نجات

فصلنامه فرهنگی - اجتماعی
کانون هلال احمر دانشگاه تبریز
سال اول/شماره اول/پاییز ۱۴۰۳

در این شماره می خوانید:

- ایمنی در برابر زلزله
- نقش هلال احمر در مدیریت بحران
- اقدامات اولیه برای مصدوم دچار سوختگی



بسم الله الرحمن الرحیم

ره نیک مردان آزاده گیر

چو استاده ای دست افتاده گیر

فصلنامه فرهنگی-اجتماعی دانشجویی نجات

سال اول / شماره اول / پاییز ۱۴۰۳

صاحب امتیاز: کانون هلال احمر دانشگاه تبریز

شماره مجوز: ۱۲۰/۸ ک.ن.ت

استادمشاور: دکتر حسام‌الدین سهرابی



مدیرمسئول: بهراد دیانی

سردبیر: ثنا هریسی

دبیر تحریریه: مهدی دژنگ فرد

هیئت تحریریه: بهراد دیانی - مهرسا بازدار- ثنا هریسی- مهدی دژنگ فرد - ثمین آدینه - ساناز سلیمان بیگی - نیما حجتی - نگین زینال زاده - محمدعلی حامدی - مریم سیفی زاده - مهدی سعیدی

ویراستاران: محیا شیر اهرابی- مهتا انتظار - محمدعلی حامدی - نیایش مقصودی

طراح و صفحه آرا: امیرمحمد جامبر

فهرست

سخن مدیر مسئول ۴

تاریخچه هلال احمر و لوگو آن ۵

معرفی جمعیت ۷

نقش هلال احمر در مدیریت بحران ۱۰

ایمنی در برابر زلزله ۱۲

مانورهای ایمنی برای چه؟ ۱۴

اقدامات اولیه مهم بعد از رخ دادن قطع عضو ۱۵

مراقبت های لازم برای رفع انسداد راه هوایی ... ۱۷

اقدامات اولیه برای مصدوم دچار سوختگی ۲۲

نگهبانان امید در بحران ها ۲۴

مصاحبه ۲۶

سخن مدیر مسئول



به نام خدا

خوانندگان محترم

در دنیای امروز، بحران‌ها و چالش‌های مختلف همواره موجب می‌شوند تا نیاز به همبستگی و همکاری در میان انسان‌ها بیش از پیش احساس شود. هلال احمر با درک این نیاز و بر اساس اصول انسان‌دوستی، همواره تلاش می‌کند تا در کنار همه افراد جامعه باشد و در مواقع بحرانی به یاری انسان‌ها بشتابد.
نشریه نجات نیز به عنوان یکی از ابزارهای ارتباطی مهم کانون هلال احمر دانشگاه تبریز، همواره در تلاش است تا شما را با اخبار و فعالیت‌های این سازمان نیکوکار و انسان‌دوست آشنا سازد. در این شماره، به معرفی این جمعیت بزرگ، روش ها و اقدامات امدادی پرداخته ایم. امیدواریم با ارائه مطالبی مفید و کاربردی، گامی در جهت ارتقای آگاهی‌های عمومی برداریم.
شما نیز می توانید با مطالعه تجربیات داوطلبان عزیز هلال احمر و فعالان این عرصه، با دنیای خدمات بشر دوستانه بیشتر آشنا شوید و الهام بخش دیگران برای پیوستن به این حرکت بزرگ باشید.
بیایید با هم، دستانی پر از امید و مهربانی به سوی یکدیگر دراز کنیم و به یاری یکدیگر بشتابیم تا در دنیایی بهتر و انسانی تر زندگی کنیم.

با آرزوی سلامتی، شادکامی و موفقیت برای شما بزرگواران

مدیر مسئول نشریه نجات
بهراد دیانی



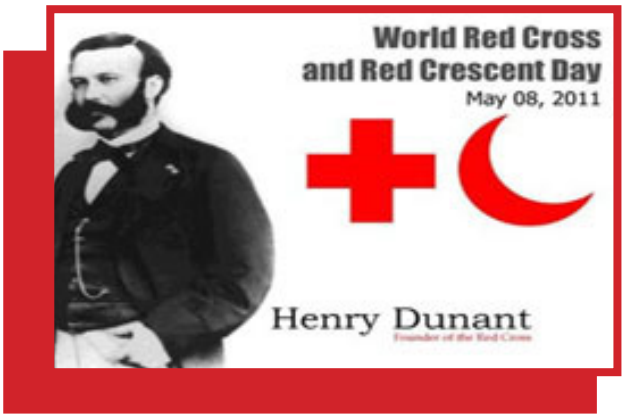
مهرسا بازدار، دانشجوی کارشناسی
زیست شناسی سلولی و مولکولی، دانشگاه تبریز
Mehrsabazdar@gmail.com

تاریخچه هلال احمر و لوگو آن

صلیب‌سرخ

کمیته بین‌المللی صلیب سرخ (ICRC) یک سازمان بی‌طرف و مستقل است که ماموریت منحصرا بشردوستانه آن محافظت از جان و حیثیت قربانیان جنگ و خشونت‌های داخلی و کمک به آن‌هاست. این سازمان فعالیت‌های امدادی بین‌المللی را که توسط جنبش در موقعیت‌های درگیری انجام می‌شود، هدایت و هماهنگ می‌کند. همچنین تلاش می‌کند با ترویج و تقویت قوانین بشردوستانه و اصول جهانی بشردوستانه از رنج جلوگیری کند. کمیته بین‌المللی صلیب سرخ که در سال ۱۸۶۳ تاسیس شد، منشأ نهضت بین‌المللی صلیب سرخ و هلال احمر است.

ایده تاسیس این سازمان پس از جنگ داخلی ایتالیا در سال ۱۸۵۹ توسط یک سوئیسی به نام هنری دونانت مطرح شد و سپس در سال ۱۸۶۳ با همراهی چهار نفر دیگر بنیان گذاری شد.



صلیب سرخ جهانی میراث هانری دونان، است، مردی که بینش او منجر به ایجاد جنبش جهانی صلیب سرخ و هلال احمر شد. او در ۸ مه ۱۸۲۸ در ژنو از خانواده‌ای خیّر و کالوینیست (شاخه‌ای از پروتستانتیسم) به دنیا آمد و پس از پایان تحصیلات متوسطه، در سال ۱۸۵۳ به الجزایر سفر کرد و در آن‌جا مسئولیت یک مستعمره را بر عهده گرفت. دونان دوران زندگی پر فراز و نشیبی داشت و انتقادات زیادی نیز بر فعالیت‌های او به علت همکاری با دولت‌های استعماری وارد شده است. اما اقدامات بشردوستانه او طی سالیان متمادی او تاثیرات به‌سزایی از خود بر جای گذاشت.

در سال ۱۸۷۰، او از پس از عیادت از مجروحان جنگی در پاریس و در سفر به لندن تلاش کرد تا یک کنفرانس دیپلماتیک در مورد مشکل اسیران جنگی ترتیب دهد که مورد تشویق تزار روسیه و مخالفت انگلستان قرار گرفت و یا در سال ۱۸۷۵ در لندن یک کنگره بین‌المللی برای الغای کامل و نهایی تجارت سیاه‌پوستان و بردگان برگزار کرد. بی‌توجهی به اقدامات دونان باعث شد او از لحاظ مالی سالیان زیادی را در سختی و فقر بگذراند و نهایتا در سال ۱۹۰۱ به خاطر فعالیت‌هایش، جایزه صلح نوبل را دریافت کرد.

ایده روز جهانی صلیب سرخ و هلال احمر با تاثیر از اقدامات دونان، پس از جنگ جهانی اول و همزمان با یک کنفرانس بین‌المللی مطرح شد و نهایتا هشتم ماه می سال ۱۹۸۴ میلادی به عنوان روز جهانی صلیب سرخ و هلال احمر شناخته شد.

هلال احمر در ایران

دولت ایران در سال ۱۳۰۲ جمعیت ملی خود را تاسیس نمود. و این جمعیت علامت در سال ۱۳۰۷ ه.ش به عنوان سومین گروه امدادی دارای مصونیت مورد پذیرش کنفرانس عنوان نشان جمعیت خود انتخاب کرد. با تلاش‌ها و پیگیری متمادی دولت و جمعیت ایران سرانجام علامت شیر و خورشید در کنفرانس ژنو در سال ۱۹۲۹ به عنوان نشان سوم مورد حمایت بین‌المللی، به تصویب رسید. از آن پس سه نشان صلیب سرخ، هلال‌احمر و شیر و خورشید سرخ به عنوان نشان‌های رسمی بین‌المللی شناخته شده و نهایتا در متن کنوانسیون‌های چهارگانه ژنو مصوب ۱۹۴۹ به عنوان نشان‌های سه گانه بین‌المللی که تحت حمایت حقوق بین‌الملل بشردوستانه قرار دارد به تصویب رسیدند.

در ابتدا فعالیت‌های امدادی جمعیت به عنوان یک فعالیت جنبی و در سایه خدمات درمانی که بیشتر مورد نیاز جامعه بود قرار گرفت. در آن هنگام بیشترین عوامل امدادی جمعیت را نیروهای داوطلب یا دانش‌آموزان عضو سازمان جوانان جمعیت تشکیل می‌دادند. به تدریج جمعیت در زمینه خدمات درمانی و بیمارستانی، انتقال خون، آموزش پرستار، امور جوانان و داوطلبان تقویت شد و اولین آیین نامه خدمات امدادی در سال ۱۳۴۷ به تصویب هیئت مرکزی جمعیت رسید و در سال ۱۳۵۰ با استخدام نیروهای تمام وقت با عنوان سازمان امداد شروع به فعالیت های آموزشی در زمینه های امداد و کمک های

اولیه کرد و به موجب این آیین نامه مسئولیت ارائه خدمات امدادی و درمانی به آسیب‌دیدگان در جنگ و سوانح و بلایای طبیعی در زمان صلح به جمعیت شیر و خورشید سرخ محول گردید.

پس از پیروزی انقلاب اسلامی و در سال ۱۳۵۹ دولت ایران با ارسال نامه‌ای به دولت سوئیس به عنوان امین و نگاهدارنده قراردادهای چهارگانه ژنو اعلام نمود که استفاده از آرم شیر و خورشید سرخ را به تعلیق درآورده و به جای آن از نشان هلال‌احمر استفاده خواهد نمود. از آن پس جمعیت شیر و خورشید سرخ ایران به جمعیت هلال‌احمر جمهوری اسلامی ایران تغییر نام داد. با پیروزی انقلاب اسلامی در سال ۱۳۵۷ همراه با دگرگون شدن ساختار کلی جمعیت و جدا شدن بخش درمان و انتقال خون از فعالیت‌های آن، عمده فعالیت‌های جمعیت به خدمات امدادی، سوانح، جوانان، و خدمات حمایتی معطوف شد. اساسنامه جدید جمعیت در سال ۱۳۶۲ بر حسب وضعیت جدید، شرایط جنگ تحمیلی و ساختار تشکیلات امدادی، مورد تجدید نظر قرار گرفته و تربیت و تامین نیروی انسانی در زمینه‌های امدادی نیز جز خدمات امدادی جمعیت محسوب گردید. خدمات گسترده‌ی جمعیت هلال‌احمر در سوانح مختلفی نظیر زلزله سال ۱۳۶۹ گیلان و زنجان، بحران آوارگان عراقی در سال ۱۳۷۰، کمک رسانی به حادثه‌دیدگان زلـزلـه و سیل‌های سال‌های ۱۳۷۵ و ۱۳۷۶ و کمک رسانی به آوارگان افغانی در سال ۱۳۸۰ و... موجب گردید جمعیت هلال‌احمر جمهوری اسلامی ایران در بین جمعیت‌های ملی صلیب سرخ و هلال‌احمر از جایگاه ویژه‌ای برخوردار باشد و با توجه به تجربیات و امکانات امدادی آن از سوی فدراسیون بین‌المللی به عنوان یکی از ۱۰ جمعیت برتر دنیا معرفی گردد. انتخاب هلال‌احمر ایران به عنوان یکی از اعضای هیئت حاکمه فدراسیون در سال ۱۳۸۰ که برای اولین بار پس از پیروزی انقلاب اتفاق افتاد، و همچنین، به‌دنبال برگزاری سومین همایش سالانه منطقه خاورمیانه و شمال آفریقای فدراسیون بین‌المللی جمعیت‌های صلیب سرخ و هلال‌احمر در تهران(۹ - ۷ خرداد ۱۳۸۰) و تصویب همایش مزبور، ایجاد مرکز استراتژیک امداد منطقه‌ای فدراسیون در ایران و همچنین شبکه ارتباطات زنان منطقه به مرکزیت جمعیت هلال‌احمر جمهوری اسلامی ایران از مهم ترین پیشرفت‌های قابل ملاحظه در سال‌های اخیر بوده است. روز هشتم ماه می (۱۸ اردیبهشت) را به افتخار روز تولد هانری دونان، روز جهانی صلح می نامند.

لوگو هلال احمر

آرم لوگو هلال احمر به سبک ترکیبی طراحی شده است. یعنی متشکل از یک نماد مرتبط و نام مجموعه است که در کنار یکدیگر لوگو هلال احمر را تشکیل داده‌اند. این سبک از طراحی لوگو به عنوان رایج‌ترین روش جهت خلق هویت سازمانی نهادهای مختلف مورد استفاده قرار می‌گیرد. نماد لوگو جمعیت هلال احمر ایران در واقع همان هلال یا ستاره پرچم کشور ترکیه است که بر اساس شواهد موجود و گفته محققان تاریخی به عنوان یکی از نمادهای اسلام در نظر گرفته می‌شود و نشان دهنده استقلال است. مربع قرمز رنگ موجود در لوگوی هلال احمر نیز با هدف نظم بخشیدن به لوگو مورد استفاده قرار گرفته و حس امنیت، قدرت، اطمینان و ثبات را به مخاطب انتقال می‌دهد.

پالت رنگی لوگو هلال احمر نیز همانطور که اشاره کردیم، متضاد پالت رنگی پرچم ترکیه است. یعنی تمامی اجزای لوگو (نماد هلال، مربع و تایپوگرافی) با رنگ قرمز بر روی پس زمینه سفید قرار داده شده‌اند. به طور کلی رنگ قرمز به عنوان یکی از تاثیرگذارترین رنگ‌ها شناخته می‌شود که به سرعت توجه مخاطب را به خود جلب کرده و تداعی کننده احساساتی همچون عشق، انرژی، اشتیاق و قدرت است.

همانطور که در عکس لوگو هلال احمر مشاهده می‌کنید، در بخش پایینی لوگو نام این نهاد با رنگ قرمز و فونت نستعلیق درج شده است. البته در یک نسخه از این لوگو، عبارت جمعیت هلال احمر به تنهایی در لوگو درج شده و در نسخه دیگر نیز عبارت جمهوری اسلامی ایران با رنگ مشکی و در پایین عبارت جمعیت هلال احمر نوشته شده است. فونت لوگو هلال احمر فونتی کاملا خوانا است که متناسب با ارزش‌های این سازمان انتخاب شده و آن را به لوگویی کاملا ایرانی تبدیل کرده است.

جمعیت هلال احمر
جمهوری اسلامی ایران

منابع

1. https://kheiriran.ir/post-1023
2. http://javananemalard.blogfa.com/post/3
3. https://armcade.com/view/articleid/968





بهراد دیانی، دانشجوی کارشناسی
زیست شناسی سلولی و مولکولی، دانشگاه تبریز
behraddayyani@gmail.com

معرفی جمعیت

تعریف جمعیت: جمعیت هلال احمر جمهوری اسلامی ایران، مؤسسه ای خیریه، غیر انتفاعی و دارای شخصیت حقوقی مستقل می باشد. جمعیت، به کلیه تعهدات و قراردادهای بین المللی مربوط به اهداف و وظایف جمعیت های هلال احمر و صلیب سرخ و نیز مقررات اتحادیه جمعیت های صلیب سرخ و هلال احمر که با قانون اساسی و سایر قوانین جمهوری اسلامی ایران مغایرت نداشته باشد، پایبند بوده و در مسایل امدادی و بهداشتی درمانی برون مرزی و درون مرزی و تعهدات مربوطه در راستای سیاست‌های دولت جمهوری اسلامی ایران طبق اساسنامه عمل می کند.

اهداف جمعیت: تلاش برای تسکین آلام بشری، تامین احترام انسان ها و کوشش در جهت بر قراری دوستی و تفاهم متقابل و صلح پایدار میان ملت ها و همچنین حمایت از زندگی و سلامت انسان ها بدون در نظر گرفتن هیچگونه تبعیض میان آن ها.

وظایف جمعیت در سطح کشور و خارج از کشور:

- ارایه خدمات امدادی در هنگام بروز حوادث و سوانح طبیعی مثل زلزله و سیل و غیره در داخل و خارج از کشور.
- ارایه کمک های اولیه در حوادث غیر مترقبه به وسیله امدادگران.
- برنامه ریزی و اقدام در جهت آمادگی مقابله با حوادث و سوانح و آموزش عمومی دراین زمینه و تربیت کادر امدادی و نیروی انسانی موردنیاز.
- ارسال کمک و اعزام عوامل امدادی و درمانی به سایر کشورها در صورت لزوم.
- کمک به امر توانبخشی و ارایه خدمات اجتماعی درجهت تسکین آلام آوارگان، پناهندگان، مرضی و معلولین و ایجاد حس تعاون، تفاهم، دوستی و نیکوکاری بین مردم.
- تلاش درجهت تسکین آلام بشری و کمک به امر سلامت جامعه و دفاع از ارزش های انسانی و کوشش در جهت برقراری دوستی و تفاهم متقابل و صلح پایدار میان ملت‌ها.
- اداره امور جوانان جمعیت و توسعه مشارکت جوانان در تصمیم گیری ها و فعالیت های مربوط به آن ها و تربیت و آموزش جوانان مذکور به منظور آماده ساختن آنان درانجام خدمات امدادی و عام المنفعه.
- کمک به تهیه دارو و وسایل و تجهیزات پزشکی مورد نیاز مراکز بهداشتی، درمانی و آموزشی کشور با موافقت وزارت بهداشت و با همکاری هلال احمر و صلیب سرخ جهانی که عضو اتحادیه بین المللی صلیب سرخ و هلال احمر جهانی هستند.

جمعیت در زمان جنگ: در زمان جنگ و در تصادفات و برخوردهای مسلحانه، جمعیت و عوامل امدادی آن طبق مقررات ملی و بین المللی و مصون از هرگونه ممانعت و یا تعرض دستجات متخاصم، بی طرفانه به کمک مجروحین و آسیب دیدگان و پناهندگان و آوارگان و اسرا و جستجوی مفقودالاثرها شتافته و به طرفین درگیر به نحو یکسان و بدون هرگونه تبعیضی کمک های انسانی خود را عرضه می نماید و طرفین متخاصم مکلف به احترام و همکاری با جمعیت و عوامل آن می‌باشند.

ارتباط با سایر ارگان ها: کلیه وزارتخانه ها، سازمان ها و شرکت ها و موسسات دولتی بالاخص هواپیمایی و کشتیرانی و شرکت سهامی راه آهن جمهوری اسلامی ایران و گمرگ ایران موظفند خصوصا به هنگام بروز حوادث و یا در زمان جنگ، در اجرای وظایف جمعیت، همکاری و تشریک مساعی لازم را بنمایند.

عضویت در جمعیت: هر کس از زن و مرد و کوچک و بزرگ، بدون ملاحظات سیاسی، مذهبی، نژادی و با رعایت اساسنامه جمعیت و مطابق آیین نامه عضویت جمعیت می تواند عضو جمعیت گردد.

ارکان جمعیت هلال احمر عبارتنداز:

- مجمع عمومی، شورای عالی، رییس، دبیرکل، نمایندگی ولی فقیه در جمعیت با اذن معظم‌له، بازرس یا بازرسان.
- مجمع استان، هیات مدیره، مدیر عامل استان، بازرس یا بازرسان، مسئول دفتر نمایندگی ولی فقیه در استان.
- مجمع شهرستان، شورای اجرائی شهرستان، رییس شعبه، بازرس یا بازرسان.

سازمان های زیر مجموعه جمعیت:

- **سازمان امداد و نجات**

سازمان امداد و نجات جمعیت هلال احمر جمهوری اسلامی ایران با سیاست گذاری برای توسعه آگاهی‌های همگانی، ارائه خدمات امداد و نجات به آسیب‌دیدگان و کمک به آن ها جهت بازگشت به زندگی عادی، از طریق آمادگی و بکارگیری جدیدترین و کارآمدترین تجهیزات، فناوری و اطلاعات علمی و منابع انسانی متخصص به عنوان سرمایه اصلی سازمان، نقش موثری در تسکین آلام بشری، تامین احترام انسان ها و کوشش در جهت برقراری دوستی و تفاهم متقابل و صلح پایدار میان ملت ها و همچنین حمایت از زندگی و سلامت انسان ها بدون در نظر گرفتن هیچگونه تبعیض میان آن ها ایفا می کند.

خدمات فراگیر امداد و نجات، توسعه امدادگر محوری، گستردگی منابع و توان تخصصی، دارا بودن پشتوانه ملی و فراملی، حضور در عرصه‌های ملی و بین‌المللی سازمان را قادر می‌سازد تا با حضور به موقع برای خدمت‌رسانی موثر به آسیب‌دیدگان به ویژه آسیب‌پذیرترین آن ها برای کاهش آثار زیانبار حوادث و سوانح تلاش کند.

این سازمان با کسب آمادگی برای پاسخگویی به حوادث و سوانح تلاش دارد تا به موقع‌ترین، بهترین، موثرترین و فراگیرترین خدمات امداد و نجات را جهت کاهش اثرات و عوارض ناشی از آن ها ارائه داده و به گونه‌ای عمل کند که جمعیت هلال احمر جمهوری اسلامی ایران به عنوان کارآمدترین و توانمندترین جمعیت‌های ملی در حوزه امداد و نجات و پیشرو در ارتقای روش‌های امداد و نجات شناخته شود. همچنین اهداف سازمان امداد و نجات با توجه به حفظ و تقویت ارزش هایی دنبال می گردد:

- نوع دوستی و حفظ کرامت انسان ها
- تکریم کارکنان و نیروهای داوطلب
- صداقت و فداکاری ،ایثار و تعهد به ارزش های اخلاقی و دینی
- دانش محوری
- رضایت‌مندی
- مسئولیت‌پذیری
- عدالت‌اجتماعی
- تعالی
- پویایی
- شایسته‌سالاری
- تسکین آلام بشری

- **سازمان داوطلبان**

سازمان داوطلبان بزرگ ترین شبکه داوطلبی برای ارایه خدمات انسان دوستانه است که وظیفه دارد از ظرفیت توان توانمندان برای رفع نیاز نیازمندان بهره برد و آن ها را نسبت به مسائل اجتماعی و نیازهای همنوعان حساس نماید.

داوطلب جمعیت های ملی صلیب سرخ و هلال احمر بودن در سراسر دنیا، یک اعتبار است از این رو جمعیت هلال احمر ایران نیز در سال های اخیر با تمرکز بر جذب قشرهای مختلف مردمی و حتی صاحبان حرف، صنایع و مشاغل و تعامل با سمن ها و تشکل های مردمی، سعی بر آن دارد تا شبکه ای از فعالیت های انسان دوستانه را به خصوص در زمان بروز حوادث گسترش دهد.

به نحوی که در حال حاضر با دارا بودن شمار کثیری از داوطلبان، به اذعان فدراسیون بین المللی صلیب سرخ و هلال احمر یکی از جمعیت های مقتدر در دنیا محسوب می شود.

این سازمان در طول سال های فعالیت خود با تکیه بر اصول اشاعه و ترویج فرهنگ داوطلبی و شفافیت و پاسخگویی که آن را از اصلی ترین تعهداتش در برابر اعضا، داوطلبان و خیرین می داند، توانسته همواره تصویر روشنی از فعالیت های خود ارائه دهد.

- **سازمان جوانان**

سازمان جوانان جمعیت هلال احمر از جوانان دعوت می کند تا با عضویت در امور بشردوستانه مشارکت داشته باشند. این سازمان به عنوان یکی از اصلی‌ترین و مهم‌ترین دروازه‌های ورود به خدمت داوطلبانه در راستای تقویت سجایای پسندیده، نوع پروری و بشردوستی را در نهاد کودکان ۴ ساله تا جوانان ۳۵ ساله با هدف جذب، سازماندهی، نگهداشت و آموزش تقویت می کند. هم اکنون سازمان جوانان در کانون‌های غنچه‌های هلال، دانش آموزی، جوانان آزاد، طلاب، دانشجویی و کانون روستایی در حال ترویج روحیه بشردوستی، ایثار، تعاون و سازگاری اجتماعی یاری گر هلال احمر هستند که این یکی از بزرگ ترین سرمایه‌های انسانی جوان و کارآمد در راستای اهداف متعالی هلال احمر است.

سازمان تدارکات پزشکی

این سازمان با راهبری فعالیت های مرتبط با امور دارویی و تجهیزات پزشکی در راستای رفع نیازهای درمانی کشور و از طریق خودکفایی ملی در زمینه تولید مواد اولیه، دارو و تجهیزات پزشکی در دو حوزه ماموریتی زیر فعالیت می نماید:

- توسعه و بهبود نظام تهیه، تولید، تامین و ارائه خدمات دارویی و تجهیزات پزشکی.
- خدمت رسانی به موقع و تامین اقلام درمانی مورد نیاز مردم در شرایط خاص و مناطق محروم.

وظایف سازمان تدارکات پزشکی به شرح زیر می باشد:

- کمک به تامین داروی مورد نیاز جامعه اعم از داروهای شیمیایی، گیاهی، واکسن و فناوری های نوین از طریق: تهیه و تدارک، تولید و توزیع و عرضه، خرید و فروش و صادرات و واردات.
- تامین مواد اولیه دارویی، مکمل های غذایی و غذای کودک و غذاهای رژیمی، انواع لوازم و تجهیزات امدادی، درمانی، پزشکی، بیمارستانی، آزمایشگاهی و توانبخشی، فرآورده ها و محصولات آرایشی و بهداشتی، تشخیصی، زیستی و فناوری های نوین از طریق تهیه و تدارک، تولید و توزیع، عرضه، خرید و فروش، واردات و صادرات.
- ایجاد، تاسیس و راه اندازی واحدهای جدید، یا حذف، اصلاح، تکمیل و توسعه واحدهای موجود در زمینه تولیدات داروئی، مکمل های غذایی، داروئی و غذای کودک، انواع لوازم و تجهیزات امدادی، درمانی، پزشکی، بیمارستانی، آزمایشگاهی و توانبخشی، همچنین فرآورده ها و محصولات آرایشی - بهداشتی، تشخیصی، زیستی و فناوری های نوین. علاوه بر این موارد توجه به صادرات و واردات انواع ماشین آلات، قطعات و تجهیزات مرتبط، بنا به ضرورت.
- انجام فعالیت های ضروری مرتبط، اعم از فعالیت های تحقیقاتی و پژوهشی، فنی و مهندسی، خدماتی و موارد مشابه.
- اخذ نمایندگی از شرکت های داخلی و خارجی در چارچوب ماموریت ها و فعالیت های سازمان و ایجاد نمایندگی و دایر کردن شعب برای سازمان در داخل و خارج از کشور.
- مشارکت در طرح ها و سهام شرکت های مرتبط با موضوع فعالیت.
- هر نوع اقداماتی که در جهت تحقق اهداف و ماموریت های سازمان در چارچوب قوانین و مقررات جاری در کشور لازم، مفید و مناسب تشخیص داده شود.

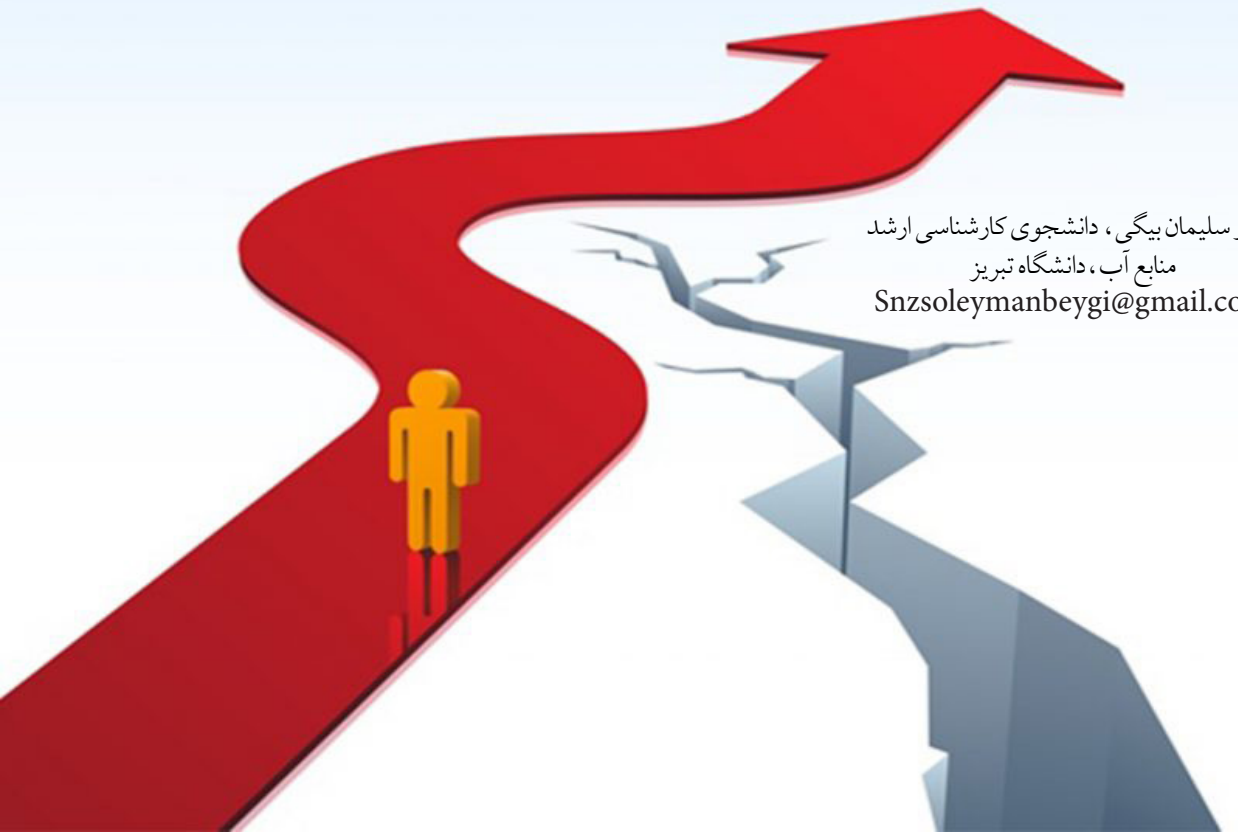
معاونت های زیر مجموعه جمعیت:

- معاونت توسعه منابع انسانی و پشتیبانی
- معاونت حقوق و امور مجلس
- معاونت امور بین الملل
- معاونت آموزش، پژوهش و فناوری
- معاونت بهداشت، درمان و توانبخشی



منابع

1. helaleman.rcs.ir





ساناز سلیمان بیگی ، دانشجوی کارشناسی ارشد
منابع آب ، دانشگاه تبریز
Snzsoleymanbeygi@gmail.com

نقش هلال احمر در مدیریت بحران

بحران چیست؟

بحران حادثه ای است به طور طبیعی یا به وسیله بشر به طور ناگهانی یا به صورت فزاینده به وجود می آید، که برای برطرف کردن آن، نیاز به اقدامات اضطراری اساسی و فوق العاده باشد. بحران مفهمومی چند بعدی است که اصولا با تغییرات محیطی شناخته می شود. برای مقابله با بحران های اتفاق افتاده در طول زندگی، مستلزم افزایش آمادگی در رویایی با بحران ها و آسیب های ناشی از آن و با طراحی برنامه ریزی صحیح و درست سعی بر کاهش خسارات وارده شود.

مدیریت یک بحران, عمده به منظور کاهش و حداقل نمودن پیامدهای بحران نیازمند پیشگیری برنامه ریزی آزمون و ارزیابی و نگهداری است. به عبارت کلی تر مفهوم مدیریت بحران چنین می باشد: هدایت، هماهنگ سازی، به کار گیری کلیه منابع سازمانی و مدیریتی، برای هدفی مشترک که ممانعت از توسعه زیان و خسارات در طول بحران است.

امروزه مدیریت بحران به دلیل اینکه جزو اساسی مدیریت استراتژیک می باشد از اهمیت ویژه ای برخوردار بوده، که دال بر اهمیت نقش هلال احمر در مدیریت بحران است.

بسیاری از سوانح طبیعی مانند زلزله، سیلاب و... در طول زمان اتفاق می افتد و بسیاری دیگر به دست انسان رخ می دهد، که خسارات وارده قابل چشم پوشی و پیش بینی نبوده و اثرات جبران ناپذیری را به دنبال دارد.

در مدیریت بحران سه اصل باید توجه شود:

۱- پیشگیری و آمادگی:

مجموعه اقداماتی می باشد ,که سازمان ها ویا ارگان ها و .... برای کاهش و توقف اثرات جبران ناپذیر تلاش می کنند که می توانند شامل، جمع آوری اطلاعات، برنامه ریزی، سازماندهی، آموزش همگانی، تامین امکانات مناسب، تمرین و مانور باشد.

۲-مقابله:

اقداماتی که اصولا با واکنش سریع همراه هستند و به منظور نجات جان و مال انسان ها اقدام می شود. عملیات مقابله، عمدتا به صورت اطلاع رسانی و فوریت های پزشکی، مهار آتش، دفع پسماند ها و برقراری شریان های حیاتی و... است.

۳- بازسازی و باز توانی:

شامل مجموعه اقداماتی می باشند که پس از وقوع بحران به منظور بازگرداندن به وضعیت عادی از لحاظ جسمی روحی روانی و اجتماعی انجام می شود.

تاریخچه و ماموریت ها:

جمعیت هلال احمر ایران در سال ۱۳۰۱ تاسیس شد و از آن زمان به عنوان یک سازمان غیردولتی و بشردوستانه فعالیت می کند. این سازمان به عنوان عضوی از نهضت بین المللی صلیب سرخ و هلال احمر، وظیفه دارد در مواقع بحران هایی نظیر زلزله، سیل و جنگ به امدادرسانی بپردازد.

ماموریت های هلال احمر شامل ارائه خدمات پزشکی، بهداشتی، آموزشی و امدادی است. این سازمان با داشتن شبکه ای از داوطلبان و متخصصان، به سرعت به بحران ها پاسخ می دهد و به نجات جان انسان ها و کاهش آسیب ها کمک می کند.

این خانه ها با هدف ارتقا سطح آمادگی و پاسخگویی در برابر حوادث طبیعی و غیرطبیعی فعالیت می کنند. برنامه های آموزشی و ترویجی در این مراکز به تقویت روحیه داوطلبی و همکاری اجتماعی کمک می کند و به افراد محلی آموزش می دهد تا در مواقع بحران به خود و دیگران کمک کنند.

جمعیت هلال احمر جهوری اسلامی ایران وظلایف گسترده ای در سطح ملی و بین المللی دارد به منظور ارتقا و بهبود در اجرای نقش های هلال احمر در فرایند مدیریت بحران پیشنهاد های زیر ارائه می شود:

۱- به دلیل اینکه منابع انسانی در سازمان ها اهمیت بخصوصی دارند، لزوم توجه هر چه بیشتر برای آموزش متخصصان در این حرفه را پررنگ تر می گردد.

۲- به دلیل اینکه در مواجهه با حوادث در سطح وسیع نیروهای محدودی می توانند کمک کنند، اهمیت نقش مردم غیر قابل کتمان می شود و درحین بحران و مواجهه افراد آگاه و مسلط در این زمینه، شانس ما را برای کاهش خسارات چند صد برابر، بیشتر می کند.

۳- به دلیل اینکه بخش قابل توجهی از جامعه را دانش آموزان تشکیل می دهند لزوم آموزش بیشتر در این عرصه نمایان می شود.

۴- لزوم فرهنگ سازی و تلاش برای یادگیری کمک های اولیه برای هر قشراز جامعه از جمله کارگران و کارکنان و...جزو اقدامات ضروری در این عرصه می باشد.

۵- لزوم گسترش سیستم ها و زیر ساخت های لازم برای پاسخگویی با چالش های فعلی در جهت رفع مشکلات که زمینه ساز یک مدیریت بحران خواهد بود، ضرورت دارد.

۶- لزوم وجود بخش تحقیق و توسعه جهت پیش بینی حوادث در طول زمان که با نگاه دور خیز و مدل سازی حوادث با استفاده از الگوریتم های هوش مصنوعی و الگوریتم های ترکیبی، بر کاهش خطات احتمالی منجر شود.

۷- لزوم تقویت زیر ساخت ها و تهیه منابع لازم جهت جلوگیری بسیاری از حوادث در امر-کشاورزی وعمرانی و ایمنی و بهداشتی و... .

۸- بهداشت همگانی و فرهنگ سازی های لازم جهت کاهش بیماری های قابل شیوع در سطح جامعه.

۹- ایجاد بستر مناسب جهت بازرسی مناطق محروم و کم برخوردار.

منابع

۱- سایت نقش هلال احمر در تاب آوری اجتماعی ایران- اکرم نصیری

۲- مقاله پژوهشی ضرورت واهمیت نقش هلال احمر در حوادث و بلایای طبیعی در مدیریت بحران-فصلنامه علمی امداد و نجات سال چهارم شماره۳ سال ۱۳۹۱

۳- مقاله پژوهشی نقش آموزش های همگانی جمعیت هلال احمر در مدیریت بحران شهری





ثنا هریسی، دانشجوی کارشناسی
اقتصاد، دانشگاه تبریز
herisiisana@gmail.com

ایمنی در برابر زلزله

ایمنی در برابر زمین لرزه یا آمادگی در برابر زلزله مجموعه اقداماتی است که در سطح فردی، سازمانی و اجتماعی برای به حداقل رساندن اثرات زلزله انجام می شود.

اقدامات آمادگی می تواند از ایمن سازی اشیا سنگین، ایمن سازی بناها، داشتن بیمه، جعبه کمک های اضطراری و کارهای پس از زلزله باشد.

آمادگی پیش از زلزله

- عیوب سیم کشی و لوله های ساختمان را محکم و ایمن سازید که در صورت وقوع زلزله آسیب ها را به حداقل برسانید.
- آبگرمکن، یخچال، اجاق گاز، کمد لباس و نظایر این ها را باید به کف و دیوار محکم نمود.
- اشیای بزرگ یا سنگین در قفسه های پایین قرار داده شوند. آینه ها و تابلوها را محکم کنید.
- ظروف شیشه ای، ظروف چینی و سایر اشیای شکستنی را بهتر است در قفسه های پایین قرار داد.
- لوسترها و آویزه را در جای خود محکم کنید.
- مکان های ایمن خانه را مشخص کنید تا هنگام زمین لرزه سردرگم نشوید.
- مکان خواب خود را در یک جای ایمن مشخص کنید مثلا کنار ستون ها.

طراحی ساختمان و مقاوم‌سازی

طراحی ساختمان در نواحی مستعد زمین لرزه ممکن است قوانین و الزامات خاصی داشته باشند که برای افزایش مقاومت ساختمان های جدید در برابر زلزله طراحی شده اند. اصولا ساختمان هایی که بر اساس قوانین شهرسازی ساخته شده اند توانایی محافظت از ساکنان خانه در برابر زلزله را دارند.

هدف اغلب طراحی های ساختمان کاهش آسیب ناشی از زلزله به یک ساختمان است به طوری که از زندگی ساکنان محافظت می کند و در نتیجه آسیب های زلزله به کمترین میزان خود می رسد. در ساختمان هایی که داری اسکلت هستند خطرهای جدی مانند خطر ریزش سقف هنگام وقوع زلزله ساکنین را تهدید نمی کند.

هنگام وقوع زلزله

درهنگام وقوع زلزله اگر امکان خروج از ساختمان هست، باید ساختمان را ترک کرد. اگر این امکان نبود، باید فورا به یک مکان امن مانند: زیر میزها یا کنار ستون های خانه پناه گرفت و از بخش های خطر پذیر بدن به ویژه سر محافظت کرد.

با توجه به خطر انفجار ناشی از نشت احتمالی گاز طبیعی پس از زلزله، بسیار مهم است که افراد نحوه خاموش کردن آتش گاز طبیعی را بدانند.

درهنگام خروج از ساختمان باید از پله ها استفاده کرد استفاده از آسانسور بعد از زلزله به علت آسیب دیدن ساختمان می تواند به محبوس شدن در آسانسور منجر محبوس شدن شود. در خارج از خانه از درخت ها، تیربرق ها و ساختمان ها دوری کنید. اگر در خودرو هستید تا پایان لرزش در یک جای امن توقف کنید و از پل ها و ساختمان ها دوری کنید.

بیمه زلزله

کشور ما در منطقه جغرافیایی زلزله خیزی قرار دارد. به عبارتی بیشتر شهرهای ایران در مجاورت یا روی گسل ها قرار گرفته اند و با فعال شدن این گسل ها و وقوع زلزله معمولا خسارات مالی و جانی زیادی به ساکنین مناطق زلزله خیز وارد می شود. با توجه به این موضوع خرید بیمه زلزله می تواند بخشی از خسارات وارد شده به افراد را جبران نماید. بیمه زلزله در واقع یکی از پوشش های فرعی بیمه آتش سوزی است و خسارات ناشی از زلزله را تحت پوشش قرار می دهد.

به عبارتی یک بیمه مجزا به نام بیمه زلزله وجود ندارد. در واقع بیمه گزاران با خرید بیمه آتش سوزی می توانند پوشش زلزله را نیز انتخاب نمایند و از مزایای آن برخوردار شوند. این بیمه خسارات مالی ناشی از زلزله و آتش سوزی را تحت پوشش قرار می دهد. خسارات جانی تحت پوشش بیمه زلزله و آتش سوزی نیستند.

بنابرین با توجه به زلزله خیز بودن ایران خرید بیمه آتش سوزی با پوشش زلزله یک اقدام هوشمندانه است.

کیف نجات زلزله شامل چه اقلامی است ؟

افراد باید بعد از وقوع زلزله برای جلوگیری از خطرات پس از زمین لرزه برای مواقع اضطراری لوازمی را به همراه خود داشته باشند. تجهیزاتی که به انسان کمک می کند تا رسیدن نیروهای امداد و نجات به مدت سه روز از خود و خانواده در منزل، محل کار یا اتومبیل محافظت نماید. در این بخش با لوازم کاربردی آشنا می شوید که بهتر است هنگام زمین لرزه به همراه شما باشد.

کیف نجات زلزله برای این مواقع مفید است. یک کیف راحت مانند کوله پشتی که قابل حمل آسان است را تهیه کنید، این کیف نباید زیاد کوچک باشد که لوازم کمی را در خود جای دهد و نه آن قدر بزرگ باشد که حمل آن در شرایط سخت برای شما دشوار باشد. یک کیف راحت با سایز متوسط که دارای جیب های متعددی باشد برای جای دادن لوازم ضروری شما و خانواده تان مناسب است.

مواردی که باید در این کوله پشتی جا دهید:

- آب
- مواد غذایی شامل غذاهای کنسروی، بیسکویت وخشکبار و...
- کمک های اولیه شامل دارو های ضروری و مواد ضدعفونی
- پوشاک و لوازم بهداشتی و ملزومات خواب
- پتوی مسافرتی، شارژر، رادیو وچراغ قوه و سایر ابزار چند منظوره

کارهای پس از زلزله

بعد از زلزله خود و اطرافیانتان را چک کنید تا از آسیب های احتمالی مطلع شوید و از ساختمان هایی که صدمه دیده اند فاصله بگیرید این ساختمان ها ممکن است بر اثر پس لرزه ها فرو بریزند.

اگر مجبور شده اید به بیرون از خانه بروید، فقط زمانی که به خانه هایتان بازگردید که مقامات مسئول تائید کنند خطری شما را تهدید نمی کنند.

وقتی به خانه برگشتید

درباره هشدارهایی که ارائه می شود گوش به زنگ باشید. دست کم به رادیو گوش کنید و از هشدارها مطلع شوید.

بسیار احتیاط کنید. قبل از ورود به خانه آسیب هایی را که بیرون ساختمان دیده است بررسی کنید و اگر امن بود سپس داخل بروید، در این مرحله با دقت صدماتی که داخل خانه دیده است را بررسی کنید.

دیوارها، درها، پنجره ها، کف خانه و پله ها را با دقت چک کنید. ممکن است با یک ضربه کوچک هر کدام از آن ها تخریب شده و فردی آسیب ببینند.

به گاز بسیار دقیق باشید. اگر بوی گاز به مشامتان رسید، یا متوجه نشتی گاز از طریق صدای انتشار یا بوی آن شدید همه پنجره ها را باز کنید و همه افراد خانواده را بیرون ببرید و در نهایت گاز را قطع کنید.

به وسایل الکتریکی و برقی دقیق باشید. هر گونه خرابی و بوی سوختگی می تواند منجر به آتش سوزی شود. پس در صورتی که خرابی یا بوی سوختگی احساس کردید، برق را از منبع اصلی یعنی فیوز اصلی قطع کنید.

از لوله کشی های آب بعد از زلزله مطمئن شوید. ممکن است نشت آب به سقف یا دیوارهایی که بر اثر زلزله آسیب دیده اند، تخریب آن ها و صدمه دیدن اعضای خانواده را تهدید کند. از این موارد اطمینان پیدا کنید.



منابع

1. https://namnak.com/
2. https://donya-e-eqtesad.com/
3. https://fa.wikipedia.org/wiki/



نگین زینال زاده، دانشجوی کارشناسی
زیست شناسی سلولی و مولکولی، دانشگاه تبریز
Neginzeinalzadeh18@gmail.com

مانورهای عملیاتی برای چه؟!

توضیحاتی کلی در این باره را مرور می کنیم.

مانورهای عملیاتی هلال احمر به منظور آمادگی و واکنش سریع در برابر بحران‌ها و حوادث غیرمترقبه مانند زلزله، سیل و سایر بلایای طبیعی برگزار می‌شود. این مانورها معمولا شامل فعالیت‌های زیر می‌باشند:

۱.آموزش و توانمندسازی:

آموزش نیروهای امدادگر و داوطلبان در زمینه مهارت‌های اولیه امداد و نجات، ایمنی و بهداشت عمومی.

۲.هماهنگی میان‌سازمانی:

تمرین هماهنگی و همکاری بین سازمان‌های مختلف امدادی و دولتی، جهت بهبود پاسخگویی جمعی به شرایط بحرانی.

۳.شبیه‌سازی شرایط بحران:

ایجاد سناریوهای نزدیک به واقعیت برای تمرین مواجهه با شرایط بحرانی و آزمایش تجهیزات و امکانات.

۴.ارزیابی عملکرد:

پس از برگزاری مانور، عملکرد تیم‌ها و دستگاه‌ها ارزیابی می‌شود تا نقاط قوت و ضعف شناسایی و در برنامه‌های آینده بهبود یابد.

۵.افزایش آگاهی عمومی:

ارتقای سطح آگاهی عمومی مردم درباره نحوه مواجهه با حوادث و بلایای طبیعی و افزایش آمادگی جامعه.

بدلیل جغرافیا بسیار متنوعی که ایران دارد، می‌طلبد که در سراسر مهین پهناورمان تمرینات و عملیات‌های امداد و نجات به طور دائم تمرین بشود، این یک نیاز عقلانی و دائم است که همواره در همه شرایط، خودمان را برای هرگونه شرایط بحرانی آماده کنیم.

به عنوان مثال دوتا از مهمترین مانورهای هلال احمر:

۱۱ آبان ۱۴۰۲

مانور ایمنی و آتش‌نشانی در انبار نفت سردار شهید قاسم سلیمانی شهرکرد برگزار گردید.

برای آمادگی هر چه بیشتر در شرایط مختلف عملیاتی مانور ایمنی و آتش‌نشانی در تأسیسات انبار نفت سردار شهید قاسم سلیمانی شهرکرد به جهت آمادگی پدافندی، ارتقا سطح ایمنی تاسیسات و بالا بردن توان عملیاتی نیروهای شرایط اضطراری برگزار شد. جمعیت هلال احمر و اورژانس، سازمان آتش‌نشانی و خدمات ایمنی شهرکرد و تیم‌های راهور و انتظامی استان مشارکتی فعال در این رزمایش داشتند.

۵ دی ۱۴۰۲

مانور زلزله و اسکان اضطراری با حضور ۱۰۰ نیرو امدادی در دشتی (بوشهر) برگزار شد. در این مانور ۱۰۰ نفر از عوامل امدادی حضور داشتند.

این مانور به مناسبت پنجم دی ماه سالروز زلزله بم و در جهت حفظ آمادگی بیشتر نیروها برگزار شد. مجموعه این فعالیت‌ها به بهبود کارایی و اثربخشی پاسخگویی در موقعیت‌های بحرانی کمک می کند و باعث کاهش خسارات جانی و مالی می‌شود.

منابع

۱.سایت خبری مهر
۲.سایت مقالات هلال احمر





نیما حجتی، دانشجوی کارشناسی
شیمی کاربردی، دانشگاه تبریز
nmahojjati@gmail.com

اقدامات اولیه مهم بعد از رخ دادن قطع عضو

اقدامات اولیه مهمی که بعد از رخ دادن قطع عضو باید سریع انجام‌دهیم:

۱. تایید وضعیت: ابتدا باید وضعیت شخص را تایید کرده و اطمینان حاصل کنیم که قطع عضو رخ داده است.
۲. اتصال با خدمات اورژانس: اگر ممکن است، باید به سرعت خدمات اورژانس فراهم شود.
۳. کنترل خونریزی: اگر وجود دارد، باید خونریزی را کنترل کرده و محل خونریزی را محدود کرد.
۴. تایید تنفس و قلب: باید تایید کرد که شخص هنوز تنفس می‌کند و قلب فعال است.
۵. تایید مداوم وضعیت: مداوم وضعیت شخص را تایید کرده و نیازهای اورژانسی را فراهم کرد.

این اقدامات می‌توانند میزان خطر و میزان آسیب را کاهش دهد و احتمال زنده ماندن شخص را افزایش دهد.

تعلل در انجام اقدامات اولیه پس از قطع عضو می‌تواند عواقب جدی داشته باشد. برخی از این عواقب شامل موارد زیر می‌شود:

۱. از دست رفتن خون بیشتر: اگر خونریزی به سرعت کنترل نشود، ممکن است منجر به کاهش شدید حجم خون و شوک شود که می‌تواند جان فرد را به خطر بیاندازد.
۲. عفونت: عدم انجام اقدامات بهداشتی مناسب می‌تواند باعث ورود میکروب‌ها و باکتری‌ها به زخم و ایجاد عفونت شود.
۳. از دست رفتن اندام قطع‌شده: اگر اندام قطع‌شده به درستی محافظت و نگهداری نشود، ممکن است قابل پیوند یا ترمیم نباشد.
۴. آسیب بیشتر به بافت‌ها: تعلل در کمک رسانی می‌تواند باعث آسیب بیشتر به بافت‌ها و عضلات اطراف محل قطع عضو شود.

بنابراین، سرعت عمل در ارائه کمک‌های اولیه و تماس با خدمات اورژانس بسیار حیاتی است. اقدامات سریع و صحیح می‌تواند به کاهش خطرات و افزایش احتمال موفقیت در درمان کمک کند.

در مواجهه با قطع عضو، انجام اقدامات سریع و صحیح قبل از رسیدن اورژانس می‌تواند به نجات جان فرد کمک کند. اینجا چند مرحله مهم که باید انجام دهید آورده شده است:

۱. آرامش خود را حفظ کنید: حفظ خونسردی و تمرکز برای کمک به فرد آسیب دیده ضروری است.

۲. تماس با اورژانس: سریعا با خدمات اورژانس تماس بگیرید و وضعیت را توضیح دهید.

۳. کنترل خونریزی:

- اگر امکان دارد، فرد را بخوابانید و قسمت آسیب‌دیده را بالاتر از سطح قلب قرار دهید.
- از یک پارچه تمیز یا پانسمان برای فشار دادن روی محل خونریزی استفاده کنید.
- اگر خونریزی متوقف نشد، می‌توانید از تورنیکت (ترمیک) برای متوقف کردن خون استفاده کنید، اما این روش باید با دقت و تحت نظارت پزشک انجام شود.

۴. مراقبت از عضو قطع‌شده:

- عضو قطع‌شده را با پارچه تمیز بپوشانید و درون یک کیسه پلاستیکی تمیز قرار دهید.
- کیسه را درون یک ظرف یخ قرار دهید، اما از تماس مستقیم عضو با یخ خودداری کنید.

۵. مراقبت از فرد:

- از فرد بخواهید آرامش خود را حفظ کند و در صورت امکان از وی حمایت کنید.
- اطمینان حاصل کنید که فرد تنفس می‌کند و علائم حیاتی او را بررسی کنید.
- اگر فرد احساس سرما یا شوک کرد، با پوشاندن وی با پتو یا لباس گرم او را گرم نگه دارید.

این اقدامات اولیه می‌تواند کمک زیادی به کاهش خطرات و عوارض بعدی کند. همیشه بهتر است که این روش‌ها را تحت نظارت و مشاوره یک پزشک انجام دهید.



اطلاعاتی که ارائه داده شد بر اساس منابع و راهنمایی های معتبر پزشکی و اورژانس است. جهت دریافت اطلاعات بیشتر می توانید از موسسات معتبر که در ذیل ذکر شده استفاده نمایید:

۱. مؤسسه ملی سلامت (NIH): این موسسه یکی از معتبرترین منابع اطلاعات پزشکی در جهان است.

۲. سازمان بهداشت جهانی (WHO): این سازمان راهنماها و استانداردهای بین‌المللی برای مراقبت‌های بهداشتی و اورژانسی منتشرمی‌کند.

۳. مراکز کنترل و پیشگیری از بیماری‌ها (CDC): این مرکز اطلاعات جامع و به‌روز در مورد بیماری‌ها و شرایط اضطراری ارائه می‌دهد.

۴. سازمان‌های خدمات اورژانس محلی: اطلاعات دقیق و گام به گام در مورد نحوه پاسخ به وضعیت‌های اضطراری از جمله قطع عضو.



ثمین آدینه، دانشجوی دکتری
علوم و مهندسی صنایع غذایی، دانشگاه تبریز
rs.mostajer@yahoo.com

مراقبت‌های لازم جهت رفع انسداد راه هوایی ناشی از جسم خارجی (خفگی) در کودکان

از نظر ساختار، ابتدای راه هوایی و مسیر گوارش مشترک است. اجسام خارجی می‌توانند انسداد خفیف تا شدید ایجاد کنند. ورود جسم خارجی به راه هوایی یک عامل ناشایع ولی قابل پیشگیری مرگ و میر است. در اغلب موارد در بالغین این امر به دنبال غذا خوردن و ورود لقمه به راه هوایی اتفاق می‌افتد، اما اکثر موارد گزارش‌شده خفگی در شیرخواران و کودکان هنگام غذا خوردن و یا بازی کردن با قطعات اسباب‌بازی کوچک رخ می‌دهد.

در ابتدای گیرکردن جسم خارجی معمولا شیرخوار مبتلا ناتوانی در گریه کردن، توانایی بلع و کنترل ترشحات دهان خود را دارد و هوشیار است.

در این حالت رنگ چهره وی ممکن است کبودی و یا قرمزی شدید داشته باشد این نشانه، علامت جهانی شناخته‌شده برای خفگی است.

شیرخوار به‌تدریج قدرت گریه کردن خود را از دست می‌دهد. دچار عدم توانایی تولید صدا و عدم کنترل بزاق می‌شود و ممکن است افت سطح هوشیاری پیدا کند و توان عضلانی و توان حفظ وضعیت بدن را از دست بدهد.

برای مداخله در این شرایط اقدامات ذیل را به کار ببندید:

- توجه داشته باشید برای همه موارد به‌محض اطلاع از امکان خفگی بیمار (عدم سطح پاسخ دهی- عدم وجود تنفس) درخواست کمک از نیروی ۱۱۵ کنید.
- هنگام مشاهده علائم و نشانه‌های خفگی مانند سرفه کردن، چنگ گرفتن گردن و گلو با دست، ناتوانی در سرفه کردن و صحبت کردن، وحشت و اضطراب و تمایل رنگ پوست به آبی اقدام به ارائه کمک‌های اولیه کنید.

مهم: در صورت سرفه کردن موثر و یا همچنان توان تولید صوت بگذارید به سرفه کردن ادامه دهد. سرفه نوعی واکنش دفاعی بدن به مواد محرک خارجی است و مکانیسم سرفه ایجاد نیروی زیاد در طی بازدم و کمک به خروج ترشحات و یا جسم خارجی است. سرفه به علت فشاری که ایجاد می‌کند می‌تواند جسم خارجی را خارج کند.

- چنانچه کودک در حال خفگی، توان تولید صدا را از دست بدهد و نتواند سرفه کند، مانورهای مربوط به خروج جسم خارجی را انجام دهید.

مانور انجام‌شده در شیرخواران زیر یک سال:

شیرخوار را از شکم روی یک کف دست بخوابانید (سر را کمی پایین‌تر قرار دهید و بدن شیرخوار از مچ دست تا آرنج قرار می‌گیرد. (به‌نحوی‌که دست شما بین هر دو پا قرارگرفته و با انگشتان خود قسمت استخوانی فک تحتانی را نگه‌دارید) بهتر است فرد روی لبه صندلی بنشیند،) و با دست دیگر ضربات متناوب ۵ بار بر روی پشت شیرخوار وارد کنید.



سپس وی را روی کف دست برگردانده و این بار ۵ بار با دو انگشت روی قفسه سینه را فشار دهید و این کار را مرتب تکرار کنید تا جسم خارجی خارج شود. پس از هر مرحله ضربات پشت وفشردن قفسه سینه، چون مصدوم طفل خردسال است باید بررسی دهان انجام شود و در صورت وجود جسم خارجی، تخلیه صورت گیرد.

- ضمن تماس با اورژانس توسط فرد دیگر، ادامه ۵ ضربه به پشت و ۵ بار فشار بر قفسه سینه تا بیرون آمدن جسم خارجی (نفس کشیدن، گریه کردن شیرخوار).
- در شیرخواران پاسخگو، ابتدا ضربه به پشت و به دنبال آن فشار قفسه سینه را انجام دهید.
- اگر شیرخوار در هر مرحله از اقدامات غیر پاسخگو، غیر هوشیار و بدون تنفس شود، باید اقدامات احیای پایه را مطابق راهنمای احیای اطفال شروع کنید.

ورود جسم خارجی به راه هوایی شیرخواران (کمتر از ۱ سال)

از نظر ساختار، ابتدای راه هوایی و مسیر گوارش مشترک است. اجسام خارجی می‌توانند انسداد خفیف تا شدید ایجاد کنند. ورود جسم خارجی به راه هوایی یک عامل ناشایع ولی قابل‌پیشگیری مرگ و میر است. در اغلب موارد در بالغین این امر به دنبال غذا خوردن و ورود لقمه به راه هوایی اتفاق می‌افتد. اما اکثر موارد گزارش‌شده خفگی در شیرخواران و کودکان هنگام غذا خوردن و یا بازی کردن با قطعات اسباب‌بازی کوچک رخ می‌دهد. کودکان شیرخوار زیر یک سال ممکن است در اثر گیر کردن غذا و اسباب‌بازی در گلویشان دچار خفگی شوند، در یک وان پرشده از آب یا استخر فرو بروند یا در میان لباس‌ها، ملافه یا پرده‌ها گیر بیافتند. با آنکه امیدواریم هرگز در چنین موقعیت‌هایی قرار نگیریم که لازم باشد جان یک کودک را نجات دهیم. معمولا حادثه انسداد راه هوایی به‌طور شایع توسط فردی ناظر مشاهده می‌شود و اگر امدادگر در زمانی که مصدوم هنوز سطح پاسخ‌دهی دارد مداخله کند، درمان موفقیت‌آمیز خواهد بود و میزان بقا به بیش از ۹۵ درصد خواهد رسید.

بررسی و ارزیابی اولیه

راهنمایی‌های زیر می‌تواند به شما در بررسی سریع و اولیه چنین موقعیت‌هایی برای نجات یک کودک از حالت خفگی که در چند مرحله بررسی اولیه، روش عملی و احیای قلبی تنفسی به شکلی کامل در مورد آن صحبت شده است، کمک کند. مرحله اول که در واقع ارزیابی و تمرینی برای مدیریت و آگاهی یکی از این وضعیت‌های بحرانی است، به ترتیب زیر خواهد بود:

- اول وضعیت را به سرعت بررسی کنید.
- اگر کودکی به طور ناگهانی ناتوان از گریه یا سرفه کردن شده است، احتمالا چیزی مسیر تنفسی و راه‌های هوایی گلوی او را مسدود کرده است که باید به او کمک کنید تا آن را بیرون بیاورد.
- کودک ممکن است هنگام باز کردن دهان خود صداهای غیرعادی ایجاد کند یا اصلا صدایی تولید نکند.
- پوست او می‌تواند به رنگ قرمز یا کبود دربیاید.
- اگر کودک سرفه می‌کند یا عق می‌زند، به معنای آن است که مسیر تنفسی او فقط تا حدی مسدود شده است. اگر این گونه است، بگذارید به سرفه کردن ادامه دهد. سرفه موثرترین راه برای خارج کردن عامل انسداد است.
- اگر کودک قادر به سرفه کردن جسم به بیرون نیست، همزمان که شروع به ضربه زدن به پشت او و انجام کشش‌های شکمی که در پایین آمده است رجوع می‌کنید، از کسی بخواهید با شماره ۱۱۵ یا شماره اورژانس محل زندگی شما تماس بگیرد.
- اگر با کودک تنها هستید و عملیات نجات را به خوبی بلدید، می‌توانید حدود دو دقیقه عملیات نجات را اجرا کنید و همزمان با اورژانس تماس بگیرید. اما اگر احیای کودک را بلد نیستید، فقط با اورژانس تماس بگیرید.
- از سوی دیگر، اگر گمان می‌کنید که مسیر تنفسی کودک بسته است، چون گلوی او تا حد بسته شدن متورم شده، سریعا با اورژانس تماس بگیرید.
- همچنین اگر کودک ریسک بالایی برای مشکلات قلبی دارد یا اگر شاهد غش کردن ناگهانی کودک بودید، فورا با ۱۱۵ تماس بگیرید.



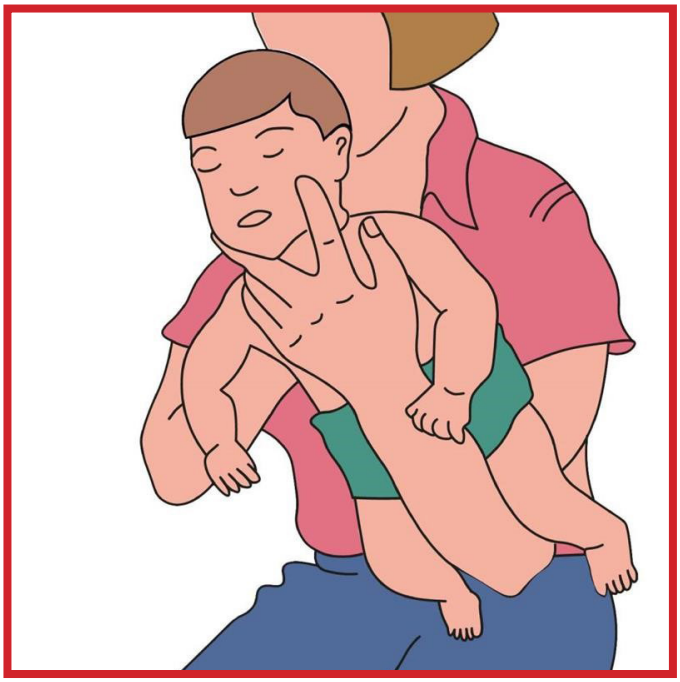
روش عملی نجات از خفگی در کودک زیر یک سال

راهنمایی‌های زیر می‌تواند در بررسی سریع و اولیه چنین موقعیت‌هایی برای نجات یک کودک از حالت خفگی که با عنوان مرحله عملی نجات و سپس به‌طور کلی، احیای قلبی تنفسی به شکلی کامل در مورد آن صحبت شده است، به شما کمک کند:

مانور ضربه به پشت

اگر کودک هوشیار است اما نمی‌تواند سرفه یا گریه کند یا نفس بکشد و شما فکر می‌کنید چیزی در مسیر تنفسی‌اش گیر کرده است، سعی کنید جسم را با ضرباتی به پشت و فشار به قفسه سینه خارج کنید. در چنین موقعیتی ابتدا مانور ضربه به پشت را اجرا کنید و برای این کار باید به شکل زیر عمل کنید:

- اول کودک را با احتیاط روی ساعدتان قرار دهید، طوری که صورتش رو به بالا باشد و پشت سرش روی کف دستتان قرار بگیرد(شکل ۱).
- دست دیگر و ساعد آن دست را روی قسمت جلوی بدن کودک قرار دهید.
- از انگشت شست و دیگر انگشتان خود برای نگه داشتن فک کودک مثل شکل زیر استفاده کنید.



شکل ۱– مانور ضربه به پشت

- حالا کودک را طوری برگردانید که صورتش در راستای ساعد شما رو به پایین باشد. بازوی خود را به سمت رانتان پایین بیاورید تا سر کودک پایین‌تر از قفسه سینه‌اش باشد و برای اینکه سر و گردن او تکیه‌گاه خوبی داشته باشد فک او را بین انگشت شست و اشاره‌تان محکم نگه دارید(شکل ۲).
- سپس با استفاده از پاشنه دستتان پنج ضربه محکم و مجزا، یعنی جداجدا و نه متصل به هم، به فاصله بین تیغه‌های شانه‌های کودک، مثل شکل زیر وارد، تا عامل انسداد را خارج کنید.



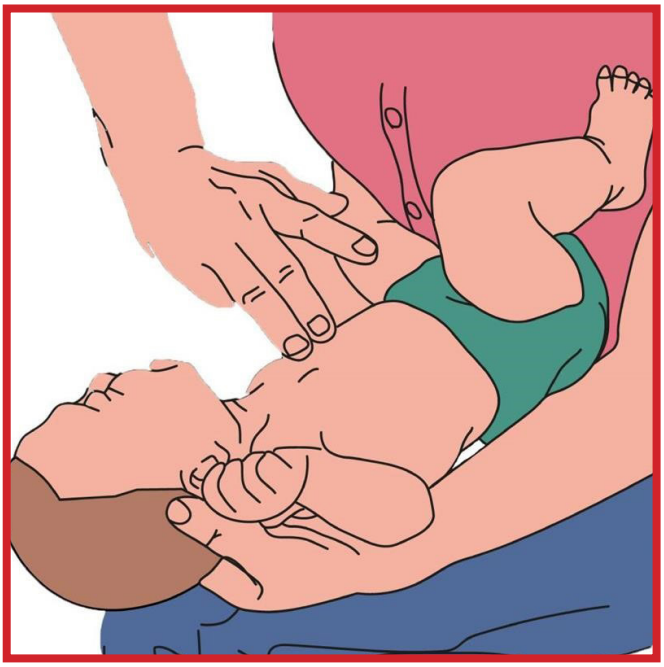
شکل ۲– مانور ضربه به پشت

اگر جسم بیرون نیامد یا خفگی رفع نشد، برای برگرداندن کودک روی ران پایتان، دست آزاد خود را، یعنی همان دستی که به پشت ضربه زده است، پشت سر کودک قرار دهید، به شکلی که بازوی شما در امتداد ستون فقراتش قرار گیرد و او را با احتیاط و با نگه داشتن دست و ساعد دیگرتان از پشت به رو برگردانید تا بتوانید ماساژ قلبی را روی پای خود انجام دهید.

ماساژقلبی

پس به دنبال روند احیای بالا، اگر جسم خارج نشد یا خطر خفگی برطرف نشد، باید فشار به قفسه سینه یا ماساژ قلبی را انجام دهید که مراحل انجام آن به ترتیب زیر خواهد بود:

- برای انجام مانور فشار به قفسه سینه، سینه را حدودی و چشمی به اندازه ۳/۵ سانتی‌متر مستقیما به طرف پایین فشار دهید و بعد صبر کنید تا قفسه سینه به حالت عادی خود برگردد(شکل ۳).
- انگشتان خود را در تماس با قفسه سینه کودک نگه دارید و پنج فشار به قفسه سینه اعمال کنید.
- فشارها باید نرم و یکنواخت باشد و تند و پرشی نباشد.
- سپس چرخه بالا یعنی پنج ضربه به پشت و سپس فشار به قفسه سینه را تکرار کنید.
- انجام پنج ضربه پشت و پنج فشار قفسه سینه را تا زمانی که جسم خارجی به بیرون پرتاب شود یا کودک شروع به سرفه‌های شدید، گریه کردن یا نفس کشیدن کند یا غیرپاسخگو شود، به طور متناوب ادامه دهید.
- اگر کودک سرفه می‌کند، بگذارید ادامه دهد تا جسم خارجی را به بیرون سرفه کند.



شکل ۳- مانور ماساژ قلبی

وضعیت غیر پاسخگو

اگر کودک غیرپاسخگو شود به ترتیب زیر عمل کنید:

- اگر کودکی که به خاطر گیر کردن چیزی در گلویش دچار حالت خفگی شده است، غیرپاسخگو شود، یعنی هیچ واکنش یا حرکتی نداشت، او را روی زمین قرار دهید و احیای قلبی تنفسی را شروع کنید. بعد از هر سری فشار قفسه سینه و قبل از دادن تنفس مصنوعی، دهان کودک را باز کنید، به دنبال عامل انسداد بگردید و اگر می‌توانید آن را خارج کنید.
- هرگز انگشت خود را در دهان کودک نکنید، مگر اینکه جسم مسدودکننده را واقعا ببینید. اگر نتوانید آن را ببینید و انگشتتان را در دهان او قرار دهید، ممکن است به طور تصادفی جسم را به قسمت عمیق‌تری از گلو هل دهید. اما اگر می‌توانید عامل انسداد را ببینید، آن را با انگشتان خود بردارید.
- این چرخه یا سیکل را تا زمانی که کودک احیا شود یا کمک برسد ادامه دهید.

لطفا به هیچ مطلبی به عنوان تنها منبع اطلاعات خودتان اتکا نکنید و گمان هم نکنید که تنها با خواندن و بدون تمرین عملی نزد یک فرد آموزش‌دهنده بتوانید CPR کودک را یاد بگیرید. برای یادگیری و تمرین روش های مناسب، باید به قدر کافی وقت بگذارید و دوره احیای قلبی تنفسی نوزاد، شیرخوار و کودکان بالای یک سال را بگذرانید، چون این روش ها با توجه به سن کودکان متفاوت است و انجام نادرست آن ها می‌تواند خطرساز باشد.

احیای قلبی تنفسی یا CPR در کودک زیر یک سال

احیای قلبی تنفسی همان اقدام نجات‌دهنده‌ای است که شما می‌توانید برای نجات جان کودکی که هیچ علائمی از زندگی نشان نمی‌دهد، یعنی بیهوش است و نفس نمی‌کشد، انجام دهید. احیای قلبی ریوی با استفاده از فشار قفسه سینه و تنفس مصنوعی، خون غنی از اکسیژن را تا زمان احیای کودک یا رسیدن اورژانس، در مغز و سایر اندام‌های حیاتی کودک به گردش درمی‌آورد. حفظ گردش خون حامل اکسیژن به جلوگیری از آسیب مغزی که می‌تواند ظرف چند دقیقه رخ دهد و همچنین خطر از دست رفتن کودک کمک می‌کند.

برای انجام احیای قلبی تنفسی شیرخوار می‌توان این مراحل را دنبال کرد:

مرحله یک: بررسی اولیه

برای بررسی اولیه از وضعیت کودک به ترتیب زیر عمل کنید:

- مطمئن شوید که کودک شیرخوار غیرپاسخگو است و نفس نمی‌کشد.
- با فریاد زدن اسم کودک، سعی کنید توجه او را جلب کنید. اگر پاسخ نمی‌دهد، به کف پای او ضربه‌ای بزنید و هنگام چک کردن تنفس او، دوباره فریاد بزنید.
- برای بررسی کردن تنفس، ببینید که آیا قفسه سینه او بالا و پایین می‌رود یا نه و گوش کنید که صدای نفس کشیدن می‌آید یا عکس‌العملی ندارد.
- اگر کودک پاسخ نمی‌دهد و نفس نمی‌کشد یا بریده‌بریده و به زحمت نفس می‌کشد، از شخصی بخواهید با ۱۱۵ یا شماره اورژانس محل زندگی‌تان تماس بگیرد.
- اگر با کودک تنها هستید، دو دقیقه مراقبت مطابق شرح زیر را اجرا کنید و سپس خودتان با اورژانس تماس بگیرید.
- به سرعت اما با ملایمت کودک را به پشت روی یک سطح صاف و سفت قرار دهید. کنار او بایستید یا زانو بزنید.
- مطمئن شوید که خونریزی شدیدی ندارد. اگر دارد، با اعمال فشار بر ناحیه، اقدامات لازم را برای متوقف کردن خونریزی انجام دهید.
- تا زمانی که خونریزی تحت کنترل نباشد، احیای قلبی ریوی را انجام‌ندهید.

مرحله دو: ۳۰ فشار روی قفسه سینه

۳۰ فشار روی قفسه سینه اعمال کنید که برای این کار به شکل زیر عمل می‌شود:

- یک دست را روی پیشانی شیرخوار قرار دهید(شکل ۴).
- دو یا سه انگشت را در مرکز قفسه سینه کودک، درست زیر خطی فرضی بین نوک سینه‌ها درست مثل شکل ۴ قرار دهید.
- سینه را چیزی در حدود ۳/۵ سانتی‌متر مستقیما به طرف پایین فشار دهید.
- سپس بگذارید قفسه سینه به حالت عادی خود برگردد. محکم فشار دهید و سریع فشار دهید. فشارها باید نرم و یکنواخت باشند نه تند و پرشی.
- ۳۰ فشار قفسه سینه را با سرعت دو فشار در ثانیه انجام دهید. با صدای بلند بشمارید: (یک و دو و سه و...) و در حینی که عدد را می‌گویید به پایین فشار دهید و در حینی که و را می‌گویید دستتان را بالا بیاورید.



شکل ٤- فشار روی قفسه سینه در CPR

مرحله سه؛ تنفس مصنوعی

دو تنفس مصنوعی بدهید. اگر انجام تنفس مصنوعی و دهان به دهان را بلد نیستید، انجام فشارهای قفسه سینه باز هم بهتر از هیچ کاری نکردن است. برای تنفس دهان به دهان نوزاد:

- با قرار دادن یک دست بر پیشانی کودک و دو انگشت روی چانه او و عقب دادن سر طوری که در حالتی خنثی قرار گیرد، مسیر تنفسی او را باز کنید.
- با دهان خود روی بینی و دهان کودکتان را مثل شکل زیر کاملا ببندید.
- یک نفس نرمال بکشید و حدود یک ثانیه به بینی و دهان کودک هوا بدمید و ببینید که آیا قفسه سینه‌اش بالا می‌رود یا خیر.
- اگر قفسه سینه بلند نشد، قبل از دادن تنفس مصنوعی دوم، دوباره سر کودک را عقب بدهید و از بسته شدن جلوی دهان و بینی او، با دهان خودتان، مطمئن شوید.
- اگر سینه کودک بلند نشود، مسیر تنفسی او مسدود است. دهان کودک را باز کنید، به دنبال عامل انسداد بگردید و در صورت امکان آن را بردارید.
- پس از هر سری فشار روی قفسه سینه، دهان کودک را در جست‌وجوی شی خارجی نگاه کنید تا وقتی که در حین ورود تنفس مصنوعی، سینه کودک بالا بیاید.



شکل ٥- تنفس مصنوعی در CPR

ادامه عملیات نجات در صورت نبود علامتی بارز از حیات در کودک

اگر کودک هنوز به هوش نیامده، شما همچنان می‌توانید عمل ۳۰ فشار قفسه سینه و دو تنفس مصنوعی را ادامه دهید تا به یکی از موارد زیر برخورد کنید:

- متوجه یک نشانه بارز حیات شوید.
- یک دستگاه شوک خارجی خودکار(AED) آماده استفاده توسط پرسنل یا پزشک اورژانس باشد. یادتان باشد هرگز خودتان بدون تسلط کامل از این وسیله یا محصولات مشابه استفاده نکنید.
- شما تقریبا دو دقیقه احیای قلبی ریوی، شامل پنج دور فشار قفسه سینه و تنفس مصنوعی را انجام داده‌اید و شخص دیگری آماده است تا جای شما را بگیرد.
- شما تقریبا دو دقیقه احیای قلبی ریوی، شامل پنج دور فشار قفسه سینه و تنفس مصنوعی را انجام داده‌اید، با کودک تنها هستید و باید با شماره ۱۱۵ یا شماره اضطراری مشخصی تماس بگیرید.
- پرسنل اورژانس جای شما را می گیرند.
- برای ادامه دادن خیلی خسته هستید.
- محل حادثه نا امن شده است.

مراجعه به پزشک بعد از نجات کودک از خفگی

حتی اگر کودک در زمان رسیدن کمک خوب به نظر برسد، باز هم پزشک باید او را معاینه کند تا مطمئن شود که مسیر هوایی او کاملا باز است و متحمل هیچ گونه جراحت داخلی نشده است.

لطفا به این مطلب به عنوان تنها منبع اطلاعات خودتان اتکا نکنید و گمان هم نکنید که با یک بار خواندن و بدون تمرین عملی نزد یک فرد آموزش‌دهنده بتوانید CPR کودک را یاد بگیرید. برای یادگیری و تمرین روش های مناسب، باید به قدر کافی وقت بگذارید و دوره احیای قلبی تنفسی نوزاد، شیرخوار و کودکان بالای یک سال را بگذرانید، چون این روش ها بسته به سن کودک متفاوت است و انجام نادرست آن ها می تواند برای کودک خطرساز باشد.

منابع

1. Coulibaly, A., Sogo, A. E., Bara, A., Wildhaber, B. E., & Inglin, S. (2024). Domestic Accidents of Children in the Orodara District of Burkina Faso: Mothers' Knowledge of First-Aid Practices. International journal of environmental research and public health, 21(5), 523.
2. https://madarsho.com/article/first-aid-for-chocking-in-babies

مریم سیفی زاده، دانشجوی کارشناسی
علوم و مهندسی خاک، دانشگاه تبریز
maryamseyfizadeh7760@gmail.com





اقدامات و کمک های اولیه برای مصدوم دچار سوختگی

یکی از مشکلاتی که ممکن است برای افراد ایجاد شود، انواع سوختگی است. متاسفانه سوختگی ها می توانند بسیار مشکل ساز شوند و فرد در خطر جدی سلامتی قرار بگیرد. بنابراین برای درمان این مشکلات باید اقدامات ضروری انجام شود.آیا می دانید درجات مختلف سوختگی چیست و چرا آسیب می بینیم؟ درمان هر یک از درجات مختلف سوختگی چگونه انجام می شود؟ برای اینکه سوختگی را به سادگی برطرف کنیم، چه باید بکنیم؟ سوختگی یکی از شایع ترین صدمات خانگی، به ویره در میان کودکان است. اصطلاح سوختگی به معنی حس سوزش زیاد در ارتباط با این آسیب است.

سوختگی با آسیب شدید پوست همراه است که باعث مرگ سلول های پوست در آن ناحیه می شود.

سوختگی بر اثر گرما، جریان برق، مواد شیمیایی و اصطکاک ایجاد می شود. اکثر افرادی که دچار سوختگی شده اند، بدون عوارض جدی و بسته به علت و درجه آسیب، بهبود می یابند. سوختگی های جدی تر برای پیشگیری از عوارض و مرگ نیاز به مراقبت های اورژانسی و فوری دارند. این مشکل از انواع بیماری های پوستی است.

انواع سوختگی چیست؟

۳نوع اصلی سوختگی وجود دارد: درجه اول، دوم و سوم.

هردرجه از سوختگی بسته به شدت آسیب به پوست مشخص می شود. درجه اول جزئی ترین نوع سوختگی و درجه سوم، شدیدترین نوع آسیب در سوختگی هاست.

ایجاد تاول و کمی ضخیم شدن پوست، مرحله بعد سوختگی است که درجه دوم نامیده می شود. سوختگی های درجه دوم جدی تر هستند، زیرا آسیب بیش از لایه سطحی پوست است.

ضخیم شدن گسترده پوست با ظاهر سفید و چرمی از ویژگی های این درجه از سوختگی است. به استثنای سوختگی درجه چهار، سوختگی های درجه سوم غالبا بسیار شدید است.

شاید با خود فکرکنید که بالاترین نوع سوختگی درجه سوم آن است، اما بدتر از آن هم وجود دارد و درجه چهارنامیده می شود. این نوع سوختگی شامل تمام علائم سوختگی درجه سوم، به همراه درگیری تاندون ها و استخوان ها است.

اقدامات لازم به هنگام سوختگی



درجه اول:

- فرو بردن زخم در آب سرد به مدت ۵دقیقه یابیشتر
- مصرف استامینوفن یا ایبوپروفن برای تسکین درد
- استفاده از لیدوکائین (بی حس کننده) با ژل آلوورا یا کرم برای تسکین پوست
- استفاده از پماد آنتی بیوتیک و پانسمان برای حفاظت از ناحیه آسیب دیده

درجه دوم:

- قرار دادن پوست در آب سرد برای مدت ۱۵ دقیقه یا بیشتر
- مصرف داروهای ضد درد (استامینوفن یا ایبوپروفن)
- استفاده از کرم آنتی بیوتیک برای تاول ها

درجه سوم:

- لباس های سوخته را درنیاورید
- فرد سوخته را از دود و آتش و یا گرما دور کنید
- سردکردن محل سوختگی پوست
- محل سوختگی را در آب سرد فرو نکنید
- اگر منطقه سوخته را سرد کنید، دمای بدن به یکباره افت می کند و فشار خون و جریان خون بدترمی شوند و شوک رخ می دهد

درمان سوختگی در منزل چیست؟

برای درمان سوختگی در منزل، موارد زیر را رعایت کنید. توجه داشته باشید که این درمان ها برای سوختگی درجه ۱ و ۲ است.

- سرد کردن
- محل سوختگی را زیر شیر آب سرد به مدت ۱۰ تا ۱۵ دقیقه بگیرید تا درد فروکش کند
- بستن محل سوختگی پوست با گاز استریل
- محل سوختگی را با گاز استریل بپوشانید. از پارچه های کرکی و پرزدار و یا پارچه هایی که ممکن است الیاف آن جدا شده و به درون زخم فرو برود یا بچسبد، خودداری کنید. گاز استریل را سفت نبندید و محل سوختگی را فشار ندهید.
- مصرف داروهای ضد درد (مسکن برای درد سوختگی)
- این داروها از قبیل: آسپیرین، ایبوپروفن، ناپروکسن و یا استامینوفن در بازار وجود دارند. از مصرف آسپیرین برای کودکان خودداری کنید.

نکات مهم:

- از یخ استفاده نکنید. استفاده از یخ بر روی محل سوختگی باعث می شود که بدن فرد بسیار سرد شود و موجب تخریب بیشتر زخم شود.
- از مالیدن سفیده تخم مرغ، کره و یا خمیردندان برروی محل سوختگی خودداری کنید، زیرا این ها باعث عفونت می شوند.
- تاول ها را نترکانید. ترکاندن تاول ها باعث گسترش عفونت می گردد.
- از برنزه کردن پوستی که کمتر از ۱ سال از سوختگی آن می گذرد، اجتناب کنید. زیرا ممکن است باعث تغییر شدید رنگ پوست شود.
- حداقل به مدت ۱ سال، کرم ضدآفتاب را به محل سوختگی بمالید.

اقدامات کلی:

- فرد سوخته را از آسیب بیشتر محافظت کنید
- بررسی کنید آیا فرد سوخته نفس می کشد
- ناحیه سوخته را از عوامل خارجی پاکسازی کنید
- محل سوختگی را بپوشانید
- ناحیه سوخته را بالا ببرید
- مراقب علائم شوک باشید

نتیجه‌گیری

- تشخیص اینکه چه موقع سوختگی را در خانه درمان کنید و چه موقع نیاز به مراقبت های پزشکی دارید بسیار مهم است.
- با این وجود، در صورت مشاهده هر کدام از موارد زیر باید به دکتر پوست مراجعه کنید:
- ناحیه دچار سوختگی با قطری بیش از ۷ سانتی متر
- ناحیه ی سوختگی شامل صورت، دست، باسن یا ناحیه کشاله ران باشد
- زخم دردناک یا بدبو باشد
- هنگامی که فکر می کنید که سوختگی درجه سوم دارید
- اگراز آخرین واکسن کزاز شما بیش از ۵سال گذشته است



منابع

۱.پایگاه اطلاعات علمی جهاد دانشگاهی
۲.انجمن پرستاری ایران
۳.مرکز آموزش های الکترونیکی جمعیت هلال احمر
۴.مقالات کنفرانس بین المللی پژوهش در بهداشت، تغذیه، پرستاری

محمدعلی حامدی، دانشجوی کارشناسی
زمین شناسی، دانشگاه تبریز
mohammadali.h.1382.11@gmail.com



نگهبانان امید در بحران ها



نیروی واکنش سریع هلال احمر ایران، به عنوان نهاد اصلی و معتبر در ارائه خدمات امدادی و بشر دوستانه، در سال‌های اخیر نقش مهمی در مدیریت بحران‌ها و حوادث غیرمترقبه ایفا کرده است. این نیرو با هدف نجات جان انسان‌ها و کاهش آسیب‌ها در برابر سوانح طبیعی و غیرطبیعی تشکیل شده و با تیمی متشکل از افراد متخصص و آموزش‌دیده، به سرعت به مناطق آسیب‌دیده اعزام می‌شود.

ماموریت‌ها و وظایف

نیروی واکنش سریع هلال احمر به‌عنوان یک واحد امدادی در شرایط اضطراری، وظایف متعدد و حساسی را بر عهده دارد که شامل موارد زیر است:

۱) مدیریت بحران:

این نیرو با ارزیابی فوری و دقیق وضعیت مناطق آسیب‌دیده، به شناسایی نیازها و اولویت‌ها می‌پردازد. اعضای تیم به‌صورت جهادی و هماهنگ با سایر نهادهای دولتی و غیردولتی، برنامه‌ریزی و اجرای عملیات‌های امداد و نجات را انجام می‌دهند.

۲) خدمات پزشکی و درمانی:

ارائه خدمات درمانی اولیه از جمله کمک‌های اولیه، پانسمان و درمان‌های اضطراری به مصدومان، یکی از وظایف اصلی این نیرو است. اعضای نیروی واکنش سریع با توجه به مهارت‌های پزشکی و امدادی خود، در شرایط بحرانی به‌سرعت عمل می‌کنند و به نجات جان انسان‌ها می‌پردازند.

۳) نجات و امدادرسانی:

در حوادثی مانند زلزله، سیلاب، آتش‌سوزی و سایر سوانح، اعضای این نیرو به‌عنوان نجات‌دهندگان، در عملیات جستجو و نجات آسیب‌دیدگان از زیر آوار یا مناطق خطرناک فعالیت می‌کنند. این عملیات نیازمند هماهنگی دقیق و کار تیمی است که اعضای نیروی واکنش سریع به‌خوبی از عهده آن برمی‌آیند.

۴) توزیع اقلام امدادی:

تامین و توزیع اقلام ضروری نظیر مواد غذایی، آب، پوشاک و وسایل بهداشتی به آسیب‌دیدگان، از دیگر مسئولیت‌های نیروی واکنش سریع است. این تیم با توجه به گستردگی بحران‌ها، به‌سرعت اقدام به تامین نیازهای فوری جامعه می‌کند.

آموزش و توانمندسازی

آموزش مستمر و به‌روز بودن، از ارکان کلیدی موفقیت نیروی واکنش سریع به شمار می‌رود. اعضای این تیم به‌طور منظم در دوره‌های آموزشی تخصصی شرکت می‌کنند تا با جدیدترین روش‌های امدادرسانی آشنا شوند. این آموزش‌ها شامل موضوعاتی چون کمک‌های اولیه، مدیریت بحران، روش‌های نجات و کار تیمی است. همچنین، شبیه‌سازی‌های عملی به اعضا کمک می‌کند تا در شرایط واقعی به‌خوبی عمل کنند و از هرگونه ناامنی جلوگیری نمایند.

نقش اجتماعی و پیشگیری از بحران

نیروی واکنش سریع هلال احمر نه تنها در زمان بحران‌ها فعال است، بلکه در زمینه پیشگیری و آمادگی نیز فعالیت می‌کند. با برگزاری کارگاه‌ها و دوره‌های آموزشی برای جامعه، این نیرو تلاش می‌کند تا آگاهی عمومی را افزایش دهد و مردم را برای مواجهه با خطرات آماده کند. آموزش‌های ارائه‌شده شامل نحوه رفتار در زمان زلزله، سیل و سایر سوانح است که می‌تواند به کاهش آسیب‌ها و خسارات کمک کند.

تجارب موفق و دستاوردها

نیروی واکنش سریع هلال احمر ایران در سال‌های اخیر در بسیاری از بحران‌ها و حوادث طبیعی، مانند زلزله‌های بم و کرمانشاه و همچنین سیلاب‌های گسترده، به‌طور موثری عمل کرده است. تجارب موفق این نیرو در عملیات‌های امدادرسانی، نشان‌دهنده کار تیمی، هماهنگی و سرعت عمل بالای اعضای آن است. این تجارب به بهبود فرایندها و افزایش کارآیی در آینده کمک می‌کند.

چالش‌ها و فرصت‌ها

با وجود دستاوردهای قابل توجه، نیروی واکنش سریع با چالش‌هایی نیز مواجه است. تامین منابع مالی و تجهیزات مناسب، یکی از این چالش‌هاست. گاهی اوقات، کمبود تجهیزات پیشرفته و منابع انسانی می‌تواند بر کیفیت امدادرسانی تاثیر بگذارد. همچنین، تغییرات اقلیمی و افزایش فراوانی سوانح طبیعی، ضرورت تقویت و توسعه این نیرو را بیش از پیش نمایان می‌سازد.

این چالش‌ها همچنین فرصتی برای نوآوری و پیشرفت فراهم می‌آورند. تقویت همکاری‌های بین‌المللی و جذب حمایت‌های مالی و انسانی می‌تواند به ارتقا توانمندی‌های نیروی واکنش سریع کمک کند. علاوه بر این، توانمندسازی جامعه در زمینه آمادگی برای بحران‌ها، می‌تواند به کاهش آسیب‌ها و تسهیل عملیات امدادرسانی کمک نماید.

آینده نیروی واکنش سریع

نیروی واکنش سریع هلال احمر ایران، با عزم راسخ و اراده‌ای قوی، همواره در تلاش است تا در شرایط بحرانی به یاری هموطنان بشتابد. آینده این نیرو به‌دلیل تغییرات اقلیمی و افزایش تعداد سوانح طبیعی، نیازمند توجه ویژه به بهبود زیرساخت‌ها، تجهیزات و آموزش‌های مستمر است. همچنین، توسعه برنامه‌های پیشگیری و آمادگی برای بحران‌ها، می‌تواند به کاهش آسیب‌ها و افزایش تاب‌آوری جامعه کمک کند.

در نهایت، نیروی واکنش سریع هلال احمر ایران با تلاش‌های بی‌وقفه خود، نماد امید و نجات در دل بحران‌هاست و به‌عنوان نگهبانی برای جامعه عمل می‌کند. این نیرو، با تاکید بر ارزش‌های انسانی و همدلی، همواره آماده است تا در صحنه‌های اضطراری، به یاری آسیب‌دیدگان بشتابد و در راستای نجات جان انسان‌ها و کمک به بهبود شرایط زندگی عمل کند.

منابع

1. https://www.sid.ir/paper/6202
2. https://www.isna.ir/news/1403072015454



مهدی سعیدی، دانشجوی کارشناسی
زیست شناسی سلولی و مولکولی، دانشگاه تبریز
Mahdishadebad@gmail.com

مصاحبه صمیمانه جناب آقای دکتر جودی معاون امور جوانان جمعیت هلال احمر استان آذربایجان شرقی با نشریه دانشجویی نجات



۱. لطفا توضیح دهید که سازمان جوانان هلال احمر ایران چه نقشی در جامعه ایفا می کند؟

سازمان جوانان جمعیت هلال احمر به عنوان درگاه ورودی جمعیت هلال احمر، حول محور چهار هدف فعالیت می کند: برقراری صلح و دوستی، تامین احترام انسان ها، تسکین آلام بشری، حمایت از زندگی و سلامت انسان ها.

در این راستا تمام تصمیم گیری و تصمیم سازی های این سازمان بر اساس چهار رسالت فوق برنامه ریزی و اجرا می شود.

۲. آقای دکتر در حوزه فعالیت استان آذربایجان شرقی چه تعداد کانون داریم؟

تعداد کانون های دانش آموزی ما ۴۵۰ ، کانون های طلاب ۱۰، کانون های دانشجویی ۴۲ ، کانون های شاخه آزاد یا همان شاخه جوانان ۴۲ و تعداد کانون های روستایی ۳۵ فقره می باشد.

۳. چه اهدافی برای جوانان کشور در برنامه ها و فعالیت های هلال احمر دنبال می شود؟

جوانان به عنوان بزرگ‌ترین سرمایه‌های اجتماعی کشور، نیازمند برنامه‌ریزی های دقیق و هدفمند است و توانمندسازی، پویایی، تقویت امید به زندگی در کنار نشاط اجتماعی، همچنین تربیت مدیران و رهبران آینده از جمله موضوعاتی هستند که توسط سازمان دنبال می‌شود. ضمنا کارآفرینی و حمایت از ایده‌های خلاقانه نیز در سال‌های اخیر در این سازمان آغاز به کار کرده و با شناسایی نخبه‌ها و حمایت از آنان در راستای رشد و ارتقا جامعه می کوشد.

۴. در حال حاضر، مهمترین چالش هایی که سازمان با آن ها روبه رو است، چه چیزهایی هستند؟

یکی از بزرگ‌ترین چالش‌هایی که نه تنها سازمان جوانان هلال احمر بلکه کل کشور با آن روبه رو شده بحث جوانی جمعیت است و با کاهشی شدن نرخ رشد جمعیت، مشکلات عدیده‌ای در آینده نزدیک خواهیم داشت. بلکه برای اکثر سازمان ها نیز مشکل ساز خواهد بود که امیدوارم دولت بتواند با سیاست های جمعیتی، این مشکل را برطرف کند.

۵. چه تمهیداتی برای ارتقای سطح مشارکت جوانان در امور هلال احمر در نظر گرفته اید؟

جذب و سازماندهی اعضای جدید در فراخوان‌ها و مناسبت‌های مختلف و آشنایی با فعالیت‌های داوطلبانه و عام‌المنفعه از اهداف جدی این سازمان است. طراحی و اجرای برنامه‌ها، مسابقات و جشنواره‌ها با هدف آشنایی با خدمات این مجموعه نیز در دستور کار قرار دارد. علی الخصوص ما سعی کرده ایم که جوانانمان را در بحث تصمیم گیری و تصمیم سازی ها مشارکت بدهیم و فعالیت ها با مشارکت خود جوانان انجام گیرد.

۶. نقش جوانان و به خصوص کانون های دانشجویی در زمان بحران و بلایای طبیعی چیست و چگونه به آن ها آموزش داده می شود؟

با توجه به این که ما ۴۲ کانون داشجویی در سطح استان داریم، کانون‌های دانشجویی به‌عنوان قشر فرهیخته جامعه قطعا نقش مهمی در مدیریت بحران دارند. اعضای این کانون‌ها از طریق آموزش‌هایی که توسط مربیان و جمعیت هلال احمر کسب می کنند در حفظ خونسردی و آمادگی در حوادث، امدادرسانی، کاهش تلفات جانی، خودامدادی و دگرامدادی و در نهایت تسکین آلام آسیب دیدگان نقش مهمی ایفا می کنند.

NEJAT








راه های ارتباطی:

@TABRIZ_UNI_RCS

آدرس:

ساختمان مرکزی-طبقه اول-دفتر کانون های فرهنگی و اجتماعی-دفتر کانون هلال احمر

CC BY 4.0
Creative Commons Attribution 4.0 International