

هر کسی که در خانه شما حضور دارد باید بدانند هنگام وقوع زلزله چه اقدامی انجام دهد حتی اگر شما موقع وقوع حادثه آنجا نباشید.

راه نجات از خودروی فرورفته در آب

اگر خودروی شما داخل آب فرورفته است، تا زمانی که داخل خودرو و کاملاً از آب پر نشده باشد، تلاش برای باز کردن درها ممکن است بهبود یافته باشد، چون فشار آب مانع باز شدن درها می شود. پس با جسم نوک تیز شیشه را شکسته، نفس خود را حبس کنید تا آب کاملاً داخل خودرو شده و فشار آب بیرون با فشار آب داخل خودرو یکی شود، سپس بلافاصله خود را به سطح آب برسانید. نکته ۱: جهت شناوری راحت تر سعی کنید لباس های خود را کم کنید. نکته ۲: قبل از ورود آب به داخل خودرو می توانید از پلاستیک یا وسیله ای مشابه آن جهت ذخیره اندکی اکسیژن استفاده کنید. نکته ۳: اشیایی وجود دارند که بعد از ورود آب به داخل خودرو معلق می شوند یا جلوی عبور شما را می گیرند، آنها را در همان ابتدا حذف کنید. نکته ۴: اگر می توانید مدارک خودروی خود را بردارید. اگر خانواده خود را همراه دارید، از کوچک به بزرگ (به خاطر نداشتن نفس) آنها را از شیشه به بالای آب هدایت کنید و روی سقف خودرو بروید.

عملیات خود نجاتی

بایدها و نبایدهای نجات مصدوم از خودرو را بدانید

اهداف کمکرسانی به مصدوم

نجات و زنده نگه داشتن مصدوم یا مصدومین

جلوگیری از تشدید حادثه

کمک به بهبود حال مصدوم تا رسیدن نیروهای امداد و نجات

برای اتفاقاتی که در صحنه تصادف رخ داده با چه ارگانی تماس بگیریم؟!

۱۱۰ برای ایمنی و امنیت به زنگ بزنید.

۱۱۲ برای رها سازی (امداد و نجات مهال احمر) زنگ بزنید.

۱۱۵ برای خدمات پیش بیمارستانی و کمک های اولیه به زنگ بزنید.

۱۲۵ اگر دچار آتش سوزی شدید با کپسول حریق را مهار و در صورت وجود حریق بزرگ به ۱۲۵ (آتش نشانی) زنگ بزنید.



شیشه ها

۱ اگر شیشه ای باز است یا شکسته است و امکان ورود وجود دارد، از آن استفاده کنید.

۲ برای اینکه خرده شیشه ها روی صورت مصدوم نیفتد، شیشه را چسب بزنید یا یک شکاف لباس یا پارچه ای را بین شیشه و مصدوم حایل کنید.

۳ با رعایت موارد ایمنی به چهار گوش شیشه با شنی، نوک تیز به صورت فتری ضربه بزنید.

۴ شیشه های جلو و عقب خودروها به سختی می شکنند. پس برای ورود از آن نقاط باید با چاقو مقداری از زوار آن را بریده و با دیلم شیشه را در آورید. در صورت امکان شیشه های جلو و عقب را با اره آهن برید.

آزاد سازی مصدوم (رها سازی)

اگر از زنده نبودن مصدوم مطمئن هستید، اقدام به آزاد کردن و خارج کردن مصدوم کنید. حساس ترین و سخت ترین مرحله برای کمک به مصدوم همین مرحله است. هر تکان و حرکت نابجا امکان دارد فرد را قطع نخاع کند پس با مهارت، دقت و آرامش این کار را انجام دهید. ممکن است قسمتهایی از بدن مصدوم با بقایای تصادف درگیر بوده و گیر کرده باشد و به سادگی نتوان مصدوم را از محیط خطر خارج کرد پس باید از روش هایی استفاده کرده و بدن مصدوم را آزاد کنید.

نقاطی از بدن مصدوم که احتمال گیر کردن بیشتر دارد:

مچ پا، زانو، لگن و ران، شکم و قفسه سینه

بررسی اولیه مصدوم

نگاه کنید

به قفسه سینه و شکم مصدوم نگاه کنید که آیا با تنفس بالا پایین می رود یا نه.

گوش کنید

گوش هایتان را به دهانش نزدیک کنید تا صدای تنفس را بشنوید.

حس کنید

دمای تنفس مصدوم را با نرمی گونه هایتان حس کنید.

نبض مصدوم را بگیرید

البته این کار به تخصص بیشتری نیاز دارد

مصدوم را کنترل کنید

مصدوم را از سه جهت ۱- باز بودن راه هوایی. ۲- نفس کشیدن ۳- خونریزی، کنترل کنید.

اگر مصدوم زنده است اما راه هوایی وی بسته باشد، دچار خفگی می شود.

همچنین ممکن است مصدوم نبض داشته باشد اما تنفس نداشته باشد و نداشتن تنفس باعث مرگ مصدوم شود.

اگر مصدوم خونریزی شدیدی داشته باشد دچار شوک شده و احتمالاً متجر به مرگ می شود.

اگر عضو قطع شده ای از مصدوم دیدید بلافاصله آن را در پلاستیک فریزر یا هر پلاستیک تمیز دیگر گذاشته و داخل کلمن یخ قرار دهید.

اقدام اول

بعد از اینکه به مصدوم رسیدید باید او را ارزیابی کنید. جهت ارزیابی مصدوم این مراحل را انجام دهید:

اقدام دوم

اقدام سوم

آموزش استفاده از کپسول اطفای حریق در تصادفات

همواره جهت اطفای حریق های کوچک در تصادفات می توان از کپسول های اطفای حریق موجود در خودروهای عبوری استفاده کرد.

چه موقع از کپسول اطفای حریق استفاده کنیم:

۱- آتش سوزی های کوچک قابل کنترل داخل اتاق خودرو.

۲- بلند شدن دود از زیر کاپوت خودرو.

۳- آتش سوزی های موضعی اطراف تصادف.

۴- آتش گرفتن لباس مصدوم یا سر نشینان خودرو.

تنبیها

هرگز نباید برای اطلاع دیگر خودروها از تصادف، آتش روشن کرد.

هرگز نباید اطراف تصادف را برای راهنمایی رانندگان دیگر سنگ چینی کرد.

تکان های شدید به خودروهای تصادفی و مصدومان وارد نکند. نباید به خودرویی که به دکل برق برخورد کرده و سیم های آن پاره شده و روی آن افتاده، نزدیک شد.



خطر وقوع آتش سوزی و تصادفات دیگر.

راه روستایی و راه فرعی دور از دسترس سریع نیروهای امدادی.



خونریزی یا آسیبی که فقط در صورت خروج مصدوم می توان جلوی مرگ او را گرفت مثل قطع اندام.

بعد از اینکه خودروی خود را ایمن کردید، به سرعت و با احتیاط به خودروهای تصادفی نزدیک شوید مانند تصویر زیر در سه جهت خودروها را بررسی کنید.

در نگاه کردن به این سه جهت دنبال چه چیزی باشید:

۱ وجود مصدوم احتمالی در بیرون از خودرو

۲ نشنیدن بزرگ و گاز

۳ احتمال آتش سوزی و انفجار

۴ سقوط از ارتفاع یا رانش زمین

۵ نشنیدن مواد خطرناک و شیمیایی

۶ احتمال تصادف بعدی

