

## درس دهم



## آشنایی با حوادث و کمک‌های اولیه

آیا می‌دانید هر ساله میلیون‌ها نفر در جهان، در اثر حوادث مختلف، خانه و کاشانه و زندگی خود را از دست می‌دهند؟ آیا می‌دانید کشور ما در معرض حوادث طبیعی و غیرطبیعی زیادی قرار دارد؟ آیا می‌دانید افراد زیادی در میهن ما به دلیل این حوادث، آسیب می‌بینند و یا از بین می‌روند؟

### حوادث طبیعی

حوادثی را که انسان در به وجود آمدن آن نقشی نداشته باشد حوادث طبیعی گویند.

مانند: زلزله، سیل، طوفان، بهمن، سونامی، صاعقه و ...

علاج واقعه، قبل از وقوع باید کرد!

فرض کنید شما به عنوان نماینده دانش‌آموزان در جلسه‌ای شرکت کرده‌اید. در این جلسه، برای

ایمنی مدرسه در برابر حوادث، پیشنهادهای زیر مطرح می‌شود:

۱- بررسی وضعیت ایمنی کلاس‌ها و مدرسه و تلاش برای رفع نقاط ضعف آنها تا موجب

افزایش آگاهی و بروز رفتار مناسب در هنگام حادثه شود.

۲- برنامه‌ریزی برای آموزش کمک‌های اولیه و امداد و نجات به دانش‌آموزان

۳- مشخص کردن مکان‌های امن در حیاط مدرسه، کلاس، راهروها، آزمایشگاه‌ها و آموزش

نحوه پناه‌گیری مناسب در هنگام زلزله

۴- مشخص و معرفی کردن مسیرهای خروج اضطراری در کلاس، آزمایشگاه، حیاط مدرسه و

آموزش نحوه خروج (حفظ خونسردی و هجوم نیاوردن به درهای خروجی)

۵- پاک‌سازی کلاس و مدرسه از هرگونه عوامل آتش‌زا و خطرآفرین

۶- تجهیز آزمایشگاه و سالن مدرسه به جعبه کمک‌های اولیه و کپسول آتش‌نشانی

۷- انتقال لوازم سنگین و مواد شیمیایی خطرناک، در آزمایشگاه و کارگاه، به طبقات پایین قفسه‌ها

۸- اتصال قفسه‌های کتابخانه، کارگاه و آزمایشگاه به دیوار توسط بست‌های محکم

تصور کنید از جلسه‌ای که در آن شرکت کرده‌اید، به جمع دوستان خود در کلاس برگشته‌اید و

درباره مطالبی که در جلسه، مطرح شده، برای هم‌کلاس‌هایتان صحبت می‌کنید. یکی از آنان می‌پرسد:

«حالا، ما دانش‌آموزان، قبل از وقوع حادثه (مثلاً زلزله) چه چیزهایی را باید بدانیم و چه کارهایی را

باید انجام دهیم؟»

در پاسخ می‌گویید که همه دانش آموزان باید :

۱- مکان‌های امن، راه‌های خروجی، محل قرارگیری شیرهای اصلی آب، گاز و کنتور برق مدرسه را مشخص کنند.

۲- از محل قرارگیری جعبه کمک‌های اولیه و کپسول آتش‌نشانی و زنگ‌های خطر آگاهی داشته باشند تا در صورت لزوم از آنها استفاده کنند.

۳- طرز استفاده از کپسول آتش‌نشانی و انجام عملیات امداد رسانی و کمک‌های اولیه را تا حد امکان بدانند.

۴- امکان وقوع حوادث ناشی از زلزله را در کلاس درس از بین ببرند. برای مثال، فاصله محل نشستن (میز و نیمکت) خود را با پنجره‌ها و درهای شیشه‌ای حفظ کنند.

۵- بیاموزند که در هنگام ضرورت چگونه جریان برق را قطع کنند و شیرهای آب و گاز را از محل اصلی ببندند.



تصویر ۱-۱۰

### تحقیق کنید

سیل در کشور ما هر ساله خسارات زیادی و گاهی تلفاتی را به وجود می‌آورد. تحقیق کنید قبل، حین و پس از وقوع سیل چه چیزهایی را باید بدانیم و چه کارهایی را در خانه و مدرسه می‌توانیم انجام دهیم.

## حوادث غیر طبیعی

بعضی از حوادث، در اثر اعمال انجام شده توسط انسان‌ها اتفاق می‌افتند. حوادث صنعتی، آتش‌سوزی‌های خانگی، تصادفات جاده‌ای و ... جزء این حوادث‌اند.

**تصادفات جاده‌ای :** هر ساله در تصادفات جاده‌ای تعداد زیادی از هم‌وطنان ما کشته و زخمی می‌شوند، و مردم زیان‌های مادی و معنوی فراوانی را تحمل می‌کنند.

معمولاً سه عامل مهم زیر باعث بروز این اتفاق ناگوار می‌شود.

**الف) عامل انسانی :** مثل خستگی، عدم توجه به علائم راهنمایی و رانندگی، عدم مهارت کافی در رانندگی و ...

**ب) وسیله نقلیه :** مثل مشکلات فنی، عدم رعایت استانداردها در ساخت خودرو و ...

**پ) جاده :** مثل طراحی و ساخت غیر اصولی جاده، کمبود علائم و نشانه‌های راهنمایی و رانندگی، عدم نگهداری و تعمیر جاده و ...



تصویر ۲-۱۰

پوشش

به نظر شما کدام یک از عوامل فوق تأثیر بیشتری در حوادث جاده‌ای کشور ما دارند؟ چرا؟

.....  
.....

مهمترین اقداماتی که در هنگام بروز تصادف باید انجام داد :

۱- تماس با مراکز امدادی و امنیتی :

✓ آتش‌نشانی (۱۲۵) : در صورت وقوع یا احتمال آتش‌سوزی و یا گرفتار شدن افراد در

وسیله نقلیه حادثه دیده

✓ هلال احمر (۱۴۷) و اورژانس (۱۱۵) : در صورت وجود مصدوم

✓ نیروی انتظامی (۱۱۰) : علاوه بر حضور در صحنه حادثه و مراقبت از اموال می‌تواند

همراهی‌های لازم را با سایر نیروها و مراکز امدادی انجام دهد.

۲- کمک به افراد حادثه دیده

نکته : قبل از ورود به صحنه حادثه از ایمن بودن محل وقوع حادثه مطمئن شوید.

۳- مراقب باشید که این حادثه منجر به تصادف دیگری نشود.

## فعالیت

تعداد کشته‌های حوادث جاده‌ای سال گذشته را از اینترنت استخراج کنید و

راه‌های کاهش تلفات را بررسی کنید.

آتش‌سوزی : همان‌طور که می‌دانید برای ایجاد آتش سه عامل اکسیژن، ماده سوختنی و حرارت لازم است. لذا برای جلوگیری از گسترش آتش‌سوزی باید یکی از این عوامل را حذف کنید.

اقدامات پیشگیرانه :

۱- از نگهداری مواد آتش‌زا و تهیه و ساخت وسایل آتش‌بازی خودداری کنید.

۲- مواد آتش‌زا و انفجاری را حتی به مقدار بسیار کم، در جیب لباس و کیف خود حمل نکنید.

۳- هیچگاه از الکل، بنزین و سایر مواد با درجه اشتعال‌زایی بالا، برای روشن کردن آتش

استفاده نکنید.

۴- از پرتاب مواد آتش‌زا مانند فشفشه و ... بر روی درخت‌ها، بام‌ها و ایوان‌های منازل که از

عوامل عمده بروز آتش‌سوزی است، خودداری کنید.

۵- از برپایی آتش در معابر باریک و در نزدیکی پست‌های برق یا ایستگاه‌های کاهش فشار گاز

و پارکینگ‌های عمومی پرهیز کنید.





تصویر ۳-۱۰

## تحقیق کنید

در باره نکات ایمنی که در خانه باید رعایت شود، تحقیق کنید و از اعضای خانواده بخواهید که کارهای لازم را برای پیشگیری از آتش‌سوزی انجام دهند.

### در صورت آتش‌سوزی :

- ۱- آتش، خیلی سریع انتشار می‌یابد، بنابراین بلافاصله آتش‌نشانی و در صورت وجود مصدوم اورژانس را خبر کنید.
- ۲- ظرف مشتعل را حرکت ندهید. شعله را با شن، نمک، پتوی نمناک یا با پوشش‌های دیگر خفه کنید.
- ۳- سعی کنید که افراد را از ساختمان بیرون ببرید.
- ۴- به هیچ وجه وارد ساختمان آتش‌گرفته نشوید.
- ۵- اگر در ساختمان آتش گرفته گرفتار شده‌اید، 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 سپس از طریق پنجره تقاضای کمک کنید.
- ۶- دستمالی را خیس کنید و آن را جلوی بینی و دهان خود بگیرید.
- ۷- با حفظ خونسردی، تمام تهویه‌های ساختمان را خاموش کنید تا به این ترتیب از ورود دود

جلوگیری شود.

۸- در زیر دود سینه‌خیز بروید تا از محیط دودها و گازهای سمی خارج شوید.

۹- اگر لباس شما آتش گرفت، توقف کنید و روی زمین غلت بخورید تا آتش خاموش شود.

در فرو نشاندن آتش‌سوزی باید با توجه به نوع ماده سوختنی از انواع کپسول

آتش‌نشانی، آب و یا شن و ماسه استفاده نمایید مثل جدول زیر:

نام سری	جنس ماده سوختنی	محتوی خاموش‌کننده
A	جامدات	آب، کف و پودر
B	مایعات	کف و پودر
C	گاز	پودر
D	فلزات	پودر
E	الکتریسته	گاز $CO_2$ و پودر

روش استفاده از خاموش‌کننده دستی :

۱- ضامن کپسول را از محل آن خارج نمایید.

۲- با یک دست شیلنگ را گرفته و با دست دیگر به انبرک فشار وارد نمایید.

۳- محتوای کپسول را به بستر آتش به حالت جارو کردن بپاشید.

نکته : شارژ و بازیابی کپسول‌های آتش‌نشانی در زمان مقرر انجام شود.



تصویر ۴-۱۰- خاموش‌کننده با پودر و گاز

با یک سازمان امداد رسان آشنا شویم :

یکی از سازمان‌های مهم امداد رسان که در حوادث مختلف، به خصوص حوادث طبیعی، به مردم آسیب دیده کمک می‌کند، جمعیت هلال احمر است. بعضی از وظایف این سازمان بین‌المللی که در اساسنامه آن آمده عبارت است از :

– ارائه خدمات امدادی در هنگام بروز حوادث و سوانح طبیعی مثل زلزله، سیل و ...

– ارائه کمک‌های اولیه در حوادث غیر مترقبه به وسیله امدادگران

و ...



تصویر ۵-۱۰

### آیا می‌دانید که

شعبه‌های جمعیت هلال احمر در سراسر کشور، به مردم، کمک‌های اولیه را به صورت رایگان آموزش می‌دهند؟

### آشنایی با چند موضوع در کمک‌های اولیه

دیدیم که برای آمادگی در برابر حوادث، باید کمک‌های اولیه را در حد ضرورت بیاموزیم. منظور از کمک‌های اولیه، کلیه اقداماتی است که برای کمک به شخص آسیب دیده، بلافاصله پس از بروز حادثه و قبل از رساندن او به مرکز درمانی یا رسیدن تیم امدادی، توسط یک فرد آموزش دیده، انجام می‌شود.

یکی از مهم‌ترین مراحل کمک‌های اولیه، کنترل علائم حیاتی و عوامل تهدید کننده حیات است. علائم حیاتی شامل تنفس، نبض، فشارخون و درجه حرارت می‌شود.



## نکات مهم در مورد کمک به مصدوم

✓ در صورتی شما مجازید وارد صحنه حادثه بشوید که آن محل برای شما هیچ خطری نداشته باشد. در غیر این صورت باید تا رسیدن نیروهای امدادی صبر کنید.

✓ امنیت جایی که مصدوم حضور دارد، بسیار مهم است؛ زیرا اگر آن محل امن نباشد، باید مصدوم و یا مصدومین را بلافاصله با رعایت نکات ایمنی حمل و از صحنه حادثه خارج کنید. به طور مثال اگر میج پای مصدوم درد می‌کند، شما می‌توانید به کمک یک نفر دیگر او را مثل تصویر زیر حمل نمایید.



تصویر ۶-۱۰-۱ یکی از روش‌های حمل مصدوم توسط دو امدادگر

## خونریزی خارجی چیست و چگونه می‌توان آن را کنترل کرد؟

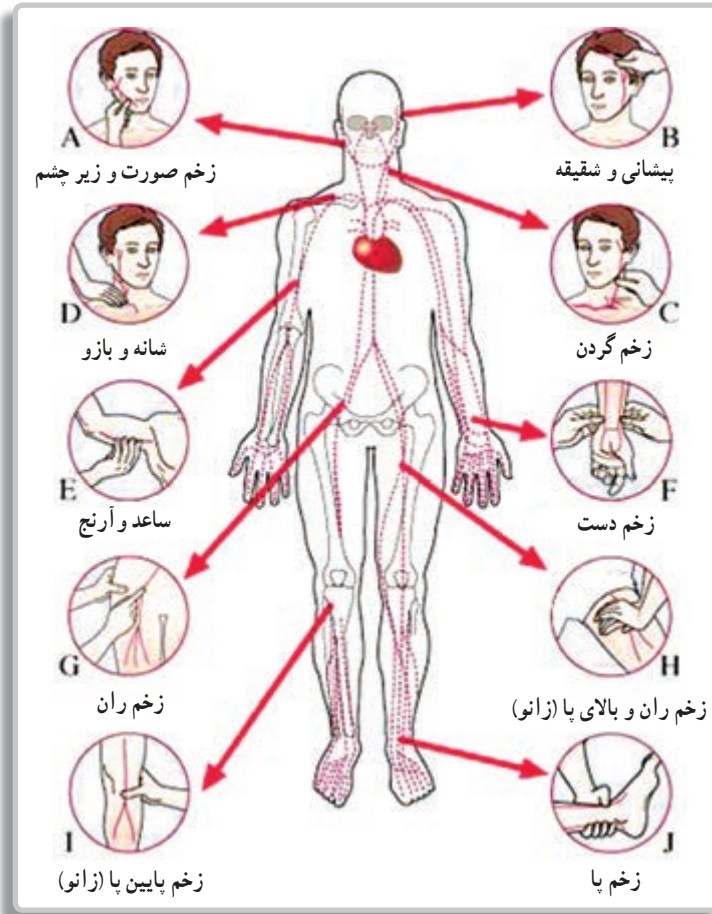
اگر در خونریزی، خون از بدن خارج شود و به بیرون بریزد، به آن خونریزی خارجی می‌گوییم. برای کنترل خونریزی خارجی، چند روش وجود دارد که مؤثرترین آنها فشار مستقیم و بالا نگه داشتن عضو (در صورت امکان) است. برای این کار به روش زیر عمل کنید:

۱- چند گاز استریل (یا چند تکه از یک پارچه تمیز) را روی محل خونریزی بگذارید و با دست روی آن فشار آورید.

۲- اگر خونریزی در قسمتی از بدن است که امکان قرار دادن آن در سطحی بالاتر از سطح بدن

وجود دارد (مثلاً خونریزی در ساعد دست)، همزمان با فشار دادن محل خونریزی، عضو خونریزی کننده را بلند کنید و بالا نگه دارید.

۳- در حالی که خونریزی را با وارد کردن فشار (به روش گفته شده) کنترل می کنید، با یک باند دور محل خونریزی را ببندید (البته نه آن قدر محکم که باعث قطع گردش خون شود).



تصویر ۷-۱۰- نقاط فشار شریان ها در کنترل خونریزی

**چه نکات مهمی را در پانسمان و باندپیچی یک زخم باز باید رعایت کرد؟**

نکات مهمی که در پانسمان و باندپیچی یک زخم باید رعایت کنید، به طور خلاصه عبارت اند از :

۱- از پانسمان استریل یا بسیار تمیز استفاده کنید.

۲- سطح زخم را به وسیله پانسمان، به طور کامل بیوشانید.  
۳- پانسمان را از محل اولیه جابه‌جا نکنید (چون جابه‌جا کردن آن ممکن است دوباره باعث خونریزی شود).

۴- باندپیچی را وقتی انجام دهید که خونریزی به وسیله پانسمان، قبلاً کنترل شده باشد.

۵- باند را بیش از حد سفت یا شل نبندید.

۶- نوک انگشتان دست‌ها و پاها را آزاد بگذارید.

### در سوختگی‌های سطحی، چه کمک‌های اولیه‌ای را باید انجام داد؟

۱- مصدوم را از نظر آسیب‌دیدگی‌های دیگر بررسی کنید و در صورت آسیب‌دیدگی وخیم‌تر، ابتدا به آن رسیدگی کنید.

۲- بلافاصله پس از حادثه، محل سوختگی را به مدت ده تا بیست دقیقه داخل ظرف آب سرد فروبرید و یا آن را زیر جریان ملایم آب سرد قرار دهید.

۳- به آرامی، ساعت، انگو، انگشتر، کفش و سایر چیزها را قبل از آن که ناحیه آسیب دیده متورم شود، خارج کنید.

۴- اگر پوست تاول زده است، به آنها دست نزنید و آنها را تترکانید؛ زیرا ترکاندن تاول‌ها، خطر عفونت را بیشتر می‌کند.

۵- ناحیه سوخته شده را با یک پانسمان خشک و استریل بیوشانید. برای پانسمان موقت می‌توان از پوشش پلاستیکی تمیز استفاده کرد.

۶- در صورت هرگونه سوختگی در راه تنفس، چشم، صورت و نقاط حساس بدن از پزشک کمک بگیرید.

### در آسیب‌های اسکلتی چه کمک‌های اولیه‌ای را باید انجام داد؟

کمک‌های اولیه برای تمام آسیب‌های اسکلتی (شکستگی، دررفتگی و پیچ‌خوردگی) یکسان

است:

۱- اگر آسیب یا علامت واضحی وجود ندارد، ولی مصدوم از درد شکایت دارد، همیشه بنا را بر وجود شدیدترین آسیب اسکلتی یعنی شکستگی بگذارید و اقدامات لازم را انجام دهید.

۲- هنگام شکستگی، در صورتی که عضو آسیب دیده خونریزی نداشت فقط آتل ببندید.

۳- از اقدام برای جان‌داختن موارد شکستگی یا دررفتگی به شدت پرهیز کنید. به علاوه اگر

سر استخوان شکسته از زخم بیرون زده است، سعی در فروبردن آن به درون زخم نداشته باشید، بلکه

آن را با روش مناسب پانسمان و باندپیچی کنید و سپس عضو صدمه دیده را با روش صحیح آتل‌بندی و بی‌حرکت کنید.

### تحقیق و تمرین کنید

درباره روش‌های آتل‌بندی، تحقیق و آنها را با یکی از دوستان خود تمرین کنید.




تصویر ۸-۱۰

### حمل مصدوم چیست؟

حمل مصدوم عبارت است از انتقال مصدوم به روش صحیح از محل حادثه به محلی امن (برای انجام کمک‌های اولیه) و یا به مراکز درمانی.

بسیار مهم است که به یاد داشته باشید نباید مصدومی را که آسیب شدیدی دیده و بدحال است، حرکت دهید مگر آن‌که خطری فوری (مانند آتش‌سوزی، فروریختن آوار، گاز سمی و ...) جان او را تهدید کند. روش‌های متعددی برای حمل مصدوم وجود دارد که با توجه به شرایط مصدوم و امدادگر

باید از روش مناسب استفاده کرد. در این جا فقط یک نوع از آنها را برای آشنایی شما ذکر می‌کنیم.  
حمل به پشت: اگر مصدوم، سبک، کوچک و به هوش است و می‌تواند خود را نگه دارد، می‌توانید او را به پشت خود بگذارید (او را کول کنید) و حمل نمایید. در صورتی که مصدوم بی‌هوش باشد، می‌توانید مچ دست‌های او را ببندید. از این نوع حمل وقتی استفاده کنید که مصدوم، آسیب اسکلتی نداشته باشد و مسافتی که باید او را حمل کنید، طولانی باشد.  
نکته: برای فراگیری کامل تر اقدامات فوق و شرکت در دوره‌های آموزشی، به جمعیت هلال احمر مراجعه نمایید.



یادآوری

در مدرسه، منزل، مراکز عمومی و ادارات وجود جعبه کمک‌های اولیه لازم و ضروری می‌باشد.

ردیف	نام کتاب	نام نویسنده	انتشارات
۱	زندگی حضرت فاطمه زهرا (س)	دکتر سیدجعفر شهیدی	دفتر نشر فرهنگ اسلامی
۲	جایگاه زن در اندیشه امام خمینی (ره)	-	مؤسسه تنظیم و نشر آثار امام خمینی (ره)
۳	بسیج در اندیشه امام خمینی (ره)	-	مؤسسه تنظیم و نشر آثار امام خمینی (ره)
۴	حماسه‌سازان پایداری (بسیج در آینه رهنمودهای مقام معظم رهبری)	-	دفتر نشر فرهنگ اسلامی
۵	جهاد	شهید مطهری	صدرا
۶	آشنایی با دفاع مقدس	دکتر اسماعیل منصور لاریجانی	خادم‌الرضا
۷	جنگ ایران و عراق (پرسش‌ها و پاسخ‌ها)	دکتر فرهاد درویشی	مرکز اسناد و تحقیقات دفاع مقدس
۸	جنگ روانی	حسین متفکر	روابط عمومی و انتشارات سپاه پاسداران
۹	آشنایی با پدافند غیرعامل - مجموعه ۱۵ جلدی	-	عابد
۱۰	در کمین گل سرخ - روایتی از زندگی شهید صیاد شیرازی	محسن مؤمن	سوره مهر
۱۱	باانظر - خاطرات شهید نظرزاد	مصطفی رحیمی	سوره مهر
۱۲	خاک‌های نرم کوشک - زندگی‌نامه شهید برونی	سعید عاکف	سوره مهر
۱۳	خاطرات «دا»	سیده اعظم حسینی	سوره مهر
۱۴	خاطرات مرضیه حدیدچی (دباغ)	محسن کاظمی	سوره مهر
۱۵	خدا بود و دیگر هیچ نبود	شهید چمران	وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی



۱۶	چمران به روایت همسر شهید	-	روایت فتح
۱۷	مرگ از من فرار می کند - کتاب مصطفی چمران	-	روایت فتح
۱۸	به مجنون گفتم زنده بمان - کتاب مهدی باکری	-	روایت فتح
۱۹	ردّ خون روی برف - کتاب محمود کاوه	-	روایت فتح
۲۰	تو که آن بالا نشستی - کتاب زین الدین	-	روایت فتح
۲۱	به مجنون گفتم زنده بمان - کتاب همت	-	روایت فتح
۲۲	خدا می خواست زنده بمانی - کتاب صیاد شیرازی	-	روایت فتح
۲۳	پرواز تا بی نهایت - یادنامه شهید عباس بابایی	-	نشر آجا
۲۴	به مجنون گفتم زنده بمان - کتاب حمید باکری	-	روایت فتح
۲۵	جناب‌های ما در خرمشهر - خاطرات افسران عراقی	ترجمه محمدنبی ابراهیمی	سوره مهر
۲۶	جهنم تکریت - خاطرات آزاده مجتبی جعفری	-	سوره مهر
۲۷	خونین شهر تا خرمشهر	محمد درودیان	مرکز مطالعات و تحقیقات جنگ سپاه پاسداران
۲۸	سفر به گرای ۲۷۰ درجه (رُمان)	احمد دهقان	سوره مهر
۲۹	سلمان فارسی	منیرالدین بیروتی	مدرسه
۳۰	یکشنبه آخر - خاطرات معصومه رامهرمزی	-	سوره مهر
۳۱	داستان‌های شهر جنگی	حبیب احمدزاده	سوره مهر
۳۲	پاییز ۵۹ - خاطرات زهره ستوده	رقیه میرابوالقاسمی	سوره مهر
۳۳	روزهای آخر	احمد دهقان	سوره مهر
۳۴	دروغ‌های ساختگی - تحریف جنگ عراق در رسانه‌ها	ترجمه رسول روناسی	روایت فتح
۳۵	شب‌های بی مهتاب - خاطرات سرهنگ شهبازی از دوران اسارت	محسن کاظمی	سوره مهر





معلمان محترم، صاحب نظران، دانش آموزان عزیز و اولیای آنان می توانند نظر اصلاحی خود را در باره مطالب

این کتاب از طریق نامه به نشانی تهران - صندوق پستی ۱۵۸۵۵/۳۶۳ - گروه درسی مربوط و یا پیام نگار (Email)

talif@talif.sch.ir ارسال نمایند.

دفتر تألیف کتاب های درسی ابتدایی توسط نظری

