

بایدها و نبایدها

تالیف و گردآوری:

دکتر حمیدرضا اشراقی

دکتر نسرين دولتی

انتشارات خسروی

۱۳۹۲

• نشریه
 عنوان و نام مجله
 مشخصات نشر
 مشخصات ظاهری
 سایز
 وضعیت فهرست نویسی
 موضوع
 موضوع
 ضمیمه افزوده
 رده طبقه‌بندی
 رده ثبت دولتی
 شماره کتابخانه ملی

• نشریات
 باید ها و نباید ها در اورژانس های پزشکی
 دکتر حمیدرضا اشراقی و دکتر نسوین دولتی
 آناهیتا زحمتکش
 انتشارات خسروی
 جیمی
 اول ۱۳۹۲
 جلد ۳۰۰۰
 ۹۷۸-۶۰۰-۳۰۹-۱۰۸-۶
 ۵۸۰۰ تومان



عنوان:

تالیف و گردآوری:

صفحه آرا:

ناشر:

قطع:

نوبت چاپ:

تیراژ:

شابک:

قیمت:

آدرس پخش: انتشارات خسروی، انقلاب بین وصال و قدس کوچه اسکو ساختمان اسکو پلاک ۹ واحد ۵

تلفن: ۶۶۴۹۰۷۱۹

باید بدانی، این مسئولیت مستقیم شماست. آنجا که ندانستن تاوان جبران ناپذیری دارد. آنجا که دانستن جانی را نجات می‌دهد و یا مانع معلولیتی همیشگی می‌گردد. آنجا که ندانستن و سر درگمی عمری را غرق اندوه و پشیمانی می‌کند.

پزشکان معتقدند برای هر فرد واجب است تا علائم اولیه و شروع حالات اورژانسی پزشکی را بشناسد و علائم هشدار دهنده آن‌ها را یاد بگیرد تا بتواند از صدمات بیشتر حوادث به خود و عزیزانشان جلوگیری کند. بسیاری از مردم هم خود این علائم اولیه را تجربه می‌کنند مثل بروز سکتة قلبی و مغزی، یا افت فشار خون، ایست تنفسی و ... اما به دلایلی همچون ندانستن، صبر بی‌جا، ترس از رفتن به بیمارستان و تلاش برای مزاحمت نداشتن برای دیگران از خود چیزی بروز نمی‌دهند و سعی می‌کنند تحمل کنند غافل از آنکه در بسیاری از حالات اورژانسی زمان امری حیاتی است و تاخیر در درمان عواقب جدی، غیر قابل جبران و وخیمی را به دنبال خواهد داشت.

کتاب حاضر اورژانس‌های پزشکی را با جزئیات آموزش نمی‌دهد و جایگزین مراجعه به پزشک و کتب پزشکی نیست اما نکات ضروری را که باید برای لحظاتی کوتاه و بحرانی و در همان زمان‌های اولیه انجام داد را با بیانی ساده و برای عموم مردم توضیح می‌دهد.

در دسترس بودن این کتاب کوچک اما بزرگ در کنارتان (ماشین، منزل و محل کار) شاید روزی و زمانی کوتاه و بحرانی بتواند اثری بی‌نهایت ارزشمند داشته باشد.

تقدیم به شما که ارزش سلامتی را می‌دانید

وقتی حاج مصطفی دولتی که از مردان نیک سرشت، شاداب، کمیاب و انسانی به تمام معنا بود. ۳ سال قبل در مسجد و هنگام وضو عرق سرد می‌کرد و نفس‌هایش به سختی بالا می‌آمد و فشار سنگینی در سینه احساس می‌کرد اطرافیانش علائم شروع سکته قلبی را نمی‌شناختند و آگاه نبودند که در این موقعیت اورژانس، حتی دقیقه هم بسیار مهم است و او بین نماز مغرب و عشاء دیگر طاقت نیاورد و وقتی با نبود خودروی اورژانس او را در جلو وانتی فشرده و به همراه دو نفر دیگر به آرامی به بیمارستان رساندند دیگر ندانستن کار خود را کرده بود.

شاید انگیزه گردآوری این کتاب همین باشد که باید کاری کرد و باید گفت و دانست.

پس کتاب حاضر منبعی برای دسترسی سریع و بی‌مقدمه به ضروری‌ترین اطلاعات و اقدامات اولیه اورژانسی است و سعی دارد راهنمایی و توصیه‌هایی کند که انجام آن‌ها در اولین لحظات حادثه ضروری و نجات بخش است.

توصیه‌های این کتاب

در اولین لحظات حادثه ارزشی بی‌اندازه دارد.

○ با تشکر از:

جناب آقای دکتر حسین اشراقی بابت مطالعه و راهنمایی‌های
ارزشمندشان در تمامی زمینه‌ها.

جناب آقای دکتر علیرضا اشراقی بابت ارائه نظرات اصلاحی در خصوص
مطالب مرتبط با اطفال.

و سرکار خانم‌ها لیلا شمس و آناهیتا زحمتکش بابت تایپ و زحماتی که
در طراحی کتاب متحمل شدند.

فہرست

۹	علائم حیاتی
۱۱	علائم و حالات اور ژانسی بدن
۱۲	حملہ قلبی
۱۳	علائم حملہ قلبی
۱۹	روش های انجام CPR
۲۱	روش احیاء تنفسی
۲۳	تنفس مصنوعی
۲۳	روش احیاء قلب
۲۷	سکتہ مغزی
۳۰	گرفتگی حاد گلو
۳۶	خدمات وارده به سر
۳۹	شکستگی
۴۵	سوختگی

۴۸	زخم، بریدگی و کوفتگی
۵۱	پیچ خوردگی و فشار آمدن روی تاندون
۵۳	صدمات وارده به گردن و پشت
۵۶	واکنش‌های حساسیتی
۶۰	غرق شدگی در آب
۶۲	صدمات چشمی
۶۵	مسمومیت غذایی
۶۹	گاز گرفتگی حیوانات
۷۲	نیش حشرات
۷۴	نیش کنه
۷۷	نیش عنکبوت
۷۸	نیش مار
۸۱	خون دماغ
۸۳	دردهای شکمی
۸۵	تب‌های اور ژانسی
۸۷	فشار خون
۸۹	تداخلات دارویی

۹۱	آسم
۹۵	کمر درد حاد
۹۷	جسم خارجی در گوش و بینی
۹۹	برق گرفتگی - شوک الکتریکی
۱۰۱	غش کردن
۱۰۴	تب
۱۰۷	سرما زدگی
۱۰۸	گرما زدگی
۱۱۱	سرخ شدگی و راش پوستی
۱۱۳	شوگ
۱۱۵	صرع
۱۱۸	گلو درد
۱۱۹	آفتاب سوختگی
۱۲۲	اورژانس های دندان
۱۲۶	بر خورد با خودکشی

علائم حیاتی

اولین گام مهم در هر حالت اورژانسی چک کردن علائم حیاتی است که عبارتند از:

○ فشار خون:

فشار خون نرمال ۱۲۰ روی ۸۰ (۱۲۰/۸۰) است که معمولاً بصورت نسبت سنجیده می‌شود و نسبت بالا فشار لحظه‌ای است که قلب منقبض شده، نسبت به فشار خون در زمانی که قلب شل می‌شود.



○ ضربان قلب:

تعداد و سرعت ضربان نبض در دقیقه معیار اندازه گیری تعداد ضربان قلب است. ضربان طبیعی انسان سالم ۶۰ تا ۱۰۰ ضربان در دقیقه است.

○ تنفسی:

بوسیله تعداد دفعاتی که سینه بالا و پائین می رود (هوا پر و خالی می شود) در هر دقیقه (۶۰ ثانیه) اندازه گیری می شود. میزان تنفس نرمال ۱۲ تا ۱۶ تنفس در هر دقیقه است.

○ دمای بدن:

نشانه گر وضعیت عمومی بدن است. دمای طبیعی بدن ۳۷ درجه است که بالاتر از ۳۸ درجه تب محسوب می شود.