

**بسته آموزش همگانی پیشگیری از
حوادث چهارشنبه پایان سال**



مرکز اورژانس تهران

چهارشنبه سوری

چهارشنبه سوری یکی از جشن های ایرانی است که در شب آخرین چهارشنبه سال (سه شنبه شب) برگزار می شود.

در شاهنامه فردوسی اشاره هایی درباره بزم چهارشنبه ای در نزدیکی نوروز وجود دارد که نشان دهنده کهن بودن جشن چهارشنبه سوری است. مراسم سنتی مربوط به این جشن ملی، از دیرباز در فرهنگ سنتی مردمان ایران زنده نگاه داشته شده است.

واژه «چهارشنبه سوری» از دو واژه چهارشنبه که نام یکی از روزهای هفته است و سوری که به معنی سرخ است ساخته شده است.

طبق آیین باستان در این رو آتش بزرگی بر افروخته می شود که تا صبح زود و برآمدن خورشید روشن نگه داشته می شود که این آتش معمولاً در بعد از ظهر زمانی که مردم آتش روشن می کنند و از روی آن می پرند آغاز می شود و در زمان پریدن می خوانند: «زردی من از تو، سرخی تو از من». این جمله نشانگر مراسمی برای تطهیر و پاکسازی مذهبی است که واژه «سوری» به معنی «سرخ» به آن اشاره دارد.

به بیان دیگر مردم خواهان آن هستند که آتش تمام رنگ پریدیگی و زردی، بیماری و مشکلاتشان را بگیرد و بجای آن سرخی و گرمی و نیرو به آنها بدهد. چهارشنبه سوری جشنی نیست که وابسته به دین یا قومیت افراد باشد و در میان بیشتر ایرانیان رواج دارد.

اما اکنون چهارشنبه سوری یعنی دلهره، یعنی ترس، یعنی خطر و فاجعه، دیگر چهارشنبه سوری به معنای پریدن از روی آتش نیست، پریدن از روی حادثه است. امروزه با منسوخ شدن این آیین های قدیمی و جایگزین شدن آیین های پرخطر جدید، چهارشنبه سوری را از یک سنت دوست داشتنی و زیبا به جشنی وحشت آور و نازیبا تبدیل کرده است.

گروهی از افرادی که اقدام به ترقه و نارنجک بازی می کنند جوانانی هستند که تحت تاثیر محیط و برای نشان دادن احساس جسارت و تمایز از دیگران اقدام به این رفتارها می نمایند و در حالت عادی مشکلی ندارند. به فروشندگان این قبیل مواد توصیه می شود که اکیدا از فروش مواد آتش زا به کودکان و نوجوانان خودداری کنند " ...

در سالهای گذشته تعدادی از هموطنانمان دچار حوادث مربوط به شب چهارشنبه پایان سال شدند که متأسفانه منجر به آسیب های شدید مانند سوختگی های وسیع، قطع عضو و نیز فوت افراد شد.

امسال علاوه بر مخاطرات شب چهارشنبه پایان سال موضوع پاندمی ویروس کرونا نیز بر نگرانیها افزوده است. تکثیر بیماری کرونا بیشتر در اجتماعات ممکن می شود و ویروس کرونا میزبان خود را می یابد؛ بر این اساس در برگزاری جشن ها و برنامه های شب چهارشنبه آخر سال میزان ابتلا را بیش از پیش خواهیم داشت. لذا لزوم پیشگیری از تجمعات، جهت برگزاری مراسم چهارشنبه سوری، امسال بیش از پیش احساس میشود.

پیشگیری از حوادث تلخی مانند حوادث چهارشنبه‌سوری، مستلزم ارتقای فرهنگ ایمنی است و فرهنگ ایمنی بر سه اصل استوار است:
آگاهی، آموزش و الزام.

بسیاری از والدین، بدون آگاه‌سازی و آموزش مناسب فرزندانشان، سراغ سومین اصل (الزام) می‌روند و سعی می‌کنند با توسل به زور و اجبار، آن‌ها را از کاری منع یا به کاری ترغیب کنند، ولی این شیوه معمولاً با شکست همراه است. آگاه‌سازی و آموزش نوجوانان و جوانان ضرورت دارد و در روند این آگاه‌سازی باید به شخصیت آن‌ها احترام گذاشت و از جریحه‌دار کردن غرورشان پرهیز کرد. راه ایمنی از آموزش می‌گذرد و پیش شرط آموزش، آگاهی است. آگاهی از خطرهای چهارشنبه‌سوری و شیوه مقابله با این خطرها احتمال بروز حوادث تلخ را در آخرین ماه سال کاهش خواهد داد.

هشدارها:

مهمترین هشدار در دوران پاندمی کرونا، هشدار برای خروج از منزل است. با توجه به موضوع

پاندمی کرونا تاکید میشود در ایام پایان سال و خصوصاً چهارشنبه سوری جز در موارد

ضروری در منزل بمانید.

1- والدین و مسئولین واحدهای آموزشی باید با هشدار به نوجوانان و جوانان آن‌ها را از خطرات و عوارض وحشتناک بازی با آتش و ترقه و مواد منفجره آگاه سازند.

2- از شهروندان درخواست می‌کنیم به محض مشاهده خرید و فروش مواد محترقه به هر شکل سریعاً مأمورین نیروی انتظامی را در جریان قرار دهند.

3- به والدین و شهروندان توصیه می‌کنیم کبریت و مواد آتش‌زا مانند نفت و امثال آن را از دسترس کودکان دور کرده و اجازه ندهند که با آتش زدن بته و هیزم و امثال اینها در محیط خانه یا پارکینگ برای جان خود و دیگران مخاطره ایجاد کنند.

4- در این روزها برای حفظ سلامت فرزندان خود مراقبت و نظارت بیشتری بر آنها اعمال نمایید. معمولاً کودکان خود زشتی آتش بازی را به دلیل خطرات آن درک می‌کنند و به همین دلیل اغلب کبریت و ترقه و مواد آتش‌زا را در نقاط غیر قابل دید مثل انباری، زیرزمین یا در داخل کمد و کیف و وسایل شخصی خود مخفی می‌کنند که همین امر از عوامل بروز حریق و حادثه است، لذا توصیه می‌کنم حتی‌الامکان درب این محل‌ها را قفل کرده و این مکان‌ها و وسایل شخصی فرزندان خود را مورد بازرسی قرار دهید.

5- کودکان در صورت عدم دسترسی به کبریت و مواد آتش‌زا در منزل جهت تهیه مواد محترقه به فروشگاه‌های رنگ و مواد شیمیایی و داروخانه‌ها مراجعه می‌کنند لذا به فروشندگان این قبیل مواد توصیه می‌شود که اکیدا از فروش مواد آتش‌زا به کودکان و نوجوانان خودداری کنند.

6- به شهروندان توصیه می‌کنیم در صورت بروز هرگونه حریق و حادثه خونسردی خود را حفظ کرده و در صورت گسترده بودن حریق سریعاً افراد مسن و کودکان و دیگر افراد را از محل حریق به جای امن انتقال داده و سریعاً با تلفن 125 آتش‌نشانی

تماس گرفته و مراتب را با ذکر نشانی دقیق و نوع حادثه به ستاد فرماندهی آتش نشانی اطلاع داده و در هنگام حضور آتش نشانان در محل حریق نهایت همکاری را با آنان انجام دهند.

7- به شهروندان توصیه می‌کنیم در صورت مواجهه با فردی که دچار سوختگی شده، ضمن حفظ خونسردی از مالیدن مواد غیر بهداشتی مثل خمیر دندان، سیب زمینی و ... بر روی محل سوختگی خودداری نمایند و مصدوم را هرچه سریعتر به مرکز درمانی منتقل کنند و در صورت شدت مصدومیت با اورژانس 115 تماس بگیرند.

توصیه های پیشگیرانه برای عموم بخصوص والدین:

- 1- در شادی های فرزندان دلبندتان مشارکت کنید تا همیشه نظاره گر گل خنده هایشان باشید.
- 2- از نگهداری مواد محترقه، تهیه و ساخت وسایل آتش بازی دستی توسط فرزندان اکیداً جلوگیری نموده و نظارت بر آن را جدی بگیرید. در این بین نگهداری مواد محترقه غیر استاندارد از قبیل اکلیل و سرنج و ... غیر مجاز و برخلاف قانون بوده و می تواند خسارات جبران ناپذیری برای خود و دیگران به همراه داشته باشد.
- 3- از نگهداری مواد محترقه و وسایل آتش بازی (حتی وسایل و مواد استاندارد) در نزدیکی وسایل حرارتی و برقی خودداری نمایید.
- 4- از روشن کردن آتش پرهیز کنید(هم بدلیل مخاطرات ناشی از خود آتش و هم بدلیل جلوگیری از تجمعات جهت کاهش ریسک ابتلا به ویروس کرونا) و یا حداقل در هنگام برپایی آتش در داخل یا خارج از ساختمان از دسترسی به کپسول اطفاء حریق و جعبه کمک های اولیه اطمینان حاصل نمایید.
- 5- مراقب رفتارهای خطرناک و ناهنجار افراد باشید و در صورت لزوم مراتب را به واحدهای گشتی نیروی انتظامی و یا پلیس ۱۱۰ اطلاع دهید.
- 6- از سوزاندن وسایل یا مواد غیر متعارف مانند لاستیک و آمپول و استفاده از مواد آتش زا نظیر بنزین، الکل، کاربیت و مانند آن جدا خودداری نمایید.
- 7- از برپایی آتش در معابر باریک و در نزدیکی پست های برق یا ایستگاههای تقلیل فشار گاز و پارکینگ های عمومی خودداری کنید.
- 8- از برپایی آتش های حجیم و غیر قابل مهار خودداری نمایید.
- 9- با رعایت حقوق شهروندی از پرتاب نارنجک و مواد محترقه به ساختمان ها که موجب آسیب رساندن و بد منظر کردن سیمای شهر می گردد، خودداری نمایید.
- 10- از حمل مواد محترقه حتی به مقادیر بسیار کم، در جیب لباس و کیف جداً خودداری کنید.
- 11- در صورت نگهداری مواد محترقه، حتی کم خطر و استاندارد، حتماً آن را در جای خشک و خنک نگهداری کنید.
- 12- مواد محترقه را به طرف افراد دیگر پرتاب نکنید.
- 13- هیچگاه مواد محترقه را در ظروف شیشه ای یا فلزی قرار ندهید، زیرا در صورت انفجار ذرات شیشه یا فلز، به اطراف پرتاب شده و سبب صدمات و خطرات جانی خواهد شد.

14- از آتش زدن لاستیک، هیزم، کارتن خالی و امثال آن در واحدهای مسکونی، معابر، کوچه و خیابان خودداری نمایید.

15- گاهی جوانان و نوجوانان جهت تهیه مواد محترقه به فروشگاه‌های رنگ و مواد شیمیایی مراجعه می‌کنند لذا به فروشندگان این قبیل مواد توصیه می‌شود که اکیدا از فروش مواد آتش زا به این گروه سنی خودداری کنند.

16- از پرتاب نمودن ظروف تحت فشار از جمله کپسول، اسپری، حشره کش ها و غیره در آتش خودداری نمایید.

17- در پایان شب، بقایای مواد آتش‌بازی را به سرعت جمع نکنید و حتماً برای این کار، لااقل 15 تا 20 دقیقه صبر کنید و بعد از این مدت، آن‌ها را در یک سطل آب بریزید و دور بیندازید. قبل از ترک محل، حتماً از خاموش شدن آتش مطمئن شوید.

نکات ایمنی هنگام وقوع آتش‌سوزی:

- اولین اولویت امنیت صحنه است. در زمان وقوع حادثه رعایت اصول ایمنی هم برای خود و هم برای مصدومین و تماشا کنندگان اولین اولویت است. هرگز برای نجات یک نفر دیگران را به خطر نیاندازید.
- برای جلوگیری از آسیب بیشتر و توانایی کنترل صحنه، حفظ خونسردی بسیار مهم است.
- سرعت عمل هنگام روبرو شدن با آتش سوزی برای نجات جان خود و مصدومان احتمالی، کاملاً حیاتی است.
- همان طور که میدانیم آتش خیلی سریع انتشار می یابد، بنابراین بلافاصله آتش نشانی (125) و اورژانس (115) را خبر کنید و تا آنجا که می توانید، اطلاعات کاملی در مورد بروز حادثه به آنها بدهید و از دستورات آنها پیروی کنید.
- سعی کنید که افراد را از محل حادثه دور کنید.
- با رعایت جوانب احتیاط مطابق راهنمایی آتش نشانی، به خاموش کردن آتش بپردازید.
- به هیچ وجه وارد ساختمان آتش گرفته نشوید مگر آن که مهارت کافی برای کنترل آتش سوزی را داشته باشید و مجهز به تجهیزات لازم از جمله ماسک تنفسی باشید و کاربرد آن را بدانید.
- قبل از فرار اتاقی که در آن بسته است، در را لمس نمایید. اگر در داغ باشد از خروجی های دیگر استفاده کنید.
- اگر در ساختمان آتش گرفته گرفتار شده اید فوراً به اتاقی که دارای پنجره است بروید و در را ببندید سپس پتو یا فرش را طوری زیر در قرار دهید که دود وارد اتاق نشود و آنگاه از طریق پنجره تقاضای کمک کنید.
- اگر دود، حرارت یا شعله های آتش مسیرهای خروجی شما را مسدود کرده است در را ببندید و در اتاق بمانید. تنها با استفاده از پارچه سفید از طریق پنجره کمک بخواهید. اگر در اتاق تلفن وجود دارد با آتش نشانی (125) تماس بگیرید و موقعیت خود را خبر دهید.
- زمانی که در جریان حریق واقع می شوید با حفظ خونسردی در صورت امکان تمام تهویه های ساختمان را خاموش کنید تا به این ترتیب از ورود اکسیژن به داخل ساختمان جلوگیری شود.
- ظرف مشتعل را حرکت ندهید. شعله را با شن، نمک، پتوی نمناک یا پوشش های دیگر خفه کنید.

➤ امداد گران و یا افرادی که در جریان حریق واقع شده اند باید لباس های دارای الیاف مصنوعی و پلاستیکی را از خود دور کنند.

نکات ایمنی در نجات مصدوم از اتاق پر دود:

- ابتدا مطمئن شوید برای نجات مصدوم جان خود و دیگران را به خطر نمی اندازید.
- طناب نجات را به کمر خود ببندید و آن را به دست یکی از حاضران بدهید.
- روشی از نشانه های قراردادی بین خود و کسی که طناب را در دست دارد برقرار کنید تا زمانی که علامت دادید شما را بیرون بکشد. بهترین روش این است که طناب را به صورت دائم در حالت کشیده نگه دارید و در هنگام خطر آن را شل کنید تا فرد متوجه خطر شود و شما را بیرون بکشد.
- توجه: بستن دستمال خیس به دور دهان و بینی باعث محافظت شما در برابر گاز یا دودهای سمی خواهد شد.
- مصدوم را با توجه به رعایت تمام جنبه های ایمنی به سرعت به سمت در خروجی بکشید. لباس آتش گرفته مصدوم را با استفاده از پتو، گلیم و یا کت خاموش کنید.
- احیا را در خارج از محل خطر شروع کنید. اگر تنفس مصدوم قطع شده از یکنفر بخواهید با 115 تماس بگیرید و تا رسیدن اورژانس تنفس مصنوعی را شروع کنید (در صورت شک و یا احتمال ابتلا به ویروس کرونا از تنفس دادن بپرهیزید) و از دستورات پرستار 115 پیروی کنید. بهتر است تلفن را روی بلندگو (اسپیکر) قرار دهید تا ضمن شنیدن دستورات، آنها را اجرا کنید.
- لباسهای نیمه سوخته یا در حال اشتعال را خارج کنید. اگر لباس سوخته به پوست مصدوم چسبیده است سعی نکنید آن را با کشیدن جدا کنید. برای جدا کردن باید اطراف محل چسبیدگی را با قیچی ببرید.
- تا رسیدن نیروهای امدادی بیمار را با پتو بپوشانید و از پایین آمدن دمای بدن جلوگیری نمایید.

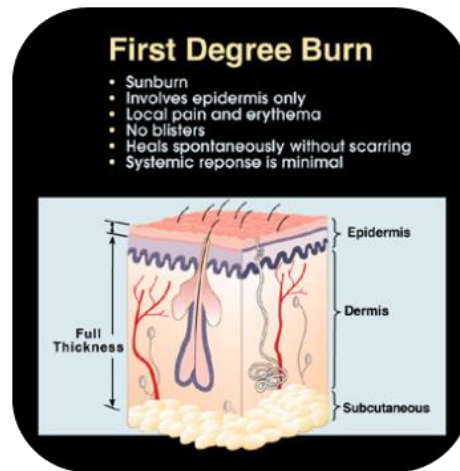
کمک های اولیه در انواع سوختگیها:

شایع ترین حادثه ای که در چهارشنبه سوری رخ می دهد، سوختگی درجه یک (سطحی) است ولی سوختگی های درجه دو (شدید) و درجه سه (شدیدترین نوع سوختگی) نیز در حوادث چهارشنبه سوری، زیاد دیده می شود. درد، تورم، تاول و قرمزی پوست از مهم ترین نشانه های سوختگی هستند. در میان نواحی مختلف بدن معمولاً سوختگی دست از بقیه شایع تر است و پس از آن، سوختگی صورت و تنه. قطع عضو و عفونت ثانویه، دو عارضه خطرناک از میان عوارض زودرس سوختگی اند و اختلال اعصاب و روان، به ویژه افسردگی، یکی از عوارض دیررس سوختگی است. اگر شدت سوختگی خیلی زیاد باشد، حتی گاهی ممکن است موجب مرگ مصدوم شود.

تماس با هر منبع حرارتی باعث سوختگی یا تاول روی پوست می گردد. لباس ناحیه تماس ممکن است موجب حفظ گرما و آسیب بیشتر گردد. اولین اقدام و کمک های اولیه برای فردی که دچار سوختگی شده است برداشتن منبع حرارت و خنک کردن کامل پوست و جلوگیری از سوختگی بیشتر پوست است.

انواع سوختگی:

1. سوختگی سطحی یا درجه یک: فقط لایه خارجی پوست درگیر می شود. پوست قرمز میشود.



2. سوختگی درجه دو (یا ضخامت نسبی پوست): به لایه های عمقی تر پوست نفوذ می کند و تاول دارد.

3. سوختگی تمام ضخامت پوست یا درجه سه: در این نوع سوختگی تمام لایه های پوست و حتی عروق و اعصاب زیرین نیز آسیب می بیند.

علائم و نشانه ها:

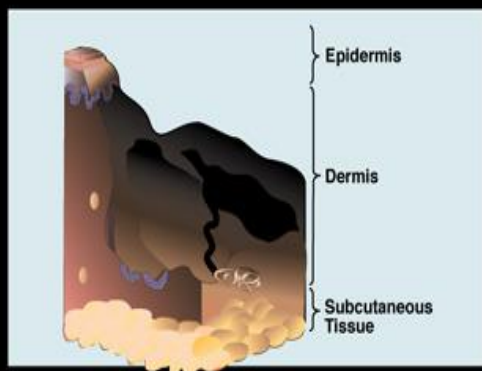
- درد شدید (در سوختگی درجه سه به دلیل از بین رفتن شبکه عصبی زیر پوست درد کمتر حس می شود).
- پوست اندازی، قرمزی یا تاول زدن پوست (در اثر سوختگی الکتریکی پوست سیاه می شود).
- ترشح مایع رقیق از قسمت آسیب دیده
- علائم شوک (رنگ پریدگی، پوست سرد و مرطوب، احساس غش و گیجی و گاهی تهوع و استفراغ)



سوختگی درجه 1 و 2
این تصویر کودکی با سوختگی از نوع درجه یک و در
برخی نواحی درجه 2 سطحی است. بخشهایی که در
حال حاضر دارای تاول هستند، دچار سوختگی درجه
2 شده اند. وجود یا عدم وجود تاول بهترین راهنمای
افتراق بین سوختگی درجه 1 و 2 است.

Third Degree Burn

- Involves all layers of skin
- Variable color - white, waxy, red, brown
- Destroys elasticity, dry
- Painless
- Does not heal



سوختگی درجه 3

در این نوع سوختگی تمام لایه های پوست و حتی
عروق و اعصاب زیرین نیز آسیب می بیند و پوست
نمایی سیاه و چرم مانند پیدا می کند. این درجه از
سوختگی به دلیل از بین رفتن پایانه های عصبی با
درد کمتری همراه است

کمکهای اولیه به مصدوم در سوختگی:

- 1- اولین اولویت امنیت صحنه است. در زمان وقوع حادثه رعایت اصول ایمنی هم برای خود و هم برای مصدومین و تماشاکنندگان اولین اولویت است. هرگز برای نجات یک نفر دیگران را به خطر نیاندازید.
- 2- آرامش خودتان را حفظ کنید. با تلفن 115 تماس بگیرید. پاسخگوی تلفن 115 پس از گرفتن اطلاعات لازم بر اساس آموزش های تخصصی که فراگرفته است شما را راهنمایی می کند. توصیه های پاسخگوی 115 را انجام دهید.
- 3- وضعیت عمومی مصدوم را بررسی کنید. از باز بودن راه های هوایی و تنفس طبیعی او مطمئن شوید. برای این منظور ابتدا از هوشیاری وی اطمینان حاصل کنید. برای این کار، او را صدا کنید و روی شانه اش بزنید.
- 4- در صورتی که مصدوم بیهوش است بجز در مواردیکه ایمنی او در خطر است او را جابجا نکنید. بدون حرکت دادن گردن، دهان را بررسی کنید: که زبان موجب انسداد راه های هوایی نشده باشد. در صورتیکه زبان به عقب برگشته باشد آن را با استفاده از انگشت به حالت معمول برگردانید. اگر جسم خارجی در داخل دهان دیده می شود با استفاده از انگشت به صورت جارویی آن را خارج نمایید.
- 5- اگر مصدوم هوشیار نیست و نفس نمی کشد عمل احیاء (تنفس مصنوعی همراه با فشردن قفسه سینه) را آغاز کنید. اگر به هر دلیل (مانند شک و احتمال ابتلا به ویروس کرونا) امکان انجام تنفس مصنوعی را ندارید فشردن قفسه سینه را ادامه دهید.
- 6- ناحیه سوخته را با آب سرد شست و شو دهید و بدین طریق آن را خنک کنید. مراقب باشید اگر سوختگی وسیع است باعث افت دمای بدن وی نشوید. در صورتیکه اندام وی سوخته است، محل سوختگی را به مدت پانزده دقیقه در آب سرد (حدود 10 تا 15 درجه و نه آب یخ) و پانزده دقیقه در آب ولرم (حدود 20 درجه) قرار دهید.
- 7- پس از 20 دقیقه خنک کردن از یک پانسمان استریل استفاده کنید. از یک پانسمان غیر چسبیده که شامل پمادی استریل برای تسکین درد و کاهش خطر عفونت باشد، استفاده نمائید. در صورتی که پماد مناسبی در اختیار ندارید هرگز از پماد های متفرقه استفاده نکنید.
- 8- مراقب آسیب های احتمالی به خود و بیمار باشید. لباس بیمار را به آرامی خارج سازید.
- 9- ساعت، گردنبند، دستبند، انگشتر، کمر بند و کفش های مصدوم را در آورید.
- 10- به خاطر داشته باشید که اگر لباس مصدوم به پوست ناحیه سوخته چسبیده است لباس را از پوست جدا نکنید بلکه لباس را از دور تا دور محل چسبیده قیچی کنید.
- 11- روی محل سوخته پماد یا خمیر دندان نمالید. این کار تشخیص دقیق شدت سوختگی را برای پزشک مشکل می کند. روی محل سوختگی را با پارچه تمیز بپوشانید.
- 12- تاول ها را پاره نکنید و پوست کنده شده را جدا نکنید.
- 13- از یخ و آب یخ بر روی ناحیه سوخته استفاده نکنید زیرا باعث سوختگی بیشتر می شود.
- 14- استفاده از هر نوع کرم، پماد و لوسیون غیر استریل و نامناسب روی سوختگی ممنوع است.

15- از بانداژ سبک استفاده کنید.

- پانسمان استریل در محل آسیب را با استفاده از یک باند نخی شل و نرم نگه دارید.
- بانداژ را تا رسیدن نیروهای امدادی بازرسی کنید تا تنگ نباشد.
- از چسب برای ثابت سازی پانسمان یا بانداژ روی پوست اطراف ناحیه آسیب دیده استفاده نکنید.

16- اگر وسعت سوختگی به اندازه کف دست مصدوم باشد حتما نیاز به اقدامات درمانی بیمارستانی دارد.

17- نواحی تناسلی، انگشتان، کف دست، گردن، صورت، مخاطها و چشم از قسمت های بسیار مهم بدن هستند که حتی سوختگی های کوچک آنها هم باید به وسیله پزشک معاینه و درمان شود، بنابراین اگر با کوچک ترین سوختگی در این نواحی مواجه شده اید، بلافاصله مصدوم را برای معاینه و درمان به مرکز درمانی برسانید. در این بین سوختگیهای دور تا دور اندامها، گردن و تنه اهمیت بالایی دارند زیرا تورم بعدی در محل سوختگی موجب اختلال خورسانی اندام یا مشکلات تنفسی می گردد.

18- مراقب علائم شوک (که پیشتر یاد شد) باشید

توجه: اگر مصدوم احساس غش می کند لازم است او را به پشت بخوابانید و ناحیه سوخته را در یک ظرف آب سرد نگاه دارید. اگر آب ولرم است با انداختن تکه های یخ داخل آن، آب را سرد نگه دارید ولی از تماس مستقیم یخ با بافت آسیب دیده خود داری ننمائید.



پاهای مصدوم را با استفاده از بالش یا پتوی رولی بالاتر از سطح قلب نگاه دارید.

سوختگی با تاول های گسترده:

اقدامات لازم مرحله اول:

1. با تلفن 115 تماس بگیرید. پاسخگوی تلفن 115 پس از گرفتن اطلاعات لازم بر اساس آموزش های تخصصی که فراگرفته است شما را راهنمایی می کند. توصیه های پاسخگوی 115 را انجام دهید.
2. ناحیه آسیب دیده را خنک کنید. ناحیه آسیب دیده را برای مدتی کمی خنک کنید. سرد شدن مدت طولانی قسمت وسیعی از بدن موجب سرمازدگی می شود
3. محل آسیب را ببوشانید. در صورت امکان از پانسمان استریل غیر چسبنده استفاده کنید یا اگر ناحیه سوخته وسیع تر است از یک ملحفه تمیز بدون پرز استفاده نمایید.
4. به مصدوم اطمینان و آرامش دهید. بیمار دچار شوک را در وضعیت درازکش و پاها بالاتر از سطح بدن قرار دهید.

سوختگی های شیمیایی:

- ناحیه سوخته را با مقدار فراوان آب حداقل به مدت 20 دقیقه بشویید (هر چه میزان و شدت آب بیشتر باشد، بهتر خواهد بود)
- در صورتی که ماده شیمیایی وارد چشم شده باشد، پلک های آسیب دیده را باز نگه دارید تا مطمئن شوید آب زیر پلک ها را شست و شو می دهد و همه مواد شیمیایی داخل چشم، خارج شده است.
- با تلفن 115 تماس بگیرید. پاسخگوی تلفن 115 پس از گرفتن اطلاعات لازم بر اساس آموزش های تخصصی که فراگرفته است شما را راهنمایی می کند. توصیه های پاسخگوی 115 را انجام دهید. برخی از مواد شیمیایی یا فراورده ها نیاز به درمان ویژه ای دارند لذا در تماس با اورژانس 115 حتما نام ماده شیمیایی و میزان و نحوه تماس را به اختصار بیان نمایید.

سوختگی استنشاقی دهان و گلو:

اگر فردی به طور اتفاقی در معرض آتش یا گاز های داغ قرار گرفته باشد، ممکن است راه هوایی وی آسیب ببیند. نشانه های سوختگی آثار سوختگی اطراف لب ها، بینی، ابروها و مژه ها وجود دارد. سرفه خشک یا خشونت صدا یک علامت آسیب راههای هوایی است و مراقبت فوری پزشکی نیاز دارد.

اقدامات:

1. با 115 تماس بگیرید.
2. اگر در یک فضای بسته قرار دارید که و برای امدادگر امن نیست انتقال مصدوم به مکانی بی خطر و امن و ترجیحاً هوای آزاد ضروری است.
3. ناحیه آسیب دیده را خنک کنید.
4. اگر دود یا گاز های سمی شامل مونو کسید کربن یا منشا اگزوز خودرو، کلر، آمونیاک، اسید هیدرو کلریک استنشاق شده است مقداری آب خنک (نه سرد و یخ زده) به بیمار بدهید.

در صورت مشکل تنفسی، بیمار را در راحت ترین وضعیت قرار دهید (در حالی که سر و قفسه سینه بیمار رو به بالا باشد)

پس از یک حادثه سوختگی استنشاقی، بیمار ممکن است به دلیل آسیب داخلی گلو، راههای هوایی فوقانی و ریه ها از کمبود شدید اکسیژن رنج ببرد. انتقال بیمار به بیمارستان در اسرع وقت مهم است زیرا ممکن است وضعیت مصدوم بدتر شود.

5. راه هوایی، تنفس و گردش خون مصدوم را بررسی کنید.

- در حالی که منتظر رسیدن آمبولانس هستید هر چند دقیقه مصدوم را از نظر هرگونه تغییر در وضعیتش ارزیابی کنید.
- در صورتی که وضعیت بیمار بدتر شد، به افزایش تنفس و ضربان قلب وی توجه کنید.
- در صورت وجود هرگونه تغییر در سطح هوشیاری، سریعاً آن را ثبت کنید.
- در صورت بیهوش شدن، بیمار را به یک طرف بچرخانید و در صورت لزوم، آماده انجام احیای قلبی - ریوی باشید.

آتش گرفتن لباس:

- آتش را خاموش کنید.
- شعله های آتش را با استفاده از هر گونه لباس غیر پلاستیکی یا پتو خاموش کنید
- توجه داشته باشید که پتو یا لباس حاوی الیاف پلاستیکی نباشد که بر روی پوست مصدوم ذوب و باعث سوختگی بیشتر می شود.

آسیب های چشمی:

چشم یک ساختار حساس است که به راحتی توسط جسم خارجی یا مواد شیمیایی مورد آسیب قرار می گیرد. اگر جسم خارجی وارد چشم شده و باعث خراش و آسیب چشم شود ممکن است مصدوم درجاتی از بینایی خود را از دست بدهد. ضربه سنگین نیز می تواند به بافت چشم آسیب رسانده و با ایجاد فشار بر روی کره چشم موجب تاری دید، دوبینی و یا حتی کوری فرد شود.

استفاده از وسائل ایمنی نظیر عینک مخصوص در کاهش آسیب های چشمی بسیار موثر است.

علائم و نشانه های آسیب های چشمی

- درد در داخل یا پشت چشم
- گرفتگی عضلات پلک
- اشک ریزش پیوسته از چشم
- کاهش یا تغییردید و یا از دست دادن قدرت بینایی
- خون ریزی قابل مشاهده در چشم یا خونریزی اطراف چشم.



اقدامات:

- از بیمار بخواهید که چشم سالم را برای کاهش خطر حرکت چشم آسیب دیده بسته نگه دارد.
- پس از پوشاندن چشم با اورژانس تماس بگیرید زیرا بیمار به مراقبت های پزشکی در بیمارستان نیاز دارد.
- به بیمار اطمینان دهید و از او حمایت کنید.
- در حالی که منتظر رسیدن آمبولانس هستید، بیمار را از نظر هر نوع آسیب دیگر به ویژه ضربه یا سقوط بررسی کنید.
- سطح هوشیاری بیمار را ارزیابی کنید و مطمئن شوید راه هوایی تمیز است و بیمار مشکل تنفسی ندارد. به این نکته توجه کنید که آسیب اطراف چشم ممکن است با آسیب سر همراه باشد.

وجود جسم خارجی در چشم:

اقدامات:

- بررسی نمایید آیا جسم خارجی در بخش سفیدی چشم قابل مشاهده هست یا خیر؟
- برای تلاش جهت خروج جسم با اشک از بیمار بخواهید چند بار پلک بزند
- اگر می توانید آن را ببینید یکبار سعی کنید با گوشه نرم یک پارچه آن را خارج سازید



- اگر با یکبار تلاش نتوانستید جسم را خارج سازید برای بار دوم اقدام نکنید.
- اگر جسم خارجی روی قسمت رنگی چشم قرار دارد به عنوان آسیب شدید چشم در نظر بگیرید.
- در صورت عدم موفقیت ممکن است جسم خارجی با شستشوی چشم خارج گردد.



- از یک پارچ آب تمیز استفاده نمائید و آن را به آرامی روی چشم آسیب دیده بریزید و از بیمار بخواهید برای جلوگیری از خیس شدن یک کاسه زیر صورت خود نگاه دارد. آب را از قسمت داخلی چشم به سمت گوشه خارجی بریزید.
- در صورت عدم موفقیت چشم را با یک پد استریل بپوشانید و به مرکز درمانی انتقال دهید و یا تحویل پرسنل 115 نمائید.

سوختگی شیمیایی در چشم:

- سوختگی شیمیایی چشم درد فراوانی به همراه دارد.
- به ملایمت حداقل 20 دقیقه چشم را با آب تمیز بشویید.
- شما باید چشم مصدوم را باز نگه دارید تا آب تمام سطح چشم را بشوید.
- این کار را از گوشه داخلی چشم انجام دهید به طوری که آب از گوشه خارجی چشم خارج گردد و ممکن است لازم باشد تمام بدن مصدوم را بشویید.
- شستن چشم تا زمان انتقال بیمار ادامه دارد. پس از 20 دقیقه شستشوی چشم آن را با ملایمت به وسیله گاز استریل بپوشانید.
- انتقال سریع بیمار به یک مرکز درمانی مجهز بسیار ضروری است.

در صورت آسیب دیدن چشم و یا پلک ها:

- از مالیدن چشم ها و پلک ها خود داری کنید.
- حتماً در اولین فرصت به اورژانس چشم پزشکی مراجعه کنید. زیرا در بعضی مواقع آسیب های چشمی در مراحل اولیه علائم زیادی ندارند و ظاهر بدی ایجاد نمی کنند اما می توانند حوادث ناگواری برای چشم ایجاد کنند.
- چشم فرد آسیب دیده را با یک وسیله در دسترس مانند لیوانهای یک بار مصرف یا مقوایی که به شکل مخروط در آورده اید بپوشانید. از گذاشتن دستمال، پنبه یا گاز روی چشم خودداری کنید. مراقب باشید در زمان پوشاندن چشم با این ابزارها به چشم آسیب نزنید.
- از هیچ گونه پماد یا قطره چشمی استفاده نکنید و چشم ها را نشوئید زیرا استفاده از آنها می تواند آسیب وارده به چشم را شدیدتر کند.
- از مصرف آسپیرین، ایبوپروفن و مواد مشابه تا رسیدن به اورژانس چشم پزشکی خودداری کنید.
- سعی کنید مواد غذایی به بیمار ندهید تا در صورت نیاز به جراحی بتوان در اولین فرصت این کار را انجام داد.

صدمات ناشی از صدای انفجار مواد محترقه بر حس شنوایی:

صداهای بلند ناگهانی مثل صدای انفجار مواد محترقه در مراسم چهارشنبه آخر سال که در نزدیکی افراد رخ می دهد، می تواند سبب افت شنوایی یا حتی پارگی پرده گوش و از بین رفتن شنوایی شود. قرار گرفتن حتی یکبار در معرض صدای بلند مانند صدای انفجار می تواند آسیب بسیار شدیدی بر سلامت سیستم شنوایی افراد وارد کند. از جمله صدمات ناشی از صدای انفجار مواد محترقه بر حس شنوایی عبارت است از:

- **افت موقت شنوایی:** در این عارضه شخص احساس سنگینی و کپیی در گوش دارد. ویژگی این آسیب این است که موقت بوده و پس از قطع مواجهه با صدا، عمدتاً در مدت چند ساعت بهبود پیدا می کند.
- **ضربه صوتی:** این عارضه منحصراً در اثر یک مواجهه یا چند مواجهه نسبی با صدای خیلی بلند مانند صدای انفجار ترقه به وجود می آید. به محض مواجهه با این صدا که خارج از تحمل اندام شنوایی است، صدمه مکانیکی نظیر پارگی پرده صماخ ایجاد می گردد. نتایج این مواجهه شدید بوده و نیاز به درمانی فوری دارد. حتی یکبار شنیدن صدای انفجار ترقه از فاصله نزدیک می تواند بلافاصله موجب آسیب شنوایی دایمی شود. پارگی پرده گوش می تواند همراه با خونریزی باشد. در این صورت سریعاً فرد باید به بیمارستان ارجاع داده شود تا اقدامات درمانی برایش انجام شود.
- **وزوز گوش:** وزوز گوش عبارت است از صدای پایداری که وقتی سر و صدای محیطی وجود ندارد، در یک یا هر دو گوش شنیده می شود. این عارضه حتی ممکن است سبب عوارض روانی گردد.
- به جز عوارض شنوایی، قرارگیری در سروصدای بلند می تواند موجب استرس، تحریک پذیری، بدخوابی، فشارخون بالا، بیماری های قلبی و حتی حملات قلبی شود.

هر چه زمان طولانی‌تری در معرض صدای بلند باشید شنوایی بیشتر آسیب می‌بیند و هرچه به منبع صدا نزدیک‌تر باشید آسیب بیشتر خواهد بود.

با رعایت نکاتی چون فاصله گرفتن از مکان‌هایی که ترقه‌بازی انجام می‌شود و استفاده از محافظ‌های گوش (مانند گوش‌گیرهای مناسب) می‌توان از گوش‌ها مراقبت نمود. حفاظت از شنوایی نوزادان و کودکان کم سن که خود قادر به انجام آن نیستند امری ضروری است زیرا کودکان حساسیت بیشتری به صداهای بلند داشته و آسیب شنوایی در آنان سریع‌تر رخ می‌دهد.

ترس ناشی از صدای انفجار و افراد در معرض خطر:

ترس ناشی از صدای انفجار، یکی از مشکلات رایج چهارشنبه‌سوری است که گاهی می‌تواند با تظاهراتی مانند از حال رفتن یا احساس درد در بخشی از بدن، به‌ویژه قفسه سینه همراه باشد.

این ترس معمولاً در کودکان، سالمندان و زنان باردار با عواقب جدی‌تری همراه است. همچنین افرادی که به بیماری‌های قلبی مبتلا هستند، گاهی ممکن است در اثر شوک ناشی از شنیدن این قبیل صداهای غیرمنتظره، دچار حمله قلبی شوند.

خطر انفجار و 2 توصیه:

اگر می‌خواهید از این قبیل عوارض چهارشنبه‌سوری در امان باشید یا اگر می‌خواهید به مصدومی که در اثر سروصداهای شدید و ناگهانی چهارشنبه‌سوری از حال رفته، کمک کنید؛ می‌توانید از توصیه‌های زیر کمک بگیرید:

1. شاید ایمن‌ترین توصیه به تمام خانواده‌هایی که دوست ندارند با چنین عوارضی روبه‌رو شوند، این باشد که چهارشنبه آخر سال را در جایی که مطمئن‌اند کمتر در معرض این قبیل سروصداها قرار می‌گیرند، بگذرانند یا از گوش‌گیرهای مناسب برای کاهش صداهای دریافتی (به‌خصوص برای زنان باردار، کودکان و سالمندان) استفاده کنند.

2. اگر فرد مبتلا به بیماری قلبی با شنیدن صدای نارنجک یا ترقه از هوش رفت و به زمین افتاد، او را حرکت ندهید و فوراً با 115 تماس بگیرید. از هوشیاری بودن و تنفس وی اطمینان حاصل کنید. اگر بیمار هوشیار نیست و نفس نمی‌کشد، درخواست کمک کنید و تا زمانیکه فرد دیگری با 115 تماس می‌گیرد فوراً احیا را با فشردن قفسه سینه و در صورت امکان تنفس مصنوعی شروع کنید. تا رسیدن آمبولانس اگر به هر دلیل نمی‌توانید تنفس مصنوعی بدهید (در صورتی که شک و احتمال ابتلا به کرونا هست از تنفس دادن پرهیز کنید)، فشردن قفسه سینه را به تاخیر نیندازید. می‌توانید تلفن را در حالت بلندگو قرار دهید تا مشاوره و دستورات پرستار 115 را شنیده و اجرا کنید.

چهارشنبه‌سوری و خطرهای دیگر

چهارشنبه‌سوری، علاوه بر خطرهای رایجی که ذکر شد، خطرهای دیگری هم دارد. ترکیباتی مانند نیترات پتاسیم، کلرات باریم، آرسنیک و پرکلرات پتاسیم که در مواد محترقه و منفجره به کار می‌روند، وقتی با اکسیژن یا کربن ترکیب شوند، بسیار خطرناک می‌شوند و می‌توانند عوارض شدیدی به دنبال داشته باشند؛ از عوارض پوستی گرفته تا عوارض تنفسی و خونی. مثلاً تماس با ترکیبات نیتراته معمولاً با عوارض پوستی همراه است. ترکیبات ذوب شده نیترات پتاسیم و سدیم نیز می‌توانند سوختگی‌های شدیدی به وجود بیاورند و منجر به بروز سردرد، سرگیجه، کاهش عمق تنفس و خستگی شدید شوند. استنشاق ترکیبات سولفور نیز می‌تواند به عوارض تنفسی منجر شود. اگر پوست مصدوم با این قبیل ترکیبات آلوده شده، باید بلافاصله آن را با آب فراوان بشویید و به یک مرکز درمانی مراجعه کنید.

در این ایام که به پاندمی کرونا روبرو هستیم، به تمامی این خطرات، خطر ابتلا به ویروس کرونا در تجمعات را نیز باید اضافه نمود.

توصیه‌های مهم به کودکان، نوجوانان و جوانان:

برای حفظ سلامت خود و خانواده و جلوگیری از آسیب رساندن به دیگران نکات ایمنی و پیشگیری را رعایت فرمایید:

1. وجود یک کپسول آتش‌نشانی پودری در حوالی محیط‌هایی که در آن آتش روشن کرده‌اید، ضروری است. ضمن این‌که قبل از ترک محل، حتماً باید از خاموش بودن آتش اطمینان حاصل کنید و توسط آب، باقیمانده آتش را کاملاً سرد کرده و باقیمانده آتش را جمع‌آوری نمایید.
2. از نگهداری ترقه‌ها و سایر مواد محترقه در منزل پرهیز و از حمل آن اجتناب کنید. حمل مواد محترقه بر اساس ماده 24 قانون مبارزه با قاچاق کالا و ارز، جرم است.
3. از آتش‌بازی در مجاورت وسایل نقلیه‌ای که حامل بنزین و مواد سوختنی هستند، اکیداً پرهیزید.
4. از ریختن مواد سریع‌الاشتعال مانند نفت و بنزین بر روی آتش پرهیزید و از حمل مواد محترقه و آتش‌گیر و انفجاری، حتی به مقادیر بسیار کم، در جیب لباس و کیف خودداری کنید.
5. از پرتاب فشفسه، ترقه و مواد آتش‌زا بر روی شاخه‌های درختان، پشت‌بام و بالکن منازل خودداری کنید و در صورت بروز هرگونه حریق یا حادثه‌ای، ضمن حفظ خونسردی، در اسرع وقت با 125 تماس بگیرید و نوع حادثه و نشانی دقیق محل حادثه را اطلاع دهید. در صورتیکه حادثه مصدوم هم دارد فوراً با 115 تماس بگیرید.
6. انداختن ظروف تحت‌فشار (کپسول‌ها و اسپری‌های حشره‌کش) به درون آتش اکیداً خودداری کنید؛ چرا که این ظروف به علت دارا بودن خاصیت انفجاری، ممکن است ذرات را به سمت خودتان پرتاب کنند و به چشم-هایتان آسیب برسانند.
7. از آتش زدن لاستیک، هیزم و کارتن خالی در واحدهای مسکونی یا در معابر، کوچه و خیابان خودداری کنید؛ چرا که در چنین شرایطی، با تشدید آلودگی هوا، خودتان و اطرافیان‌تان را در معرض آسیب‌های تنفسی قرار می‌دهید. و در ضمن در این ایام تجمعات سبب افزایش خطر ابتلا به ویروس کرونا خواهد شد.
8. در صورتیکه فردی در محوطه آتش یا دود مدتی گیر افتاده است به فکر آسیب استنشاقی باشید. علایم این آسیب ابتدا اندک است ولی به سرعت تشدید شده و ممکن است منجر به مرگ بیمار شود. علایم این آسیب شامل تنگی نفس، خس‌خس سینه، سوختگی موهای بینی، سوختگی ریش، سبیل، اطراف دهان، سوزش حلق و گلو، احساس گیر کردن جسم در گلو و وجود دوده در بینی و دهان است. این مصدومین باید فوراً تحت درمان قرار گیرند. در این موارد فوراً با 115 تماس بگیرید.
9. هرگز مواد منفجره و محترقه را به‌طرف افراد دیگر پرتاب نکنید و به هیچ‌عنوان، این مواد را در ظروف شیشه‌ای یا فلزی قرار ندهید چون در صورت انفجار، ذرات شیشه یا فلز، به اطراف پرتاب شده و باعث آسیب‌های شدید خواهند شد. ضمناً هرگز از ماده محترقه و منفجره‌ای که یک‌بار استفاده شده، دوباره استفاده نکنید.
10. هرگز آتش را در معابر باریک و در مجاورت پست‌های برق یا ایستگاه‌های تقلیل فشار گاز و پارکینگ‌های عمومی بر پا نکنید و از برپایی آتش‌های حجیم و غیرقابل‌مه‌ار نیز خودداری کنید.
11. ترقه و فشفسه اگرچه ظاهراً بی‌خطرند، ولی اگر به نقاط خاصی از بدن (به‌ویژه صورت) اصابت کنند، باعث آسیب‌دیدگی‌های شدید (و گاهی غیرقابل‌برگشت) می‌شوند.
12. اگر خدای‌نکرده دچار سوختگی شدید، از دویدن خودداری کنید یادتان باشد که پتو وسیله مناسبی برای خاموش کردن فردی است که لباسش آتش‌گرفته است. در صورت دسترسی استفاده از آب هم مناسب است. ولی هرگز از کپسول آتش‌نشانی برای خاموش کردن مصدومی که آتش گرفته، استفاده نکنید.

13. اگر مصدومی دچار اختلال هوشیاری است بجز به ضرورت ایمنی او را حرکت ندهید. به ویژه مراقب گردن بیمار باشید و تا حد امکان تا رسیدن اورژانس آن را در راستای بدن ثابت نگه دارید.

سخن آخر:

استفاده از مواد آتش بازی هرگز به طور کامل ایمن نیست، حتی در صورتی که مراقبت کامل صورت گیرد. حوادث نه تنها ممکن است برای کسانی که در تهیه و ساخت مواد محترقه مشارکت دارند، رخ دهد بلکه ممکن است برای کسانی که به بازی و تماشا مشغولند نیز اتفاق بیفتد.

در صورت بروز هرگونه حریق و یا حادثه ضمن حفظ خونسردی در اسرع وقت با شماره تلفن ۱۱۵ مرکز مدیریت حوادث و فوریت‌های پزشکی و ۱۲۵ سازمان آتش نشانی تماس گرفته و مراتب را با ذکر نوع حادثه و نشانی دقیق اطلاع دهید.

مدافعان سلامت، مرکز اورژانس تهران، کادر پزشکی و درمانی درگیر خدمت رسانی به بیماران مبتلا به کرونا هستند و همه باید تلاش کنیم با گسستن زنجیره انتقال، کمتر شاهد ابتلا و مرگ و میر باشیم، عزیزانمان را حفظ کنیم و نیز باری از دوش، تکنسین‌های اورژانس، پزشکان و پرستاران در مراکز درمانی برداریم، بنابراین تصمیم بگیریم با برپا نکردن مراسم چهارشنبه سوری که علاوه بر خطرات همیشگی خود، منجر به ایجاد تجمعات و متعاقبا ابتلای بیشتر به ویروس کرونا میشود، مصدوم، بیمار یا جان باخته نداشته باشیم و به کاهش کار کادر درمان نیز کمک کنیم.

بیاید شور و شادی شب چهارشنبه پایان سال را با یک عمر غم و افسوس عوض

نکنیم!