



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهید بهشتی
معاونت امور بهداشتی و درمان دانشگاه



در هنگام برخورد با فرد مصدوم چه کار باید کرد؟

تهیه کننده: واحد آموزش بهداشت و مدیریت پرستاری

واقعیت ها

سالانه بیش از ۱/۲ میلیون نفر در دنیا در اثر حوادث ترافیکی جان خود را از دست می دهند. در ایران در سال ۱۳۸۳ سهیم مرگ ناشی از حوادث ترافیکی ۱۷/۳٪ بوده است. با توجه به اینکه موارد مرگ آسیب دیدگان حوادث ترافیکی جاده ای در عرض چند دقیقه در صحنه تصادف یا حین انتقال آسیب دیدگان به بیمارستان اتفاق می افتد، بنابراین آمادگی افراد حاضر در صحنه تصادف در حفظ حیات مصدوم از اهمیت خاصی برخوردار می باشد

در هنگام برخورد با فرد مصدوم چه باید کرد؟

ما مردم اغلب از مواجه شدن با موقعیت اوژانس نگران و مضطرب می شویم، این موضوع بیشتر به این دلیل است که نمی دانیم چه انجام دهیم

اقدامات ضروری:

با تلفن اوژانس ۱۱۵ تماس بگیرید.

مرکز اوژانس امکان کمک رسانی فوری پزشکی را در
پیشامد های اضطراری و خدمات توصیه تلفنی، اعزام آمبولانس
مجهد با کارکنان متبحر برای تثبیت وضعیت مصدوم و انتقال او
به بیمارستان را فراهم می آورد

وقتی با مرکز اوژانس تماس می گیرید، چه

اطلاعاتی باید به او به دهید؟

چه اتفاقی افتاده است

محل دقیق وقوع پیشامد

شماره تلفنی که با آن درخواست کمک کرده اید

نام خودتان

چه اقداماتی تاکنون برای این افراد شده است.

تا حد امکان خونسرد و سریع باشید

باید بتوانید به روشنی فکر کنید و از افزودن بر اضطراب دیگران
بپرهیزید.

همیشه بر آنچه می توانید انجام دهید تمرکز کنید.

اعتماد بنفس داشته باشید. شما به انجام همه این کارها

قادرید

راه تنفس مسدوم بی هوش را مسدود نکنید.

بادر نظر داشتن این اصل:

هرگز فرد بی هوش را در صورت وجود تنفس و ضربان قلب به
حالت طاقباز یا دمر کامل نخواستارید.

هرگز زیر سر فرد بی هوش، بالش نگذارید.

هرگز مایعی داخل دهان فرد بی هوش نریزید یا چیزی در آن
نگذارید.

هوشیاری را کنترل کنید

چیزی پرسیم که سطح تمرکز را نشان دهد .

پرسیم : آیا شما خوبید! اگر پاسخ داد، پرسیم آیا میدانید کجا
هستید؟

اگر بدون پاسخ بود

با نگاه کردن ، گوش دادن وحس کردن بررسی

کنید آیا نفس می کشد؟

به تنفس از راه بینی گوش بدهید .آیا صدای تنفس را
می شنوید.

به قفسه سینه برای بالا و پایین شدن نگاه کنید

اگر مصدوم نفس نمی کشد

۱. راه تنفس او را باز کنید.

در فرد بیهوش تمامی ماهیچه ها شل شده اند. و احتمال دارد که زبان به طرف حلق برگردد و راه هوایی را مسدود کند.

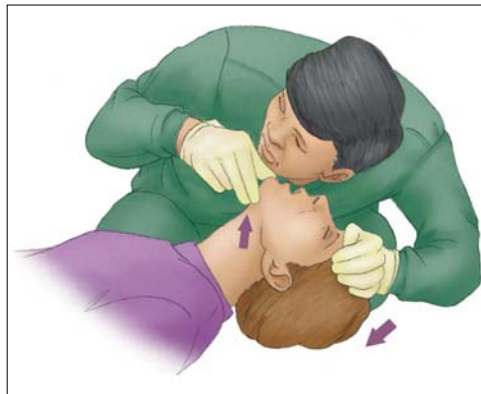
بنا بر این :

بایک دست روی پیشانی و دو انگشت دیگر زیر استخوان چانه را گرفته و سپس سر را به عقب خم و چانه را بالا نگه دارید. به طوریکه دندانهای فک بالا و پایین در مقابل هم قرار گیرد.

مراقب باشید که دهان فرد بیش از حد باز نشود

چون ممکن است زبان به عقب برگردد و راه

هوایی را مسدود کند



توجه :

در صورت وجود ضایعه در گردن فک تحتانی را به طرف بالا می کشید.

۲- تنفس مصنوعی بدهید

در صورتی که جریان هوا از بینی و دهان فرد حس نشود و صدایی که نشانگر جریان هوا باشد به گوش نرسد. تنفس مصنوعی را آغاز کنید

با یک دست سوراخ بینی فرد را گرفته و دهان خود را دور تا دور دهان او گذاشته و نفس بدهید. هر بار نفس دادن باید حدود یک تا یک و نیم ثانیه طول بکشد



توجه:

- هنگام دادن تنفس مصنوعی لبهای شما کاملاً اطراف دهان را باید بگیرد
- با یک بازدم عمیق هوا را وارد دهان فرد مصدوم کنید. و همزمان از گوشه چشم خود به قفسه سینه او نگاه کنید.
- وقتی قفسه سینه فرد بالا آمد تنفس را قطع کنید و خودتان برای تنفس بعدی نفس بگیرید.
- اگر مصدوم نبض دارد ولی نفس نمی کشد تنفس مصنوعی را هر ۵ ثانیه یک بار انجام دهید.



▪ پس از دادن دو تنفس مصنوعی در صورتی که فرد تنفس خود را باز نیابد باید نبض او را کنترل کنید.

چگونه نبض را کنترل کنید؟

دو انگشت سبابه خود را روی سرخرگ گردن بگذارید
دو انگشت باید در وسط



گردن بالای نای وحنجره

روی برآمدگی جلوی

گردن قرار گیرد. به

مدت ۵-۱۰ ثانیه این کار

ادامه دهید.

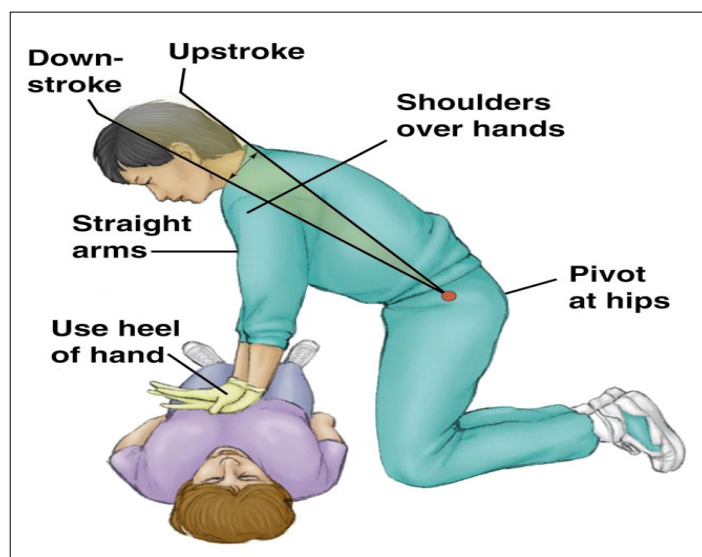
در صورتیکه مصدوم نبض نداشته باید بی درنگ ماساژ قلبی را شروع کنید.

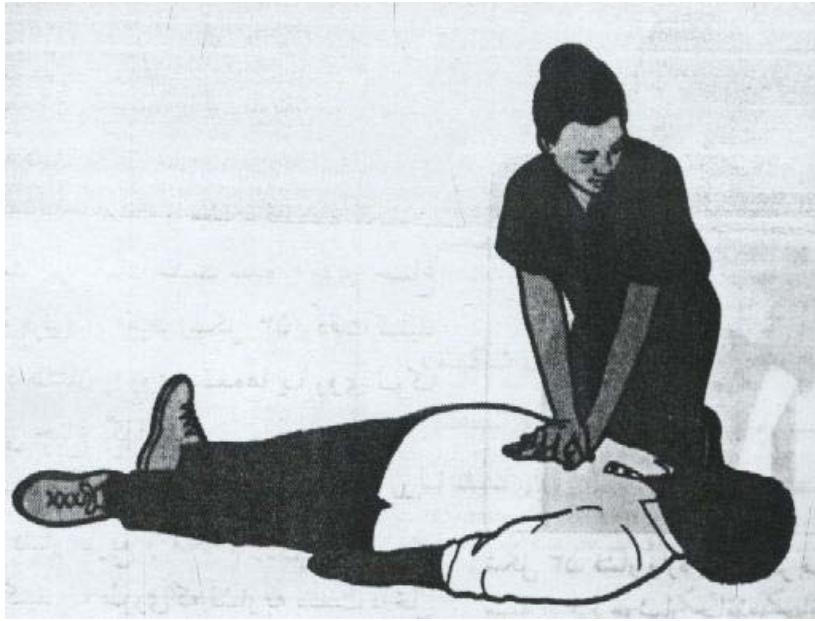
طریقه دادن ماساژ قلبی

مصدوم را به پشت خوابانده ، مطمئن شوید که وی

روی یک سطح سخت قرار گرفته است .

اول شکاف بین دنده ها در پایین جناغ سینه را پیدا کنید . و سپس انگشت میانی یک دست خود را روی نوک این شکاف و انگشت اشاره را کنار آن گذاشته سپس برجستگی کف دست دیگر را کنار و بالای این دو انگشت درست روی وسط جناغ سینه قرار داده ، آن گاه دست اولی را از روی شکاف دنده برداشته و برجستگی کف آن را روی پشت دست دیگر روی سینه بگذارید. به گونه ای که انگشتان هر دو دست تماس با قفسه سینه نداشته باشد





فقط کف دست روی قفسه سینه قرار گیرد.
۳۰ بار قفسه سینه را به پایین فشار دهید، پس از هر فشار
نباید دست ها یتان را بردارید فقط فشارتان را رها
کنید ۳۰ بار ماساژ خارجی قلب را با فشار روی قفسه
سینه انجام دهید ، به طوری که در هر دقیقه به
۱۰۰ بار برسد (بلند بشماریم)

توجه:

- فشار باید محکم باشد.
- از وزن بدن برای فشار استفاده کنید .
- در هر فشار باید روی بیمار یا مصدرم خم شده و آرنج دست ها یتان خم نشود و شانه درست بالای کف دست ها باشد .

مجموعه این اقدامات یعنی ۳۰ بار ماساژ قلبی و ۲ بار تنفس مصنوعی را پنج بار تکرار کنید.
در صورت کمک شما اگر مصدرم هم نفس می کشد و هم نبض دارد از ادامه عملیات احیا دست بردارید اما مراقب راه تنفس و گردش خون او باشیم





جهت دریافت اطلاعات بیشتر می توانید به
آدرس ما
واقع در خیابان شریعتی - تقاطع مطهری -
معاونت
بهداشت و درمان دانشگاه علوم پزشکی
و خدمات
بهداشتی درمانی شهید بهشتی طبقه چهارم
دفتر امور پرستاری و مامایی معاونت درمان
مراجعه نمایید.

تلفن دفتر پرستاری : ۸۸۴۶۱۰۲۱

منابع علمی مورد استفاده

- نشریه انجمن قلب امریکا ۲۰۰۷
- وبلاگ سلامت و بهداشت
- [http:// choghady.blogf a ,com /](http://choghady.blogfa.com/)

