشرفت‌های
علمی در فرایند بازنگری مشکلات جوامع در تمام عرصه‌هاست، دانشگاه
علوم پزشکی خراسان شمالی نیز حمایت‌های مادی و معنوی خود از
فعالیت‌های پژوهشی، جهت ظهور اندیشه‌ها و تفکرات مبتکرانه بر سر علم و
دانایی را به روشنی ابراز و اعلام کرده است تا کمکی به دسترسی به دانش
جامعه دانشگاهی به منابع علمی شود که ثمره آن رشد و بالندگی هر چه
بیشتر کشور سرافرازمان را در پی خواهد داشت.

از آنجا که یکی از اهداف اصلی پژوهش کمک به ارتقای کمی و کیفی
نشر می‌باشد کتاب حاضر که حاصل تجربیات و پژوهش‌های نویسندگان
این اثر در زمینه فوریت‌های پزشکی برای عموم می‌باشد جهت استفاده
دانش پژوهان عزیز ارائه می‌شود.

www.ketab.ir

شاید به جرأت بتوان گفت یکی از مهمترین معیارهایی که سبب توسعه و پیشرفت جوامع می‌شود ارائه مراقبت‌های بهداشتی و درمانی است. در این بین مراقبت‌های درمانی که در قسمت پیش بیمارستانی صورت می‌گیرد بسیار حائز اهمیت است. از آن جهت که شما به عنوان یک شخص ساده یا یک امدادگر اولین کسی هستید که بر بالین شخص مصدوم یا بیمار می‌رسید و اقداماتی که شما انجام می‌دهید می‌تواند جان یک انسان را نجات دهد و این اقدام می‌تواند حتی با یک تغییر حالت ساده سر، نجات گیرد. با توجه به اینکه کشور ما نیز یکی از حادثه خیزترین کشورهای جهان محسوب می‌شود، لزوم یادگیری و ارائه کمک‌های اولیه حتی در سطح یک امدادگر ساده خود را بیشتر نشان می‌دهد.

ما در راستای بالا بردن سطح دانش عموم در ارتقاء سطح کمک‌های اولیه و با هدف ارتقاء سطح سلامت جامعه اقدام به چاپ کتاب «مراقبت‌های پزشکی برای عموم» نموده‌ایم که یک کتاب ارزشمند در این سطح به حساب می‌آید و امیدواریم با این کار گام مؤثری را در این زمینه برداشته باشیم. ناگفته نماند که در این بین مساعدت‌های بی دریغ جناب آقای مؤمنی (مربی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی)؛

مهندس آرش اکابری (استاد دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی) سید
حسن سید شریفی (دانشجوی رشته پزشکی) مجتبی انگوری (دانشجوی
رشته فوریت‌های پزشکی)؛ سید یداله بهشتی (دانشجوی سال چهارم
کارشناسی پرستاری)، سعیدشجاعی (دانشجوی سال چهارم کارشناسی
هوشیاری) و دیگر کسانی که ما را در تهیه ی این اثر یاری نمودند را نباید
موشر کنیم و صمیمانه قدردانی می‌نماییم.

با تشکر

مؤلفین:

مسعود ابراهیمی، هادی زنجیری، دکتر سید کاوه حجت

فهرست مطالب:

عنوان	صفحه
فصل اول: آشنایی با کمک‌های اولیه	
تاریخچه اورژانس ۱۱۵ در کشور ایران	۲۷
تاریخچه هلال احمر و صلیب سرخ	۲۸
کمک‌های اولیه چیست؟	۳۲
اهداف کمک‌های اولیه	۳۲
خصوصیات یک امدادگر	۳۲
وظایف اصلی یک امدادگر	۳۳
جعبه کمک‌های اولیه	۳۴
شیوه درخواست کمک	۳۵
فصل دوم: آشنایی با آناتومی و فیزیولوژی سیستم قلبی عروقی و تنفسی آناتومی قلب	
آناتومی قلب و فیزیولوژی ساده قلب و عروق	۳۶
آناتومی چیست؟	۳۶
فیزیولوژی چیست؟	۳۹
آناتومی و فیزیولوژی سیستم تنفسی	۴۴

فصل سوم: احیای قلبی و ریوی (CPR)

۵۱	ارزیابی صحنه
۵۲	بیوه ی برخورد با یک فرد بیهوش
۵۴	ضلع اول مثلث نجات: باز کردن راه هوایی (Air way)
۵۷	ضلع دوم مثلث: بررسی تنفس (Breathing)
۶۰	ضلع سوم مثلث: نجات: C:circulation
۶۷	احیای قلبی ریوی (CPR) در کودکان (۸-۱ ساله)
۶۹	احیای قلبی ریوی (CPR) (تا یک سالگی)
۷۵	خفگی در بزرگسالان
۷۸	خفگی در کودکان (۷-۱ سال)
۸۱	خفگی در شیر شیرخواران ۳ سال
۸۴	خفگی در زن باردار و افراد چاق

فصل چهارم: معاینه فیزیکی

۹۱	معاینه صورت
۹۲	معاینه جمجمه
۹۳	معاینه گردن
۹۳	معاینه قفسه سینه

۹۴	معاینه شکم و لگن
۹۵	معاینه اندام تحتانی و فوقانی
۹۶	بررسی پشت از نظر حساسیت و تغییر شکل
	فصل پنجم: خونریزی، شوک و آسیب‌های بافت نرم
۹۹	خونریزی
۹۹	واکنش بدن خونریزی
۱۰۱	انواع خونریزی
۱۰۲	زخم‌ها
۱۰۵	خونریزی خارجی شدید
۱۱۰	خونریزی جزئی
۱۱۲	عفونت زخم
۱۱۳	جراحات‌های کف دست
۱۱۴	خونریزی در بینی
۱۱۵	جراحت دهان
۱۱۶	خونریزی از گوش
۱۲۰	جراحت چشم
۱۲۲	جسم خارجی در چشم

۱۲۲	له شدگی‌ها
۱۲۴	قطع شدگی‌ها
۱۲۶	کبودی، کوفتگی
۱۲۷	جراحتهای خاص
۱۲۷	جراحتهای شکم
۱۲۹	جراحتهای تنه سینه
۱۳۱	خونریزی داخلی
۱۳۵	شوک
۱۳۶	تهوع و استفراغ

فصل ششم پانسمان و بانداز

۱۴۳	پانسمان
۱۴۳	کاربرد پانسمان
۱۴۳	کاربردهای بانداز
۱۴۴	اصول کلی پانسمان
۱۴۶	جلوگیری از تبادل عفونت
۱۴۷	زخم بندی با گاز
۱۴۸	روش صحیح بستن چسب زخم

۱۴۸	بانداز
۱۴۸	انواع بانداز
۱۴۹	قواعد اساسی بانداز
۱۵۰	کمربند سرد
	فصل هفتم: آسیب‌های اسکلتی، عضلانی
۱۵۷	آنا تومور دستگاه اسکلتی
۱۵۹	مفاصل
۱۵۹	رباط (لیگامنت)
۱۵۹	تاندون (زردپی)
۱۵۹	چه نوع آسیب‌هایی ممکن است به اسکلت وارد شود؟
۱۵۹	انواع ضربات وارده بر سیستم اسکلتی
۱۶۰	انواع آسیب‌های حاصل از ضربات وارده به سیستم اسکلتی
۱۶۳	نیایدها در برخورد با شکستگی‌ها
۱۶۴	شیوه برخورد با استخوانی که از پوست بیرون آمده است
۱۶۴	شکستگی مجموعه
۱۶۷	شکستگی‌های صورت، آرواره‌های بالا و پایین و بینی
۱۶۹	نشانه‌های شکستگی ستون فقرات

۱۷۲	شکستگی استخوان جناغ سینه و دنده‌ها
۱۷۳	طحال چیست؟
۱۷۶	شکستگی استخوان شانه (ترقوه) و استخوان بازو
۱۷۶	شیوه‌ی آتل‌گیری استخوان شانه
۱۷۶	شیوه‌ی آتل‌گیری استخوان بازو
۱۷۷	شیوه‌ی آتل‌گیری استخوان آرنج
۱۷۸	شکستگی ساعد
۱۷۹	شکستگی دست و انگشتان
۱۸۰	شیوه‌ی آتل‌بندی شکستگی لگن - ساق - ساق
۱۸۰	شکستگی پا و شیوه‌ی آتل‌بندی پا
۱۸۱	پیچ خوردگی
۱۸۲	در رفتگی

فصل هشتم: سوختگی

۱۸۷	آناتومی و فیزیولوژی ساده پوست
۱۸۷	انواع سوختگی با مکانیسم یا همان علل ایجادکننده
۱۹۰	طبقه‌بندی آسیب با توجه به عمق آسیب
۱۹۰	سوختگی سطحی درجه ۱

۱۹۱	سوختگی با ضخامت نسبی (درجه ۲)
۱۹۲	سوختگی تمام ضخامت (درجه ۳)
۱۹۳	تعیین درصد سوختگی
۱۹۵	تعیین شدت سوختگی
۱۹۵	سوختگی با آب جوش و بخارزدگی، شعله
۱۹۸	سوختگی راه راهی
۱۹۹	سوختگی ناشی از برز گرفتگی
۲۰۱	سوختگی شیمیایی
۲۰۳	سوختگی چشم با مواد شیمیایی
۲۰۴	آفتاب سوختگی

فصل نهم: آسیب‌های محیطی

۲۰۹	غرق شدگی چیست؟
۲۰۹	انواع غرق شدگی
۲۱۰	اقدامات در مواجهه با فرد غرق شده
۲۱۱	هیپوترمی و سرمازدگی
۲۱۵	هیپوترمی چیست؟
۲۱۶	واکنش بدن در برابر سرما

۲۲۰	آسیب سرمای موضعی (یخ زدگی)
۲۲۰	مراحل یخ زدگی
۲۲۵	آسیب‌های گرمایی
۲۲۶	عکس‌العمل بدن در هنگام قرارگیری در معرض گرما چیست؟
۲۲۷	خشکی گرمایی
۲۳۰	گرانولوزی
۲۳۳	گرفتگی سبیلان
۲۳۵	گاز گرفتگی به وسیله حیوانات
۲۳۷	گزش حشرات
۲۴۰	گزش دهان و حلق
۲۴۱	شوگ ازدیاد حساسیت (آنافیلاکسی)
۲۴۴	مارگزیدگی
۲۴۷	عقرب زدگی
۲۴۹	توصیه‌های اجتماعی جهت پیشگیری از عقرب زدگی
فصل دهم: مسمومیت‌ها	
۲۵۳	آناتومی و فیزیولوژی سیستم گوارشی
۲۵۷	آناتومی و فیزیولوژی سیستم عصبی

۲۵۹	مسمومیت ها
۲۶۰	مسمومیت با منواکسید کربن
۲۶۳	بلع مواد سمی
۲۶۶	مسمومیت غذایی
۲۶۸	سم های جذب شده
۲۷۰	سم ها تزریقی
۲۷۲	مسمومیت های مزمن
۲۷۵	توصیه هایی برای جلوگیری از مسمومیت دارویی
۲۷۵	مسمومیت با الکل

فصل یازدهم: بیماری های شایع در کودکان

۲۸۱	بیماری های شایع در کودکان و سینه بر خیزد مناسب
۲۸۱	۱- کroup (خروسک)
۲۸۲	۲- التهاب اپیگلوت
۲۸۳	۳- برونشیت (التهاب برونشولها)
۲۸۴	حملات صرع و تشنج

فصل دوازدهم: آشنایی با چند بیماری

۲۸۹	سکته قلبی یا حمله قلبی (انفارکتوس حاد میوکارد)
-----	--

۲۹۲	سکته مغزی
۱۹۵	آپاندیسیت
۲۹۶	تشنج
۲۹۹	بیماری سل چیست؟
	فصل سیزدهم: فشارخون، دیابت و شیوه اندازه گیری
۳۰۷	فشارخون چیست؟
۳۱۰	شیوه استاندارد گرفتار فشار خون
۳۱۵	دیابت چیست؟
۳۱۶	انواع دیابت
۳۱۷	چه وقت دیابت خطرناک می شود؟
۳۱۹	جدول مقایسه پایین بودن و بالا بودن قند خون
۳۲۰	چاقی دشمن شماره یک دیابتی ها
۳۲۱	برنامه غذایی و شیوه زندگی مطلوب
۳۲۱	محدوده طبیعی قند خون
۳۲۳	شیوه اندازه گیری قند خون
	فصل چهاردهم: جابجایی و حمل بیمار
۳۲۷	اصول کلی

۳۲۷	نکات ایمنی برای حفظ سلامتی خودتان
۳۳۰	روش های حمل مصدوم به صورت اورژانسی
۳۳۰	۱. کشیدن بازو به بازو
۳۲۹	۲. کشیدن لباس مصدوم
۳۲۹	۳. کشیدن مصدوم بابتو
۳۳۰	شیوه رنج باری مصدوم از اتومبیل
۳۳۰	حمل یک نفره روش آتش نشان ها
۳۳۰	چهار روش دیگر حمل یک نفره
۳۳۲	روش های حمل دو نفره
۳۳۳	روش حمل مصدوم با صندلی
۳۳۳	روش انتقال در مصدوم مشکوک به آسیب پش و گردن
۳۳۴	روش بلند کردن چند نفره مصدوم
۳۳۵	شیوه صحیح بیرون آوردن کلاه ایمنی
۳۳۵	شیوه ساخت برانکارד صحرائی

فصل پانزدهم: اورژانسهای روانپزشکی

۳۳۹	خودکشی
۳۴۰	اصطلاحاتی که در مبحث خودکشی رایج می باشد

۳۴۰	میزان شیوع و بروز
۳۴۱	عوامل مؤثر در پدیده خودکشی
۳۴۲	عوامل خطر (Risk Factors)
۳۴۳	وضعیت روانی بیماران با اقدام به خودکشی
۳۴۵	اقدامات مداخله‌ای در برخورد با بیمار با قصد خودکشی
۳۵۰	افسردگی چیست؟
۳۵۳	اختلالات روان پریش (Psychotic disorders)
۳۵۷	اسکیزوفرنی
۳۵۸	اختلال خلقی دو قطبی (bipolar mood disorder)
۳۶۱	اختلال هراس (panic disorder)
۳۶۸	دارو درمانی
۳۶۹	هیپنوتراپی
۳۶۹	روان درمانی حمایتی
۳۷۰	شناخت درمانی
۳۷۰	گروه درمانی
۳۷۱	مواجهه درمانی

۳۷۱	واکنش روانی افراد بدنبال حوادث و بلایای طبیعی
۳۷۳	اختلال اضطراب پس از سانحه
۳۷۶	اختلال تبدیلی
۳۷۷	مسئومیت با مواد مخدر
۳۸۰	نمونه نامه
۳۹۶	منابع

www.ketab.ir