

زمانی که با یک حادثه ترافیکی روبه رو شدید چه اقداماتی باید انجام دهید؟

ابتدای کار باید از اورژانس ۱۱۵ کمک بخواهید. اولین کاری که انجام دهید حفظ خونسردی خودتان است. باید خونسردی خود را حفظ کنید. بعد از تماس کار شنا سان در قسمت پرستاری پاسخگوی تماس شما هستند و سوالاتی را می پرسند که شما باید با دقت و خونسردی جواب دهید و اطلاعاتی که آنها از شما می خواهند را بدهید. در ابتدا نام و شماره تلفن خود را در اختیار همکاران قرار دهید. بعد آدرس دقیق حادثه تا نزدیک ترین آمبولانس به محل برسد. چیزی که اهمیت دارد این است که آدرس را به صورت کاملا دقیق اعلام کنید. از نشانه هایی استفاده کنید که زودتر و بهتر محل حادثه را پیدا کنند. ممکن است شما در جاده هایی باشید که به آنها آشنایی نداشته باشید، در ابتدا باید آرام و خونسرد باشید و سعی کنید از افراد محلی کمک بگیرید یا از GPS استفاده کنید.

جزئیات کامل صحنه را اعلام کنید تا در مرکز اورژانس تصمیم بگیرند چه آمبولانسی با چه امکاناتی و با چه حجمی ارسال کنند. ممکن است تصمیم به اعزام آمبولانس هوایی - زمینی، تعدادی آمبولانس زمینی و یا موتور لانس داشته باشد. جزئیاتی مثل مسدود شدن راه و مسیر، تجمع مردم، تعداد مصدومین، تعداد برخورد خودروها را به اورژانس اطلاع دهید. چرا؟

تا مرکز اورژانس تصمیم به ارسال بهتر وسیله نقلیه بگیرد ممکن است شما را هم راهنمایی کند تا جان یک انسان را نجات دهید. دقت کنید آیا صحنه حادثه خطر انفجار یا آتش سوزی دارد یا نه.

آیا وضعیت خودرو در وضعیت ثابتی است یا نه؟ یا خطر سقوط دارد؟

اگر خودرو دچار آتش سوزی شد. معمولا آتش سوزی ها از قسمت موتور خودرو شروع خواهد شد.

پس به هیچ عنوان کاپوت خودرو را در ابتدای کار باز نکنید. چون رسیدن هوا و اکسیژن باعث افزایش آتش سوزی می شود. پس شما باید از جاهایی مثل گلگیر؛ کنار لاستیک؛ جلوی پنجره خودرو و هر جایی که نیاز دارد کاپوت خود را بالا زنید و از کپسول آتش نشانی استفاده کنید و آتش را خاموش کنید. نکته بسیار با اهمیت این است که به هیچ عنوان نباید مصدومین حوادث ترافیکی را جا به جا کنید. مگر در شرایط خاص.

شرایط خاص شرایطی است مانند زمانی که مصدوم در خودرویی است که خطر آتش سوزی و انفجار دارد و مصدوم را به بیرون و مکان امن انتقال دهید. مورد دوم زمانی است که شما در جایی قرار دارید که تماس با

اورژانس امکان پذیر نیست. در این وقت شما باید با دانشی که دارید اقداماتی برای بیمار انجام دهید و آن را از داخل خودرو به بیرون بکشید و جابه جا کنید.

مورد سوم زمانی که بیمار یا مصدوم نیازمند اقدامات حفظ حیات است و حال او بسیار وخیم است مانند زمانی که نیاز به احیای قلبی - ریوی دارد. بدون بیرون کشیدن نمی توانید اقداماتی انجام دهید. نکته دیگر در مورد خونریزی است. به خونریزی ها دقت کنید و خونریزی خارجی را بتوانید متوقف کنید. کارهایی که شما انجام می دهید کارهای بسیار ساده و ابتدایی است. شما اگر خونریزی خارجی را مشاهده کردید ابتدا با استفاده از گاز استریل یا یک پارچه تمیز روی محل خونریزی قرار دهید و آنرا بالاتر از سطح بدن قرار دهید و محکم فشار دهید تا خونریزی بند بیاید.

باید دقت کنید محل خونریزی دارای اجسام خارجی نباشد. مثل تکه آهن؛ چوب؛ و یا هر چیز دیگری که درون زخم ممکن است برود. در این صورت اگر گاز یا پارچه را روی زخم فشار دهید؛ باعث آسیب بیشتر خواهد شد.

اگر جسم خارجی دیدید در درون زخم؛ باید پارچه یا گاز را طوری دور آن جسم قرار دهید که از حرکت و جابه جایی آن جلوگیری شود. تا آسیب بیشتر نشود.

نکته دیگر اگر گاز یا پارچه ای را روی محل خونریزی قرار دادید؛ اگر خونریزی بند نیامده بود؛ پارچه را نباید بردارید و پارچه یا گاز را روی پارچه قبلی قرار داده و دوباره این حرکت را ادامه دهید و فشار را ثابت نگه دارید تا خونریزی بند بیاید.

اگر با مصدومی مواجه شدید که دچار قطع عضو شده بود؛ عضو قطع شده را درون پارچه بپیچید و درون یک کیسه پلاستیکی قرار دهید. کیسه پلاستیکی را درون ظرفی حاوی آب و یخ قرار دهید که همراه بیمار به بیمارستان منتقل شود.

به عنوان آخرین نکته حوادث ترافیکی؛ به این موضوع دقت داشته باشید که بهترین کار و کمکی که می توانید برای مصدومین حادثه در صحنه انجام دهید این است که جلوی اقدامات نادرست افراد ناآگاه که برای مصدومین انجام می دهند را بگیرید. منتظر آمبولانس باشید تا خدمات پیشرفته اورژانس ۱۱۵ بر بالین بیمار برسد.

✓ تشنج

علت های مختلف می تواند باعث تشنج شود مانند ضربه به سر؛ مسمومیت ها؛ یا در بچه ها به علت افزایش تب و درجه حرارت بدن.

تشنج با یک سری علامت ها بروز خواهد کرد . در مرحله اول بیمار وارد فاز اولیه خواهد شد . فاز اولیه اگر تجربه تشنج را داشته باشد ؛ ممکن است که متوجه تشنج بشود . در این مرحله اگر بیماری متوجه شد با علامت هایی مانند شنیدن صدا یا بوهای نامطبوع ؛ یا نور ؛ باید سر جای خودش بنشیند تا از سقوط ناگهانی و آسیب به او جلوگیری شود .

بعد از این مرحله بیمار وارد فاز دوم می شود که انقباض عضلانی در تمام اعضای بدنش به وجود می آید که پس از آن دچار پرش های عضلانی میشود که کاملاً غیر ارادی بوده و همراه با کاهش سطح هوشیاری است . یکی از مهم ترین اقداماتی که ما باید انجام دهیم جلوگیری از آسیب های بیشتری است که ممکن است با اجسام سخت ؛ اجسام تیزی که دور و اطراف بیمار هستند برخورد کند و آسیب جدیدی را برای بیمار بوجود آورد . پس باید در ابتدای کار از سر و گردن بیمار محافظت به عمل آید و مراقبت کنید تا اندام و اعضایش با اجسام سخت برخورد نکند .

با زور نباید جسمی را وارد دهان کرده و یا بین دندان های او قرار دهید . چرا که حرکات بیمار غیر ارادی است و ممکن است آسیب به دندان ها و خود بیمار وارد شود .

پس از اتمام تشنج و پرش های عضلانی ؛ بیمار به خواب عمیقی فرو خواهد رفت که شما باید این مرحله هم اقداماتی انجام دهید . بیمار را به پهلو چپ قرار دهید تا اگر ترشحاتی موجود باشد وارد راه هوایی بیمار نشود و تنفس بیمار دچار اشکال نشود . تا آخر حمله کنار بیمار قرار داشته باشید و در صورتیکه بیشتر از چند دقیقه طول کشید از اورژانس ۱۱۵ کمک بگیرید .

✓ اورژانس پیش بیمارستانی

مسمومیت غذایی بیماری است که به دنبال خوردن غذاهایی که دارای ارگانیت های مضر مثل ویروس ها ؛ باکتری ها یا آمیب ها هستند پیش می آید .

و به دنبال خوردن گوشت خام یا تخم مرغ یا مرغ که آلوده به این ارگانیت ها هستند . البته غذاهای دیگر هم می توانند این مسمومیت ها را ایجاد کنند و حتی نشستن دست قبل از غذا هم می تواند باعث ایجاد مسمومیت شود .

علائم مسمومیت می تواند چند دقیقه پس از خوردن تا ۴۸ ساعت بعد از آن شروع شود . علائمی مثل اسهال ؛ استفراغ ؛ دل پیچه ؛ اسهال خونی ؛ دل درد ؛ دید دو بینی ؛ خشکی دهان ؛ اختلال در بلع و حتی فلج عضلات هم میتوانند از علائم مسمومیت باشند . بعد از مشاهده علائم به فکر اقدام با شیم . می دانید که به دنبال اسهال و استفراغ ؛ بدن مایع از دست می دهد . در ابتدا باید مایعات جبران شود . مهم ترین کار پس

از مصرف مواد غذایی؛ جبران مایعات است. اگر فرد مسموم بتواند مایع بخورد که مشکل حل است. ولی اگر نتواند بخورد حتما باید به پزشک مراجعه شود و سرم برای شخص مسموم تزریق شود و مایعات را از طریق سرم بگیرد.

کاری که ما باید بکنیم: اگر شخص آرام شد و توانست چیزی بخورد باید به او سوپ و یا بیسکویت بدهیم و به هیچ عنوان مواد لبنی مثل شیر یا لبنیات دیگر نباید بدهیم. از خوردن چای؛ قهوه و حتی نوشیدنی ترش مثل آب میوه ها خودداری کنیم چون این ها دل پیچه و اسهال را بیش تر می کنند. اگر دل درد؛ اسهال خونی و یا علائمی که دارد پس از سه روز برطرف نشد؛ حتما باید به پزشک مراجعه کند و درمان اساسی صورت گیرد.

حادثه دیگری که می تواند اتفاق بیفتد سوختگی است.

سوختگی یک بیماری است که ارگان های دیگر بدن هم با آن درگیر می شود. خصوصا اگر سوختگی در سطح وسیع قرار گیرد.

حالا این منبع می تواند مایعات باشد مثل آب جوش؛ می تواند گاز باشد مثل بخار داغ و یا حتی مواد شیمیایی داغ و یا جامد باشد مثل فلز داغ که پوست بدن دچار سوختگی شود.

✓ سوختگی انواع مختلف دارد. درجه ۱ - ۲ - ۳

درجه ۱: اگر لایه اولیه پوست بسوزد. اگر لایه پایین تر بسوزد درجه ۲ و اگر کل پوست بسوزد درجه ۳

درجه ۱: از جمله علائم آن سرخی پوست + درد در قسمت پایین تر است.

درجه ۲: مهم ترین علامتش تغییر رنگ پوست و تاول است.

درجه ۳: اگر کل پوست بسوزد؛ سیاه می شود نفروز می شود و از بین می رود.

سوختگی درجه ۳ هنوز درد را هم دارد؛ با اینکه گیرنده های درد سوخته است.

راه مقابله با سوختگی: پوست سوخته را دو دقیقه زیر آب شیر قرار دهید تا دمای پوست پایین بیاید. بعد از اینکه خنک شد؛ با یک گاز استریل خشک؛ آن قسمت را خشک و پانسمان می کنیم. به هیچ عنوان نباید از پماد سوختگی استفاده کنیم. چون پماد سوختگی اگر بمالیم؛ روی سوختگی درجه حرارت را حفظ می کند و باعث سوختگی لایه های پایین می شود و جلوی آلودگی و عفونت پوست را میگیرد. در نهایت چون این بیماران به دلایل مختلف دچار هایپرتی (افت دما) می شوند؛ حتما باید با پتو بپوشانیم. و انتقالش دهیم به بیمارستان. اگر سوختگی بیمار بیش از اندازه کف دست شود و یا سوختگی مفاصل برای

بیمار مطرح شود و یا قفسه سینه بیمار بسوزد و یا سوختگی استنشاقی مطرح شود حتما باید توسط اورژانس پیش بیمارستانی به بیمارستان منتقل شود .

در آخر این اعمال توسط مردم نباید انجام شود. مثل پاره کردن تاول ؛ خنک کردن با یخ ؛ استفاده از روش های سنتی مثل استفاده از خمیر دندان و یا استفاده از پماد دیگر.