



ریسک‌های امداد در کوهستان

گروه‌های امداد و نجات کوهستان نیز در عملیات‌های امداد به مانند کوهنوردان با خطرات بالقوه‌ای مواجه هستند

شکندرمویدن بی‌باشد در چنین شرایطی استفاده از کلاه ایمنی ضروری است.

اگرچه در اخبار بیشتر رویدادهای مربوط به طوفان، یخبندان و برفان پوشش داده می‌شود، اما واقعیت این است که صافه در کوهستان بیش از دیگر رخدادهای طبیعی قربانی می‌گردد در ماهه سال‌های ۱۹۴۰ تا ۱۹۸۱ به‌طور میانگین ۱۸۵ نفر در آمریکا به دلیل برخورد صافه جان خود را از دست دادند. اگرچه صافه در کوهستان بسیار آن نیز وجود دارد. معمولاً صافه به همراه غرش آسمان به زمین می‌رسد در حقیقت می‌توان شدت یک صافه را از روی شدت غرش آسمان تشخیص داد. صافه قدرتمند حتی می‌تواند آسیب‌هایی به ساختمان‌ها، درخت‌ها و دیگر اشیای بلند روی زمین ایجاد کند. خطر صافه تنها به برخورد مستقیم آن مربوط نمی‌شود. حتی اگر شما در مسیر جرایمی قرار داشته باشید که صافه روی زمین ایجاد می‌کند ممکن است آسیب‌بینید.

سقوط بدن‌های یخ
کوهستان در فصل زمستان با خطری به نام سقوط بدن مواجه هستند. البته در حال حاضر برخی از سازمان‌های هواشناسی می‌توانند احتمال بروز بهمین را پیش‌بینی کنند. بنابراین قبل از انجام عملیات امداد حتماً اطلاعات کافی در این مورد را به دست آورید. همچنین امدادگران کوهستان در فصل زمستان باید کلاه‌های برف‌شناسی، انواع برف و برف در شیب را گذرانده باشند. همیشه احتیاط را بهمین راحتمل در قرار از آن است.

آب‌وهوا و امداد هوایی
امدادگران کوهستان باید در استفاده از امداد هوایی شرایط آب‌وهوایی را به‌طور کامل بررسی کنند.

برای امداد هوایی، شرایط آب‌وهوایی، به‌علاوه ارتفاع و شیب کوهستان باید حتماً از پیش بررسی شده باشد. همچنین امدادگران کوهستان باید تسلط دقیق در سستی از نیاز ضروری به بالگرد داشته باشند. همه‌الگردد در سافت‌اف‌ت‌اف پرواز و محدودیت‌هایی دارند این محدودیت‌ها البته سبب شده به شرایط دمای هوا و میزان رطوبت متفاوت است. همچنین باد شدید برای خلبان بالگرد در سراسر خواهد بود. معمولاً صیحه‌ها که هوا آرام‌تر است، بهترین زمان برای پرواز بالگرد امداد در کوهستان است. ابرهای مترم‌گرم و روی هم‌آبشانه به ابرهای کومولوس موسوم است و معمولاً نشان‌دهنده در راه بودن طوفان است. همچنین بالگردها به آب راه‌آبشانه موسوم است و معمولاً نشان‌دهنده در راه بودن طوفان است. همچنین بالگردها به آب راه‌آبشانه موسوم است و معمولاً نشان‌دهنده در راه بودن طوفان است. همچنین بالگردها به آب راه‌آبشانه موسوم است و معمولاً نشان‌دهنده در راه بودن طوفان است.

حتماً در طول عملیات از کلاه ایمنی استفاده کنند. گاهی اوقات سقوط سنگ می‌تواند باعث پاره شدن طناب نیز بشود. سقوط سنگ همچنین ممکن است به امدادگر با مدموم‌نیز صدمه وارد آورد. در ماه مارس سال ۲۰۰۱، گروهی از امدادگران در پارک ملی آمریکا در حوالی انجام نجات فنی با استفاده از طناب بودند که سنگ به بزرگی یک تن از ارتفاعی به اندازه ۵۰ متری به پایین سقوط کرد. این سنگ هنگام سقوط به چند تکه تبدیل شد و صدای بزرگ به‌صوت خود آورد. دو امدادگر مدموم شدند. اندرو فیتز‌جرالد بعد از برخورد سنگ به پایین سقوط کرد و سر و دستش شکست. بعد از بررسی علل حادثه مشخص شد که از چند روز قبل از تمرین گروه باران در منطقه می‌باریده است. باران باعث سست‌شدن خاک زیر سنگ شد و سرمای شب‌ها نیز خاک را سفت کرده و در نهایت سنگ جای خود حرکت کرده است.

صعود و انجام عملیات امداد روی یخ بسیار خطرناک‌تر از انجام آن روی دیواره سنگی است، چرا که به در مقایسه با سنگ بسیار سست‌تر است. سقوط سنگ یکی از بهترین خطراتی است که امدادگران کوهستان در عملیات امداد با آن مواجه می‌شوند. امدادگران باید متوجه باشند که در حین عملیات امداد خوششان ممکن است باعث سقوط سنگ شوند. گاهی اوقات جدا شدن یک سنگ کوچک ممکن است به بروز بهمنی از سنگ منجر شود. سقوط سنگ معمولاً در اوایل بهار بسیار شایع است. در این زمان برف‌ها در حال آب‌شدن هستند و سطح خاک کوهستان بسیار سست می‌شود. معمولاً بعد از ظهرهای گرم زمان سقوط سنگ است. همچنین بارش باران‌ها نیز شدید در کوهستان نیز می‌تواند باعث سقوط سنگ شود. معمولاً سقوط زمانی آغاز می‌شود که یکی از اعضای گروه امداد اشتباه کرده و سنگ را حرکت دهد. همین دلیل باعث می‌شود که اعضای گروه امداد

را لایه‌ای صافه کندی سعی کنید قبل از تعریق بدن تان یک لایه از لباس تان را از تن در آورید و قبل از این که سردتان بشود، یک لایه بیفزایید. قبل از این که گرسنه شوید، غذا بخورید. قبل از این که تشنه شوید، آب بنوشید. با این کار می‌توانید بین میزان گرمایی که بدن تان تولید می‌کند و گرمایی که از دست می‌دهد، تعادل ایجاد کنید.

حواس تان به آسمان باشد
در حین آن که مشغول انجام عملیات امداد هستید، حتماً حواس تان به آسمان و تغییرات ابرها باشد. گاهی اوقات می‌توان طوفان‌های ناگهانی را با نگاه به تحولات آسمان پیش‌بینی کرد. وقتی ابرها بزرگ‌تر، سیاه‌تر و ارتفاعشان نیز کمتر شد، بدانید که طوفانی در حال شکل‌گیری است. سرعت حرکت ابرها و میزان برخورد چرخش‌شان نیز باید مورد توجه قرار گیرد. برای راحتی کار می‌توانید به یک طرف چند دقیقه زیر نظر داشته باشید. همچنین رهبر گروه امداد باید شیوه کار با فشارسنج و ارتفاع‌سنج را بداند.

سقوط سنگ
سقوط سنگ یکی از بهترین خطراتی است که امدادگران کوهستان در عملیات امداد با آن مواجه می‌شوند. امدادگران باید متوجه باشند که در حین عملیات امداد خوششان ممکن است باعث سقوط سنگ شوند. گاهی اوقات جدا شدن یک سنگ کوچک ممکن است به بروز بهمنی از سنگ منجر شود. سقوط سنگ معمولاً در اوایل بهار بسیار شایع است. در این زمان برف‌ها در حال آب‌شدن هستند و سطح خاک کوهستان بسیار سست می‌شود. معمولاً بعد از ظهرهای گرم زمان سقوط سنگ است. همچنین بارش باران‌ها نیز شدید در کوهستان نیز می‌تواند باعث سقوط سنگ شود. معمولاً سقوط زمانی آغاز می‌شود که یکی از اعضای گروه امداد اشتباه کرده و سنگ را حرکت دهد. همین دلیل باعث می‌شود که اعضای گروه امداد

امدادگران کوهستان نیز می‌تواند خطر آفرین باشد، چرا که این عارضه در نخستین مرحله به قوه عاقله و مغز شما حمله می‌کند و آن را از کار می‌اندازد. به این دلیل اکثر کسانی که سرمازده می‌شوند، تمایل خیلی شدیدی برای خوابیدن دارند. مسلماً استفاده از لباس مناسب ساده‌ترین راه برای مبارزه با سرمازدگی است. امدادگران کوهستان باید بدانند که بهترین تکنیک لباس پوشیدن در سرما، لایه‌لایه لباس پوشیدن است. این تکنیک خیلی ساده است. لایه‌هایی که برای پوشیدن انتخاب می‌کنید، باید از لحاظ حفظ گرما مناسب باشند. یکی از مزیت‌های این روش این است که شما می‌توانید با درآوردن یک لایه یا افزودن یک لایه دیگر، میزان گرمایی که بدن تان تولید می‌کند یا از دست می‌دهد، مدیریت کنید. بدن متناوباً گرما را می‌تاباند و در عین حال بدن تان را طویلت نیز می‌کند که به‌صورت تعریق خود را نشان می‌دهد. آنچه بسیار اهمیت دارد این است که این تعریق باید از پوست دور بماند، چرا که باغ‌راش‌ن عرق بدن خود به نوبه‌ای باعث سرمازدگی بر بدن می‌گردد. از این جهت، لایه لباس نزدیک به پوست شما باید نازک و متخلخل باشد تا بتواند در عین این که گرما را حفظ می‌کند، عرق را نیز از بدن دور نگه دارد. لایه‌های لباسی مثل شما باید ضخیم‌تر باشد تا بتواند گرما را نگه‌دارد و در عین حال رطوبت را از خود عبور دهد. لباس‌های پشمی و الیاف مصنوعی برای این کار مناسب هستند، چرا که اکثر آنها مجاری برای عبور رطوبت و تنفس بدن دارند. در نهایت لایه بیرونی شما باید بافت ضخیم باشد که بتواند هم از لغزش‌ن گرما جلوگیری کند و هم محافظتی سردی نسبت به لباس شما باشد. لباس‌های ضدآب که تنفس نمی‌کنند، بهتر نیست. این منطقه از آسمان منطقه سردی نیست و مردم برای مواجهه با سرما آمادگی ندارند. طبیعتاً در مناطق سرد مردم به‌طور طبیعی برای مواجهه با سرما آمادگی لازم را دارند. سرمازدگی برای

هواشناسی به‌خوبی با روش‌های علمی پیش‌بینی آب‌وهوا را بداند، اما نیاز است که حداقل از اصول هواشناسی اطلاع داشته باشند. رهبران باتجربه گروه‌های امداد کوهستان باید بتوانند به‌سرعت وضع آب‌وهوا را تحلیل کنند. در برخی موارد آنها باید با متخصصان امر در تماس باشند تا بتوانند اطلاعات دقیق‌تری به دست آورند. شمار تلف‌های مربوط به سازمان‌های هواشناسی حتماً باید در گوشی‌های همراه رهبران گروه امداد ذخیره شده باشد. رهبر گروه امداد همچنین باید پیش از اعزام گروه به منطقه عملیات جزییات تغییرات آب‌وهوایی را در اختیار داشته باشد. رهبر گروه رهبر باید به پیش‌بینی هوایی که از مسو، تلویزیون یا روزنامه‌ها منتشر می‌شود، اعتماد کند و حتماً باید اطلاعات مورد نیاز خود را به‌طور مستقیم از مرکز معتبر دریافت کند. اطلاع داشتن از تحولات آب‌وهوایی نه‌تنها برای حفظ سلامت امدادگران در منطقه عملیات ضروری است، بلکه نقشه عملیات را نیز روشن و واضح می‌کند. در صورت اطلاع یافتن از شرایط آب‌وهوایی مسوده امداد تصمیم می‌گیرد که آیا می‌تواند روی کمک گروه امداد بالگردی حساب کند یا خیر.

آب‌وهوا و امدادگر در منطقه
سرمازدگی معمولاً یکی از معمول‌ترین خطرات منجر به مرگ در کوهستان است. این حالت وقتی پیش می‌آید که بدن انسان گرمایی بیش از آنچه می‌تواند تولید کند را از دست‌بدهد. این حالت معمولاً وقتی رخ می‌دهد که فرد برای مواجهه با سرما آمادگی ندارد. نکته جالب در خصوص سرمازدگی این است که معمولاً در نقاطی از کشور این عارضه بیشتر منجر به مرگ افراد می‌شود که به‌طور کلی آمادگی کمتری نسبت به مردم برای مواجهه با سرما آمادگی ندارند. طبیعتاً در مناطق سرد مردم به‌طور طبیعی برای مواجهه با سرما آمادگی لازم را دارند. سرمازدگی برای

قسمت اول
طی سال‌های گذشته مردم به رفتن در دل کوهستان بیشتر علاقه‌مند شده‌اند، سفرهای ماجراجوانه به کوهستان افزایش یافته و به تناسب آن تجهیزات صودهای کوهستانی نیز مدرن‌تر شده و کوهنوردان نیز بر مهارت‌های خود برای حضور بیشتر در کوهستان و صعود به قله‌های دور از دسترس افزوده‌اند. با افزایش میل مردم به ماجراجویی کوهستان، نیاز به استفاده از کوهنوردان ماهر برای انجام عملیات امداد و نجات نیز افزایش یافته است. همه ساله شاهد افزایش حوادث رخ داده برای کوهنوردان در کوهستان هستیم. حال این حوادث با ریشه در تصمیمات اشتباهی دارد که از سوی کوهنوردان اتخاذ می‌شود یا به دلیل بدی آب‌وهوای کوهستان است. مهارت کوهنوردانی که عملیات امداد و نجات انجام می‌دهند، بیش از هر زمان دیگری حایز اهمیت است. در عین حال خود این کوهنوردان نیز در معرض خطرهای در حین انجام عملیات هستند. بسیار اهمیت دارد که این کوهنوردان این خطرها را بشناسند و خود را برای مواجهه با آنها آماده کنند. وقتی کار امداد در میان است، زمان بسیار حایز اهمیت است. به همین دلیل است که عملیات خطراتی که احتمال در مسیر انجام عملیات باید پیش از اجرای عملیات انجام شود و تیم نجات خود را برای مواجهه با این خطرات آماده کند. امدادگران کوهستان باید متوجه باشند که خود آنها نیز ایمن نیستند و در نتیجه هرگز نباید از خطرات غافل شوند. امدادگران همچنین باید نسبت به توانایی‌های شان در توجه به جزییات آگاه باشند. به‌طور کلی باید گفت که ممکن است امدادگران کوهستان با آنها مواجه شوند به پنج دسته تقسیم می‌شوند:

- خطرات مرتبط با طبیعت
- خطرات مربوط به آمادگی جسمانی
- خطرات مربوط به آمادگی روحی و روانی
- احساسات شدن
- خطرات مربوط به عوامل بیرونی
- به آسیب‌ناپذیر شدن در شرایط اضطراری
- خطرات از تحلیلی کرده و راه‌حل‌هایی برای مواجهه با اجتناب از آنها ارائه کنیم
- خطرات از آنها ارائه کنیم
- خطرات مرتبط با طبیعت
- وقتی شما در کوهستان هستید و یک عملیات امداد و نجات را رهبری می‌کنید، مادر طبیعت به شما بی‌گناهی نمی‌نشیند. مادر طبیعت با وجود همه مهربانی‌هایش، گاهی اوقات شگفتی‌ن نیز می‌شود. خطراتی نظیر صافه، یخبندان، سقوط سنگ، طوفان و رودخانه خروشان از جمله موارد خشم مادر طبیعت به‌شمار می‌آیند.
- پیش‌بینی آب‌وهوا (مهارت رهبر گروه نجات برای پیش‌بینی هوا)
- یکی از مهارت‌های رهبر، توانایی برای فهم تحولات آب‌وهوایی و تأثیری است که این تحولات بر عملیات امداد می‌گذارد. مسلماً همه رهبران عملیات امداد لوپس را نباید در دانشگاه درس

