

کمک های اولیه و فوریت های پزشکی در تصادفات و سوانح جاده ای

سیده سوسن رئوفی^۱، دکتر سیروس ابراری^۲، سارا بازرگان^۳

اعضو هیأت علمی دانشگاه آزاد اسلامی واحد زنجان - Sraufi@azu.ac.ir

رئیس بهداشت و درمان آمادگاه اصلی زنجان - DrSAbrari@yahoo.com

کارشناس کامپیوتر - دانشگاه آزاد اسلامی واحد زنجان - Sa_Bazargan@yahoo.com

چکیده :

در حال حاضر سوانح رانندگی اصلی ترین عامل مرگ زودرس و از دست رفتن عمر مفید در ایران است. سازمان بهداشت جهانی در گزارشی سهم قربانیان سوانح رانندگی در جهان را دو درصد از مجموع فوتی ها عنوان کرده در حالی که این رقم در ایران ده درصد می باشد. اکنون تصادفات جاده ای در ایران بیش از بیست برابر کشورهای صنعتی است.

بررسی های پزشکی نشان می دهد که بعد از یک تصادف زمان طلایی برای مجروحان حادثه وجود دارد. در طول این زمان قربانی حادثه انتظار دارد که وسایل نجات وی فراهم شود و در ادامه ، مراقبت های پزشکی بعدی نیز به کمک آید تا او شانس بیشتری برای زندگی داشته باشد و میزان آسیب دیدگی های ناشی از تصادف برای او کمتر شود. در تصادفات جاده ای، اغلب مرگ ها در غیاب مراقبت های پزشکی اتفاق می افتد البته بعضی از این مرگ ها به دلیل جراحات اولیه غیر قابل اجتناب هستند اما تعداد قابل توجهی از جراحات می تواند به مرگ منجر نشود. کمک های اولیه شامل متدها و تکنیک هایی است که عملیات مربوط به پیشگیری ، آمادگی و فوریت در پاسخگویی به موارد اورژانس را بهبود می بخشد. دانش کمک های اولیه می تواند به افزایش مسؤلیت اجتماعی و ارتقاء ارزش هاس انسانی کمک کند به دلیل اهمیت نقش کمک های اولیه در کاهش قربانیان تصادفات ترافیکی طبق سند راهنمای سال ۲۰۰۰ اتحادیه اروپا تمامی کشورهای عضو اتحادیه از تاریخ اوایل اکتبر سال ۲۰۰۳ مکلف شده اند که اقدامات ضروری را انجام دهند تا متقاضیان گواهینامه رانندگی بیاموزند که در یک تصادف باید چگونه رفتار کنند و چگونه به قربانیان تصادفات جاده ای کمک کنند (چگونگی تخلیه و انتقال مسافران سالم و مجروحان و اجرای کمک های اولیه). این سند راهنما همچنین اشاره می کند که آموزش و بازآموزی دوره های کمک های اولیه باید برای رانندگان حرفه ای نیز برگزار شود. در این راستا می توان اشاره نمود ضرورت این آموزش ها با ایجاد آگاهی و گسترش خلاقیت از طریق پوشش رسانه ای ، برگزاری دوره های آموزشی به صورت حضوری یا

غیر حضوری بر اساس سیستم آموزش الکترونیکی و با استفاده از سی دی^۱ و اینترنت کامل می شود.

واژه های کلیدی : تصادفات جاده ای ، کمک های اولیه ، آموزش

بدنه اصلی :

حوادث ترافیکی دومین علت مرگ و میر در ایران محسوب می شوند. در طول سالیان گذشته مرگ و میر ناشی از حوادث رانندگی با افزایش ۱۲ تا ۱۵ درصدی همراه بوده است. سوانح جاده ای یک پدیده اجتماعی در کشور می باشد که نیاز به شناسایی ابعاد زیربنایی آن از قبیل مسائل فرهنگی، روانی، جامعه شناختی، تبلیغاتی، قضایی، پزشکی و ... دارد. به طور حتم آمار معلولان و مصدومان ناشی از حوادث رانندگی و جاده ای ۱۰ تا ۱۵ برابر میزان تلفات ناشی از آن است که عواقب جبران ناپذیر آن مانند بی سرپرستی، مسائل و مشکلات روحی و روانی خانواده و بستگان، هزینه های هنگفت درمانی و نیز مسائل جزایی و قضایی است [۹].

حوادث رانندگی در خیابان ها و جاده ها همچنان قربانی می گیرد. بر اساس یکی از آمارها بیش از یک چهارم حوادث رانندگی دنیا در ایران اتفاق می افتد و در طول بیست و چهار ساعت شبانه روز، (حدود) ۷۲ ایرانی بر اثر تصادف کشته می شوند. خسارات تصادفات رانندگی در کشور سالانه بیش از ۶ هزار میلیارد تومان است. بنا به گزارش سازمان بهداشت جهانی اولین افرادی که به محل وقوع حادثه می رسند نقش بسیار مهمی در پیشگیری از تبعات جدی ناشی از تصادفات دارند و می توانند علاوه بر تلفن به اورژانس ، خاموش کردن آتش ، محافظت محل وقوع حادثه جهت جلوگیری از تصادف مجدد ، با انجام کمک های اولیه به فرد مصدوم بسیار مؤثر واقع شوند [۹و۲].
شاهدانی که آموزش کمک های اولیه را دیده اند می توانند از بسیاری از مرگ های ناشی از مشکلات تنفسی و خونریزی

و امداد رسانی در صحنه تصادف اهمیت خود را نشان می دهد [۱۱۳ و ۱۱۴].

در آوریل ۲۰۰۱ نیز، شورای اقتصادی - اجتماعی سازمان ملل، تصمیمی اتخاذ کرد که بر اساس آن، نقش و اهمیت آموزش کمک های اولیه و همچنین وسایل کمک های اولیه همراه با توصیه های لازم برای استفاده کنندگان از جاده ها مشخص و پررنگ شود. این تصمیم در تمام کشورهای عضو از سال ۲۰۰۳ لازم اجرا بوده است. این برنامه نتیجه همکاری و مشارکت بسیار نزدیک میان فدراسیون اروپایی قربانیان حوادث ترافیکی، سازمان جهانی صلیب سرخ و هلال احمر بوده است. در آموزش کمک های اولیه به جز رانندگان عادی و حرفه ای می توان سایر گروه های مردم مانند کودکان، دوچرخه سواران، موتورسیکلت رانان و رانندگان تاکسی را نیز در نظر داشت.

از عوامل موثر در تصادفات جاده ای می توان به :

جاده های نامناسب، خودروهای فاقد ایمنی و عدم توجه رانندگان به قوانین است؛ مهارت ناکافی و خطاهای شخصی؛ بی توجهی به علائم و هشدار های راهنمایی و رانندگی؛ طراحی نامناسب جاده های ارتباطی؛ نقص وسائط نقلیه؛ شرایط آب و هوایی نامناسب؛ ضعف قوانین و مقررات، اشاره نمود.

شدت حوادث رانندگی از سقوط دوچرخه تا تصادف شدید با اتومبیل، متفاوت است. محل حادثه اغلب به دلیل ترافیک در حال حرکت، پر از خطرهای جدی است. بی خطر کردن محل حادثه قبل از حاضر شدن بر سر مصدومان، بسیار حیاتی است. این اقدام زمینه را فراهم می کند از خود، مصدوم و سایر افراد عبورکننده از جاده، حفاظت شود. به محض بی خطر شدن محل، به سرعت باید وضعیت مصدومان ارزیابی شود، درمان اولویت بندی شود. به مصدومانی که به کمک های اورژانس نیاز دارند، قبل از دیگران باید رسیدگی شود.

اقدامات حین و بعد از وقوع حادثه:

ابتدا از امنیت خود مطمئن شوید و از انجام کاری که ممکن است شما را به مخاطره بیندازد، پرهیز کنید.

اتومبیل خود را در محلی امن و کاملاً با فاصله نسبت به محل حادثه پارک کنید و چراغهای خطر آن را به حالت چشمک زن قرار دهید.

هرگز در عرض یک جاده عریض ندوید.

در شب، لباسی بپوشید یا چیزی حمل کنید که روشن یا منعکس کننده نور باشد و از چراغ قوه استفاده کنید.

پس از انجام موارد فوق، احتیاط های کلی زیر را رعایت کنید: در صورت امکان فردی را برای هشدار دادن به سایر رانندگان و کاستن از سرعت آنها معین کنید.

جلوگیری کنند. با در نظر گرفتن این واقعیت که در کشورهای کم درآمد و حتی متوسط نجات توسط آمبولانس بسیار دیر اتفاق می افتد و بیشترین میزان فوت در این کشور ها قبل از رسیدن به بیمارستان رخ می دهد، نقش شاهدان اولیه در دستیابی مصدومین به مراقبت های اولیه حائز اهمیت می باشد.

یکی از عمده ترین دلایل مرگ قربانیان تصادفات جاده ای، آنوکسیا یعنی ناتوانی در تامین اکسیژن به دلیل بسته شدن مجاری تنفسی است. (به طور متوسط حدود چهار الی پنج دقیقه پس از انسداد مجاری تنفسی، مرگ اتفاق می افتد.) زمان معمولی برای رسیدن آمبولانس به محل حادثه، حتی در مناطقی که دارای امکانات عالی امدادی هستند، حدود ۱۰-۵ دقیقه است و اگر در طول این مدت اقدامات اولیه برای بازگشت تنفس مجروحان انجام نشود، بسیاری از آنان خواهند مرد. به همین دلیل استفاده از تکنیک های کمک های اولیه، به ویژه با روش های صحیح تا رسیدن تیم های اورژانس، معنایی بین مرگ و زندگی برای قربانی حادثه دارد و بدون تردید هدف از مراقبت های اورژانس شروع مراقبت در حالت حاد از فرد مصدوم با حداکثر سرعت ممکن است. همانطور که اشاره شد توجه به زمان در عملیات امداد رسانی، نقش بسیار مهم و حیاتی در این زمینه ایفا می کند، به ویژه زمانی که گروه امداد وجود ندارد و یا تأخیر کرده است. در این لحظات هرکس که آموزش کمک های اولیه را گذرانده باشد می تواند به مجروحان تصادفات جاده ای کمک کند. اگر آمبولانس در دسترس نباشد اغلب آنها را می توان با وسایل نقلیه گذری به مراکز پزشکی منتقل کرد، البته توجه به این نکته نیز ضروری است که نحوه و کیفیت این کمک رسانی قویاً منوط به داشتن آموزش کافی در مورد کمک های اولیه است.

در تصادفات جاده ای، اغلب مرگ ها در غیاب مراقبت های پزشکی اتفاق می افتد. البته بعضی از این مرگ ها به دلیل جراحات اولیه غیرقابل اجتناب هستند، اما تعداد قابل توجهی از جراحات می تواند به مرگ منجر نشود. این تفاوت از مقایسه نرخ متفاوت مرگ و میر ناشی از جراحات تصادفات جاده ای در کشور های مختلف مشخص می شود. مثلاً بررسی آماری تعداد مجروحان حوادث رانندگی در کشور های ایران و مالزی و مقایسه آن با کشورهای توسعه یافته مانند آمریکا، ژاپن، کانادا و... نشان می دهد که تعداد مجروحان در ایران و مالزی بسیار کمتر است، به طوری که در بین ۲۱ کشور، ایران در رتبه دوازدهم و مالزی در رتبه چهاردهم قرار دارد. در حالی که آمریکا، ژاپن و کانادا به ترتیب اول تا سوم هستند. اما در بررسی تعداد فوت شدگان حوادث رانندگی آمارها کاملاً برعکس می شوند یعنی از نظر آمار فوت شدگان در بین ۲۱ کشور، ایران رتبه اول و مالزی رتبه دوم را دارا هستند در حالی که آمریکا رتبه هفتم، ژاپن رتبه بیست و دوم و کانادا رتبه پانزدهم را به خود اختصاص می دهند. در این جاست که اهمیت کمک های اولیه

نسبت به برقراری ارتباط با عوامل امداد نجات جاده ای اقدام نمائید. شماره تلفن های ۱۱۰ و ۱۱۵ می توانند راهنمای خوبی باشند.

اقدامات و کمک های اولیه را تا قبل از رسیدن نیروهای امدادی و اورژانس برای مصدومین انجام دهید.

بررسی وضعیت مصدومین

به سرعت تمام مصدومان را ارزیابی کنید. اگر بیش از یک مصدوم وجود دارد، ابتدا به آنهایی که ممکن است آسیب های تهدیدکننده حیات (مثل سوختگی یا زخم شدید) داشته باشند، رسیدگی کنید. در صورت امکان، مصدومان را در همان وضعیتی که با آنها مواجه شدید، درمان کنید؛ تنها در صورتی که مصدومی در خطر باشد یا به منظور ارایه درمان نجات بخش، می توانید وی را جابه جا کنید. محل را به طور کامل جستجو کنید تا از مصدومانی که به مناطق دورتر پرتاب شده اند یا از آنهایی که به خاطر منگی، بی هدف حرکت کرده و از محل دور شده اند، غفلت نکرده باشید. اگر مصدومی داخل یا زیر یک وسیله نقلیه گیر افتاده است، به کمک خدمات آتش نشانی و نجات احتیاج خواهید داشت. بنابراین در اسرع وقت با این مراکز تماس بگیرید.

نحوه برخورد با مصدومان داخل وسیله نقلیه:

زمانی که شما مصدوم را از نظر وجود آسیب های بالقوه تهدیدکننده حیات ارزیابی می کنید، ناظران می توانند با نگره داشتن سر مصدوم، به شما کمک کنند. در برخورد با یک مصدوم، ابتدا یک ارزیابی اولیه انجام دهید و در صورت امکان، به آسیب های تهدیدکننده حیات رسیدگی کنید. در مورد هر مصدومی که در حوادث رانندگی آسیب دیده است، همیشه فرض کنید که آسیب گردن(نخاع) وجود دارد و سر مصدوم را تا رسیدن نیروهای کمکی، با دست نگره دارید. در مدتی که منتظر رسیدن کمک های تخصصی هستید، علایم حیاتی مصدوم(سطح پاسخ دهی، نبض و تنفس) را کنترل و ثبت کنید. هیچگاه مصدوم را قبل از ثبت وضعیت، بی حرکت کردن گردن و اندام های آسیب دیده، کنترل خونریزی و... از خودرو خارج نکنید، مگر به ضرورتی مانند: احتمال انفجار یا خطرات محیطی و... .

نحوه خروج مصدوم از داخل خودرو را فرا بگیرید و هنگام تصادفات مورد استفاده قرار دهید. در صورت فرو رفتگی فرمان به داخل بدن، با آزادسازی ضامن و عقب کشیدن صندلی نسبت به آزاد سازی مصدوم اقدام کنید. در صورت گیر کردن پاها بین پدال توسط طنابی که به در بسته شده پدال را آزاد کنید[۵و۹و۱۰و۱۲].

نحوه برخورد با مصدومان روی جاده:

پس از اطمینان از بی خطر بودن اوضاع، مصدوم را از نظر وجود آسیب های تهدیدکننده حیات بررسی کنید. مصدوم را فقط در صورتی می توانید جابه جا کنید که کاملاً ضرورت داشته باشد.

هشدار!

حداقل به فاصله ۴۵ متر از محل حادثه در هر دو طرف آن، مثلث یا چراغ هشداردهنده قرار دهید.

موتور تمام وسایل نقلیه آسیب دیده را خاموش کرده، در صورت امکان، مخزن سوخت را در ماشین های دیزلی و موتور سیکلت ها خاموش کنید.

وسيله نقلیه را بی حرکت کنید. اگر وسیله نقلیه روی چهارچرخ است، ترمز دستی را کشیده، اتومبیل را در دنده قرار دهید. یا چند قطعه سنگ بزرگ را درست جلوی چرخ ها بگذارید.

اگر وسیله نقلیه چپ کرده است، سعی نکنید آن را برگردانید اما از واژگون شدن آن پیشگیری کنید.

مراقب خطرهای فیزیکی باشید. اطمینان حاصل کنید کسی سیگار نمی کشد. گروه خدمات اورژانس را از وجود خطوط نیروی آسیب دیده، سوخت پخش شده و هرگونه وسیله نقلیه ای که نشانه «خطر شیمیایی» دارد، آگاه سازید.

نشانه های خطر شیمیایی نشان می دهد که وسیله نقلیه در حال حمل یک ماده خطرناک است. ماهیت این خطر بالقوه با یک نشانه مشخص می شود. خدمات اورژانس قادر به تفسیر این اطلاعات خواهد بود. اولین اقدام در برخورد با خودرو تصادفی، خاموش کردن موتور خودرو، سنگ چین چرخ ها، گذاردن در دنده مخالف شیب، کشیدن ترمز دستی و برداشتن سر باتری خودرو است[۳و۴].

در صورت وجود هر گونه خطری پس از تثبیت کردن خودرو موارد زیر را مدنظر داشته باشید.

بلافاصله علائم هشدار دهنده برای رانندگان عبوری برقرار کنید.

از ۱۰۰ متر قبل از تصادف جاده را سنگ چین کرده و با نصب علائم هشدار، رانندگان عبوری را از وضعیت موجود مطلع نمائید.

هنگام روز می توانید، برای هشدار از پارچه های رنگی استفاده کنید.

در صورت تصادف در شب(در صورت عدم وجود بنزین، روغن و... در سطح جاده) از آتش در ابتدای محل سنگ چین بهره گیری نمائید.

چنانچه در سطح جاده بنزین، روغن، گازوئیل و... ریخته شده است با ریختن مقداری خاک یا شن بر سطح منطقه، موقعیت تصادف را ایمن کنید.

کپسول اطفاء حریق خودرو را آماده کرده تا در صورت هرگونه حریق اقدام لازم اعمال گردد.

چنانچه حریق خودرو، در قسمت موتور باشد، هیچگاه درب کاپوت جلو را کاملاً باز نکنید و به دو طریق نسبت به اطفاء حریق اقدام کنید:

-کپسول اطفاء حریق را از زیر موتور بپاشید.

-فقط به اندازه ورود شلنگ کپسول، کاپوت را باز کنید.

۱۰- بدیهی است نقش صدا و سیما و جراید و فیلم سازان در امر آموزش و فرهنگ سازی در این زمینه بسیار حائز اهمیت می باشد [۱ و ۲ و ۳ و ۷ و ۸ و ۹].

منبع:

[۱] محمودی محسن، ۱۳۸۷، راهنمای نجات از حوادث مرگبار، انتشارات دانشگاه آزاد اسلامی

[۲] نیکروان مفرد ملاحظت، ۱۳۸۷، کتاب جامع فوریت های پرستاری، انتشارات نور دانش

[۳] گیتی افسانه، ۱۳۸۴، پرستاری فوریت ها، انتشارات تبری

[۴] پیروی حمید، ۱۳۸۶، رموز پرستاری اورژانس، انتشارات نیما

[۵] غفاری فاطمه، ۱۳۸۶، پرستاری فوریت ها، انتشارات تبری

[۶] شهیدی لاله، ۱۳۸۵، فوریت های حاد پزشکی، انتشارات سخن گستر

[7] Bruner and suddarth. Medical. Surgical-Nursing 7 thed. Philadelphia. J.B. Lippin cott co 2008

[8] Budass sheehy-Suan-Emergency Nursing Principles and practice. Irred, Sr. Louis-Mosby Co. 2008.

[۹] نکاتی در مورد امداد و نجات در حوادث جاده ای. برگرفته از سایت <http://www.emdadgar.com>

[۱۰] حوادث جاده ای برگرفته از سایت www.helal.uast.ac.ir

[۱۱] امیدوار، شروین. کمین مرگ در سفرهای روزانه <http://ettelaat.net/news@ettelaat.net>

[۱۲] خواب آلودگی رانندگان یکی از علل مهم حوادث رانندگی است. برگرفته از سایت www.iransalamat.com

[۱۳] محمدی پیکر زهرا، ۱۳۸۸، کمکهای اولیه و اهمیت آن در حوادث رانندگی، سایت امداد و نجات

مصدوم را حرکت ندهید مگر وقتی که قطعاً ضرورت داشته باشد.

اگر لازم باشد مصدوم را حرکت دهید، روش مورد استفاده برای جابجا کردن مصدوم بسته به وضعیت وی و نیز وجود یا عدم وجود نیروهای کمکی، فرق می کند.

از یک ناظر بخواهید که موقعیت وسیله نقلیه و مصدوم را نشانه گذاری کند؛ این اطلاعات برای پلیس مفید است. فوراً با مراکز امدادی تماس بگیرید.

نتیجه گیری:

دانش کمک های اولیه می تواند به افزایش مسئولیت اجتماعی کمک کند. تصادف رانندگی یک رویداد معمول نیست که جامعه در فرآیند اجتماعی رفتار مناسب را به فرد بیاموزد و به همین دلیل نیاز به آموزش رفتار منطقی و صحیح به فرد هنگام قرار گرفتن در این شرایط است.

نویسنده بر آن شده است که پیشنهادات ذیل را جهت کاهش تلفات جاده ای و سوانح راهنمایی و رانندگی ارائه نماید و توجه مسئولین و برنامه ریزان کشور را هر چه بیشتر به این امر معطوف نماید:

- ۱- ارتقاء آموزش عمومی و اختصاصی امداد و نجات ویژه مدیران ارشد مجموعه طرح جامع امداد و نجات کشور و استان ها و شهرستان ها
- ۲- ارتقاء آموزش عمومی و اختصاصی مسئولین و کارشناسان راه و ترابری و خودروسازان،
- ۳- ارتقاء آموزش عمومی واحدها، مدیران و مسئولین و کارشناسان و افراد شاغلدر راهنمایی و رانندگی و پلیس راه
- ۴- برگزاری کارگاه های آموزشی برای مردم شهر و روستا متناسب با گروه های سنی مختلف
- ۵- ارائه درس کمک های اولیه همراه با آموزش عملی در مدارس و مراکز آموزش عالی به عنوان یک واحد درسی همچون در تنظیم خانواده مد نظر قرار گیرد.
- ۶- آموزش کمک های اولیه تئوری و عملی جهت متقاضیان دریافت گواهینامه رانندگی و علاوه بر آن آموزش و بازآموزی دوره های فوق برای دارندگان گواهینامه
- ۷- پیشنهاد می شود کلیه خودروها(اعم از شخصی، دولتی و ...) مجهز به جعبه کمک های اولیه و کپسول اطفای حریق باشد. توجه مسئولین خودروسازی به این امر حائز اهمیت است.
- ۸- تلفن های اورژانس در فواصل کمتری در جاده های اصلی و فرعی نصب گردد.
- ۹- وزارت راه و ترابری تابلوهای فاصله بین شهرها را به منظور اطلاع رسانی دقیق حادثه دیدگان و تسریع در رسیدن آمبولانس و گروه امداد را مدنظر قرار دهد.