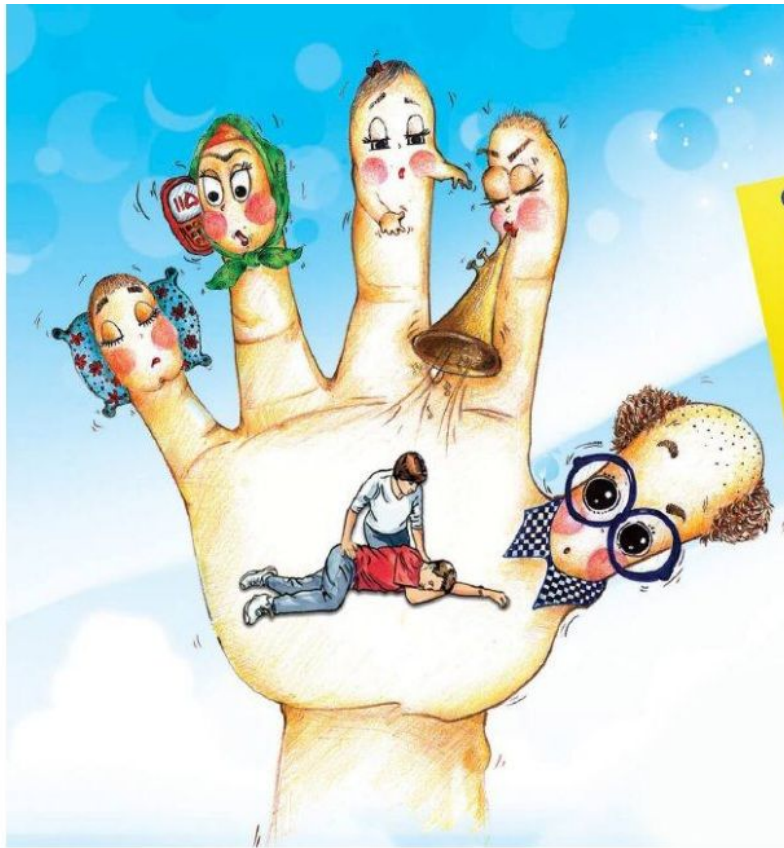




قانون ۵ انگشت اورژانس (ویژه آموزش کودکان)
در مواجهه با فردی که دچار کاهش هوشیاری
شده است اقدامات زیر را به ترتیب انجام دهید:

- ۱- با دقت به او نگاه کنید.
- ۲- او را بلند صدا کنید.
- ۳- چنانچه جواب نداد، تکانش بدهید.
- ۴- اگر جواب نداد، با شماره ۱۱۵ تماس بگیرید.
- ۵- وی را تا رسیدن اورژانس به وضعیت راحت
بخوانانید. (مطابق شکل ترجیحا به پهلو)





اقدامات لازم در هنگام امدادخواهی از ۱۱۵ فوریت‌های پزشکی



حفظ آرامش و خونسردی

بررسی وضعیت هوشیاری و تنفس

دادن آدرس دقیق و مناسب

حضور راهنما در طول مسیر جهت راهنمایی سریعتر

توجه به دستورات کارشناس اورژانس و انجام اقدامات لازم

آزاد نگهداشتن شماره تماس برای ارتباط مجدد اورژانس

تماس مجدد در صورت هرگونه تغییر در اطلاعات داده شده به اورژانس



**EMS**

Emergency Medical Services

در صحنه تصادفات چگونه کمک کنیم



هنگام تماس با اورژانس ۱۱۵، اطلاعاتی در مورد نوع حادثه، تعداد مصدومین و میزان آسیب آنها اعلام کنید.



ابتدا از وجود مصدوم در صحنه حادثه مطمئن شوید، سپس برای امدادخواهی به شماره ۱۱۵ تماس بگیرید.



هنگام تصادف در نقطه کور (مانند پیچ جاده)، باید در فاصله مناسب از محل حادثه با علامت دادن (تکان دادن پارچه یا روشن کردن آتش در شب) بقیه رانندگان را مطلع کنید.



قبل از حضور در صحنه حادثه ابتدا از ایمن بودن محل مطمئن شوید و خطراتی از قبیل آتش سوزی یا انفجار را در نظر بگیرید.



از جابجا کردن مصدومین در صحنه و بیرون کشیدن آنها از خودرو خودداری کنید. (مگر در مواردی که احتمال آسیب بیشتر وجود دارد مانند انفجار یا سقوط)



چنانچه در صحنه حادثه نیاز به نجات مصدومین باشد (مانند بسته شدن درهای ماشین یا واژگونی خودرو) این موارد را نیز اطلاع دهید.



برای دادن آدرس عجله نکنید و اگر آدرس را نمی‌دانید، کمک بگیرید. در جاده‌ها، ابتدا به مسیر حرکت خود اشاره کنید (مثلاً اصفهان - تهران) سپس از آخرین تابلوهای جاده‌ای که دیده می‌شود کمک بگیرید.



بعد از تماس با اورژانس و امدادخواهی تلفن خود را اشغال نکنید تا امکان تماس اورژانس با شما فراهم باشد.



تا رسیدن نیروهای امدادی، در صورت امکان علایم حیاتی بیمار را کنترل و اقدامات فوری مانند باز کردن راه هوایی و کنترل خونریزی را انجام دهید.



مسیر را برای ورود خودروهای امدادی به محل حادثه باز نگه دارید و از ازدحام در محل بپرهیزید.



در موارد فوریت‌های پزشکی با شماره ۱۱۵ تماس بگیرید

**EMS**

Emergency Medical Services

فوریت‌های پزشکی

فوریت‌های پزشکی به مواردی گفته می‌شود که بیمار باید به سرعت مورد رسیدگی و درمان قرار گیرد؛ در غیر این صورت، خطرات جانی، نقص عضو، عوارض صعب‌العلاج یا غیر قابل جبران متوجه بیمار می‌شود.

**خونریزی‌ها****بیماری‌های
قلبی و مغزی****برق‌گرفتگی****مدمات ناشی از
حوادث و سایب نقلیه****اختلالات تنفسی
شدید و خفگی‌ها****تشنج‌ها****مسمومیت‌ها****کاهش هوشیاری**

و سایر مواردی که باعث خطرات جانی، نقص عضو یا عوارض صعب‌العلاج یا غیر قابل جبران می‌شوند.

**زایمان‌ها****سوختگی‌ها**

در موارد فوریت‌های پزشکی با شماره ۱۱۵ تماس بگیرید



EMS

Emergency Medical Services

فرآیند امداد رسانی در اورژانس پیش بیمارستانی



در موارد فوریت‌های پزشکی با شماره ۱۱۵ تماس بگیرید



فرآیند امداد رسانی در اورژانس پیش بیمارستانی

Emergency Medical Services





وسایل نقلیه اورژانس ۱۱۵

آشنایی
کودکان با



آمبولانس برای ماموریت های روزانه



اورژانس هوایی

برای کمک به
مصدومین و
بیماران با سرعت
بیشتر و مناطق
صعب العبور



موتورلانس

برای امداد رسانی
سریع تر در
ترافیک



اتوبوس آمبولانس

برای کمک به
چند نفر بصورت
همزمان



اورژانس دریایی

برای کمک به
بیماران و
مصدومین
در دریا و
آب های آزاد



فرآیند امداد رسانی در اورژانس پیش بیمارستانی

EMS

Emergency Medical Services



۱ تماس با شماره ۱۱۵ برای
امداد خواهی



۲ گرفتن شرح حال تلفنی توسط
کارشناس اورژانس



۳ اعزام نزدیک ترین واحد امدادی به
محل حادثه



۴ رسیدن واحد امدادی به محل و
انجام اقدامات فوری



۵ انتقال بیمار به داخل آمبولانس و
حرکت به سمت مرکز درمانی



۶ تحویل بیمار به مراکز درمانی



همیشه با شما ایم





هرگز تاول سوختگی را پاره نکنید



برای سرد کردن محل سوختگی از
یخ استفاده نکنید

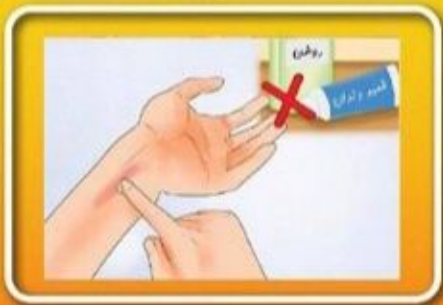


محل سوختگی را در دقایق اولیه با جریان آب سرد کنید

برای حوادث
چهارشنبه سوری



توصیه‌هایی



روی محل سوختگی پماد و روغن
نزنید



**در صورت سوختگی حلقه وساعت
را از دست خارج کنید**



لباس های چسبیده به بدن بیمار را خارج نکنید



سازمان اورژانس کشور

ویژه
حوادث چهارشنبه سوری

نحوه برخورد با حوادث سوختگی

۴

به هیچ عنوان ناول های
ایجاد شده را باره نکنید.



در صورت آتش سوزی از هویدن
خودداری نمایید.

از نقل و حرکت و پانوی ای خاموش کردن استفاده کنید

۵

لباس ها و زیور آلات در محل سوختگی را در
صورت نرسیده بودن به زخم را خارج کنید



محل سوختگی را ۱۰ تا ۲۰ دقیقه زیر شیر
آب خنک کنید.

۶

در اسرع وقت جهت درمان تخصصی ، بیمار
را به مراکز درمانی منتقل نمایید.



روی محل سوختگی پماد ، روغن ، خمیر
دندان باسیب زمینی و... نزنید.

۳



سازمان اورژانس کشور

مواد منفجره دست ساز
با کوچکترین اشتباه منفجر و
حوادث جبران ناپذیری
بوجود می آورند

مواظب فرزندان خود باشیم





مرکز اورژانس پیش بیمارستانی و
مدیریت حوادث گلستان
واحد آموزش و پژوهش



توصیه هایی برای حوادث چهارشنبه سوری



در موارد سوختگی:

روی محل سوختگی پماد و روغن نزنید



مرکز اورژانس پیش بیمارستانی و مدیریت
حوادث گلستان
(واحد آموزش و پژوهش)



توصیه هایی برای حوادث چهارشنبه سوری



در موارد سوختگی:

لباس های چسبیده به بدن بیمار را خارج نکنید



مرکز اورژانس پیش بیمارستانی
و مدیریت حوادث کستان
(واحد آموزش و پژوهش)



نوصیه هایی برای حوادث چهارشنبه سوری



در موارد سوختگی:

هرگز قاول سوختگی را پاره نکنید



سازمان اورژانس کشور

چهارشنبه سوری
امسال نه به ...



حوادث چشمی

حوادث سوختگی

حوادث قطع عضو

حوادث انفجاری



سازمان اورژانس کشور



در آستانه بهار
دیدن زیبایی‌ها را از خود نگیرید

۲۵٪ حوادث چهارشنبه سوری را آسیب‌های چشمی تشکیل میدهد



سازمان اورژانس کشور

ویژه
حوادث چهارشنبه سوری

نحوه برخورد با حوادث چشمی

۴

در صورت مشاهده جسم خارجی قابل رویت
از خروج آن با اجسام تیز خودداری کنید.



در هنگام آلودگی چشمی به مدت طولانی
چشم خود را با آب بشویید

۵

به وسیله یک لیوان یکبار مصرف چشم
آسیب دیده را بانسمان کنید.



هرگز برای تسکین درد یا خروج جسم
خارجی چشم‌ها را مالش ندهید

۶

در اسرع وقت جهت درمان به مراکز
تخصصی چشم پزشکی مراجعه نمایید.



از استفاده خودسرانه از قطره‌ها و پمادهای
چشمی پرهیز نمایید



از پرت کردن
مواد محترقه به سمت
افراد جلوگیری کنید.

لاستیک، هیزم،
کارتن های خالی و ... را
در واحد های مسکونی،
مغابر و خیابان ها آتش نزنید.

وسایل آتش زا و محترقه را از مراکز معتبر و با نشان
استاندارد بخرید و آنها را در جای خشک و خنک نگهداری کنید.
مواد محترقه را در ظروف شیشه ای و فلزی نگه ندارید.
زیرا در صورت انفجار با پرتاب تکه های شیشه و فلز آسیب ها
چندین برابر می شود.

ظروف تحت فشار
از جمله کپسول، اسپری،
حشره کش ها و ... را در
آتش نیندازید.

مراقب رفتارهای
خطرناک و ناهنجار افراد
باشید و در صورت لزوم
به پلیس ۱۱۰ اطلاع بدهید.

در صورت آتش گرفتن فرد،
مانع دویدن او شوید و اگر
لباسهایش به بدنش چسبیده،
آنها را از بدن خارج کنید.

از خمیر دندان و
سیب زمینی و سایر موارد
غیر اصولی برای التیام
سوختگی استفاده نکنید.

از مهمانی و تجمع دوری کنید.

در صورت آسیب به چشم،
تا رسیدن به پزشک، آن را
با یک لیوان یک بار مصرف
پوشانید.

در صورت سوختگی،
تاویل های ایجاد شده
را پاره نکنید.



۱۱۵

اورژانس در کنار شماست



شاد و سلامت در چهارشنبه آخر سال با رعایت نکات ایمنی



اورژانس ۱۱۵ گلستان
#همیشه_با_شما_یم

توصیه های ایمنی در چهارشنبه سوری

حواسمان باشد چهارشنبه سوری،
چهارشنبه سوزی نشود



نحوه برخورد با حوادث سوختگی:

- در صورت آتش سوزی از دویدن خودداری نمایید از غلتیدن و پتو برای خاموش کردن استفاده کنید.
- محل سوختگی را ۱۰ تا ۲۰ دقیقه زیر شیر آب خنک کنید.
- روی محل سوختگی را پماد، روغن، خمیردندان یا سیب زمینی و ... نزنید.
- به هیچ عنوان تاول های ایجاد شده را پاره نکنید.
- لباس ها و زیورآلات در محل سوختگی را در صورت نجسبیده بودن به زخم خارج کنید.
- در اسرع وقت جهت درمان تخصصی، بیمار را به مرکز درمانی منتقل نمایید.

نحوه برخورد با حوادث چشمی:

- در هنگام آلودگی چشمی به مدت طولانی چشم خود را با آب بشویید.
- هرگز برای تسکین درد یا خروج جسم خارجی چشم را مالش ندهید.
- از استفاده خودسرانه از قطره ها و پماد های چشمی پرهیز نمایید.
- در صورت مشاهده جسم خارجی قابل رویت از خروج آن با اجسام تیز خودداری نمایید.
- به وسیله ی یک لیوان یکبار مصرف چشم آسیب دیده را پانسمان کنید.
- در اسرع وقت جهت درمان به مراکز تخصصی چشم پزشکی مراجعه نمایید.





نکات مهم برای آسیب ندیدن در خانه تکانی نوروز



از کفش
مناسب
استفاده
کنید.



ترجیحا از
نردبان های
چهار پایه
استفاده
کنید.



از شخص
دیگری برای
بی حرکت
نگه داشتن
نردبان
استفاده کنید.



از نردبان با
طول
مناسب
استفاده
کنید.

حوادث جاده و ترافیکی : پوستر آموزشی

آخرین بروزرسانی: ۱۴۰۳/۱۲/۱۵



توصیه‌های کلیدی برای رانندگی ایمن در باران



آماده سازی خودرو

ترمزها	روشنایی	تجهیزات ایمنی	لاستیک مناسب
- بررسی لنت ها و روغن ترمز - عملکرد صحیح سیستم ABS - تست ترمز در سرعت پایین	- استفاده از نور پایین زرد - خودداری از نور سفید / زنون - اطمینان از سلامت تمام چراغ ها	- بررسی عملکرد برف پاک کن - اطمینان از سالم بودن تیغه ها - فعال بودن گرم کن شیشه ها	- بررسی عمق آج و تاریخ انقضا - استفاده از لاستیک های فصل مناسب - تنظیم باد لاستیک ها

نکات رانندگی در هوای بارانی

خطر لغزش اولیه	بخارزدایی	تمرکز و هوشیاری	آب سواری
- زمان خطرناک - احتیاط بیشتر در ۳۰ دقیقه اول بارش	- استفاده از سیستم تهویه و گرم کن - پایین نگه داشتن شیشه ها برای تهویه	- اجتناب از هرگونه حواس پرتی - عدم استفاده از تلفن همراه	- کاهش سرعت در مسیرهای آب گرفته - عدم ترمز ناگهانی

سرعت و فاصله

- کاهش سرعت تا ۱۰٪
- افزایش فاصله ایمنی تا ۳ برابر

کلام آخر

امنیت شما در گرو کاهش سرعت و افزایش احتیاط است!

مانورها

- اجتناب از تغییرلاین ناگهانی
- عدم سبقت غیرمجاز



پوش ملی ایمنی
و سلامت سفر



#نه_به_تصادف!

همزمان نمی تونی دو تا کارو با هم انجام بدی

هنگام رانندگی از خوردن و آشامیدن خودداری کنید





گوشی را
کنار بگذار!



یک تماس یا پیام

ارزش از دست دادن جان تو را ندارد.

کلاه ایمنی

ساده ترین راه زنده ماندن



کلاه ایمنی؛ مرز بین زندگی و مرگ!







هر تصادف

ضربان یک زندگی

را متوقف می کند!



روابط عمومی اورژانس ۱۱۵ گلستان







کودکان دوست دارند برای تفریح پرواز کنند

نه بر اثر تصادف...

نه بر اثر تصادف...

صندلی کودک موجب حفظ جان آن ها
و کاهش صدمات می شود.



روابط عمومی اورژانس ۱۱۵ گلستان



مرگ در کمین خواب آلودگی

۱۵ دقیقه
استراحت

هر ۲ ساعت
رانندگی





پویش ملی ایمنی و سلامت سفر

#نه_به_تصادف!



رعایت نکات ایمنی در حین رانندگی



استفاده از
کمربند ایمنی

عدم استفاده از
تلفن همراه



حفظ فاصله
ایمن

رعایت سرعت
مطمئنانه



استفاده از چراغ
راهنما هنگام
تغییر مسیر

توجه به علائم
راهنمایی و
رانندگی



استراحت کافی

روابط عمومی اورژانس ۱۱۵ گلستان



#نه_به_تصادف!

پویش ملی ایمنی و سلامت سفر

۱ اسفند ۱۴۰۳ تا ۱۵ فروردین ۱۴۰۴

زندگی را به سرعت

تمام نکاتی





۱ اسفند ۱۴۰۳ تا
۱۵ فروردین ۱۴۰۴



وفاق ملی برای **نه**

به تصادف
تا بمانیم برای عزیزانمان



زنده بمانیم، فرصت برای استفاده از موبایل هست

تروما : پوسترهای آموزشی

آخرین بروزرسانی: ۱۴۰۴/۱۱/۶



آموزش کمک های اولیه در سقوط (معاثر یخ زده)



اقدامات تا رسیدن آمبولانس



به توصیه های کارشناس تریاژ تلفنی گوش دهید.



مصدوم را گرم نگه دارید.



اندام آسیب دیده را بی حرکت کنید.



در صورت خونریزی، فشار مستقیم وارد کنید.



هشدار مهم



در سالمندان، کودکان و



زنان باردار، حتی سقوط



خفیف، نیاز به بررسی



پزشکی دارد.

بلافاصله پس از سقوط



خونسردی خود را حفظ کنید و مصدوم را سریع بلند نکنید.



بدن مصدوم را از نظر درد یا بی حسی بررسی کنید.



در صورت احساس درد در سر، گردن یا کمر، مصدوم را جابه جا نکنید.



تماس با اورژانس ۱۱۵



ضربه به سر یا کاهش سطح هوشیاری



درد شدید یا تغییر شکل در اندام ها



عدم تعادل



در صورت تردید، با اورژانس تماس بگیرید.



مقاومت در برابر آنتی بیوتیک ها را متوقف کنیم. : پوستر آموزشی

| آخرین بروزرسانی: ۱۴۰۳/۹/۱۰ |



خود درمانی نکنید!



از خودتان در مقابل عفونت ها محافظت کنید.

قبل از مصرف آنتی بیوتیک ها، با پزشک مشورت کنید.

سه قدمی که می توانیم برای پیشگیری از مقاومت میکروبی برداریم:

فقط در صورت تجویز پزشک از آنتی بیوتیک ها
و سایر داروهای ضد میکروب استفاده کنید.
طبق توصیه پزشک، همیشه دوره مصرف
آنتی بیوتیک ها را کامل کنید.
آنتی بیوتیک های باقی مانده از نسخه های قبلی
را هرگز استفاده نکنید، و به دیگران ندهید.

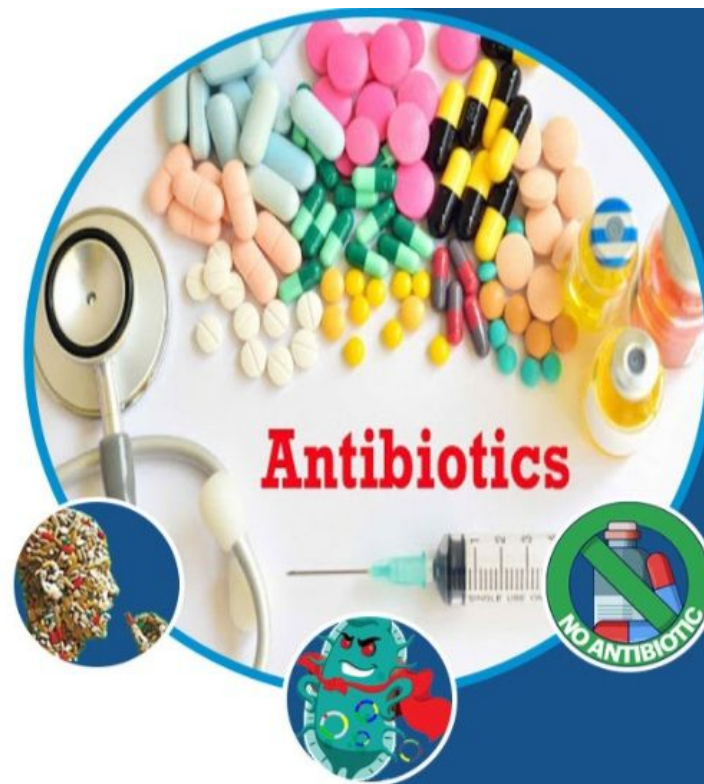




بسیاری از آنتی بیوتیک ها برای مصرف حیوانات توزیع می شوند.

استفاده بیش از حد یا نادرست از آنتی بیوتیک ها در حیوانات باعث ایجاد مقاومت میکروبی می شود و تهدیدی برای سلامت انسان ها، گیاهان، حیوانات و کره زمین است.





آنتی بیوتیک ها عفونت های
ویروسی را درمان نمی کنند.
به دلیل مصرف بی رویه و
نادرست، اثربخشی
آنتی بیوتیک ها در حال
کاهش است.

از بین رفتن اثربخشی
داروهای نجات دهنده زندگی
یک تهدید جدی است.
بیا باید مقاومت میکروبی را
قبل از اینکه از کنترل خارج
شود، متوقف کنیم.

اورژانس غرق شدگی : اقدامات نجات دهنده

| آخرین بروزرسانی: ۱۴۰۳/۷/۲۵ |



اورژانس غرق شدگی

نکات ایمنی پیشگیرانه

عدم شنا کردن در مکان های نا امن مثل رودخانه، دریا، سد و استخر غیر استاندارد بدون حضور غریق نجات
عدم شنا کردن در دریای طوفانی
عدم شوخی خطرناک، و به هم زدن تعادل موقع شنا و یا قایق سواری
تنها نگذاشتن کودک در حوضچه های آب، وان حمام، حتی سطل آب، و لزوم شنای وی در سواحل امن با جلیقه نجات

توصیه های قبل از رسیدن اورژانس ۱۱۵

مهمترین اقدام، بررسی هوشیاری و تنفس فرد غرق شده می باشد.
به دلیل احتمال وجود آسیب گردن و نخاع، از حرکت دادن و جابجایی فرد پرهیز کنید.
لباس های خیس فرد را خارج کرده و بدنش را تا رسیدن تیم امداد اورژانس ۱۱۵، گرم نگه دارید.
اگر فرد هوشیار نیست اما تنفس خودبه خودی دارد، او را به پهلوئی چپ بخوابانید و با ۱۱۵ تماس بگیرید.



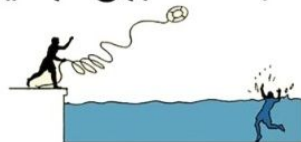
اگر فرد هوشیار نیست و تنفس ندارد، احیای قلبی ریوی را شروع کنید و سریعاً با ۱۱۵ تماس بگیرید.



علت غرق شدگی

افتادن در آب سرد
ورود آب به داخل ریه
کاهش سطح دمای بدن
ایست قلبی بطور ناگهانی

نحوه نجات مددجوی هوشیار



پرت کردن تیوب / طناب



استفاده از وسایل حایل مثل چوب



کمک گرفتن از شناگر حرفه ای



اقدامات در مواجهه با زلزله : آموزش حین و بعد از زلزله

| آخرین بروزرسانی: ۱۴۰۳/۷/۲۵ |



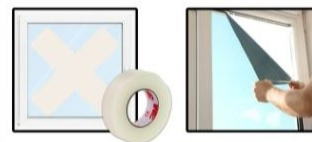
**اقدامات ایمنی
قبل از وقوع زلزله**

ایمن سازی مدرسه

۲
چراغ های آویز، تابلوها، تخته سیاه ها، فایل ها و قفسه ها در جای خود محکم شوند.



۱
پنجره ها و درهای شیشه ای بزرگ باید توسط برچسب های بی رنگ به صورت ضربدر و در صورت امکان با سلفون های چسبی تقویت شوند.



۴
مواد شیمیایی و سمی قابل احتراق در آزمایشگاه در قفسه های قفل دار و طبقات پایین قرار داده شود.



۳
سیم کشی های برق و یا لوله کشی های گاز و آب، کلید و شیرهای اصلی، بررسی و نواقص احتمالی توسط فرد متخصص برطرف شود.



۶
کامپیوترها، دستگاه های چاپ و تکثیر با بست های مناسب محکم شوند.



۵
در آزمایشگاه و کتابخانه، قفسه ها با بست های مانند به دیوار محکم شوند و در صورت امکان، جلو کتاب ها بوسیله میله یا نرده بسته شود.



۸
راهروها و راه پله ها از وسایل غیر ضروری که ممکن است در زمان وقوع زلزله راه را مسدود نمایند، تخلیه گردد.

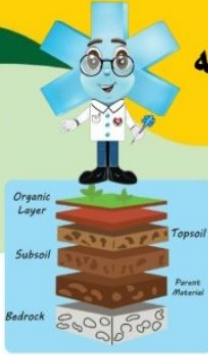


۷
راه های فرار به فضاهای باز اطراف مدرسه شناسایی شده و مناطق امن ساختمان بر روی نقشه (پلان افقی) مشخص شود.



وسایلی که پس از اجرای مانور زلزله به آنها نیاز فوری داریم، تهیه و در دسترس قرار گیرد.





نحوه صحیح پناه گیری در مدرسه

هنگام وقوع زلزله

به روایت تصویر



در کلاس، در صورت نبودن جا زیر میز، بین ردیف نیمکت ها و نزدیک به یک ردیف نشسته و یک زانو به زمین چسبیده. محافظت از سر و گردن با کیف، کتاب و یا دست

در کلاس، پناه گیری زیر میز و محکم گرفتن آن با دو دست. یک زانو به زمین چسبیده و سر و گردن کاملاً زیر میز

در حیاط، پناه گیری دور از دیوارها و ساختمان مدرسه یا ساختمان های مرتفع اطراف، میله پرچم و وسایل ورزشی



در کتابخانه، دوری از قفسه های کتاب و پناه گیری زیر میز یا کنار دیوار داخلی به روش ذکر شده در بالا.



اگر امکان خروج سریع وجود ندارد: در طبقه همکف ساختمان و نزدیک در خروجی، پناه گیری کنار دیوارهای داخلی یا ستون های اصلی، دور از شیشه ها و پنجره ها. در راه پله ها پناه گیری کنار دیوار پله و نشستن روی پله و محافظت سر و گردن با کیف، کتاب یا دست. (عدم تکیه دادن به نرده ها) در راهروها نشستن کنار دیوارهای داخلی، دور از شیشه ها و پنجره ها، پناه گیری طبق موارد ذکر شده.



در آزمایشگاه یا کارگاه، پناه گیری زیر میزهای آزمایشگاه یا گوشه دیوار و به دور از تجهیزات سنگین، مواد و مایعات شیمیایی قابل احتراق و سمی و دور از قفسه های نگهداری آنها.



وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی
اورژانس ۱۱۵
مرکز اورژانس پیش بیمارستانی و مدیریت حوادث گستران



مدرسه

**شناخت اماکن امن داخل مدرسه
در مواجهه با زلزله**

منطقه های غیر امن

منطقه های امن

دوایار خارجی



دوایار داخلی



در زمان وقوع زلزله پناه گیری در این مکان ها موجب کاهش خطرهای ناشی از زلزله می شود.

- هنگام وقوع زلزله، اگر در کلاس هستید، می بایست بلافاصله زیر میز خود پناه بگیرید. به این صورت که یک زانوئ خود را به زمین زده و سر و گردن خود را تا حد امکان زیر میز نگه داشته و با دست پایه های میز را محکم بگیرید.
- در کلاس، گوشه دیوارهای داخلی و کنار ستون ها فضای نسبتاً مناسبی برای پناه گیری است. در این مکان ها دانش آموزان می بایست کاملاً نشسته و با کیف، کتاب یا دست، از سر و گردن خود محافظت نمایند.

منطقه های غیر امن

- همواره از پنجره ها و درهای شیشه ای فاصله بگیرید. چارچوب درها محل مناسبی برای پناه گیری نیست.
- به هیچ وجه از آسانسور استفاده نکنید و به سمت درهای خروجی هجوم نبرید.
- دانش آموزان باید از محل هایی که در آنجا امکان سقوط، واژگونی یا پرتاب وسایل دیگر وجود دارد، دور شوند. مانند: قفسه ها و فایل ها، کتابخانه، پنکه سقفی، لوستر و چراغ های آویز، گلدان ها، تابلوها و ...
- راه پله ها محل مناسبی برای پناه گیری نیستند ولی اگر امکان خروج سریع را نداشتید می توانید کنار دیوار روی پله نشسته و با کیف، کتاب یا دست از سر و گردن خود مراقبت کنید و به هیچ وجه به نرده های کنار پله تکیه ندهید.

منطقه های امن





واحد آموزش مرکز اورژانس پیش بیمارستانی و مدیریت حوادث گستران



وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی
اورژانس ۱۱۵
مرکز اورژانس پیش بیمارستانی و مدیریت حوادث گستران

اقدامات ضروری حین وقوع زلزله

داخل ساختمان ها و مکان های عمومی، کنار شیشه، پنجره، درهای خروجی، دیوارهای خارجی، و هر چیزی که ممکن است سقوط کند قرار نگیرید مانند لوستر یا اشیای آویزان.

زیر میز بروید



با دست سر را بپوشانید



با یک دست پایه میز را محکم بگیرید



در تخت



اگر توان خروج از تخت را ندارید، با یک بالش از سر خود محافظت کنید

در محیط بیرون



از ساختمان های بلند، دیوارها و تیرهای برق دور بمانید

در حین رانندگی



در محل این توقف کنید، چراغ های خطر و رانید و روشن کرده داخل خودرو بمانید

فرد دارای ویلچر



کنار دیوار داخلی یا ستون اصلی پناه بگیرید و با دست ها سر خود را بپوشانید

واحد آموزش مرکز اورژانس پیش بیمارستانی و مدیریت حوادث گستران



اگر در حال رانندگی هستید خودروی خود را به سمت راست هدایت کنید و آن را در مجاورت ساختمان های بلند، تیرهای برق، پل ها و ... متوقف نکنید از خودرو خارج نشوید. رادیو را روشن نگه دارید.

واحد آموزش مرکز اورژانس پیش بیمارستانی و مدیریت حوادث گلستان

سوختگی : اقدامات در مواجهه با سوختگی

آخرین بروزرسانی: ۱۴۰۳/۷/۲۵

در مواجهه با سوختگی چه کنیم؟

همواره هشدارهای ایمنی را جدی بگیرید

همیشه با شما ایم



ناحیه آسیب دیده را سرد کنید.

طی ۱۰ دقیقه اول محل آسیب دیده را به مدت ۱ الی ۲ دقیقه زیر شیر آب خنک کنید.



اگر لباس داغ است یا حاوی مواد شیمیایی است،

آن را خارج کنید اما اگر لباس به بدن فرد چسبیده است، آن را جدا نکنید و پس از برش اطراف آن، لباس را خارج نمایید.



در صورت شستشوی چشم...

آب را از گوشه چشم وارد کرده و طوری روی چشم بریزید که پسماند آن به چشم دیگر سرایت نکند.



هر گونه لباس تنگ، حلقه و جواهر را در بیاورید.

و در صورت امکان، اندام آسیب دیده را جهت جلوگیری از تورم، بالا نگه دارید.



به هیچ عنوان از پماد سوختگی استفاده نکنید.

همچنین، از روش های ابداعی و سنتی مانند: زدن خمیر دندان، کرم، سیب زمینی و ... خودداری کنید.



بیمار را گرم نگه دارید.



تحت هیچ عنوان تاول ها را پاره نکنید.



از یک بانسمان استریل و خشک استفاده کنید.



از قرار دادن یخ بطور مستقیم روی زخم خودداری کنید.



خونسرد باشید.

با اورژانس ۱۱۵ تماس بگیرید.

از ایمنی صحنه مطمئن باشید.

اگر صحنه امن نیست و احتمال آسیب به خودتان وجود دارد وارد نشوید.

اگر سوختگی الکتریکی باشد، ابتدا منبع برق را قطع کنید.



فوریت های پزشکی به چه مواردی گفته می شود؟ : پوستر آموزشی

| آخرین بروزرسانی: ۱۴۰۳/۶/۲۴ |



فوریت های پزشکی

Emergency Medical Services EMS

فوریت های پزشکی به مواردی گفته می شود که بیمار باید به سرعت مورد رسیدگی و درمان قرار گیرد؛ در غیر این صورت، خطرات جانی، نقص عضو، عوارض صعب العلاج یا غیر قابل جبران متوجه بیمار می شود.



زایمان ها



سوختگی ها



خونریزی ها



بیماری های قلبی و مغزی



برق گرفتگی



صدمات ناشی از حوادث وسایل نقلیه



اختلالات تنفسی شدید و خفگی ها



تشنج ها



مسمومیت ها



کاهش هوشیاری



همیشه با شما ایم

پوستر آموزش پیاده روی صحیح در اربعین حسینی(ع) : نشر دهیم

آخرین بروزرسانی: ۱۴۰۳/۵/۲۸



راهکارهای حفاظت از پوست در پیاده روی اربعین حسینی(ع) : پوستر آموزش

آخرین بروزرسانی: ۱۴۰۳/۵/۲۷



راهکارهای حفاظت از پوست

در پیاده روی اربعین

 مصرف کرم ضد آفتاب ۱۵ دقیقه قبل از پیاده روی	 استفاده از کلاه لبه دار حین راه رفتن
 تمدید کرم ضد آفتاب هر دو ساعت یکبار	 زدن عینک آفتابی استاندارد
 شستشوی مرتب دست و صورت با آب و صابون	 تعویض مرتب جوراب ها و لباس ها



نوشیدن مرتب آب
حین سفر





پیشگیری و درمان تاول پا در پیاده روی اربعین : پوستر آموزشی

آخرین بروزرسانی: ۱۴۰۳/۵/۲۴ |



وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی
مرکز اورژانس ۱۱۵
اورژانس ۱۱۵
مدیریت حوادث

پیشگیری و درمان تاول پا

در پیاده روی اربعین



		
پرهیز از ترکاندن تاول ها	پوشیدن جوراب های ضخیم جهت پیشگیری	استفاده از کفش های راحت
		
استراحت و تعویض مرتب کفش ها	تمیز و خشک نگه داشتن محل تاول ها	شستن و ماساژ پاها در پیاده روی

سلامت و ایمنی در پیاده روی اربعین :

اورژانس ۱۱۵ قلب تپنده ی کمک در مواقع اضطرار

آخرین بروزرسانی: ۱۴۰۳/۵/۲۴



ایمنی و سلامت در پیاده روی اربعین

مقام معظم رهبری:

پیاده روی اربعین، حرکت عشق و ایمان است.



از آب های آشامیدنی سالم و مطمئن بطری شده استفاده کنید.



حتما از جوراب ضخیم و مناسب که توانایی جذب تعریق و کاهش اصطکاک را دارند استفاده کنید و کفش مناسب، راحت و مخصوص پیاده روی بپوشید. پاها را مرتب بشویید و ماساژ دهید.



تا می توانید وزن کوله پشتی را به حداقل برسانید تا به عضلات شانه و کمر شما فشار وارد نشود. هنگام پیاده روی حالت صاف بودن پشت بدن را حفظ کنید.



در صورت داشتن علائم بیماری مانند سرفه، اسهال و یا سایر علائم بیماری های واگیر، از دیگران فاصله بگیرید و سریعاً به پزشک مراجعه کنید.



با توجه به تراکم جمعیت، ریزگردها و آلودگی هوا، از ماسک استفاده کنید.



با توجه به گرمای طاقت فرسای هوا، توجه ویژه به گرمزدگی داشته باشید. آب و مایعات کافی بنوشید. در سایه حرکت کنید و در مکان های خنک استراحت کنید.



قبل از صرف غذا، بعد از توالت و بعد از دست زدن به مواد غذایی خام دست های خود را با آب سالم و صابون مایع بشویید.



بسیاری از بیماری ها از طریق آب و غذا منتقل می شوند. از مواد غذایی دارای بسته بندی مجاز و مجوزهای بهداشتی معتبر استفاده کنید.



#همیشه با شما ایم

نکات پیاده روی صحیح در اربعین



حرکت دادن دست ها
در جهت مخالف
موقع پیاده روی



صاف نگهداشتن
کمر هنگام
راه رفتن



استفاده از کوله
و کفش مخصوص
پیاده روی



به همراه داشتن
حداقل وسایل
مورد نیاز



پیاده روی با
سرعتی که طی راه
راحت حرف بزنید



استراحت کردن
کوتاه مدت
در مسیر پیاده روی



کمک گرفتن
هنگام جا به جایی
بارهای سنگین



حمل بار
و وسایل شخصی
به صورت اصولی



سازمان اورژانس کشور
www.115.ir



راهکارهای حفاظت از پوست در پیاده روی اربعین

استفاده از کلاه لبه دار حین راه رفتن



زدن عینک آفتابی استاندارد



مصرف کرم ضد آفتاب ۱۵ دقیقه قبل از پیاده روی



تمدید کرم ضد آفتاب هر دو ساعت یکبار



نوشیدن مرتب آب حین سفر



شستشوی مرتب دست و صورت با آب و صابون



تعویض مرتب جوراب و لباس ها



علائم هشدار دهنده مشکلات قلبی



تنفس سریع و
احساس تنگی نفس



احساس
اضطراب



احساس درد یا
سنگینی قفسه سینه



عرق کردن سرد
در بدن



داشتن
حالت تهوع



تغییر رنگ پوست به
آبی و رنگ پریده



انتشار درد به گردن
فک یا کتف چپ



احساس سبکی
سر و غش کردن



سازمان اورژانس کشور
www.115.ir





راهکارهای مهار فشارخون



قرار دادن بیمار در
وضعیت نیمه نشسته



استراحت دادن
به بیمار



حرف زدن و آرامش
دادن به بیمار



کمک خواهی
از اورژانس



آرام کردن محیط های
پرتنش و شلوغ



سازمان اورژانس کشور
www.115.ir



پیشگیری و درمان تاول پا در پیاده روی اربعین



استراحت و
تعویض مرتب
کفش ها



پوشیدن
جوراب های ضخیم
جهت پیشگیری



استفاده
از کفش های
راحت



تمیز و خشک
نگهداشتن
محل تاول ها



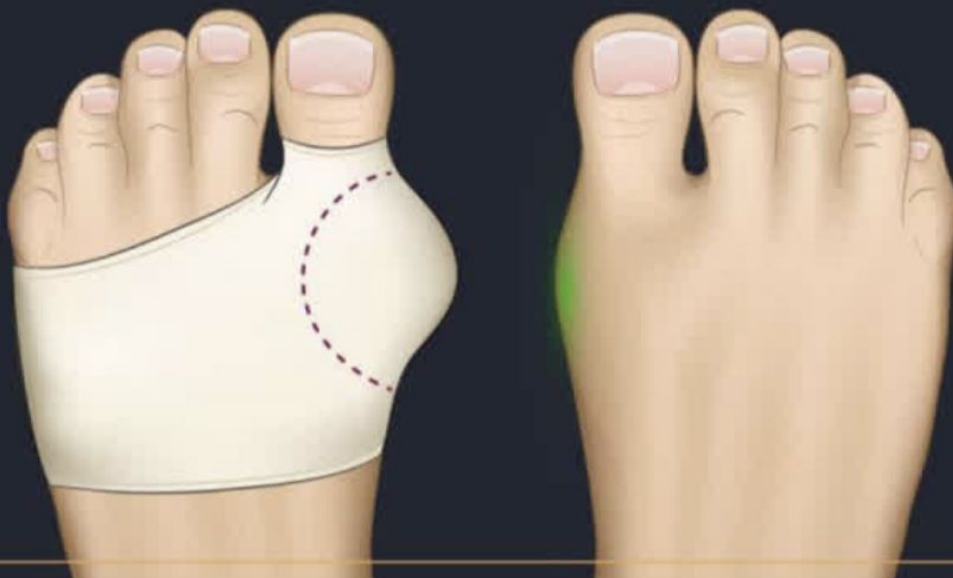
پرهیز از
ترکاندن
تاول ها



شستن و
ماساژ پاها
در پیاده روی



اورژانس کشور
www.115.ir





زندگی گرم

افزایش قابل توجه دمای مرکزی بدن که معمولاً با از دست دادن آب و الکترولیت ها همراه است.



علائم و نشانه ها



بی حالی/
برافروختگی



بالا رفتن
دمای بدن/
تعریق زیاد



سر درد/
سرگیجه



حالت
تهوع



ضعف
عضلانی/
کرامپ



غش کردن/
تشنج

افت
فشارخون

کم
ادراری



عدم مصرف
قهوه و نوشیدنی
الکلی



بیرون رفتن
در اوج ساعت
گرمای



پوشیدن لباس
نخی و رنگ
روشن



نوشیدن
مایعات و
آب خنک

پیشگیری و توصیه ها



استراحت



اطمینان از هوشیاری
فرد و خوراندن
مایعات خنک



پاشیدن آب روی بدن
و قرار دادن فرد در معرض
باد پنکه / بادبزن



درآوردن
لباسهای
اضافی



در صورت بروز
استفراغ، برگرداندن
فرد به پهلوی چپ



ندادن مایعات
به فرد بیهوش و
تماس با ۱۱۵



کارگران
فضای باز



کودکان



سالخوردگان



ورزشکاران



مادران
باردار



مسافران/
گردشگران

گروه در معرض خطر





۱۱۵

اورژانس ۱۱۵ گلستان

#همیشه با شما ایم



خونریزی

آیا می دانید چه نوع خونریزی
تهدید کننده حیات است؟
خونریزی غیر قابل کنترل

در مواجهه با خونریزی چه
اقداماتی باید صورت پذیرد؟

حفظ ایمنی فردی و اجتناب
از حضور در محل های نا امن

بیمار را حرکت ندهید

اجازه ی خوردن و آشامیدن به بیمار
ندهید.

در صورت تداوم خونریزی، پارچه
تمیزی روی آن قرار داده و فشار دهید.

سعی در جا انداختن احشای
بیرون زده نکنید.

به اجسام فرو رفته در
بدن، دست نزنید و آن
را بیرون نکشید.

در مواقعی که خونریزی غیر قابل کنترل
باشد و یا اندام قطع شده باشد و یا خونریزی
شدید باعث کاهش سطح هوشیاری شود
و (بقیه موارد تهدید کننده حیات) با
اورژانس ۱۱۵ تماس بگیرید.





اورژانس ۱۱۵ گلستان
#همیشه_با_شماایم



با اورژانس ۱۱۵
تماس بگیرید و با
آرامش به سوالات
کارشناس پاسخ
دهید



آرامش خود
را حفظ کنید



بیمار را
در وضعیتی که
راحت است
قرار دهید



کلیه لباسهای
تنگ بیمار را
آزاد کنید



به بیمار
اجازه خوردن
و آشامیدن
ندهید



در صورت داشتن
سابقه بیماری
قلبی، جهت استفاده
از دارو ها با پزشک
مشورت کنید



در صورت
بروز استفراغ،
بیمار را به یک
پهلوی برگردانید





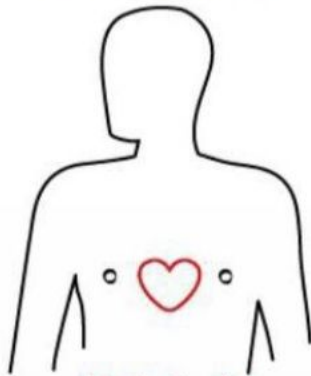
نکات کاربردی در



سازمان اورزانی کشور

احیاء قلبی ریوی

■ بزرگسالان



محل ماساژ قلبی

وسط قفسه سینه (جناغ)

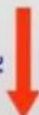


■ دو دستی

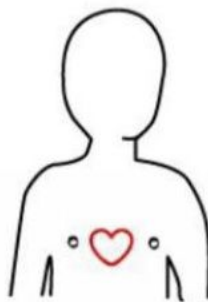


عمق ماساژ

بیش از ۵ سانتی متر تا ۶ سانتی متر
یا ۱/۳ قطر قفسه سینه



■ کودکان



محل ماساژ قلبی

وسط قفسه سینه (جناغ)



■ یک دستی



عمق ماساژ

۵ سانتی متر
یا ۱/۳ قطر قفسه سینه



■ نوزادان



محل ماساژ قلبی

زیر خط فرضی بین دو نوک سینه



■ دو انگشتی



عمق ماساژ

۴ سانتی متر
یا ۱/۳ قطر قفسه سینه



انجام ۳۰ فشار بر روی قفسه سینه با سرعتی معادل ۱۲۰ - ۱۰۰ ضربه در دقیقه، و اجازه دادن

به قفسه سینه برای بالا آمدن پس از هر ماساژ

پاسخ دهی بیمار را بررسی کنید

کنار بیمار قرار گرفته، روی شانه هایش ضربه بزنید و و با صدای بلند دستورهای ساده بدهید مثل: «اسم شما چیست». اگر بیمار پاسخگوی شما بود به آرامی علت مشکل ایجاد شده را ارزیابی کنید و اگر بیمار پاسخی ندارد و بیهوش است، نیاز به اقدام فوری دارد.



اگر بیمار پاسخگو نیست بلافاصله از اطرافیان بخواهید با شماره ۱۱۵ تماس گرفته و درخواست کمک کنند.



چطور شروع کنیم؟

هرگونه خطر را ارزیابی کنید

ابتدا صحنه را از نظر هرگونه خطر از جمله ترافیک، خطرهای الکتریکی، خطرهای مواد مسمومیت زار، خشونت و... را بررسی کنید و اگر فکر می کنید صحنه برای شما امن است به بیمار نزدیک شوید.



«اگر صحنه برای شما امن نیست نباید از خود یک قربانی دیگر بسازید، پس تا برقراری امنیت، وارد صحنه نشوید»

هنگام ورود به هر صحنه ای به نشانه های موجود در صحنه توجه کنید. نشانه هایی مانند بوی خاص، پوسته قرص های اطراف بیمار، اسناد اطراف بیمار و هرگونه چیزی که بتواند در خصوص مشکل بوجود آمده به شما اطلاعات جدیدی بدهد.

احیای قلبی ریوی فقط با دست



ایست قلبی یکی از علت های شایع مرگ و میر در دنیا می باشد. یک فرد ممکن است به دنبال آسیب یا بیماری دچار ایست قلبی تنفسی شود. زمان برای نجات جان این فرد که دچار ایست قلبی-ریوی شده، از اهمیت ویژه ای برخوردار است که در این زمان شروع سریع اقدامات احیا برای حفظ زندگی اش ضروری است.



گذشت هر یک دقیقه از زمان ایست قلبی که CPR آغاز نشده باشد، مغز از بین رفته و موفقیت احیاء ۱۰٪ درصد کاهش می یابد. به همین علت شروع سریع احیای قلبی ریوی بسیار با اهمیت می باشد و در موفقیت احیا موثر خواهد بود.

آرامش آن است که بدانی در هر حرکت، دست تو در دست خداست...



احیای قلبی فقط با دست

Hands Only CPR



تماس با ۱۱۵



فشار دادن محکم و سریع قفسه سینه



احیای قلبی را تا چه زمانی ادامه دهیم؟

۱. مشاهده علائم بهبودی (پلک زدن، سرفه، حرکت دست و پا و...)
۲. رسیدن نیروهای تخصصی
۳. نا امن شدن محیط و احتمال آسیب به امدادگر

تنفس بیمار را ارزیابی کنید

سر خود را خم کرده و به قفسه سینه بیمار نگاه کنید، اگر بیمار تنفس ندارد یا تنفس های وی نامنظم و گاه به گاه است باید بلافاصله بیمار را به پشت خوابانیده و ماساژ قفسه سینه را شروع کنید.



اگر قفسه سینه بطور طبیعی بالا و پایین می رود و بیمار تنفس دارد، وی را در حالت ریکاوری (شکل زیر) قرار دهید و در صورت سرد بودن محیط، با یک پتو بیمار را گرم نگه دارید.





اورژانس ۱۱۵ گلستان
#همیشه_با_شما_ایم

سکته مغزی یک موقعیت اورژانسی و فوریت پزشکی است.
درمان سریع و بدون درنگ، تعیین کننده و حیاتی می باشد.

با انجام اقدامات سریع و زود هنگام می توان آسیب و صدمه مغزی و عوارض دیگر را به حداقل رساند

علائمی که شما ممکن است با آن مواجه شوید و زنگ خطر می باشد:

- ◀ کاهش سطح هوشیاری
- ◀ بی حسی و ضعف در اندام ها
- ◀ اختلال در راه رفتن
- ◀ اختلال در تکلم
- ◀ عدم تقارن صورت

چرا باید سکته مغزی را به موقع تشخیص داد؟

- ◀ تاخیر در درمان موجب آسیب مادام العمر می گردد.

اقدامات اولیه

- ◀ با اورژانس ۱۱۵ تماس گرفته و با حفظ خونسردی به سوالات کارشناس پاسخ دهید.
- ◀ بیمار را آرام نگه دارید و اجازه ی حرکت ندهید.
- ◀ اجازه خوردن و آشامیدن به بیمار ندهید.
- ◀ در صورت عدم هوشیاری ، بیمار را به پهلو بخوابانید.





همیشه با شما هستیم

قاتل نامرئی

در کمین شماست

کاز بی صدا، غیر قابل دیدن، غیر قابل استشمام



علائم و نشانه ها

- سر درد
- سرگیجه
- سبکی سر
- تنگی نفس
- تهوع و استفراغ
- درد قفسه سینه
- گاهش هوشیاری



این علائم در افراد به صورت تدریجی زیاد شده و فرد را دچار یک مشکل اورژانسی می کند. اگر این علائم را به ویژه بصورت گروهی مشاهده کردید این اقدامات را انجام دهید:

۱. خونسرد باشید.

۲. با اورژانس ۱۱۵ تماس بگیرید.

۳. مطمئن شوید ورود به صحنه و کمک به مصدوم، شما را هم دچار مشکل نمی کند.

۴. فرد مسموم را از محیط آلوده به هوای آزاد منتقل کنید

و یا در صورت عدم امکان درب ها و پنجره ها را باز کنید.

۵. بیمار را در حالت استراحت قرار دهید.



۶. یقه پیراهن، کمربند و لباس های تنگ افراد مسموم را باز کنید.

۷. راه هوایی بیمار را بررسی کنید.

۸. در صورتی که بیمار بیهوش است او را به صورت خوابیده به پهلو نکه دارید.

۹. کنار بیمار بمانید و اگر تغییری در شرایط بیمار به

وجود آمد، دوباره با ۱۱۵ تماس بگیرید.



پیشگیری از مسمومیت با مونوکسید کربن



از کلاهک اچ شکل استفاده کنید

این همه آموزش دادن
روی پشت بام از کلاهک اچ
استفاده کنید، ما گوش نکردیم



« واحد آموزش مرکز اورژانس پیش بیمارستانی و مدیریت حوادث گلستان »



پیشگیری از مسمومیت با مونوکسید کربن

بخاری بدون دودکش و
دارای نقص در لوله بخاری
ممنوع

پیشگیری از مسمومیت با مونوکسید کربن

سرد بودن لوله بخاری
نشانه انسداد مسیر است



« واحد آموزش مرکز اورژانس پیش بیمارستانی و مدیریت حوادث گلستان »

پیشگیری از مسمومیت با مونوکسید کربن



پیشگیری از مسمومیت با مونوکسید کربن



قبل از روشن کردن بخاری و شومینه،
دودکش ها را به درستی بازدید
و پاک سازی کنید.

« واحد آموزش مرکز اورژانس پیش بیمارستانی و مدیریت حوادث گلستان »



پیشگیری از مسمومیت با مونوکسید کربن





CARBON MONOXIDE

پیشگیری از مسمومیت با مونوکسید کربن

نصب آبگرمکن
در حمام
ممنوع



پیشگیری از مسمومیت با مونوکسید کربن



تمام مسیرهای
ورود و خروج
هوا را **نبندید**.





رنگ شعله بخاری و وسایل پخت و پز باید آبی باشد. رنگ شعله **قرمز، زرد** و یا **نارنجی**، نشانه نقص در سوخت رسانی است.



داشتن کلاهک مخصوص
برای دودکش در پشت بام ها

کنترل عدم انسداد منافذ
مسیر دودکش قبل از راه اندازی

انتهای کلیه دودکش ها باید حداقل یک
متر از سطح بام و حداقل یک متر از دیوار
جانبی بام فاصله داشته و دارای کلاهک
مخصوص (به شکل H) باشد.

دقت و توجه به داغ بودن لوله
دودکش

از به کار بردن وسایل گرمایشی بدون
نصب دودکش و یا دارای نقص در
دودکش جداً خودداری کنید.

از قرار دادن لوله خروجی بخاری به
داخل ظرف آب جداً خودداری کنید.



**CARBON
MONOXIDE
POISONING**



مونو کسید کربن

علائم مسمومیت با CO



نکته: در بیماران قلبی مسمومیت با مونو کسید کربن گاه می تواند سبب تشدید بیماری آنها شود که یک علامت هشدار دهنده است.

نکته: به دلیل تنوع علائم مسمومیت مونو کسید کربن، گاه با مشکلات گوارشی یا عفونی اشتباه گرفته میشود و وقتی فرد دوباره در محیط آلوده قرار میگیرد، این بار با مشکلات حادتر مواجه میشود.

مسمومیت با گاز مونواکسید کربن

علائم و نشانه ها:

◀ سردرد ▶ سرگیجه ▶ حالت تهوع
◀ عدم تعادل ▶ کاهش سطح هوشیاری ▶ تنگی نفس

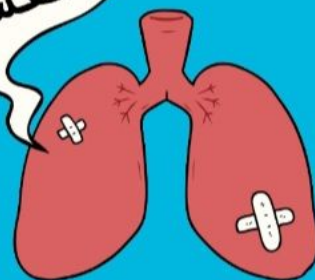
اقدامات اولیه:

- آرامش خود را حفظ کنید.
- با اورژانس ۱۱۵ تماس بگیرید.
- با باز کردن درب و پنجره به تهویه هوای محیط کمک کنید.
- در صورت امکان فرد را از محیط آلوده خارج کرده و به فضای باز ببرید.
- در صورت امکان وسایل گرمایشی را خاموش کنید.
- در صورت نیاز با آتش نشانی (۱۲۵) تماس بگیرید.





آسیب های
تنفسی



به دلیل عدم رعایت نکات ایمنی در استفاده از
مواد شوینده هنگام خانه تکانی بسیار
شایع است.

نکات مهم که هنگام استفاده از مواد شوینده در خانه تکانی باید رعایت شود:

در زمان استفاده از این ترکیبات
از دستکش لاستیکی، کفش جلو
بسته و ماسک استفاده نمایید و
پنجره ها را باز بگذارید.



در صورت ورود به چشم ها به
مدت ۱۵ دقیقه چشم ها را زیر
آب سرد شستشو داده و فوراً
به پزشک مراجعه کنید.



در صورت بلع، از القای استفراغ
خودداری کرده و مصدوم
را فوراً به اورژانس منتقل
نمایید.



بکارگیری مواد شوینده و جرم گیر
در غلظت بالا و نیز استفاده از آب
داغ در حین شستشو، تبخیر این
مواد را افزایش می دهد.

همیشه با شما ایم



واحد آموزش مرکز اورژانس پیش بیمارستانی
و مدیریت حوادث گلستان



خانه تکانی و خطر مسمومیت با
مواد شوینده



نکات مهم که هنگام استفاده از مواد شوینده در خانه تکانی باید رعایت شود:

در زمان استفاده از این ترکیبات از دستکش لاستیکی، کفش جلو بسته و ماسک استفاده نمایید و پنجره ها را باز بگذارید.

بکارگیری مواد شوینده و جرم گیر در غلظت بالا و نیز استفاده از آب داغ در حین شستشو، تبخیر این مواد را افزایش می دهد.



در صورت بلع، از القای استفراغ خودداری و مصدوم را فوراً به اورژانس منتقل نمایید.

در صورت ورود به چشم ها به مدت ۱۵ دقیقه چشم ها را زیر آب سرد شستشو داده و فوراً به پزشک مراجعه کنید.



۲۴ ساعت شبانه روز
باشمائیم

تا رسیدن اورژانس ۱۱۵

برای مصدوم/ مصدومان حادثه تصادف
چه اقداماتی انجام دهیم؟



با روشن کردن آتش، یا قرار دادن کله قندی در فاصله مناسب از محل حادثه و علامت دادن به بقیه راننده ها، آنها را از حادثه و محل حادثه مطلع کنید.



اگر در صحنه حادثه نیاز به نجات مصدومین، شد، برای مثال، اگر درهای ماشین قفل شده بود یا خودرو واژگون شده بود، این موارد را هم باید اطلاع دهید.



در صحنه حادثه مصدومین را جابجا نکنید و آنها را از خودرو بیرون نکشید. مگر موقعی که احتمال آسیب بیشتر مثل انفجار، آتش سوزی و سقوط وجود داشته باشد.



تا رسیدن نیروهای امداد در صورت امکان علائم حیاتی را کنترل کنید. اقدامات فوری مثل باز کردن راه هوایی و کنترل خونریزی را انجام دهید.



مسیر را برای ورود خودروهای امدادی در محل حادثه باز نگه دارید و از ازدحام در محل پرهیزید.





چگونه در صحنه تصادف امداد رسان باشیم؟

۱

اگر آدرس را نمی دانید از دیگران کمک بخواهید در جاده ها ابتدا به مسیر حرکت خودتان اشاره کنید و بعد، از آخرین تابلوهایی که در جاده ها مشاهده کردید کمک بخواهید

اگر در صحنه حادثه نیاز به نجات مصدومین شد برای مثال اگر درهای ماشین قفل شده بود یا خودرو واژگون شده بود این موارد را هم باید اطلاع دهید

در صحنه حادثه مصدومین را جابجا نکنید و آنها را از خودرو بیرون نکشید. مگر موقعی که احتمال آسیب بیشتر مثل انفجار آتش سوزی و سقوط وجود داشته باشد

مسیر را برای ورود خودروهای امدادی در محل حادثه باز نگه دارید و از ازدحام در محل پرهیزید. تا رسیدن نیروهای امداد در صورت امکان علائم حیاتی را کنترل کنید. اقدامات فوری مثل باز کردن راه هوایی و کنترل خونریزی را انجام دهید.



۱

مطمئن شوید خطرات ناشی از انفجار یا آتش سوزی وجود ندارد و یا تصادف دیگری اتفاق نمی افتد

با روشن کردن آتش، یا قرار دادن کله قندی در فاصله مناسب از محل حادثه و علامت دادن به بقیه راننده ها، آنها را از حادثه و محل حادثه مطلع کنید.

ابتدا از وجود مصدوم در صحنه حادثه مطمئن شوید، بعد، برای امدادخواهی با اورژانس تماس، بگیرید و حتما نوع حادثه، تعداد مصدومین و میزان آسیب را اعلام کنید

بعد از تماس با اورژانس و امدادخواهی لطفا تلفن خود را اشغال نکنید تا امکان تماس پرسنل اورژانس با شما فراهم باشد.

۱ ابتدا مطمئن شوید خطرات ناشی از انفجار یا آتش سوزی وجود ندارد و یا تصادف دیگری اتفاق نمی افتد .

۲ از وجود مصدوم در صحنه حادثه مطمئن شوید، بعد، برای امدادخواهی با اورژانس تماس بگیرید و حتما نوع حادثه، تعداد مصدومین و میزان آسیب را اعلام کنید.

۳ اگر آدرس را نمی دانید از دیگران کمک بخواهید. در جاده ها ابتدا به مسیر حرکت خودتان اشاره کنید، سپس از آخرین تابلوهایی که در جاده ها مشاهده کردید، کمک بخواهید.

۴ بعد از تماس با اورژانس و امدادخواهی، لطفا تلفن خود را اشغال نکنید تا امکان تماس پرسنل اورژانس با شما فراهم باشد.



نزدیکه!!!



اگر لباس آتش گرفت، سریع روی زمین غلت بزن تا خاموش بشه!

اگر صدای انفجار اومد، سریع به یک جای امن برو!

با مواد منفجره شوخی نکن!

از دور تماشا کن و فاصله بگیر!

در صورت سوختگی، محل رو فوراً زیر آب سرد نگه دار و خبر بده!

به مواد محترقه پر خطر و نارنجک دست نزن!

به دوستان هم بگو؛ سلامتی مهم تره!



نحوه برخورد با حوادث چشمی



۱

در هنگام آلودگی چشمی
به مدت طولانی، چشم خود
را با آب بشویید.

۲

در صورت مشاهده جسم
خارجی قابل رویت از خروج آن
با اجسام تیز خودداری نمایید.

۳

از استفاده خودسرانه از
قطره ها و پمادهای
چشمی پرهیز کنید.

۴

هرگز برای تسکین درد یا
خروج جسم خارجی،
چشم را مالش ندهید.

۵

به وسیله یک لیوان یک بار
مصرف، چشم آسیب دیده
را پانسمان کنید.

۶

در اسرع وقت جهت درمان
به مراکز تخصصی چشم
پزشکی مراجعه کنید.

همیشه با شماییم

۱ ۱ ۵



در چهارشنبه سوری



نحوه برخورد با حوادث سوختگی

لباس ها و زیور آلات در محل سوختگی را در صورت نچسبیده بودن به زخم خارج کنید.

در صورت آتش سوزی از دویدن خودداری کنید. از غلتیدن و پتو برای خاموش کردن استفاده کنید.

به هیچ عنوان تاول های ایجاد شده را پاره نکنید.

روی محل سوختگی را پماد، روغن، خمیر دندان یا سیب زمینی و ... نزنید.

در اسرع وقت جهت درمان تخصصی، بیمار را به مرکز درمانی منتقل نمایید.

محل سوختگی را ۱۰ تا ۲۰ دقیقه زیر شیر آب خنک کنید.



حواسمان باشد چهارشنبه سوری
چهارشنبه سوزی نشود.

در هنگام تماس، خونسردی
خود را حفظ کنید.





بی احتیاطی!

بهار زندگی را **خ**زان می کند



مراقب شادی های خطر آفرین باشید...