

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



**مرکز مدیریت حوادث و فوریت‌های پزشکی بیرجند
دکتر علی دلخروشان - علیرضا عباسی - حمید رضا اله پور**

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 روآتش 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 پاک سازی مذهبی است که واژه «سوری» به معنی «سرخ» به آن اشاره دارد.

به بیان دیگر مردم خواهان آن هستند که آتش تمام رنگ پریدگی 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 پری دن از روی آتش نیست، پری دن از روی حادثه است. امروزه با منسوخ شدن آیین های قدیمی و جایگزین شدن آیین های پرخطر جدید، چهارشنبه سوری را از یک سنت دوست داشتنی و زیبا به جشتری وحشت آور و نازک تبدیل کرده است.

گروهی از افراد که اقدام به ترقه و نارنجک بازی می کنند جوانان هستند که تحت تاثر محبت و برای نشان دادن احساس جسارت و تماهی از دیگران اقدام به این رفتارها می نمایند و در حالت عادی مشکلی ندارند.

به فروشندگان این قبیل مواد توصیه می شود که اکثراً از فروش مواد آتش زا به کودکان و نوجوانان خودداری کنند...

در سال گذشته طبق آمار ۱۳۲ نفر از هموطنانمان دچار حوادث مربوط به چهارشنبه پایان سال شدند که متأسفانه ۸ مورد از آنها منجر به قطع عضو و ۱۹ نفر نیز جان خود را از دست دادند.

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

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

هشدارها:

۱- والدین و مسئولین واحد های آموزشی بای د با هشدار به نوجوانان و جوانان آنها را از خطرات و عوارض وحشتناک بازی با آتش و ترقه و مواد منفجره آگاه سازند.

۲- از شهروندان درخواست می کنم به محض مشاهده خرید و فروش مواد محترقه به هر شکل سریعاً مامورین رهروی انتظامی را در جریان قرار دهند.

۳- به والدین و شهروندان توصیه می کنم کبری ت و مواد آتش زا مانند نفت و امثال آن را از دسترس کودکان دور کرده و اجازه ندهند که با آتش زدن بته و هیزم و امثال آنها در محله خانه یا پارکینگ برای جان خود و دیگران مخاطره ایجاد کنند.

۴- در این روزها برای حفظ سلامت فرزندان خود مراقبت و نظارت بیشتری بر آنها اعمال نماید. معمولاً کودکان خود زشتی آتش بازی را به دلایل خطرات آن درک نمی کنند و به همی دلیل اغلب کبری ت و ترقه و مواد آتش زا را در نقاط غیر قابل دیدن مثل انبار، زیر زمین یا در داخل کمد و کابین و وسایل شخصی خود مخفی می کنند که همی امر از عوامل بروز حریق و حادثه است، لذا توصیه می کنم حتی الامکان درب این محل ها را قفل کرده و این مکان ها و وسایل شخصی فرزندان خود را مورد بازرسی قرار دهیم.

۵- کودکان در صورت عدم دسترس به کبری ت و مواد آتش زا در منزل جهت تهیه مواد محترقه به فروشگاه ها و رنگ و مواد شیمیایی و داروخانه ها مراجعه می کنند لذا به فروشندگان این قبیل مواد توصیه می شود که اکثراً از فروش مواد آتش زا به کودکان و نوجوانان خودداری کنند.

۶- به شهروندان توصیه می کنم در صورت بروز هرگونه حریق و حادثه خونسردی خود را حفظ کرده و در صورت گسترده بودن حریق سعی در خاموش کردن آن نکنند و افراد مسن و کودکان و دیگر افراد را از محل حریق به جا ایمن انتقال داده و سریعاً با تلفن ۱۲۵ آتش نشان ای تماس گرفته و مراتب را با ذکر نشان دقیق

و نوع حادثه به ستاد فرماندهی آتش نشان ی اطلاع داده و در هنگام حضور آتش نشا نان در محل حریق نهایت همکاری را با آنان انجام دهند.

۷- به شهروندان توصیه می کنیم 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 ۱۱۵ تماس بگیرند.

توصیه های پیشگیرانه برای عموم بخصوص والدین:

- ۱- در شادی های فرزندان دلبندتان مشارکت کنید تا همیشه نظاره گر گل خنده هایشان باشید. فرزندان را در تهیه وسایل آتش بازی بی خطر و مفرح همراهی کنید.
- ۲- 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.
- ۳- از نگهداری مواد محترقه و وسایل آتش بازی (حتی وسایل و مواد استاندارد) در نزدیکی وسایل حرارتی و برقی خودداری نمایید.
- ۴- حتی الامکان برای روشن کردن آتش از محل های تعیین شده توسط شهرداری منطقه استفاده کنید.
- ۵- در هنگام برپایی آتش در داخل یا خارج از ساختمان از دسترسی به کپسول اطفاء حریق و جعبه کمک های اولیه اطمینان حاصل نمایید.
- ۶- مراقب رفتارهای خطرناک و ناهنجار افراد باشید و در صورت لزوم مراتب را به واحدهای گشتی نیروی انتظامی و یا پلیس ۱۱۰ اطلاع دهید .
- ۷- 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.
- ۸- از برپایی آتش در معابر باریک و در نزدیکی پست های برق یا ایستگاههای تقلیل فشار گاز و پارکینگ های عمومی خودداری کنید.
- ۹- از برپایی آتش های حجیم و غیر قابل مهار خودداری نمایید.
- ۱۰- 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.

۱۱ از حمل مواد محترقه حتی به مقادیر بسیار کم، در جیب لباس و کیف جداً خودداری کنید.

۱۲ در صورت نگهداری مواد محترقه، حتی کم خطر خشک و خنک نگهداری کنید.

۱۳ مواد محترقه را به طرف افراد دیگر پرتاب نکنید.

۱۴ 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.

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

۱۶ گاهی جوانان و نوجوانان جهت تهیه مواد محترقه به فروشگاه شیمیایی مراجعه می کنند لذا به فروشندگان این قبیل م واد توصیه می شود که اکیدا از فروش مواد آتش زا به این گروه سنی خودداری کنند.

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

۱۸ در پای ان شب، بقایای مواد آتش باز ی را به سرعت جمع نکنید و حتماً برای این کار، لااقل ۱۵ تا ۲۰ دقیقه صبر کنید و بعد از این مدت، آن ها را در ی ک سطل آب بریزید و دور بیندازید. قبل از ترک محل، حتماً از خاموش شدن آتش مطمئن شوید.

نکات ایمنی هنگام وقوع آتش سوزی:

➤ 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 (۱۲۵) و اورژانس (۱۱۵) 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 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 س اختمان 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 (۱۲۵) 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 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 ۱۱۵ تماس بگیرد و تا رسیدن اورژانس تنفس مصنوعی را شروع کنید و از دستورات پرستار ۱۱۵ 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 بپوشا نید و از پایین آمدن دمای بدن جلوگیری نمایید.

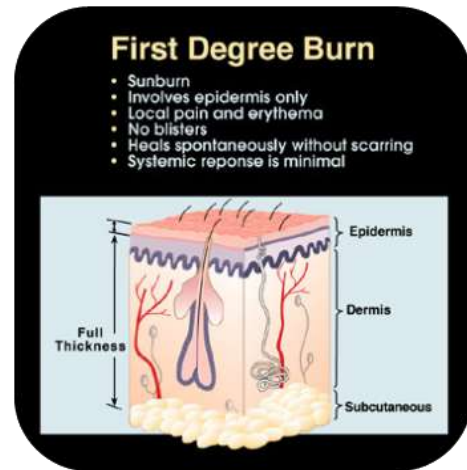
کمک های اولیه در انواع سوختگیها:

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:

۱. سوختگی سطحی یا درجه یک : فقط لایه خارجی پوست درگیر می شود.



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

۳. 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:

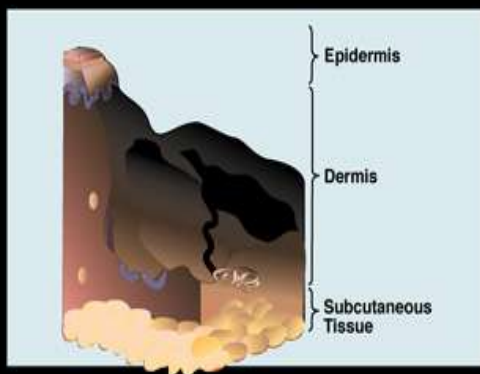
- درد شدید (در سوختگی درجه سه به دلیل از بین رفتن شبکه عصبی زیر پوست درد کمتر حس می شود .
- پوست اندازی، قرمزی یا تاول زدن پوست (در اثر سوختگی الکتریکی پوست سیاه می شود).
- ترشح مایع رقیق از قسمت آسیب دیده
- علائم شوک (رنگ پریدگی، پوست سرد و مرطوب، احساس غش و گیجی و گاهی تهوع و استفراغ)



این تصویر کودکی با سوختگی از نوع درجه یک و در برخی نواحی درجه ۲ سطحی است. بخشهایی که در حال حاضر دارای تاول هستند، دچار سوختگی درجه ۲ شده اند. وجود یا عدم وجود تاول بهترین راهنمای افتراق بین سوختگی درجه ۱ و ۲ است.

Third Degree Burn

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



سوختگی درجه ۳

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 در سوختگی:

- ۱- 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.
- ۲- آرامش خودتان را حفظ کنید . با تلفن ۱۱۵ تماس بگیرید . پاسخگوی تلفن ۱۱۵ پس از گرفتن اطلاعات لازم بر اساس آموزش های تخصصی که فراگرفته است شما را راهنمایی می کند. توصیه های پاسخگوی ۱۱۵ را انجام دهید.
- ۳- 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.
- ۴- 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 نشود . ده 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 آن را خارج نمایید.

۵ - اگر مصدوم هوشیار نیست و نفس نمی کشد عمل احیاء (تنفس مصنوعی همراه با فشردن قفسه سینه) را آغاز کنید. اگر به هر دلیل امکان انجام تنفس مصنوعی را ندارید فشردن قفسه سینه را ادامه دهید.

۶ - 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. سوخته است، محل سوختگی را به مدت پانزده دقیقه در آب سرد (حدود ۱۰ تا ۱۵ درجه و نه آب یخ) و پانزده دقیقه در آب ولرم (حدود ۲۰ درجه) قرار دهید.

۷ - پس از ۲۰ 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 متفرق نکنید.

۸ - مراقب آسیب های احتمالی به خود و بیمار باشید. لباس بیمار را به آرامی خارج سازید.

۹ - ساعت، گردنبند، دستبند، انگشتر، کمر بند و کفش های مصدوم را در آورید.

۱۰ - 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.

۱۱ - 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.

۱۲ - قاول ها را پاره نکنید و پوست کنده شده را جدا نکنید.

۱۳ - از یخ و آب یخ بر روی ناحیه سوخته استفاده نکنید زیرا باعث سوختگی بیشتر می شود.

۱۴ - استفاده از هر نوع کرم، پماد و لوسیون غیر استریل و نامناسب روی سوختگی ممنوع است.

۱۵ - از بانداژ سبک استفاده کنید.

- پانسمان استریل در محل آسیب را با استفاده از یک باند نخی شل و نرم نگره 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.

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

۱۷ نواحی تناسلی، انگشتان، کف دست، گردن، صورت، مخاط های 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 ای، بلافاصله مصدوم را برای معاینه و درمان به مرکز درمانی برسان. در این سوختگی های دور تا دور اندامها، گردن و تنه اهمیت بالایی دارند زیرا تورم بعد از سوختگی موجب اختلال خونرسانی اندام می شود.

۱۸ مراقب علائم شوک 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 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:

۱. با تلفن ۱۱۵ تماس بگیرید. پاسخگوی تلفن ۱۱۵ پس از گرفتن اطلاعات لازم بر اساس آموزش های تخصصی که فراگرفته است شما را راهنمایی می کند. توصیه های پاسخگوی ۱۱۵ را انجام دهید.
۲. 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.
۳. محل آسیب را بپوشانید. در صورت امکان از پانسمان استریل غیر چسبنده استفاده کنید یا اگر ناحیه سوخته وسیع تر است از یک ملحفه تمیز بدون پرز استفاده ننمائید.
۴. به مصدوم اطمینان و آرامش دهید. بیمار دچار شوک را در وضعیت درازکش و پاهای بالاتر از سطح بدن قرار دهید.

سوختگی های شیمیایی:

- ناحیه سوخته را با مقدار فراوان آب حداقل به مدت ۲۰ 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 ۱۱۵ تماس بگیرید . پاسخگوی تلفن ۱۱۵ پس از گرفتن اطلاعات لازم بر اساس آموزش های تخصصی که فراگرفته است شما را راهنمایی می کند . توصیه های پاسخگوی ۱۱۵ را انجام دهید . برخی از مواد شیمیایی یا فرآورده ها نیاز به درمان ویژه ای دارند لذا در تماس با اورژانس ۱۱۵ حتما نام ماده شیمیایی و میزان و نحوه تماس را به اختصار بیان نمائید.

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 خسونت صدا یک علامت آسیب راههای هوایی است و مراقبت فوری پزشکی نیاز دارد.

اقدامات:

۱. با ۱۱۵ تماس بگیرید.
 ۲. اگر در یک فضای بسته قرار دارید که و برای امدادگر امن نیست منتظر امدادگر به مکانی بی خطر و امن و ترجیحاً هوای آزاد ضروری است.
 ۳. ناحیه آسیب دیده را خنک کنید.
 ۴. اگر دود یا گاز های سمی شامل مونو کسید کربن یا منشا آگروز 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 ریه‌ها از کمبود شدید اکسیژن رنج ببرد. انتقال بیمار به بیمارستان در اسرع وقت مهم است زیرا ممکن است وضعیت مصدوم بدتر شود.

۵. 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.
- شعله‌های آتش را با استفاده از هر گونه لباس غیر پلاستیکی یا پتو خاموش کنید و مصدوم را جهت حذف اکسیژن از ناحیه در حال سوختن روی زمین بغلتانید.
- توجه داشته باشید که پتو یا لباس حاوی الیاف پلاستیکی نباشد که بر روی پوست مصدوم ذوب و باعث سوختگی بیشتر می‌شود.

آسیب‌های چشمی:

- چشم یک ساختار حساس است که به راحتی توسط جسم خارجی یا مواد شیمیایی مورد آسیب قرار می‌گیرد.
- اگر جسم خارجی وارد چشم شده و با عث خراش و آسیب چشم شود ممکن است مصدوم درجاتی از بینایی خود را از دست بدهد. ضربه سنگین نیز می‌تواند 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 وسایل ایمنی نظیر عینک مخصوص در کاهش آسیب‌های چشمی بسیار موثر است.

علائم و نشانه‌های آسیب‌های 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 کا هش 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 نمائید 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 ۱۱۵ نمائید.

سوختگی شیمیایی در چشم:

- سوختگی شیمیایی چشم درد فراوانی به همراه دارد.
- به ملایمت حداقل ۲۰ دقیقه چشم را با آب تمیز بشوید.
- 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 بشوید.
- شستن چشم تا زمان انتقال بیمار ادامه دارد . پس از ۲۰ 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.
- حتما " 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.
- 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:

صداهاى بلند ناگهانی مثل صدای انفجار مواد محترقه در مراسم چهارشنبه آخرسال 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 یک بار 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 کیپی 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 می‌کند.
- **ضربه صوتی:** این عارضه منحصراً در اثر یک مواجهه یا چند مواجههٔ نسبی با صدای خیلی بلند مانند صدای انفجار ترقه به وجود می‌آید. به محض مواجهه با این صدا که خارج از تحمل اندام شنوایی است، صدمهٔ مکانیکی نظیر پارگی پردهٔ صماخ ایجاد می‌گردد. نتایج این مواجهه شدید بوده و نیاز به درمانی فوری دارد. حتی یک بار شنیدن صدای انفجار ترقه از فاصله نزدیک می‌تواند بلافاصله موجب آسیب شنوایی دائمی شود.
- پارگی پرده گوش می‌تواند همراه با خونریزی باشد. در این صورت سریعاً 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 می‌شود. این عارضه حتی ممکن است سبب عوارض روانی گردد.
- به جز عوارض شنوایی، قرارگیری در سروصدای بلند می‌تواند موجب استرس، تحریک‌پذیری، بدخوابی، فشارخون بالا، بیماری‌های 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 ترقه بازی انجام می‌شود و استفاده از محافظ‌های گوش (مانند گوش‌گیرهای مناسب) می‌توان از گوش‌ها مراقبت نمود. حفاظت از شنوایی نوزادان و کودکان کم‌سن 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، به ویژه 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 ۲ توصیه:

اگر می خواهید از این قبیل عوارض چهارشنبه سوری در امان باشید یا اگر می خواهید به مصدومی که در اثر سروصداهای شدید و ناگهانی چهارشنبه سوری از حال رفته، کمک کنید؛ می توانید از توصیه های زیر کمک بگیرید:

۱. شاید ایمن ترین توصیه به تمام خانواده هایی که دوست ندارند با چنین عوارضی روبه رو شوند، این باشد که چهارشنبه آخر سال را در جایی که مطمئن اند کمتر در معرض این قبیل سروصداها قرار می گیرند، بگذرانند یا از گوش گیرهای مناسب برای کاهش صداهای دریافتی (به خصوص برای زنان باردار، کودکان و سالمندان) استفاده کنند.

۲. 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 ۱۱۵ تماس بگیرید. از هوشیاری بودن و تنفس وی اطمینان حاصل کنید. اگر بیمار هوشیار نیست و نفس نمی کشد، درخواست کمک کنید و تا زمانیکه فرد دیگری با ۱۱۵ تماس می گیرد فوراً احیا را با فشردن قفسه سینه و در صورت امکان تنفس مصنوعی شروع کنید. تا رسیدن آمبولانس اگر به هر دلیل نمی توانید تنفس مصنوعی بدهید، فشردن قفسه سینه را به تاخیر نیاوردید. می توانید تلفن را در حالت بلندگو قرار دهید تا مشاوره و دستورات پرستار ۱۱۵ را شنیده و اجرا کنید.

چهارشنبه سوری و خطرهای دیگر

چهارشنبه سوری، 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 می روند، وقتی با اکسیژن یا کربن ترکیب شوند، بسط خطرناکی می شوند و می توانند 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 ریز می توانند سوختگی های شدیدی به وجود بیاورند و منجر به بروز سردرد، سرگیجه، کاهش عمق تنفس و خستگی شدید شوند. استنشاق ترکیبات سولفور ریز می تواند به عوارض تنفسی منجر شود. اگر پوستمصدوم با این قبیل ترکیبات آلوده شده، بایستی بلافاصله آن را با آب فراوان بشویید و به یک مرکز درمانی مراجعه کنید.

توصیه های 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:

۱. وجود یک کپسول آتش نشانی پودری در حوالی محیط هایی که در آن آتش روشن کرده اید، ضروری است. ضمن این که 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.
۲. از نگهداری ترقه‌ها و سایر مواد محترقه در منزل پرهیز و از حمل آن اجتناب کنید . حمل مواد محترقه بر اساس ماده ۲۴ قانون مبارزه با قاچاق کالا و ارز، جرم است.
 ۳. از آتش بازی در مجاورت وسایل نقلیه‌ای که حامل بنزین و مواد سوختنی هستند، اکیداً پرهیزید.
 ۴. از ریختن مواد سریع الاشتعال 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.
 ۵. از پرتاب فشفشه، ترقه و مواد آتش‌زا بر روی شاخه‌های درختان، پشت بام و بالکن منازل خودداری کنید و در صورت بروز هرگونه حریق یا حادثه‌ای، ضمن حفظ خونسردی، در اسرع وقت با ۱۲۵ تماس بگیرید و نوع حادثه و نشانی دقیق محل حادثه را اطلاع دهید. در صورتیکه حادثه مصدوم هم دارد فوراً با ۱۱۵ تماس بگیرید.
 ۶. انداختن ظروف تحت فشار (کپسول‌ها و اسپری‌های حشره‌کش) به درون آتش اکیداً خودداری کنید؛ چراکه این ظروف به علت دارا بودن خاصیت انفجاری، ممکن است ذرات را به سمت خودتان پرتاب کنند و به چشم‌هایتان آسیب برسانند.
 ۷. 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.
 ۸. 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، خس خس 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 ۱۱۵ تماس بگیرید.
 ۹. هرگز مواد منفجره و محترقه را به طرف افراد دیگر پرتاب نکنید و به هیچ عنوان، 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.
 ۱۰. 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 غیرقابل مهار نیز خودداری کنید.
 ۱۱. ترقه و فشفشه اگرچه ظاهراً بی‌خطرند، ولی اگر به نقاط خاصی از بدن (به ویژه صورت) اصابت کنند، باعث آسیب دیدگی‌های شدید (و گاهی غیرقابل برگشت) می‌شوند.

۱۲. اگر خدای نکرده دچار سوختگی شدید، از دویدن خودداری کنید یادتان باشد که پتو وسیله مناسبی برای خاموش کردن فردی است که لباسش آتش گرفته است. در صورت دسترسی استفاده از آب هم مناسب است. ولی هرگز از کپسول آتش‌نشانی برای خاموش کردن مصدومی که آتش گرفته، استفاده نکنید.

۱۳. 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 آتش‌بازی 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 آتش‌نشانی تماس گرفته و مراتب را با ذکر نوع حادثه و نشانی دقیق اطلاع دهید.

بیایید شور و شادی شب چهارشنبه پایان سال را با یک عمر غم و افسوس عوض نکنیم!

تهیه کنندگان :

دکتر علی دلخروشان - رئیس مرکز مدیریت حوادث و فوریت‌های پزشکی بیرجند
علیرضا عباسی - کارشناس هماهنگی مرکز مدیریت حوادث و فوریت‌های پزشکی
حمید رضا اله پور - مسئول دفتر مرکز مدیریت حوادث و فوریت‌های پزشکی