

اصول

# کمک‌های اولیه و احیاء

دکتر سیده زیبا ایوبیان

دکتر غلامرضا پورحیدری

سرشناسه	: ایوبیان، زیبا
عنوان و نام پدیدآور	: اصول کمک‌های اولیه و احیاء / تألیف دکتر سیده زیبا ایوبیان، دکتر غلامرضا پورحیدری.
مشخصات نشر	: تهران: مؤسسه آموزش عالی علمی - کاربردی هلال ایران، ۱۳۸۷.
مشخصات ظاهری	: ۱۵۲ ص. : مصور، نمودار.
شابک	: 978-964-2780-13-6
وضعیت فهرست‌نویسی	: فیپا
عنوان دیگر	: کمک‌های اولیه و احیاء قلبی - ریوی بصورت پایه.
موضوع	: کمک‌های اولیه.
موضوع	: احیاء قلبی - ریوی.
شناسه افزوده	: پورحیدری، غلامرضا، ۱۳۴۲.
شناسه افزوده	: مؤسسه آموزش عالی علمی - کاربردی هلال ایران.
رده‌بندی کنگره	: ۱۳۸۷ الف ۶ الف ۹۴ الف / ۸۶ RC
رده‌بندی دیویی	: ۶۱۶ / ۰۲۵۲
شماره کتابشناسی ملی	: ۱۱۷،۶۰۰

نام کتاب: کمک‌های اولیه و احیاء  
تألیف: دکتر سیده زیبا ایوبیان، دکتر غلامرضا پورحیدری  
ویراستار: دکتر محمدهادی تدین  
ناشر: مؤسسه آموزش عالی علمی - کاربردی هلال ایران  
با همکاری دانشگاه علوم پزشکی بقیه اعظم (ع.ج)  
مرکز تحقیقات آسیب‌های شیمیایی  
طرح روی جلد: آروبیج  
نوبت چاپ: اول ۱۳۸۷  
تیراژ: ۱۰۰۰۰ جلد  
قیمت: ۴۰۰۰ تومان  
چاپ: آروبیج

شابک: 978-964-2780-13-6

حق هرگونه نسخه‌برداری برای ناشر محفوظ است.

آدرس: تهران، میدان فلسطین، خیابان ایتالیا، پلاک ۷ تلفن: ۲- ۸۸۹۰۲۱۶۱

www.helal-uast.ac.ir

گرچه جستجو برای یافتن کتابی که هم جامع و مانع باشد و هم زیننده به تصاویر خوب، معمولاً مشکل است، کتابی که در دست دارید، از لحاظ علمی و عملی بسیار خوب و جذاب طراحی شده است، و در نوشتار، چیدمان مطالب علمی به گونه‌ای است که نه تنها جای شبهه‌ای برای خواننده عام باقی نمی‌گذارد بلکه به او این فرصت را می‌دهد که خود را در یک صحنه واقعی تصور کند و او را وامی‌دارد تا گام به گام و بدون احساس دشواری و پیچیدگی، به خواندن مطلب بعدی پردازد. به علاوه، تصاویر واضح و رنگی، مطالب کمی دشوار را به زبان تصویر درآورده است که آن را از موارد مشابه مجزا و برجسته‌تر می‌نمایاند. مهمتر از همه، کیفیت برنامه است که در نهایت به تریاژ مصدوم منتهی می‌گردد و خواننده مراحل مدیریت صحنه را به روشنی فرا می‌گیرد.

با این وجود برای کسب مهارت‌های لازم و آمادگی کافی در برخورد با شرایط پیش‌بینی نشده، می‌بایست به تمرین و ممارست پرداخت و در برنامه‌های آموزشی نیز این موضوع لحاظ شود.

البته برای تهیه یک استاندارد آموزشی چندین سازمان دولتی و ملی و هزاران همکار و مدرس، با چندین سازمان و آژانس دولتی باید ارتباط برقرار نمایند تا مواد گردآوری شده ایشان به برنامه‌هایی مفیدتر بیانجامد.

در این مجموعه ضمن بهره‌گیری از منابع خارجی معین که اغلب رنگ و آب فرهنگ غربی داشته است، برخی مفاهیم به گونه‌ای که مطابق با فرهنگ مردم مسلمان ما باشد، تغییر یافته است.

بطور قطع تغییراتی لازم است تا محتوای کتاب از لحاظ مفاهیم حقوقی و غنای علمی و فرهنگی با فرهنگ اسلامی کشورمان قرابت بیشتری یابد. بدین لحاظ از همه خوانندگان محترمی که در این زمینه، انتقادات و پیشنهادات خود را یادآور شوند پیشاپیش سپاسگذاری می‌گردد.

روش و دستور توصیه شده برای کمک‌های اولیه و CPR در این کتاب براساس توصیه‌های رایج منابع پزشکی مسئول و معتبر دنیاست و تبحر و آمادگی در شرایط بحرانی به تمرین و ممارست فکری و عملی در قالب نمایش نیاز دارد، اما هیچ‌کس مسئولیتی در قبال صحت انجام، یا کافی بودن این دستورات ندارد زیرا در برخی شرایط لازم است تا اقدامات ایمنی دیگری نیز انجام گیرد.

در اینجا لازم است از ریاست محترم جمعیت هلال احمر جناب آقای دکتر سید مسعود خاتمی به خاطر حمایت از امر چاپ و نشر کتب علمی و راهنمایی‌های ارزنده ایشان در خصوص بهبود کیفی کتاب حاضر تشکر و قدردانی به عمل آید.

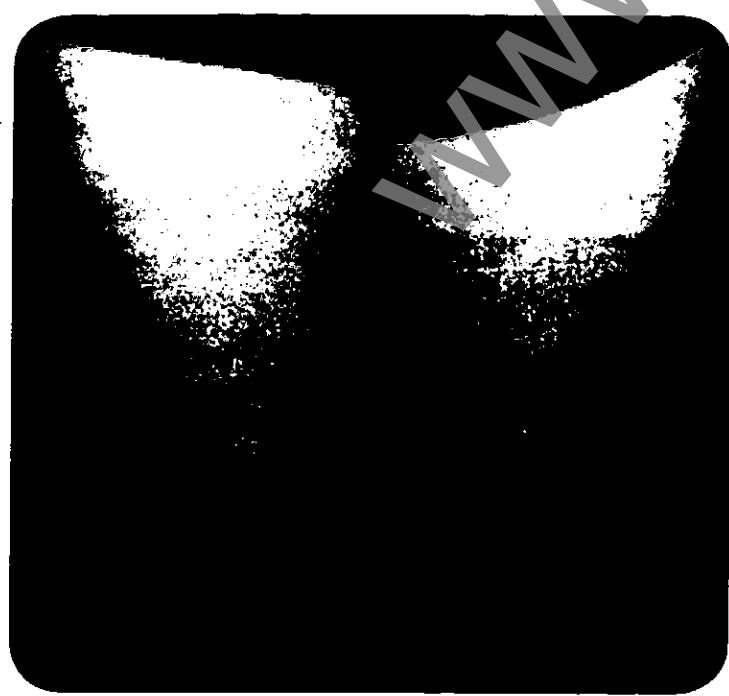
دکتر سیده زیبا ایوبیان

دکتر غلامرضا پورحیدری

## فهرست

فصل پنجم خونریزی و شوک	۳۳
خونریزی	۳۳
شوک	۳۷
شوک حساسیتی شدید (آنافیلاکسی)	۳۷
فصل ششم زخم‌ها	۴۱
زخم‌های باز	۴۱
قطع عضو	۴۴
فرورفتن جسم نوک‌تیز در بدن (زخم نافذ)	۴۴
له شدگی	۴۴
زخم‌هایی که نیاز به مراقبت‌های پزشکی دارند	۴۵
فصل هفتم پانسمان و بانداژ	۴۷
پانسمان	۴۷
بانداژ	۴۷
فصل هشتم سوختگی	۵۳
سوختگی حرارتی	۵۴
مراقبت از سوختگی	۵۷
سوختگی شیمیایی	۵۹
سوختگی الکتریکی	۶۱
فصل نهم آسیب‌های سر و ستون فقرات	۶۳
آسیب‌های سر	۶۳
آسیب‌های ستون فقرات	۷۳

فصل اول کلیات	۱
لزوم آموزش کمک‌های اولیه	۱
کمک‌های اولیه چیست؟	۱
ملاحظات قانونی	۲
فصل دوم اقدام در وضعیت اضطراری	۵
مداخله اطرافیان	۵
اقدامات پس از ارایه کمک‌های اولیه	۶
وارسی در صحنه حادثه	۷
احتیاط در موارد بیماری	
فصل سوم شناسایی مشکل اصلی	۱۱
ارزیابی مصدوم	۱۱
ارزیابی اولیه	۱۳
تهدیدهای جانی فوری	۱۳
معاینه و شرح حال	
فصل چهارم حمایت حیاتی پایه	۱۹
انسداد راه هوایی (خفگی)	۲۰
احیای قلبی ریوی (CPR)	۲۱
حمایت حیاتی پایه در کودکان	۲۱
انسداد راه هوایی (کودکان)	۲۱
حمایت حیاتی پایه در کودکان و بزرگسالان	۲۳
حمایت حیاتی پایه در کودکان	۲۷



فصل چهاردهم مسمومیت ..... ۱۰۹

سم خورده شده ..... ۱۰۹

فوریت های دارو و الکل ..... ۱۱۲

مسمومیت با CO ..... ۱۱۲

مسمومیت با گیاهان سمی ..... ۱۱۳

فصل پانزدهم نیش، گزش و گاز گرفتگی ..... ۱۱۵

گاز گرفتگی توسط حیوانات ..... ۱۱۵

گاز گرفتگی توسط انسان ..... ۱۱۶

گزش مار ..... ۱۱۶

گزش حشرات ..... ۱۱۸

نیش عنکبوت ..... ۱۱۹

نیش عقرب ..... ۱۲۰

کنه ..... ۱۲۱

فصل شانزدهم اورژانس های مربوط به سرما ..... ۱۲۳

آسیب های ناشی از یخ زدگی ..... ۱۲۳

هیپوترمی ..... ۱۲۶

فصل هفدهم اورژانس های مربوط به گرما ..... ۱۲۹

آسیب های مربوط به گرما ..... ۱۲۹

فصل هجدهم نجات و حمل مصدوم ..... ۱۳۳

نجات مصدوم ..... ۱۳۳

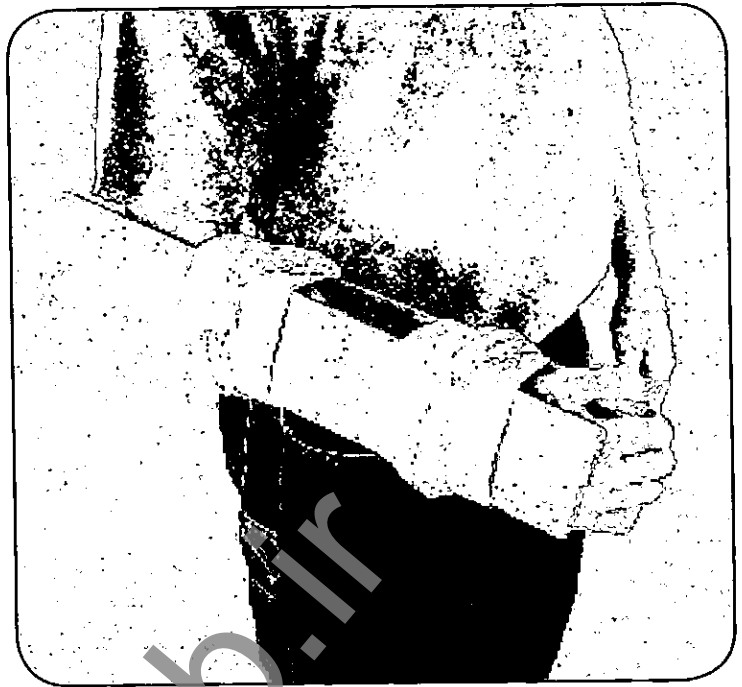
ترباز: برای مصدوم با آسیب متعدد چه باید کرد؟ ..... ۱۳۵

حمل مصدوم ..... ۱۳۶

پروست الف: وسایل کمک های اولیه ..... ۱۴۱

پروست ب: دفیبریلاسیون اتوماتیک خارجی ..... ۱۴۲

منابع ..... ۱۴۵



فصل دهم آسیب های قفسه سینه، شکم، لگن ..... ۷۷

آسیب به قفسه سینه ..... ۷۷

آسیب به شکم ..... ۸۰

آسیب به لگن ..... ۸۰

فصل یازدهم آسیب های استخوان، مفاصل و عضلات ..... ۸۳

شکستگی ..... ۸۳

آسیب به مفاصل ..... ۸۶

آسیب عضلانی ..... ۸۶

روش بی فا برای آسیب های استخوان، مفصل، عضله ..... ۸۹

خون زیر ناخن ..... ۹۳

استرانگولاسیون حلقه ..... ۹۳

فصل دوازدهم آتل گیری اندام ها ..... ۹۵

انواع آتل ..... ۹۵

قواعد آتل بندی ..... ۹۶

فصل سیزدهم بیماری های ناگهانی ..... ۱۰۱

سکته قلبی ..... ۱۰۱

آنژین صدری ..... ۱۰۲

سکته مغزی ..... ۱۰۲

آسم ..... ۱۰۳

هیپروانتیلیاسیون (افزایش تعداد تنفس) ..... ۱۰۳

غش ..... ۱۰۳

تشنج ..... ۱۰۴

فوریت های دیابتی ..... ۱۰۴



پرسش‌ها را تک به تک بخوانید و پاسخ درست (د) یا نادرست (ن) خود را در ستون «پیش‌آزمون» علامت بزنید. پس از خواندن این کتاب و تمام دوره، پرسش‌ها را دوباره بخوانید و پاسخ‌های خود را در ستون «پس‌آزمون» علامت بزنید سپس پاسخ‌های خود را مقایسه کنید و ببینید چه یاد گرفته‌اید.

**پیش‌آزمون پس‌آزمون**

**پرسش**

نامطمئن	ن	نامطمئن	د	د	شمارهٔ تلفن اورژانس ۱۱۵ می‌باشد.
نامطمئن	ن	نامطمئن	د	د	بیشتر مصدومان نیاز به یک معاینهٔ کامل از فرق سر تا پنجهٔ پا دارند.
نامطمئن	ن	نامطمئن	د	د	کسی که به شدت سرفه می‌کند، ممکن است دچار خفگی شده‌باشد، و برای او باید مانور فشار روی شکم انجام شود.
نامطمئن	ن	نامطمئن	د	د	مصدومی که نفس می‌کشد اما پاسخ نمی‌دهد باید به پهلوی خود برگردانده‌شود.
نامطمئن	ن	نامطمئن	د	د	در CPR بزرگسال، نجاتگر باید به ازای هر ۵ فشار قفسهٔ سینه یک تنفس مصنوعی بدهد.
نامطمئن	ن	نامطمئن	د	د	به هر مصدومی که پاسخ نمی‌دهد و نفس نمی‌کشد باید تنفس مصنوعی داد.
نامطمئن	ن	نامطمئن	د	د	برای باز کردن راه هوایی مصدوم سر او را به عقب خم کنید و چانهٔ او را به جلو بکشید
نامطمئن	ن	نامطمئن	د	د	با فشار مستقیم و بالا نگاه‌داشتن بیشتر خونریزی‌ها بند می‌آید.
نامطمئن	ن	نامطمئن	د	د	برای جلوگیری از تورم باید خیلی سریع عضله، استخوان یا مفصل آسیب‌دیده را گرم کرد.
نامطمئن	ن	نامطمئن	د	د	مالیدن کره یکی از راه‌های مؤثر برای درمان سوختگی درجهٔ یک است.
نامطمئن	ن	نامطمئن	د	د	اگر شیبی در بدن فرو رفته‌باشد باید بیرون کشیده شود تا جلوی خونریزی گرفته‌شود.
نامطمئن	ن	نامطمئن	د	د	آتل چیزی است که استخوان شکسته را ثابت نگه می‌دارد (حرکت آن را کاهش می‌دهد).
نامطمئن	ن	نامطمئن	د	د	درد قفسهٔ سینه یکی از شایعترین علامت‌های حملهٔ قلبی است.
نامطمئن	ن	نامطمئن	د	د	به مصدومی که به نظر می‌رسد در وضعیت اورژانس دیابتی باشد، قند بدهید.
نامطمئن	ن	نامطمئن	د	د	شربت ایپکا را باید به کسی که مادهٔ سوزانندهٔ سمی خورده‌است بدهید.
نامطمئن	ن	نامطمئن	د	د	روی یک زخم ناشی از گزش مار باید یخ گذاشت.
نامطمئن	ن	نامطمئن	د	د	برای گرم‌کردن سریع یک عضو سرمازده باید آن را مالید یا ماساژ داد.
نامطمئن	ن	نامطمئن	د	د	قرص‌های نمک را باید به مصدومانی که دچار گرم‌زدگی شده‌اند داد.
نامطمئن	ن	نامطمئن	د	د	هیپوترمی تنها در هوای زیر انجماد رخ می‌دهد.
نامطمئن	ن	نامطمئن	د	د	داغ‌بودن شدید پوست، نشانهٔ خستگی گرمایی است.