

وضعیت اورژانس

رهگذر یا ناظر

اولین کسی که وضعیت اورژانس را درمیابد رهگذر یا ناظر صحنه است که می‌تواند به مصدوم کمک کند چرا که خود حلقه ارتباط حیاتی بین امدادگر و مصدوم است. یک ناظر باید موارد زیر را خیلی سریع و با آرامش و اطمینان انجام دهد.

تشخیص وضعیت اضطراری

برای کمک در یک وضع اضطراری، یک ناظر باید بفهمد که مشکلی وجود دارد و در این زمان وضعیت ظاهری یا رفتار یک فرد یا محیط پیرامون آن نشان می‌دهد که یک پیش‌آمد غیرعادی رخ داده‌است.

تصمیم به کمک

گاه لازم است ابتدا تصمیم بگیرید که آیا می‌توانید به کسی کمک کنید یا خیر. تصمیم سریع برای اقدام به موقع در یک وضعیت اضطراری ممکن نیست مگر آنکه ناظر از قبل احتمال کمک را در نظر داشته‌باشد. بنابراین، مهمترین زمان برای تصمیم‌گیری و کمک، داشتن یک آمادگی ذهنی پیش از برخورد با وضعیت اضطراری است.

تصمیم به کمک‌رسانی، به نگرش فرد نسبت به فوریت‌ها و وضعیت‌های اضطراری و توانایی یک فرد برای مقابله با وضعیت اضطراری بستگی دارد؛ نگرشی که برای شکل‌گیری زمان می‌خواهد، و به عوامل گوناگونی بستگی دارد.

در صورت لزوم با اورژانس تماس بگیرید

برخی افراد در تماس با اورژانس سریع عمل نمی‌کنند و تا بخواهند مطمئن شوند که یک وضعیت اضطراری وجود دارد زمان می‌گذرد و تماس ایشان با اورژانس به تأخیر می‌افتد؛ برخی نیز ترجیح می‌دهند کارکنان اورژانس را نادیده بگیرند و به تنهایی مصدوم را با یک خودروی شخصی به مرکز مراقبت‌های پزشکی برسانند که این کار خطرات زیادی را برای مصدوم به همراه می‌آورد. خوشبختانه برای بیشتر ضایعات ناگهانی تنها کمک‌های اولیه کفایت می‌کند و نیازی به مراقبت‌های پزشکی پیشرفته نیست.



ارزیابی مصدوم

رهگذر و یا ناظر صحنه باید دریابد که آیا شرایط مصدوم تهدیدکننده حیات است و یا اینکه اصلاً مصدوم به چه نوع کمک فوری نیاز دارد.

اقدام به مراقبت

بیشتر اقدامات نجاتبخش در شرایط بحرانی تنها زمانی مؤثر است که بلافاصله و توسط نزدیکترین شخص در دسترس ارایه شود که این شخص معمولاً یک فرد غیرحرفه‌ای خواهد بود؛ شاید یک رهگذر.

واکنش‌های پس از مراقبت

نجاتگر پس از ارایه خدمات مراقبتی در شرایط بسیار وخیم، ممکن است از لحاظ عاطفی دچار «رکود» یا «سستی» بشود که اغلب نادیده گرفته می‌شود. گفتگو راجع به احساسات خود با دیگران اعم از ترس و واکنش‌های دیگر، به وی کمک می‌کند تا بعداً مشکل عاطفی پیدا نکند. صحبت کردن با یک دوست مورد اعتماد، یک مسئول سلامت بهداشت روان و یا یک روحانی و بیرون ریختن احساسات کمک می‌کند که خیلی سریع اضطراب و تنش‌ها از بین برود.

جستجو و بررسی در صحنه

اگر با یک صحنه اضطرابی مواجه هستید، ابتدا یک بررسی سریع سه مرحله‌ای از صحنه به عمل آورید؛ این بررسی نباید بیش از چند ثانیه طول بکشد:

(۱) خطراتی که می‌تواند متوجه شما یا مصدوم یا رهگذران باشد؛ ابتدا، همین که به یک صحنه نزدیک می‌شوید، محوطه را از نظر خطرات ناگهانی به خود یا مصدوم مرور کنید، چرا که شما زمانی می‌توانید به دیگران کمک کنید که خودتان سالم باشید و بدانید که مصدوم نمی‌شوید. همیشه از خود بپرسید: آیا خطری برای وارد شدن به صحنه حادثه وجود دارد؟ (برای جزئیات بیشتر به فصل ۸۱ مراجعه کنید).

(۲) علت بوجود آمدن (مکانیسم) آسیب یا بیماری؛ دومین کار آنست که علت هرگونه آسیب یا بیماری را پیدا کنید. سپس هرآنچه را یافتید به مسئولان اورژانس بگویید، تا ایشان بتوانند وسعت صدمات را تشخیص دهند.

(۳) تعداد مصدومان.

در آخر، ببینید چند نفر درگیر حادثه شده‌اند، چراکه ممکن است بیش از یک مصدوم وجود داشته باشد و برای پیدا کردن آنها باید اطراف را جستجو کنید و یا از اطرافیان بپرسید.

درخواست مراقبت پزشکی

دانستن نحوه خبرکردن آمبولانس نیز مهم است. برای اینکه بدانید چه موقع آمبولانس خبر کنید، باید بتوانید فرق بین یک جراحی یا بیماری جزئی را با آسیبی که خطر جانی دارد بگویید. مثلاً درد فوقانی شکم هم می‌تواند ناشی از یک سوء هاضمه جزئی باشد که با مراقبت‌های غیر اورژانس برطرف شود و هم در اثر یک حمله قلبی که به مراقبت فوری پزشکی نیاز داشته باشد. ویز و صدای غیر طبیعی تنفسی نیز ممکن است ناشی از آسم باشد که برای مداوای آن از داروهای استنشاقی تجویز شده استفاده کرد، و یا در اثر از یک واکنش آلرژیک بسیار شدید و خطرناک ناشی از گزش زنبور.

پزشکان طب اورژانس می‌گویند، اگر پاسخ به هر یک از موارد زیر مثبت و یا مشکوک باشد، برای دریافت کمک باید با اورژانس تماس بگیرید:

- آیا مصدوم در شرایطی است که جانش در خطر است؟
- آیا احتمال می‌رود شرایط بدتر شود و در راه بیمارستان جان وی به خطر خواهد افتاد؟
- آیا مصدوم نیاز به مهارت تکنیسین‌ها و پیراپزشکان اورژانس و یا تجهیزات ایشان یا دارد؟
- آیا مسافت طولانی یا ترافیک سنگین ممکن است باعث شود دیر به بیمارستان برسید؟

همچنین توصیه می‌کنند که شرایط زیر، علائم هشداردهنده‌ای است که در صورت مشاهده باید مصدوم را با خودرو یا آمبولانس به بخش اورژانس منتقل کنید:

- غش
- درد یا فشار قفسه سینه یا شکم
- سرگیجه، ضعف، دوبینی ناگهانی
- تنگی نفس
- استفراغ شدید و پایدار
- درد ناگهانی و شدید در هر قسمت از بدن
- تنگی
- احساس و تمایل شدید فرد به خودکشی یا دیگرکشی
- خونریزی که پس از ۱۰ تا ۱۵ دقیقه فشار بند نیاید
- زخم با لبه‌های فاصله‌دار که لبه‌های آن به هم نرسند
- مشکلات حرکتی یا حسی بدنال آسیب
- بریدگی دست یا صورت
- زخم‌های نافذ
- احتمال وجود جسم خارجی مانند شیشه یا فلز در درون زخم
- بیشتر گازگرفتگی‌های حیوانات و همه‌موارد گازگرفتگی انسان
- توهم و افکار مبهم
- سفتی گردن همراه با تب یا سردرد



شکل ۱. برای کمک با شماره ۱۱۵ تماس بگیرید

دوباره به شما خبر دهد تا مطمئن شوید که او تماس گرفته است.

احتیاط در موارد بیماری

هرچند بیماری‌های عفونی ممکن است جزئی باشد اما امدادرسان باید از خطر بیماری‌های عفونی آگاه باشد، زیرا در برخی موارد این خطرات ممکن است تهدیدکننده حیات باشد. البته احتمال گرفتن بیماری از یک مصدوم بسیار کم است، اما یک امدادگر باید بداند چگونه خودش را از بیماری‌هایی که از راه خون یا هوا منتقل می‌شود حفظ کند. اقدامات حفاظتی می‌تواند او را در برابر بیماری‌های عفونی ویروسی یا باکتریایی محافظت کند.

بیماری‌های منتقله از راه خون

برخی بیماری‌ها توسط میکروارگانیسم‌هایی که در خون یک فرد وجود دارد منتقل می‌شود و تماس با خون آلوده به این میکروب‌ها می‌تواند آلوده‌کننده باشد. از میان میکروب‌های خون‌زا، آنها که خطرات جانی زیادی برای امدادرسان دارد عبارتند از: هپاتیت B (HBV)، هپاتیت C (HCV) و ویروس تضعیف‌کننده سیستم ایمنی انسان (HIV).

هپاتیت B

هپاتیت یک عفونت ویروسی کبد است که انواع A، B و C آن از همه شایعتر است و هرکدام از یک ویروس ایجاد می‌شود. برای هپاتیت B واکسن وجود دارد و تجویز آن برای همه کودکان و بالغینی که ممکن است با ناقلین یا خون در تماس باشند، توصیه می‌شود. کارکنان پزشکی و آزمایشگاه، پلیس، معنادان تزریقی، کسانی که دچار

- برآمدگی یا فرورفتگی ملاحظ (منقطه نرم جمجمه) در شیرخواران
- گیجی یا خیرگی همراه با تب بالا که با استامینوفن یا آسپیرین بهبود نیابد
- مردمک‌های نامساوی در دوچشم، کاهش هوشیاری، نابینایی، تلو تلو خوردن، استفراغ مکرر، بدنبال آسیب به ناحیه سر
- ضایعات نخاعی
- سوختگی شدید
- مسمومیت
- مصرف بیش از حد دارو

هنگامی که یک وضعیت خطرناک رخ می‌دهد، ابتدا اورژانس را خبر کنید. خبرکردن افراد دیگر مانند پزشک شخصی، بیمارستان، دوستان، بستگان یا همسایگان، تنها باعث اتلاف وقت می‌شود و باید از آن صرف نظر کرد.

اگر وضعیت اضطراری نبود، آنوقت به پزشک خود اطلاع دهید. اما اگر شما درمورد اضطراری بودن وضعیت تردیدی داشته باشید، بهتر است به اورژانس اطلاع دهید.

چگونه می‌توانید اورژانس را خبر کنید

برای دریافت کمک‌های اورژانس باید با تلفن ۱۱۵ تماس بگیرید. این شماره را داخل جلد دفترچه تلفن خود یادداشت کنید (شکل ۱). هنگامی که با اورژانس تماس می‌گیرید، تلفنچی از شما اطلاعات زیر را می‌پرسد. پس در هنگام دادن اطلاعات آرام و شمرده و واضح صحبت کنید.

۱- نام و شماره تلفنی که شما از آن تماس می‌گیرید. این کار جلوی تلفن‌های دروغین را می‌گیرد و اگر تماس قطع شد و یا اطلاعات دیگری نیاز بود مرکز مخابرات ۱۱۵ می‌تواند دوباره با شما تماس بگیرد.

۲- محل فعلی مصدوم. در صورت امکان آدرس و نام تقاطع خیابان‌ها و دیگر نشانه‌های مربوط به محل را بگویید. همچنین نشانی دقیق مصدوم را بطور اختصاصی اطلاع دهید (مثلاً در زیرزمین).

۳- چه پیش آمده است. ماهیت وضع اضطراری را بیان کنید (مثلاً «همسر من از یک نردبان افتاده است و حرکت نمی‌کند»).

۴- تعداد اشخاصی که نیاز به کمک دارند و هرگونه شرایط ویژه دیگر.

۵- شرایط مصدوم (مثلاً: «از سر همسر خون می‌آید») و هرگونه کمکی که شما به او کرده‌اید (مانند فشاردادن محل خونریزی).

تا زمانی که تلفنچی به شما نگفته است گوشی را نگذارید. تلفنچی اورژانس ممکن است به شما بگوید که برای مراقبت از مصدوم بهترین کار چیست. اگر کس دیگری را برای تلفن کردن فرستادید، از او بخواهید

تجهیزات حفاظت شخصی

تجهیزات حفاظت شخصی جلوی ورود میکرب به بدن را می‌گیرد. شایع‌ترین نوع حفاظت زمانی است که نجاتگر دستکش‌های معاینه می‌پوشد. مراکز کنترل و پیشگیری از بیماری اذعان دارند که دستکش‌های لاتکس و وینیل از نظر قدرت حفاظت یکسانند. از این‌رو برخی نجاتگران که به لاتکس حساسند، می‌توانند دستکش‌های وینیل و نیتریل بپوشند. در تمام کیف‌های کمک‌های اولیه نیز باید چند جفت دستکش معاینه باشد. (شکل ۲)

حفاظت چشمی و ماسک استاندارد ممکن است در برخی وضعیت‌های اضطراری برای جراحی لازم شود؛ اما امدادگران مجبور نیستند و نیازی هم ندارند از این تجهیزات استفاده کنند.

برای نجات تنفسی و احیای قلبی ریوی وسایل حفاظت دهان توصیه می‌شود. البته با انجام یک عملیات احیای بدون حفاظ، هیچ مورد ثبت‌شده‌ای از انتقال بیماری از مصدوم آلوده به نجاتگر گزارش نشده‌است. با اینحال وسایل حفاظت دهان در صورت امکان باید استفاده شود (شکل ۳).

احتیاط‌های عمومی و روش‌های دورنگه‌داشتن (ایزولاسیون) بدن از مواد و ترشحات آلوده

افرادی که با HBV یا HIV آلوده شده‌اند، ممکن است هیچ علامتی نداشته باشند و حتی ندانند که آلوده‌اند. به همین علت، همه محصولات خونی و مایعات بدن انسان باید آلوده فرض شود، و بهتر است از تماس با آن خودداری کرد. در روش استاندارد جدانگه‌داشتن بدن از ماده، فرض می‌شود که همه مایعات و ترشحات بدن احتمال خطر آلودگی دارند و کارکنان اورژانس بصورت روتین از دستورالعمل‌های استاندارد استفاده می‌کنند، هرچند هیچ خون یا ترشحاتی دیده نشود. در هر شرکت اگر کارمندی وجود دارد که مسئول ارزیابی کمک‌های اولیه می‌باشد، باید احتیاط‌های جهانی را در مورد خون و ترشحات رعایت

شکل ۲ در صورت امکان، از دستکش بعنوان یک محافظ استفاده کنید



اختلال در رفتار جنسی هستند و شرکای جنسی متنوع دارند، و کسانی که با فردی زندگی می‌کنند که عفونت درازمدت دارد، در خطر بالای هپاتیت B (و همینطور هپاتیت C) می‌باشند. واکسیناسیون بهترین دفاع در برابر HBV است و احتمال اینکه کسی از واکسن، هپاتیت بگیرد وجود ندارد. وزارت بهداشت برای کارکنانی که در خطر هستند، سه تزریق واکسن را پیشنهاد می‌کند.

بدون واکسیناسیون، برخورد با هپاتیت B در عرض دو هفته تا شش ماه باعث بروز علائم می‌شود. کسانی که عفونت هپاتیت B دارند ممکن است بدون علامت باشند، اما این دلیل نمی‌شود که عفونت‌شان مسری نیست، و کسی که با خون اینها تماس پیدا کند، آلوده می‌شود. علائم هپاتیت B مانند آنفولانزاست و شامل خستگی، سرگیجه، کاهش اشتها، درد معده، و گاهی هم زردشدن پوست می‌باشد.

هپاتیت B با التهاب کبد آغاز می‌شود و اغلب یک تا دو ماه طول می‌کشد. در برخی افراد، عفونت بسیار شدید است، و در برخی عفونت خفیف تا آخر عمر باقی می‌ماند. ویروس ممکن است در کبد بماند و باعث تخریب شدید آن (سیروز) و سرطان کبد بشود. برای همین پس از تماس، درمان‌های طبی فوراً شروع می‌شود تا جلوی گسترش آلودگی را بگیرد.

هپاتیت C

هپاتیت C از ویروسی غیر از HBV ناشی می‌شود، اما این دو بیماری تشابهات زیادی باهم دارند. هپاتیت C مانند هپاتیت B، بر کبد اثر می‌کند و می‌تواند باعث بیماری درازمدت کبد و سرطان کبد شود. شدت هپاتیت C ثابت نیست و ممکن است در هنگام آلودگی هیچ نشانه‌ای نباشد. در حال حاضر هیچ واکسن یا درمان مؤثری برای هپاتیت C وجود ندارد.

HIV

شخصی که با ویروس نقص ایمنی یا HIV آلوده شده‌است، می‌تواند دیگران را آلوده کند. در بیشتر موارد فرد آلوده علائم نقص اکتسابی ایمنی (AIDS) را از خود نشان می‌دهد، یعنی اختلال در توانایی بدن برای مبارزه با بیماری‌ها که این می‌تواند مرگ‌آور باشد ولی هیچ واکسنی برای پیشگیری از عفونت HIV وجود ندارد و بهترین راه مقابله با AIDS پرهیز از آلوده شدن است.

حفاظت

در بیشتر موارد، با پوشیدن تجهیزات حفاظت شخصی و رعایت برخی دستورالعمل‌ها می‌توان جلوی تماس با میکرب‌های خون‌زا و خطر آلودگی را گرفت.

- ۱- تجهیزات حفاظت شخصی مناسب مانند دستکش بپوشید.
 - ۲- اگر طبق دستورالعمل‌های صحیح آموزش دیده‌اید، از حفاظ‌های جاذب برای جذب خون یا دیگر مواد عفونی استفاده کنید.
 - ۳- منطقه موردنظر را با یک محلول ضدعفونی کننده مانند سفیدکننده رقیق شده، تمیز کنید.
 - ۴- موارد آلوده را در یک محفظه مناسب دفع زباله بریزید.
- اگر با خون یا ترشحات شخصی تماس داشتید:
- ۱- با آب و صابون آن نقطه از بدنتان را که آلوده شده است، بشویید.
 - ۲- اگر این اتفاق در هنگام کار رخ داده است، به سوپروایزر خود این مورد را گزارش دهید. در غیر اینصورت، با پزشک خود تماس بگیرید. اقدامات به موقع می‌تواند جلوی بروز هپاتیت B را بگیرد و کارکنانی را که آلوده شده‌اند از عفونت HIV مصون دارد.
- بهترین حفاظت علیه بیماری‌های منتقله از راه خون استفاده از راهنماهاست. با این اصول، احتمال گرفتن بیماری‌های منتقله از راه خون در امدادگر کاهش می‌یابد.



شکل ۳ ماسک پاکتی، بادریچه یک طرفه

نماید یعنی فرض کند تمام خون‌ها و برخی ترشحات و مایعات بدن خطر انتقال HBV و HIV دارند.

هر زمان با میکروب‌های خون‌زا برخورد می‌کنید، کارفرما باید تجهیزات حفاظتی مناسب از جمله حفاظ چشمی، دستکش معاینه، گان و ماسک فراهم آورد و این تجهیزات باید در دسترس باشد و آن کارفرما باید شما را در انتخاب درست نوع وسیله حفاظتی در کار بخوبی راهنمایی کند.

بنابراین امدادگران باید با این فرض که تمام خون‌ها و مایعات و ترشحات عفونی است، دستورالعمل‌های ایمنی را بکار ببندند، و اقدامات حفاظتی مناسب در برابر آن را انجام دهند.

کنار آمدن با وضعیت اورژانس

هنگامی که یک آسیب رخ داده است، شما بعنوان یک امدادگر می‌توانید طی این مراحل خود و دیگران را از میکروب‌های بیماری‌زا حفاظت کنید:

بیماری‌های منتقله از راه هوا (هوازا)

میکروب‌های آلوده‌کننده‌ای همچون باکتری‌ها یا ویروس‌ها که با ذرات ترشحات مخاطی از سرفه یا عطسه در هوا پخش می‌شود را «هوازا» می‌نامند. این ذرات ممکن است توسط شخص دیگری استنشاق شود. بیماری سل از یک باکتری ناشی می‌شود که گاه در ریه‌ها لانه می‌کند و می‌تواند کشنده باشد و افزایش بروز آن در سال‌های اخیر نظرات زیادی را به خود جلب کرده است. در بیشتر موارد، امدادگر نمی‌فهمد که مصدوم، مبتلا به سل است، بنابراین هر شخصی که سرفه داشت باید فرض کنید که سل دارد، بخصوص کسی که در خانه یا آسایشگاه مورد مراقبت است. دیگر نشانه‌های این بیماری عبارتست از: خستگی، کاهش وزن، درد قفسه سینه و سرفه با خلط خونی. اگر ماسک جراحی هم در دسترس بود، آن را بپوشید یا با یک دستمال جلوی بینی و دهان خود را بگیرید.

فعالیت های آموزشی

وضعیت اورژانس

- راه‌نما:** اگر با جمله موافق هستید دور بلی و اگر مخالف هستید دور خیر را دایره بکشید.
- | | | |
|-----|-----|---|
| بلی | خیر | ۱. جستجو و بررسی صحنه باید پیش از ارایه کمک‌های اولیه به مصدوم آسیب‌دیده صورت گیرد. |
| بلی | خیر | ۲. برای مصدومی که به شدت آسیب‌دیده‌است، پیش از تماس با آمبولانس، با پزشک وی تماس بگیرید. |
| بلی | خیر | ۳. در کشور ما ایران، تلفن تماس اورژانس ۱۱۵ است. |
| بلی | خیر | ۴. امدادگر باید فرض را بر این بگذارد که خون و تمامی ترشحات بدن عفونی هستند. |
| بلی | خیر | ۵. اگر در هنگام کار بدن شما با مقداری خون تماس پیدا کرد، موضوع را با مدیر خود اطلاع دهید، و اگر در خارج از محیط کار هستید، به پزشک شخصی خود گزارش دهید. |
| بلی | خیر | ۶. در بسته کمک‌های اولیه باید دستکش معاینه وجود داشته‌باشد. |

سناریو: شما با عجله در حال تعمیر ماشین‌های خراب یکی از بزرگترین مشتری‌های خود هستید زیرا «وقت طلاست» و مشتری بابت هر ساعت خرابی ماشین خسارت زیادی متحمل می‌شود. باران نیز شروع به باریدن می‌کند. ناگهان یک موتور سوار از بزرگراه منحرف می‌شود و در یک گودال می‌افتد. شما در خودروی خود یک تلفن همراه دارید.

۷. پنج کاری را که یک ناظر می‌تواند در یک وضعیت اضطراری انجام دهد را برشمارید.

- | | | | |
|------|-------|----|-------|
| الف. | | د. | |
| ب. | | ه. | |
| ج. | | | |

۸. بررسی صحنه حادثه عبارتست از جستجو برای کدام سه چیز؟

- | | |
|------|-------|
| الف. | |
| ب. | |
| ج. | |

۹. هنگامی که با تلفنچی اورژانس صحبت می‌کنید، کدام ۵ مورد را باید آماده‌باشید که ارایه دهید؟

- | | | | |
|------|-------|----|-------|
| الف. | | د. | |
| ب. | | ه. | |
| ج. | | | |

۱۰. چگونه از خود در برابر پاتوژن‌ها (عوامل بیماری‌زای) منتقله از راه خون محافظت می‌کنید؟

- | | |
|------|-------|
| الف. | |
| ب. | |
| ج. | |