

کتابهای اقبال برای همه

ویژه نیروهای دفاعی و نظامی

نویسندگان به ترتیب حروف الفبا:

دکتر محمد رضائی

دکتر هاشم رضوانی

سرور عزیز

دکتر پیرحسین نواز

محسن لعل حسن زاده

هیمن معروف

دکتر نفیسه بیگم میرکمالی

دکتر حسن نوری

عبدالله هاشمی

ویراستاران:

دکتر مهدی اقتصاد

علی رضائی

ناشر:

انتشارات یک یک پنج

عنوان و نام پدیدآور: کمک‌های اولیه برای همه: ویژه نیروهای دفاعی و نظامی / نویسندگان به ترتیب حروف الفبا: محمد رضائی ... [و دیگران].

مشخصات نشر: تهران: یک‌یک‌پنج، ۱۳۹۷.

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۹۹۴۸۸-۱-۱

وضعیت فهرست‌نویسی: ۲۲۸ ص.: مصور، جدول.

یادداشت: نویسندگان به ترتیب حروف الفبا: محمد رضائی، فرهاد رضوانی،

سیروان عزیزی، پیرحسین کولیوند، هیمن معروفی، نفیسه بیگم

میرکتولی، حسن نوری، عبدالله هاشمی.

یادداشت: ویراستاران: مهدی اقتصاد، محسن لعل حسن‌زاده، علی رضائی.

عنوان روی جلد: کمک‌های اولیه برای همه: راهنمای گام به گام مدیریت و

درمان مصدومان و بیماران قبل از رسیدن اورژانس

موضوع: کمک‌های اولیه -- دست‌نامه‌ها.

First aid -- handbooks, manual, etc.

موضوع: پزشکی اورژانس -- دست‌نامه‌ها.

Emergency medicine -- handbooks, manual, etc.

شناسه افزوده: سازمان اورژانس کشور

رده‌بندی کنگره: ۱۳۹۷ ک ۸/۸۶۸۶۸۶

رده‌بندی دیویی: ۶۱۶/۰۲۵۲

شماره کتاب‌شناسی ملی: ۵۲۴۵۳۳۱

سبک حق برای ناشر محفوظ است و هرگونه کپی‌برداری، خلاصه‌برداری و انتشار محتویات این کتاب در قالب هرگونه محصول اعم از کتاب، نرم‌افزار، رست ... بدون اجازه کتبی ناشر غیرقانونی است و پیگرد قانونی دارد.

اسرار یک شیخ



عنوان: کمک‌های اولیه برای همه: ویژه نیروهای دفاعی و نظامی

نویسندگان: دکتر محمد رضائی، دکتر فرهاد رضوانی،
به ترتیب: سیروان عزیزی، دکتر پیرحسین کولیوند،
حروف الفبا: هیمن معروفی، دکتر نفیسه بیگم میرکتولی،
دکتر حسن نوری، عبدالله هاشمی

ویراستاران: دکتر مهدی اقتصاد، محسن لعل حسن‌زاده،
علی رضائی

صفحه‌آرا: مرتضی آزادبر

ناشر: انتشارات یک یک پنج

قیمت: ۳۰۰۰۰ تومان

شمارگان: ۲۰۰۰ جلد

سال چاپ: اول - بهار ۱۳۹۸

چاپ و صحافی: چاپ ۱۲۸

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۹۹۴۸۸-۱-۱

بسم الله الرحمن الرحيم

و من احيائها فكانما احيا الناس جميعا (سوره مائده - آیه ۳۲)

هنگام وقوع حوادث یا پیدایش حالت بحرانی و خطر آفرین در بیماری‌ها معمولاً فقط در زمان بسیار کوتاهی می‌توان با امداد سریع و آگاهانه، بیشترین و ثمربخش‌ترین خدمات را در جهت حفظ جان و کاستن از عوارض بعدی تا انتقال به بیمارستان انجام داد. از آنجا که در امدادهای پزشکی بیشترین نقش را نیروی انسانی کارآمد و آگاه برعهده دارد، لذا یکی از اساسی‌ترین نیازهای نظام سلامت جامعه، آشنایی عموم مردم با روش‌های اصولی و صحیح کمک‌رسانی در شرایط اورژانس می‌باشد.

در صورتی که اهمیت این است که با توجه به مسائلی نظیر وخامت وضعیت بیمار، محدودیت زمانی برای نجات بیمار (زمان طلایی) یا مشکلات فضای شهری، از قبیل ترافیک سنگین، ازدحام مردم یا حتی عدم دسترسی به تلفن، در بسیاری از اوقات لازم تا رسیدن اورژانس اقدامات اولیه توسط حاضران در صحنه انجام شود. لذا این مشکلات، اهمیت فراوانی در دانش کمک‌های اولیه را به‌خوبی آشکار می‌سازد، زیرا طبق آیه ۳۲، قرآن مائده در قرآن کریم، هر کس جان انسانی را نجات دهد، تمامی انسان‌ها را نجات داده است. این میسر نمی‌شود مگر با پی‌بردن به اهمیت بحث آموزش کمک‌های اولیه و اقدام جهت فراگیری آن.

این کتاب، یک راهنمای کاملاً استاندارد، روزی باشد که در راستای اهداف آموزشی سازمان اورژانس کشور منی در راهبری و اجرای برنامه‌های ارتقاء سطح آگاهی، توانمندی و مشارکت فرد، خانواده و جامعه برای همکاری و همیاری با اورژانس کشور تدوین شده است. این اثر توسط پزشکان و کارشناسان اورژانس و به‌صورت گام به گام و به زبانی کاملاً ساده نوشته شده است و می‌تواند در امدادرسانی سریع و مؤثر در تمامی شرایط اورژانس (در منزل، محل کار، مدرسه، راه‌های شهری و خارج شهری و...) به شما کمک شایانی بکند. امید است مطالعه این اثر گامی مؤثر بر ارتقای سلامت مردم ایران سرافراز باشد.

دکتر پیرحسین کولیوند

سرپرست سازمان اورژانس کشور

فهرست

احیای قلبی - ریوی

- ۱۱ نمودار احیا (حمایت حیاتی پایه)
- ۱۲ خلاصه احیای قلبی - ریوی (CPR)
- ۱۳ احیای قلبی - ریوی در بزرگسالان
- ۲۳ دفیبریلاسیون در بزرگسالان
- ۲۶ احیای قلبی - ریوی در کودکان

اورژانس‌های طبی ۱

- ۳۷ آسم
- ۴۰ خفگی
- ۴۱ انسداد نسبی راه رایی
- ۴۲ انسداد کامل راه هوایی
- ۴۶ بیهوشی
- ۴۷ بیماری‌های مهم در تجمعات مسکن
- ۴۹ تشنج / صرع
- ۵۳ دیابت
- ۵۶ اورژانس‌های رفتاری
- ۶۸ آلرژی و شوک حساسیتی

اورژانس‌های طبی ۲

- ۶۱ شوک / غش کردن
- ۶۵ سکته و مشکلات قلبی
- ۶۹ سکته مغزی

آسیب‌ها و خدمات ۱

- ۷۳ آسیب‌های چشم
- ۷۴ آسیب شدید چشم

۷۵.....	آسیب خفیف چشم
۷۷.....	آسیب‌های دهان و دندان
۸۱.....	آسیب‌های سر
۸۵.....	آسیب‌های نخاع
۸۸.....	آسیب نخاعی در آب
۸۹.....	سوختگی و تاول
۹۲.....	سوختگی‌ها یا تاول‌های گسترده
۹۲.....	سوختگی‌های شیمیایی
۹۴.....	سوختگی‌های الکتریکی یا ناشی از صاعقه
۹۵.....	سوختگی استنشاقی دهان و گلو
۹۶.....	آتش گرفتن لباس

آسیب‌ها و خدمات ۲

۹۷.....	آسیب‌های استخوان
۱۰۰.....	شکستگی فک یا صورت
۱۰۱.....	شکستگی ترقوه یا دررفتگی مفصل شانه
۱۰۲.....	شکستگی دنده
۱۰۳.....	شکستگی بازو
۱۰۳.....	شکستگی یا دررفتگی آرنج
۱۰۴.....	شکستگی ساعد یا مچ دست
۱۰۵.....	شکستگی دست و دررفتگی انگشت
۱۰۶.....	شکستگی‌های لگن، ران و ساق پا
۱۰۷.....	شکستگی یا دررفتگی مفصل زانو
۱۱۱.....	شکستگی یا دررفتگی مچ یا انگشتان پا
۱۱۹.....	آسیب‌های بافت نرم
۱۱۳.....	آسیب‌های شکم
۱۱۵.....	آسیب‌های قفسه سینه
۱۱۹.....	خونریزی
۱۲۳.....	قطع عضو
۱۲۵.....	آسیب ناشی از انفجار
۱۲۶.....	آسیب له‌شدگی
۱۲۷.....	خونریزی بینی
۱۲۸.....	دیگر زخم‌ها

اورژانس‌های محیطی

- بیماری‌های مربوط به گرما..... ۱۳۳
- گرمازدگی..... ۱۳۳
- شوک گرمایی..... ۱۳۴
- پیشگیری از گرمازدگی..... ۱۳۵
- بیماری‌های مربوط به سرما..... ۱۳۷
- سرمازدگی (هیپوترمی)..... ۱۳۷
- یخ‌زدگی..... ۱۳۹
- بازی ارتفاع..... ۱۴۱
- نجات از آب..... ۱۴۳
- سیرجه در آب..... ۱۴۵
- گزش و گازگرفتگی..... ۱۴۷
- مدیریت کلی..... ۱۴۷
- گزش عندها و کین‌ها..... ۱۴۸
- مارگزیدگی..... ۱۵۱
- عقرب‌گزیدگی..... ۱۵۳
- گزش مورچه و هزارپا..... ۱۵۴
- نیش زنبور یا زنبور عسل..... ۱۵۵
- گزش کنه..... ۱۵۷
- گازگرفتگی سگ یا گربه..... ۱۵۷
- گزیدگی و گازگرفتگی جانوران آبزی..... ۱۵۸
- عروس دریایی..... ۱۶۱
- هشت‌پا و حلزون (صدف) دریایی..... ۱۶۰
- گزش سایر ماهی‌های زهردار..... ۱۶۱
- ایمنی در تصادفات جاده‌ای..... ۱۶۲
- مسمومیت‌ها..... ۱۶۵
- مدیریت عمومی مسمومیت‌ها..... ۱۶۵
- سموم گوارشی..... ۱۶۷
- سموم استنشاقی..... ۱۶۷
- سموم جذبی..... ۱۶۸
- سموم یا مواد تزریقی..... ۱۶۸
- حوادث غیرمترقبه..... ۱۶۹
- مدیریت کلی..... ۱۶۹

۱۷۰	توصیه‌های عمومی
۱۷۱	آتش‌سوزی و انفجار
۱۷۳	آتش‌فشان
۱۷۴	آلودگی هوا و ریزگردها
۱۷۵	بهمن
۱۷۶	حملات تروریستی
۱۸۰	تهدیدات شیمیایی
۱۸۲	تهدیدات بیولوژیک
۱۸۵	زلزله و رانش زمین
۱۸۸	سیل و طغیان آب
۱۸۹	صاعقه
۱۹۰	طوفان
۱۹۱	کریالک و یخبندان
۱۹۲	مواد شیمیایی خانگی

کمک‌های اولیه

۱۹۳	ارزیابی بیمار یا صدو
۱۹۷	اصول ایمنی در کمک‌های اولیه
۱۹۷	الکتریسیته (برق)
۱۹۹	مواد شیمیایی
۲۰۰	آتش‌سوزی یا گازهای سمی
۲۰۲	اقدامات و مهارت‌های اورژانسی
۲۰۲	جابه‌جایی بیمار
۲۰۶	قربانیان گیرکرده
۲۰۷	مراقبت از مصدوم در یک ناحیه دورافتاده
۲۱۱	مصدومین متعدد
۲۱۱	پانسمان و بانداز
۲۱۳	پانسمان
۲۱۶	بانداز
۲۲۶	کنترل عفونت در کمک‌های اولیه