



ایم‌نی شخصی و تیمی در اورژانس پیش بیمارستانی

مقدمه: بعنوان EMT شما باید همیشه از خطر آسیب احتمالی

مرتبط حتی در فعالیتهای روز مره این حرفه آگاه باشید شما باید

در هنگام عملیات نجات که شامل مواد خطر ناک-خشونت-سلاح

های کشتار جمعی بیولوژیکی و شیمیایی است از خود محافظت

کنید این ضروری است که شما قربانی همان خطری که بیماران

شما را متاثر کرده است نشوید

ایمنی روحی و روانی (کنترل استرس)

موقعیت های پر استرس: زمانی اتفاق می افتد که تقاضای خارجی بیش از توان درونی شخص شود

علل اصلی:

1- ساعات طولانی

2- خستگی

3- زیاد و سخت کار کردن

4- به رسمیت شناخته نشدن

5- پاسخ های فوری دادن

6- تصمیم گیری برای مرگ و زندگی

7- ترس از خطاهای جدی

8- مسئول زندگی کسی بودن

9- برخورد با افراد در حال مرگ و بازماندگان

واکنش‌های استرس:

1- واکنش استرس حاد

2- واکنش استرس تاخیری

3- واکنش استرس تجمعی

علايم و نشانه هاي شايع واكنشهاي استرس

- 1- تحريك پذيري
- 2- عدم توانايي تمرکز
- 3- مشكل خواب
- 4- اضطراب
- 5- بلا تکلیفی
- 6- احساس گناه
- 7- کاهش اشتها
- 8- انزوا
- 9- کاهش علاقه به کار

Irritability toward coworkers,
patients, family, and friends.

Inability to concentrate.

Difficulty sleeping,
nightmares.

Loss of appetite.

Anxiety.



Inability to make decisions.

Loss of interest in sexual
activities.

Desire to be left alone.

Loss of interest in work.

Guilt.

مدیریت استرس :

- 1- در سبک زندگی خودتغییری ایجاد کنید
- 2- به رژیم غذایی خود نگاهی بیاندازید
- 3- بیشتر اوقات ورزش کنید
- 4- آرام شدن را بیاموزید
- 5- از خوددرمانی اجتناب کنید
- 6- تعادل را در زندگی خود حفظ کنید
- 7- واکنش خانواده و دوستان خود را بشناسید
- 8- در محیط کار خود تغییراتی ایجاد کنید
- 9- همکاران خود را تشویق و حمایت کنید
- 10- در خواست کنید شیفتهای شما چرخشی باشد

کنترل عفونت

ایمنی صحنه حادثه

اگر EMT آموزش‌های لازم جهت ایمن نگه داشتن خود در صحنه بیماری و حوادث نبیند و تسلط لازم برای این کار نداشته باشد هیچگاه نباید از او انتظار داشت توانایی ای جز عملکرد به عنوان یک پاسخ دهنده پزشکی داشته باشد.

**احتیاطات استاندارد(محافظة از خود در برابر بیماریهای عفونی
منتقله از خون وسایر مایعات):**

1- شستن دست ها

2- استفاده از ابزار حفاظت فردی

.محافظ چشم(شیلدهای چشمی)

.دستکش های محافظ

.گان ها

.ماسک ها



برای کنترل عفونت گاید لاین ها باید جزئی از مراقبت روتین بیمار باشد:

- 1- تا جای ممکن از ابزار های یکبار مصرف استفاده کنید
- 2- اگر لباس و یونیفرم شما آلوده شد آنرا در یک کیسه گذاشته و نشاندار کنید
- 3- هرگونه تماس با خون و مایعات را در دفترچه یادداشت خود متذکر شوید
- 4- تمامی سوزن ها و اجسام نوک تیز را بلافاصله بعد استفاده در سفتی باکس بیاندازید.
- 5- هرگز سعی نکنید مجدداً روکش سوزن را بگذارید
- 6- بعد تمیز کردن آمبولانس و دور انداختن ابزار هادست خود را کاملاً بشوید.
- 7- خون و مایعات بدن را هرچه سریعتر با یک ضد عفونی کننده و آب تمیز کنید





بیماری های عفونی نگران کننده

برای EMT:

1-هپاتیت B

2-توبرکلوزیس(سل)

3-هپاتیت C

HIV-4

SARS-5

6-ابولا

گزارش دادن مواجهه:

گزارش مواجهه به خون وسایر مایعات بسته به قوانین و پروتکل های محلی متفاوت هست. بلافاصله هرگونه مواجهه را به سوپر وایزر خود اطلاع دهید. اطلاعات باید شامل تاریخ و ساعت مواجهه-نوع مایعی که تماس داشته اید و مقدار مایع و جزئیات اتفاق باشد.

مواد خطرناک و موقعیت های
نجات تهدید کننده بالقوه برای
پرسنل و بیماران:

1- آتش سوزی یا خطر آتش سوزی

2- مواد خطرناک

3- انفجار یا خطر انفجار

4- فروپاشی احتمالی ساختمان

5- سطح اکسیژن کم در فضاهاى محدود

6- سلاح های بیولوژیکی-هسته ای و شیمیایی

7- تصادفات وسایل نقلیه موتوری و زنجیره ای در بزرگ

راهها

8- صحنه خشونت و جرم







اقدام: قبل از اقدام به نجات یا درمان در شرایطی که خطر تهدید کننده حیات وجود دارد باید از تیم های تخصصی (شرکت برق-آتش نشانی- امداد و نجات و پلیس راه) برای کنترل صحنه و ترافیک کمک بگیرید و سپس با پوشیدن وسایل و تجهیزات حفاظت فردی (لباس-دستکش-کلاه ایمنی- عینک محافظ-جلیقه با دید بالا...) طبق پروتکل های موجود اقدام به نجات و درمان شود.

ایمنی در عملیات اورژانس هوایی

چه زمانی اورژانس هوایی درخواست کنیم

طبق پروتکل‌های محلی، منطقه‌ای یا ایالتی عمل کنید یا وقتی ابهام دارید به حمل و نقل پزشکی هوایی نیاز دارید یا خیر، از مشاوره پزشکی آنلاین کمک بگیرید. حمل و نقل هوایی باید طبق دستورالعمل‌های عمومی زیر در نظر گرفته شود:

- 1- دستورالعمل‌های عملیاتی.
- 2- بیمار نیاز دارد تا به یک مرکز تروما یا مرکز مراقبت‌های ویژه دیگری که از محل فعلی او فاصله دارد منتقل شود.
- 3- یک بیمار با اهمیت و اولویت بالا دارای بیماری یا آسیب جدی گرفتار شده و انتظار می‌رود که پروسه‌ی رهایی طولانی مدت باشد.
- 4- انتقال هوایی به نسبت زمینی، به وضوح باعث صرفه جویی در وقت برای انتقال یک بیمار نیازمند فوریت باشد.

5- بیمار در منطقه‌هاي دور افتاده است که با وسایل نقلیه زمینی نمیتوان به آن دسترسی پیدا کرد.

6- حمل و نقل آمبولانس زمینی مسدود شده است.

7- خدمه حمل و نقل هوایی دارای مهارت‌هاي پزشکی ویژه، لوازم یا تجهیزاتی باشند که خدمه ي آمبولانس زمینی از آنها محروم هستند.

رهنمودهاي پزشکی. وقتی بیمار دچار بیماری یا آسیب‌دیدگی

شدید باشد، مانند موارد زیر، بیمار برای حمل و نقل هوایی از اولویت بالایی برخوردار است:

سکته حاد- آسیب به سر با تغییر وضعیت ذهنی - ترومای قفسه سینه یا شکم

همراه با علائم زجر تنفسی یا شوک - آسیب با مکانیسم جدی به طوری که

یافته‌هاي معاینات اولیه یا علائم حیاتی ناپایدار باشند

- 1- چرخه عملیات اورژانس هوایی
- 2- فلسفه ایمنی در هوانوردی
- 3- نقش و وظایف HLO و LZO در
ایمنی عملیات
- 4- محدودیت ها و مخاطرات عملیاتی و
جوی
- 5- استانداردهای هلی پورت ها و پدهای
بیمارستانی
- 6- هدایت هلیکوپتر از طریق
Marshalling
- 7- ارتباط رادیویی
- 8- وضعیت اضطراری

افسر نشست و برخاست HLO ... بیمارستان و پایگاه

- 1 . حفظ مستمر ایمنی هلی پورت با
بازدید روزانه بر اساس
چک لیست
- 2 . هدایت هلیکوپتر حین نشست و
برخاست و پیش گیری از بروز
تهدید برای هلیکوپتر
- 3 . مدیریت صحنه و حفظ خود، بیمار
و دیگران در برابر مخاطرات

افسر منطقه فرود LZO... محل بروز حادثه

- 1 . ایجاد شرایط ایمن برای نشست و برخاست هلیکوپتر در صحنه
- 2 . هدایت هلی کوپتر حین نشست و برخاست و پیش گیری از بروز تهدید برای هلیکوپتر
- 3 . مدیریت صحنه و حفظ خود، بیمار و دیگران در برابر مخاطرات

1. لباس و تجهیزات مخصوص LZ0 را آماده کنید
2. سایر نیروهای امدادی همچون پلیس، آتش نشانی ... را در مورد مسئولیت خود توجیه کنید و از ایشان کمک بخواهید
3. مردم و تماشاگران حاضر در صحنه را از محل دور کنید
4. محل فرود هلیکوپتر را بر اساس استانداردهای ایمنی انتخاب و آماده سازی کنید
5. در صورت امکان با خلبان ارتباط رادیویی برقرار کنید و مخاطرات احتمالی را گوشزد کنید

Landing Zone Officer(LZO)



انتخاب محل فرود:

1- محل فرود باید در محیط باز و دور از موانع بلند مثل تابلوها و علائم راهنمایی و رانندگی دکل برق، کابل های فشارقوی، درخت، منبع آب و ... انتخاب شود.

2- در نظر داشته باشید که محل فرود حتی المقدور مسطح، صاف و بدون شیب و از بالا قابل دید باشد.

3- در سطحی که خاک نرم وجود دارد برای جلوگیری از گرد و خاک و کاهش دید خلبان باید است قبل از فرود هلیکوپتر، محل موردنظر آب پاشی شود. این کار با هماهنگی خودروهای آتش نشانی حاضر در محل، قابلیت اجرایی دارد.

4- مسیر تقرب پرواز را طوری رو به باد انتخاب کنید که هلیکوپتر قبل از محل حادثه در فاصله مناسب بنشیند و محل را از هر نوع شی آزادی که قابلیت پرتاب شدن توسط باد ملخ را دارد بفرماندگی در نظر داشته باشید که جریان باد هلیکوپتر در زمان نشست و برخاست حدود 100 کیلومتر در ساعت سرعت دارد.

6. مکان مناسبی را در گوشه زمین مهیا شده برای ایستادن

انتخاب کنید و از تغییر مکان بپرهیزید

7. پشت به باد بایستید و از مقنعه و کلاه خود در برابر حرکت در

باد فشار محافظت کنید

8. با علائم مارشالینگ متناسب خلبان را برای فرود هدایت کنید

9. از ورود افراد و حیوانات به محل فرود ممانعت کنید و در صورت

ورود، با علائم مارشالینگ خلبان را مطلع کنید

10. به هنگام نزدیک شدن هلیکوپتر روی زانو بنشینید و کلاه یا

مقنعه خود را با در برابر باد حفظ کنید

11. تا هنگامی که چراغ گردان خاموش نشده یا خلبان اجازه

نداده است از محل خود حرکت نکنید. پس از آن، امدادگران را

برای تحویل بیمار هدایت کنید

12- حتما از سمت مجاز به هلیکوپتر نزدیک و از آن دور شوید

13- بیمار را حتما با اسکورت کروی پروازی به هلیکوپتر منتقل کنید.

14- هرگونه لوازمی همچون پایه سرم که احتمال برخورد با پروانه هلیکوپتر را داشته باشد جمع کنید

15- مراقب لوازمی که امکان پرتاب شدن داشته باشند همچون پتو را داشته باشید.

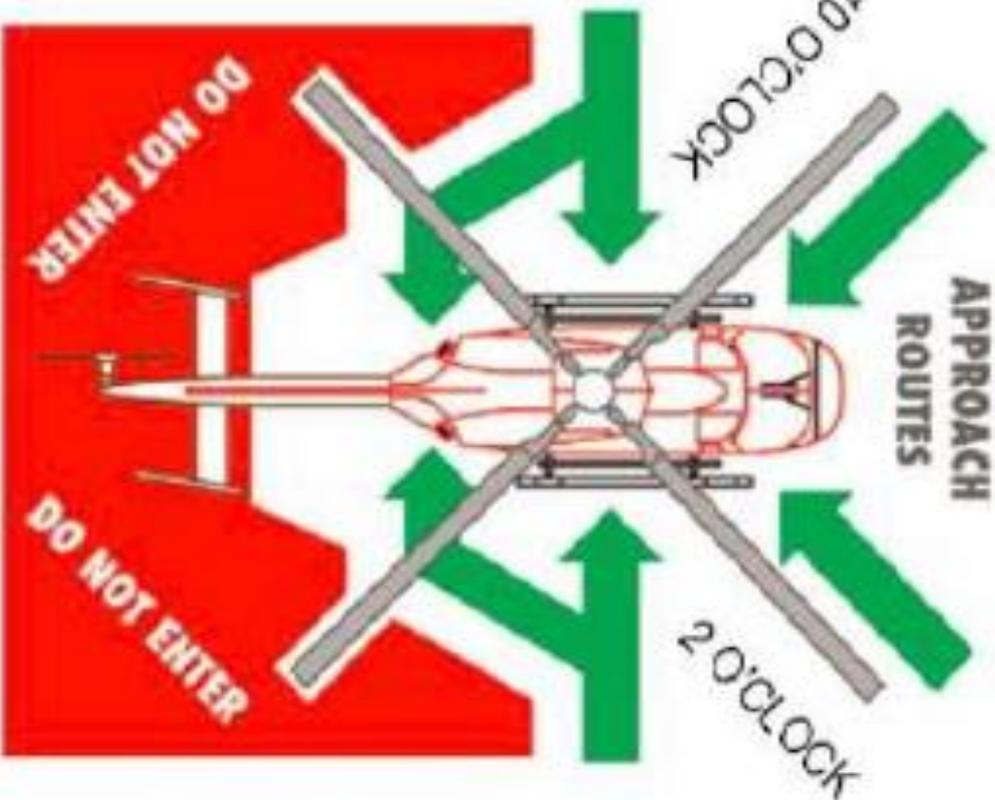
WIND DIRECTION



APPROACH
ROUTES

10 O'CLOCK

2 O'CLOCK



16. در مکان قبلی خود قرار بگیرید و ایمن بودن شرایط را برای برخاست با علائم مارشالینگ به خلبان اعلام کنید
17. مکان خود را تغییر ندهید
18. در صورت ورود افراد یا حیوانات به محل برخاست خلبان را مطلع کنید
19. در صورت بروز هرگونه مشکل همچون آتش سوزی موتور، خلبان را مطلع کنید

تا هنگامی که هلیکوپتر را در آسمان می بینید یا صدای آن را می شنوید در جای خود بمانید. ممکن است در صورت بروز مشکل، کروی پروازی به کمک شما احتیاج داشته باشند.

Helicopter Landing Officer(HLO)

1- تجهیزات اطفاء حریق در جای خود قرار دارند و قابل استفاده هستند

2 . وسایلی اعم از خودرو، چادر، مصالح ساختمانی، تخت، زباله یا هرگونه وسایل دیگر در پد فرود موجود نباشد.

3 . گرد و خاک، گچ، آهک، برف یا هرگونه موادی که در صورت نزدیک شدن هلیکوپتر فضا را غبار آلود کند از سطح پد پاک شده باشد

4. لباس و تجهیزات مخصوص **LZO** را آماده کنید
5. مردم و تماشاگران حاضر در پد را با همکاری حراست از پد هلیکوپتر دور کنید
6. چنانچه اشیایی در پد وجود دارد، پد را پاک سازی کنید
7. چنانچه خاک یا مصالح پودری در پد وجود دارد و فرصت پاکسازی آن نیست، پد را آب پاشی کنید.
8. در صورت امکان با خلبان ارتباط رادیویی برقرار کنید و مخاطرات احتمالی را گوشزد کنید

پیش از

حین فرود

9. مکان مناسبی را در گوشه پد برای ایستادن انتخاب کنید و از تغییر مکان بپرهیزید
10. پشت به باد بایستید و از مقنعه و کلاه خود در برابر حرکت در باد فروشار محافظت کنید
11. با علائم مارشالینگ متناسب خلبان را برای فرود هدایت کنید
12. با همکاری حراست از ورود افراد به پد ممانعت کنید و در صورت ورود، با علائم مارشالینگ خلبان را مطلع کنید
13. به هنگام نزدیک شدن هلیکوپتر روی یک زانو بنشینید و کلاه یا مقنعه خود را با در برابر باد حفظ کنید
14. تا هنگامی که چراغ گردان خاموش نشده یا خلبان اجازه نداده است از محل خود حرکت نکنید. پس از آن، امدادگران را برای تحویل بیمار هدایت کنید

15- حتما از سمت مجاز به هلیکوپتر نزدیک و از آن دور شوید

بیمار را حتما با اسکورت کروی پروازی منتقل کنید.

16- هرگونه لوازمی همچون پایه سرم که احتمال برخورد با

پروانه هلیکوپتر را داشته باشد جمع کنید

17- مراقب لوازمی که امکان پرتاب شدن داشته باشند

همچون پتو را داشته باشید

18. در مکان قبلی خود پشت به باد قرار بگیرید و ایمن بودن شرایط را برای برخاست با علائم مارشالینگ به خلبان اعلام کنید

19. مکان خود را تغییر ندهید

20. در صورت ورود افراد به پد خلبان را مطلع کنید

21. در صورت بروز هرگونه مشکل همچون آتش سوزی

موتور، خلبان را مطلع کنید

پیش از

همواره

آماده مواجهه و واکنش متناسب به **شرایط اضطراری** باشید

هرگز

این نکات مهم را از یاد نبرید

1. نزدیک شدن به **دم هلیکوپتر** در شرایطی که ملخ ها در گردش هستند نایستی انجام شود.

2. در صورتی که هلیکوپتر در **زمین شیبدار** قرار گرفته است ، برای نزدیک شدن به هلیکوپتر از سربالایی بطرف سرازیری حرکت نموده و برای پیاده شدن نیز از سمتی که به طرف سربالایی قرار دارد استفاده نکنید

3. **زیر روتور هلیکوپتر** دست خود را بلند نکنید و با در دست داشتن اشیاء بلند به هلیکوپتر نزدیک نشوید.

3. هیچگاه در نزدیکی هلیکوپتر از **موبایل** استفاده ننمایید.

4. **طریقه باز و بستن درها** را از خلبانان آموزش بگیرید.

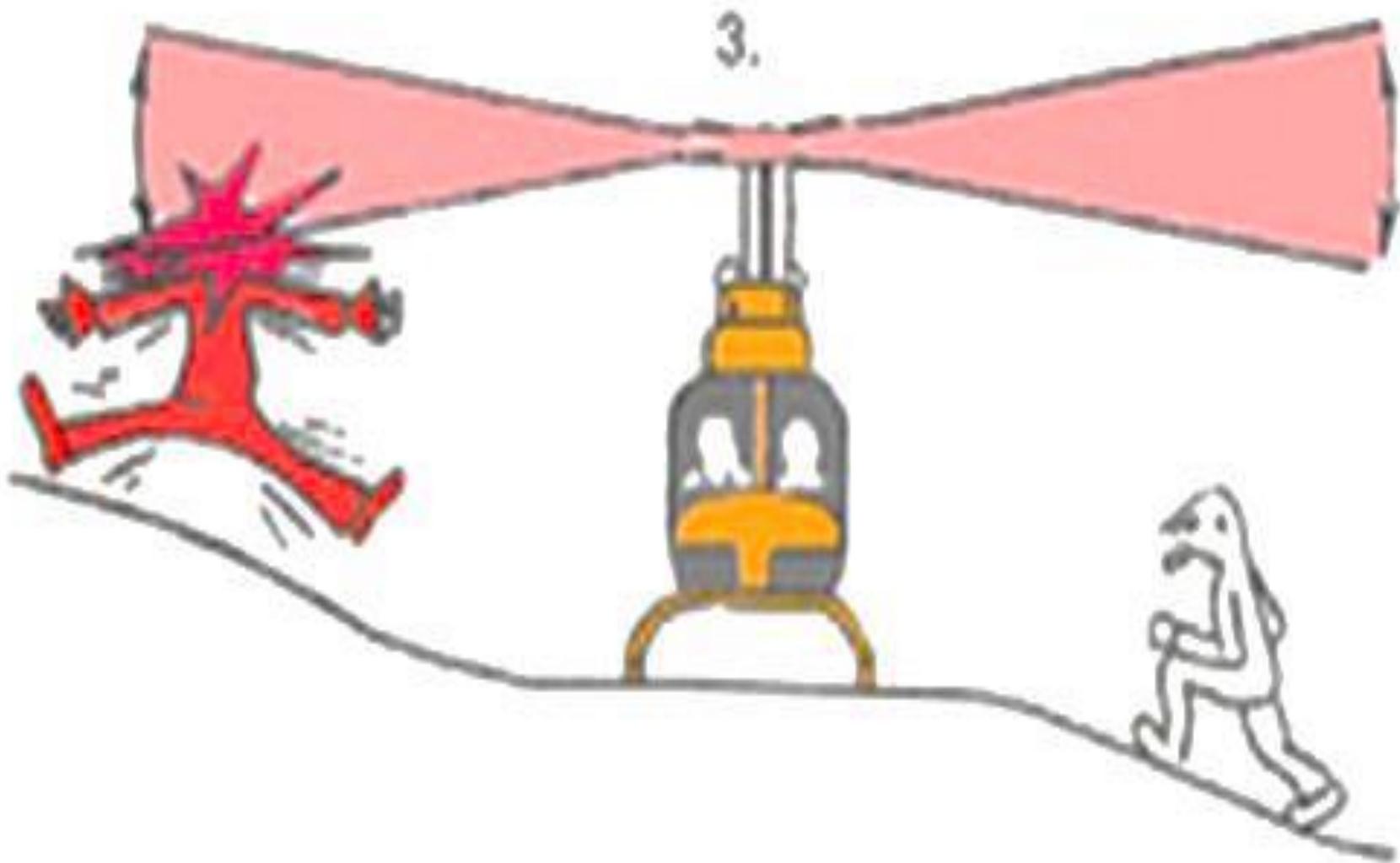
5. محل کپسول اطفائیه و سایر **تجهیزات اضطراری** را از خلبانان بیاموزید.

با **خلبان** همکاری کنید

مسئولیت نهایی حفظ

جان افراد و وسیله پرنده

در برابر مخاطرات با اوست



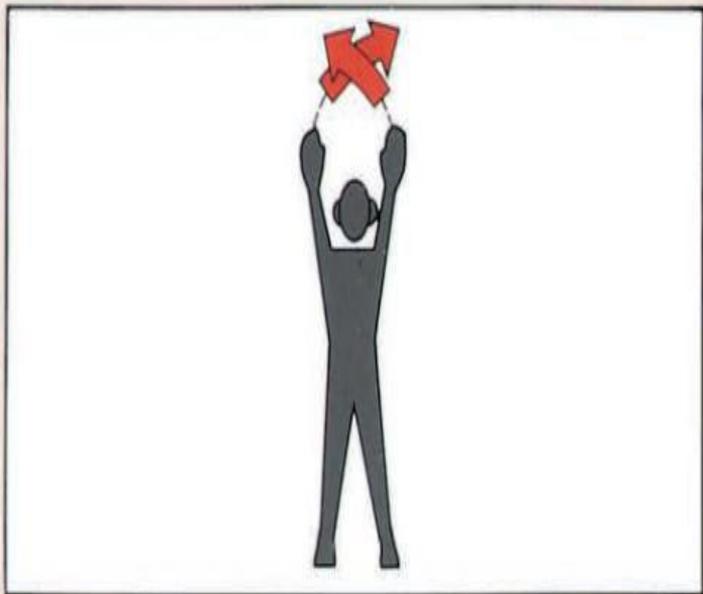
ایمن

دست ها بصورت عمودی و به موازات شانه ها قرار می گیرد، به این معنا که شرایط برای نشست یا برخاست هلیکوپتر ایمن است

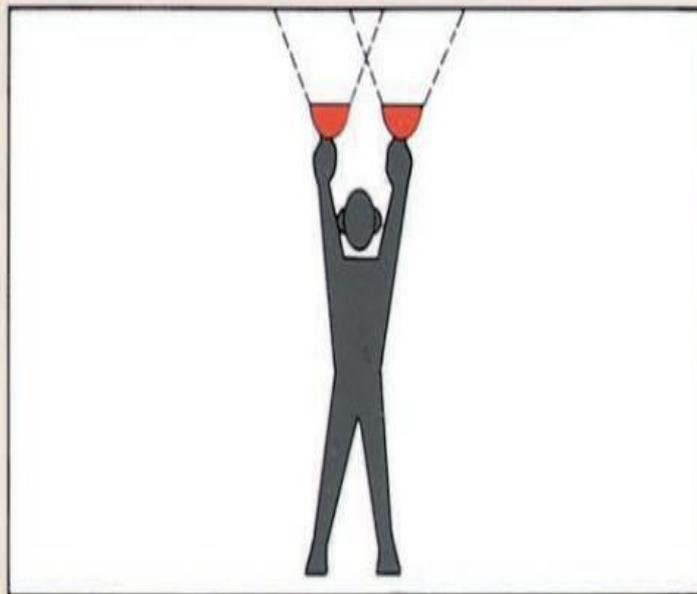


خطر

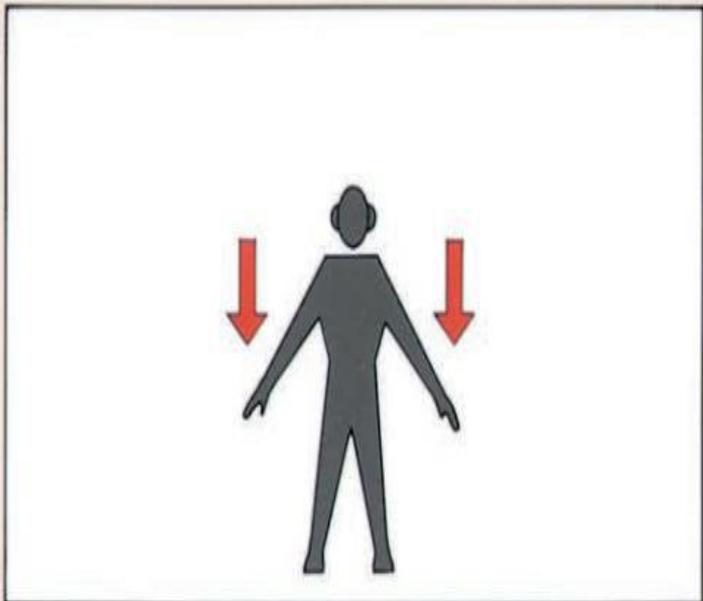
دست ها بصورت عمودی و به موازات شانه ها به صورت ضربدری بالای سر حرکت میکند، به این معنا که شرایط برای نشست یا برخاست هلیکوپتر ایمن **نیست**



A Landing zone unsafe



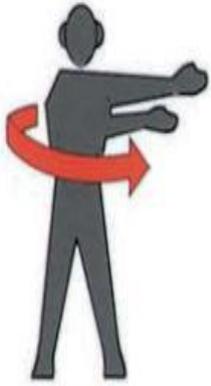
B Night operations



C Go down



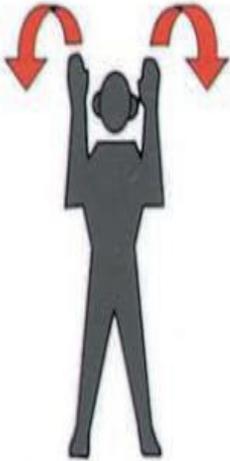
D Go up



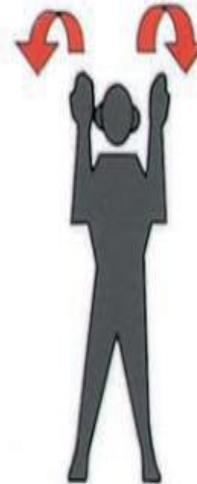
E Move right



F Move left



G Move back



H Move forward