

# عناوین فصل:

تماس با تیم‌های امداد و نجات در جاده و اورژانس

ایمن کردن صحنه حادثه

روش کنترل آتش

تثبیت خودروی حادثه دیده

رهاسازی مصدوم از درون خودرو

درآوردن کلاه ایمنی موتور سوار

## نجات در حوادث جاده ای

در کشور ما  
اولین علت مرگ و میر: بیماریهای قلبی  
دومین علت مرگ و میر: تصادفات جاده‌ای  
هر سال بیش از ۲۵ هزار نفر (تقریباً به اندازه زلزله بم) در حوادث جاده‌ای کشته  
می‌شوند  
هر ۲۰ دقیقه یک نفر جان خود را در جاده از دست می‌دهد.  
عدم کمک‌رسانی مطلوب در لحظات اولیه باعث عوارض مهمی مثل آسیب نخاعی  
می‌شود.

## اقدامات در یک تصادف جاده ای :

- ۱- تماس با تیمهای امداد و نجات در جاده و اورژانس
- ۲- ایمن کردن صحنه حادثه
- ۳- تثبیت خودروی حادثه دیده
- ۴- رهاسازی مصدوم از درون خودرو

## تماس با تیمهای امداد و نجات در جاده و اورژانس

کمکهای اولیه در شهرها ← اورژانس (۱۱۵)

نجات و بیرون آوردن مصدوم از درون خودروی واژگون یا له شده :

\* درون شهر ← آتش نشانی (۱۲۵)

\* بیرون شهر ← جمعیت هلال احمر

- در تمام حوادث منجر به آسیب پلیس باید در صحنه باشد

- ← فقط با پلیس ۱۱۰ تماس بگیرید

- ← اطلاع رسانی به سایر سازمانهای امدادی توسط پلیس صورت می گیرد.

## در تماس با پلیس

خود را معرفی کنید  
مکان دقیق حادثه  
نوع حادثه (مثلاً واژگونی) و نوع خودرو  
تعداد مصدومین  
نکات مهم مانند آتش سوزی، گیر افتادن مصدوم در خودرو و ...

## ایمن کردن صحنه حادثه

- ۱- خودروی خود را قبل از خودروی حادثه دیده پارک کنید:
  - حادثه معمولی ← ۱۵ متر قبل از حادثه
  - خودرو دچار آتش ← ۳۰ متر قبل از حادثه
  - خودرو حاوی مواد خطرناک و قابل انفجار ← ۶۰۰ متر قبل از حادثه
  - اگر خودرو با دکل برق برخورد کرده ← قبل از اولین دکل سالم
  - اگر خودرو خود شما با دکل برق برخورد کرده ← در منطقه عایقی قرار دارید
  - پس به هیچ وجه تکان نخورید و منتظر نیروهای امدادی بمانید.

## ایمن کردن صحنه حادثه

۲- چراغهای هشدار دهنده خودروی خود را روشن کنید -  
مثلاً خطر را ۱۰۰ متر قبل از خودروی خودتان قرار دهید  
اگر حادثه بعد از پیچ جاده اتفاق افتاده ← دو مثلاً خطر :  
یکی در ابتدای پیچ و دیگری ۱۰۰ متر قبل از مثلاً اول.

نکته مهم

به هیچ وجه از سنگ چین استفاده نکنید چون می تواند  
باعث بروز حادثه جدید شود.

## ایمن کردن صحنه حادثه

- ۳- اگر خودروی حادثه دیده حاوی مواد سوختنی و قابل انفجار است  
← به هیچ وجه به آن نزدیک نشوید حتی اگر افرادی در آن گیر افتاده باشند.
- ۴- اگر خودرو معمولی است و در حال آتش گرفتن است و احتمال انفجار نیست  
← آتش را کنترل کنید.



## روش کنترل آتش

- ۱- کپسول را خوب تکان دهید
- ضامن را بکشید و سرشلنگ را در دست بگیرید.
- ۲- پشت به باد قرار بگیرید
- دسته را فشار دهید
- به حالت جارو کردن، شلنگ را حرکت دهید.
- ۳- اگر موتور خودرو آتش گرفته :  
درب کاپوت را کامل باز نکنید  
به میزانی که لوله وارد کاپوت شود، درب کاپوت را باز کرده  
و دسته کپسول را فشار دهید.
- ۴- اگر بنزین در حال خارج شدن است:  
کسی سیگار یا آتش روشن نکند  
روی بنزین خارج شده را با خاک بپوشانید  
سر باطریها را از باطری جدا کنید

• مهارت خود را افزایش دهید.

یک کپسول آتش نشانی تهیه کنید و تمام مراحل کنترل آتش را زیر نظر مربی انجام دهید.

## تثبیت خودروی حادثه دیده

تعریف: مهار و نگهداشتن وسیله نقلیه برای این که:

- آسیب کمتری به مصدومین وارد شود

- کار امدادگران برای رها سازی راحت تر شود

نکته مهم

اگر خودرویی واژگون شده و روی سقف یا روی یک طرف قرار گرفته، قبل از خارج کردن مصدومین به هیچ وجه نباید آن را به حالت اولیه روی چهار چرخ برگردانید، زیرا حرکت ناگهانی خودرو، باعث آسیبهای جدی به مصدومین خصوصاً به ستون فقرات آنها خواهد شد.

## روش تثبیت خودروی حادثه دیده:

اولین اقدام: - خاموش کردن سوئیچ خودرو

ترمز دستی را بکشید

خودرو را در دنده قرار دهید

سرباطری را بردارید

- اگر روی چهار چرخ ← باد چرخها را خالی کنید و زیر چرخها را با سنگ و آجر مهار کنید.
- اگر روی سقف قرار گرفته ← یک یا دو لاستیک زاپاس، زیر کاپوت و صندوق عقب بگذارید
- اگر به یکطرف واژگون شده ← زیر ستونهای خودرو و زیر خودرو را با چوب ثابت کنید.

## رهاسازی مصدوم از درون خودرو

خطر آسیب نخاعی بسیار جدی است  
اگر خطر دیگری مثل آتش، جان مصدوم را تهدید نمی‌کند، مصدوم را خارج نکنید.  
کمک‌های اولیه و بستن کلار را در همان حالت (در خودرو) انجام دهید و منتظر نیروهای  
امدادی باشید.



## رهاسازی مصدوم از درون خودرو

اگر نیروی امدادی هستید :  
سر را به آرامی بالا آورید و با کلار گردن را ثابت کنید  
**back board** را بین صندلی و پشت مصدوم قرار داده، مصدوم را به آرامی روی آن بکشید.  
در صورت نیاز سقف خودرو را بردارید

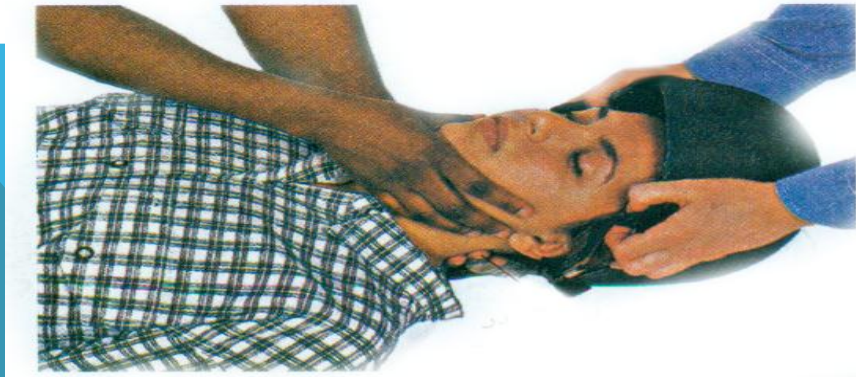


## مهارت خود را افزایش دهید.

یکی از دوستان خود را روی یک صندلی بنشانید و از او بخواهید سر خود را به سمت جلو خم کند (مانند کسی که تصادف کرده است) حالا زیر نظر مربی، سر او را به آرامی بالا بیاورید و برای او کلار ببندید. بعد یک بک برد پشت او قرار دهید و فرد را به آن فیکس کنید.

## در آوردن کلاه ایمنی موتورسوار

- تا مجبور نشده‌اید، کلاه ایمنی را در نیاورید. - اگر راه هوایی مشکل دارد باید کلاه ایمنی را در آورید.
- از مصدوم بخواهید این کار را انجام دهد  
اگر نمی‌تواند یا بیهوش است ← روش زیر:
- ۱- بند کلاه را باز یا پاره کنید.
  - ۲- یک نفر سر و گردن را ثابت نگهدارد (یک دست زیر گردن و یک دست زیر فک تحتانی)
  - ۳- فرد دیگر بالای سر مصدوم قرار گیرد
- کلاه را به آرامی عقب بکشد تا اگر از نوع چانه‌دار است، چانه آزاد شود
- سپس کلاه را کمی به سمت جلو خم کند و آن را به آرامی عقب بکشد تا کاملاً خارج شود.





## مهارت خود را افزایش دهید.

از یکی از دوستان خود بخواهید یک کلاه ایمنی بر سر بگذارد و روی زمین دراز بکشد. حالا زیر نظر مربی با احتمال آسیب نخاعی، کلاه را خارج کنید و کلار (گردن بند) ببندید.