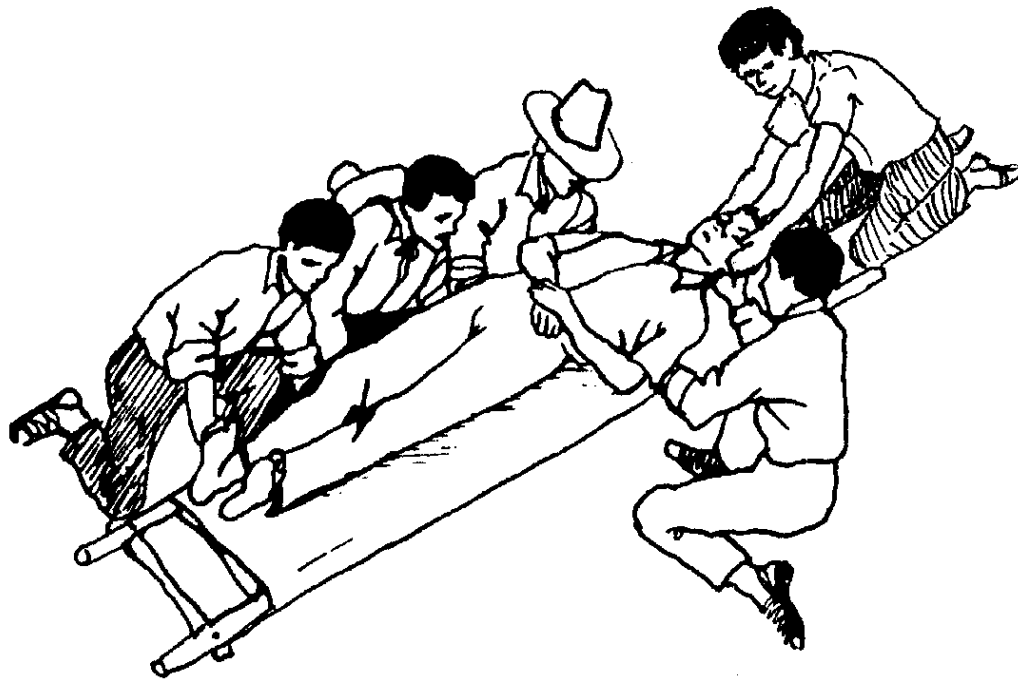


ضمیمه الف

محفوظ بودن و حالات عاجل



هنگامیکه با مواد خطرناکی کار میکنید یا معروض به مواد مضر در محیط کار، محیط جامعه یا محیط خانه میشوید، بسیار مهم است که تا حد ممکن محفوظ باشید و برای حوادث آمادگی داشته باشید. این بخش معلوماتی را درباره موضوعات ذیل ارائه میدارد:

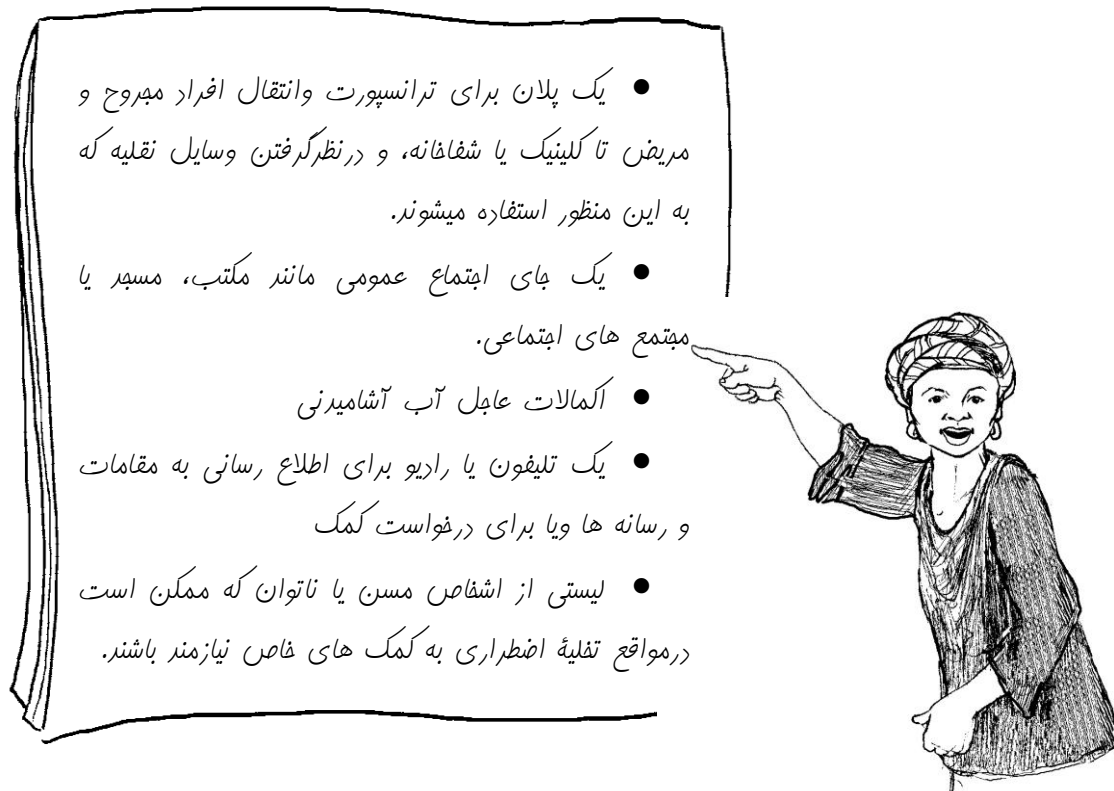
- ساختن یک پلان حفاظتی برای حالات عاجل
- یک کیت کمک های اولیه
- لباس و وسایل محافظه کننده
- ماسک های محافظه کننده
- انتشار مواد کیمیاوی
- مقابله با ضرر های وارد شده از مواد کیمیاوی
- تداوی سوختگی ها
- شاک
- تنفس مصنوعی (تنفس دهن به دهن)

موضوعاتی که در این بخش می آید به شما کمک میکند که در حالات عاجل آماده باشید، اما این یک کتاب مکملی راجع به کمک های اولیه نیست. برای آماده گی بهتر، امکانات آموزش را در مورد کمک های اولیه و برخورد با حادثات کیمیاوی را جستجو نمایید، یک کتاب کمک های اولیه را بدست آورید و محتویات آن را بیاموزید، و از کارکنان صحتی جامعه خود بخواهید که در طرح یک پلان حفاظتی با شما همکاری کنند.

ساخت یک پلان حفاظتی برای حالات عاجل

فهمیدن اینکه در یک واقعه عاجل چه کاری باید انجام دهید به اندازهٔ مجهز بودن با وسایل محافظتی و داشتن یک کیت کمک های اولیه اهمیت دارد. هر جامعه و هر ساحتی کار باید یک پلان جوابگوئی عاجل و حفاظتی را برای مواقع آزاد شدن مواد توکسیک، حریق، سیل، طوفان و غیره تصادفات طبیعی و غیرطبیعی داشته باشد.

شماره های تلفون و آدرس نزدیکترین مراکز طبی و شفاخانه ها را در محلات عمومی و مرکزی نصب نمایید. مطمئن شوید که همه میدانند بستهٔ کمک های اولیه و دیگر وسایل مورد ضرورت واقعات عاجل در کجا قرار داشته، و چگونه مورد استفاده قرار میگیرند. یک پلان مصونیت میتواند شامل موارد ذیل باشد:

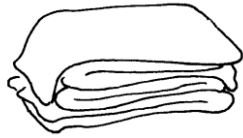


انواع مختلف حالات عاجل نیازمند جوابگویی های متفاوتی اند. دانستن این نکته که بیشترین حادثات احتمالی در محل شما چی خواهد بود، و آموختن برای داشتن آمادگی کمک به آنها، از جمله اجزای مهم هر پلان حفاظتی برای واقعات عاجل است.

کیت کمک های اولیه

هر محل کار، پسته صحنی و مرکز اجتماع باید یک بسته کمک های اولیه داشته باشد تا تداوی های لازمه را در حالات اضطراری و عاجل فراهم نموده بتواند. بسته کمک های اولیه را باید در داخل یک کیت محکمی گذاشت تا از نفوذ آب، گرد و خاک و مواد کیمیایی محافظت شود. مطمئن شوید که همه افراد در جامعه و محل کار بشمول کارگران و افراد تازه وارد، میدانند که محل نگهداری کیت کجا بوده و چطور میشود از آن استفاده کرد.

چه چیزهایی را داخل کیت کمک های اولیه بگذاریم؟



یک کمپل برای پیچاندن
اشخاص صدمه دیده



پیاله برای نوشیدن
مایعات



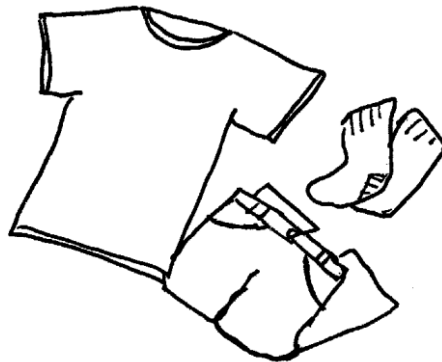
بشکه یک لیتره
آب آشامیدنی



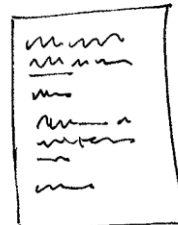
یک بوتل شارکول فعال شده
برای دفع زهریات (صفحه 258)



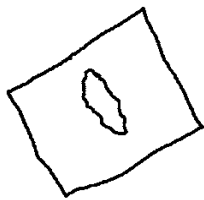
نمک (برای مخلوط نمودن با
آب تا به کسانیکه مسموم شده
اند نشانیده شود که استفراغ
ایجاد نموده و مواد زهری دفع
شود (صفحه 257)



البسه برای مواردیکه لباس های
قبلی آلوده شده اند. یا لباس
محافظتی در موارد اضطرار

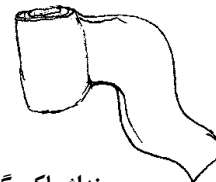


یک لست از مواد کیمیایی استفاده
شده در محیط، واهتمامات ضد آن.
مثلا انواع آفت کش ها و نیاتاتیکه
بر روی آنها استفاده شده اند.



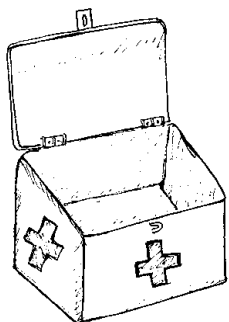
ماسک یا تکه پارچه ایکه
در وسط آن یک سوراخ
است. برای موارد تنفس
دهن به دهن.

دواها ایکه منجیث انتی دوت
در صورت مسمومیت با آفت
کش ها ایکه ممکن است
استفاده نمایند در لیبل آنها
نوشته شده است.

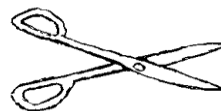


بنداز پاک، گاز یا تکه با
لوکوپلاستر برای بسته نمودن
و پانسمان جروحات.

جوامع و محلات کار مختلف ممکن به وسایل و مواد متفاوتی برای کمک های اولیه نیاز داشته باشند. حوادث و تصادفات را که احتمال وقوع آن در ساحه شما بیشتر است مدنظر گرفته و بر اساس آن کیت کمک های اولیه خود را تنظیم نمایید. اگر با آفت کش ها و مواد کیمیاوی سر و کار دارید، لیبل و برچسب آنها بخوانید تا بفهمید که چگونه ادویه در موارد مسمومیت با آن ها توصیه میگردد.



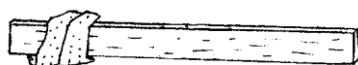
پنس برای دور نمودن
پارچه ها



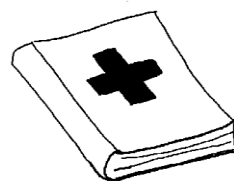
قیچی یا کارد برای بریدن
بندازها و تکه ها



یک قالب صابون



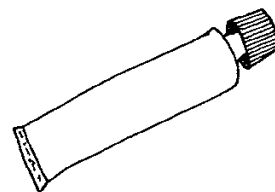
چوب یا هر نوع میزبان دیگری برای ثابت
نگهداشتن کسور استخوان



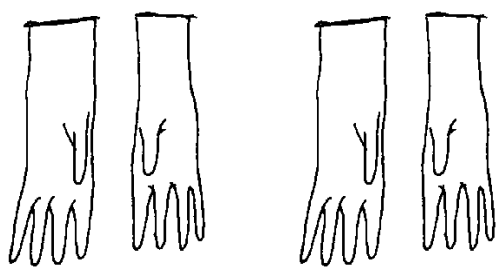
کتاب راهنما برای کمک های عاجل



مرحم انتی بیوتیک



کریم انتی سبتیک برای غیر
عفونی نمودن جروحات



دوجوره دستکش رابری



دستمال برای پاک کردن زخم های یا
جذب مواد کیمیاوی منتشر شده



تخته یا تذکره برای حمل مجروحین حادثه دیده



سکه یا کریدیت کارت برای انجام
تیلیفون های اضطراری

السه و وسایل محافظت کننده

هر شخص زمانیکه با مواد مضر کار میکند و یا معروض به مواد خطرناک و مضر باشد باید از البسه محافظتی که بنام وسایل محافظت

کننده نیز یاد میشود استفاده نماید. همچنین این مسوولیت صاحب کار است که

وسایل و تجهیزات محافظتی را در اختیار کارمندان قرار دهد.

کارمندان باید از صاحب کار حق صحت و حق مصوونیت

خویشرا با درخواست وسایل و تجهیزات محافظوی و حفظ و

مراقبت آنها، مطالبه نمایند.

برای اینکه این لباس های محافظتی، افراد را وقایه نماید،

باید سائز آنها مطابقت داشته و بدرستی حفظ و مراقبت شده

باشد. گفته میشود که در کشور های فقیر سه نوع وسایل

حفاظتی وجود دارد: یا خیلی بزرگ، یا بسیار کوچک و یا هم پاره

شده. اگر از داشتن وسایل والبسه محافظتی محروم میباشید،

میتوانید در عوض از جاکت بارانی یا بسته های پلاستیکی

استفاده کنید. در خریطه ها یک سوراخ را برای سر، و سوراخ های

دیگری را برای عبور دستان تان ایجاد کنید. برای پوشانیدن پا

و دست های خود از پلاستیک های جداگانه ای استفاده شود.

این تصویر نشان میدهد که چگونه وسایل مختلف

محافظتی ضرور است تا به مقابله یک ماده خطرناک کیمیاوی

بتوان رفت. همه کار ها یا مواد کیمیاوی به وسایل زیادی نیاز

ندارند، در حالیکه بعضی دیگر ضرورت به تجهیزات مخصوص

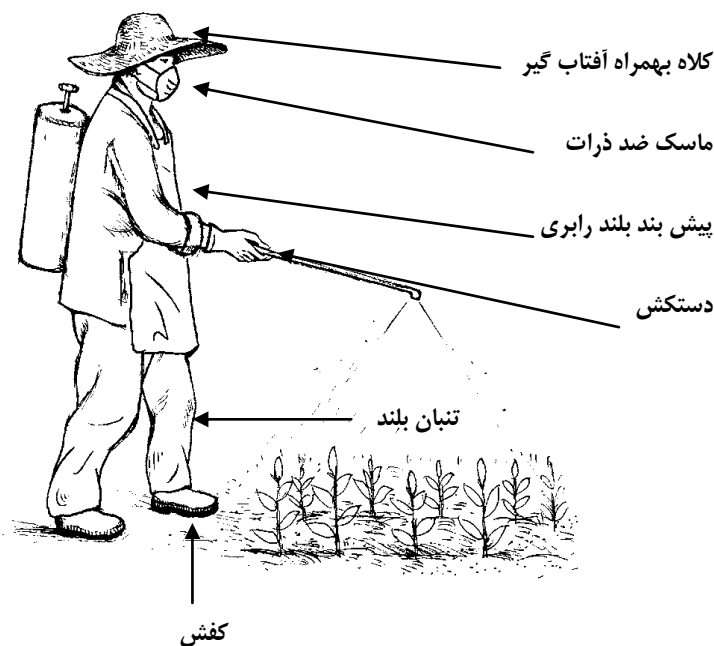
و پیشرفته دارند.

بعضی مردم عادت دارند تا در عدم موجودیت دستگاه

تنفسی یا ماسک، از دستمال یا چادر استفاده نمایند. اینکار نتیجه مطلوبی شاید نداشته باشد، چون اگر با عرق مرطوب شود ذرات آفت کش

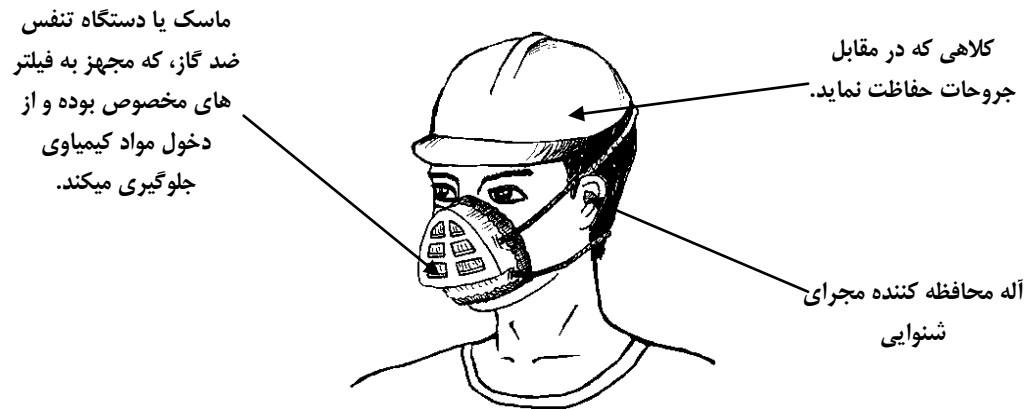
ها یا مواد کیمیاوی به آن می چسبند، که این شکل بدتر از حالت نداشتن هرگونه ماسک است. ولی اگر ناچار استفاده میکنید، دستمال یا

چادر را هر لحظه خشک نگهدارید. باید بدانید که این روش هیچ گونه حفاظت اساسی را تضمین نمیکند.



در بعضی موارد که ماسک های خوبی موجود نیست، مردم از دستمال یا چادر های نازک استفاده میکنند. زمانیکه با عرق مرطوب میشوند آفت کش ها به دستمال جذب میگردد. این حالت بدتر از بسته نکردن دهن و بینی است. اگر دستمال استفاده مینمایید، آنرا زود زود شسته و خشک کنید و از محفوظ بودن آن مطمئن نباشید

کارکنان صنعت نفت یا معدنچیان وقتی بهتر محافظت میگردند که وسایل ذیل را بپوشند:



کسانیکه به جمع آوری زباله مشغولند، کارکنان صحنی شفاخانه‌ها، کلینیک‌های طبی و سایر کارکنان صحت باید وسایل ذیل را بپوشند:



البسه و تجهیزات محافظتی وقتی خوب کار میدهند که بصورت پاک استفاده و نگهداری شوند. بعد از هر بار استفاده، یا حتی در آخر هر شیفت کاری خود، همه وسایل مانند: دستکش‌ها، عینک‌ها، ماسک‌ها، و سایر البسته و تجهیزات را خوب بشوید تا شخص بعدی که از این‌ها استفاده میکند، به مشکلی مواجه نگردد.

ماسک های محافظتی

بهترین راه جلوگیری از تنفس مواد کیمیای، زهری و گرد و غبار آنست که در وقت کار ویا معروض شدن با آنها از تهویه خوبی برخوردار باشید و یک ماسک محافظه کننده ایرا بپوشید که برای محافظت از شما در مقابل نوع مواد کیمیای ایکه با آن کار مینمایید ساخته شده است. اگر با وجود داشتن ماسک از موجودیت مواد کیمیای احساس ناراحتی و مریضی مینمایید، بدان معنی است که ماسک شما بخوبی کار نمیکند ویا شما مواجه به مواد توکسیک دیگری و یا از کدام طریق دیگری معروض شده باشید.



ماسک تکه ای یا کاغذی سست

این نوع ماسک فقط یک اندازه برای جلوگیری از گرد و خاک کمک میکند. ماسک باید بیشتر قسمت های روی شما را بپوشاند و تمام اطراف آن با جلد به تماس باشد. این نوع ماسک از تنفس گازات کیمیای جلوگیری نمیکند. بوی و گازات از طریق تکه یا کاغذ و یا از اطراف ماسک در صورتیکه خوب روی جلد تماس نداشته باشد، عبور مینماید.

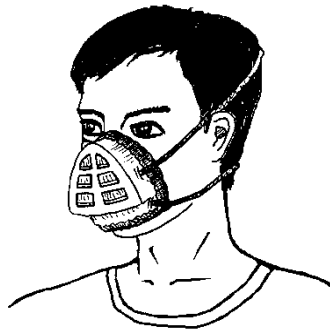
ماسک کاغذی سخت

این ماسک ها از گرد و خاک محافظه مینمایند. برای محکم بسته شدن باید با صورت شما از تمامی جهات تماس حاصل نماید. از تنفس گازات متصاعده از مواد کیمیای جلوگیری کرده نمی تواند. این نوع ماسک زود پوشیده و بسته میشود و زمانیکه تمام روی را نپوشانیده یا از جلد خود را جدا نماید باید تعویض گردد.



ماسک پلاستیکی برای جلوگیری از گرد و خاک

از ماسک های سست تکه ای و از ماسک هایی کاغذی سخت بهتر از گرد و خاک جلوگیری مینماید. این ماسک ها نیز باید در تمام اطراف به جلد روی تماس داشته باشد. این ماسک نیز از تنفس گازات و مواد کیمیای جلوگیری کرده نمی تواند.



دستگاه تنفس رابری

این ماسک رابری با فیلتر های همراه خود ممکن است از تنفس گازات کیمیای جلوگیری نماید. باید بشکل محکمی بصورت بسته شود تا گازات و هوا از اطراف ماسک یا فاصله بین ماسک و جلد داخل شده نتواند. شما احتمالا با در نظر داشت انواع مختلف گازات کیمیای نیاز به فلتر های متفاوتی خواهید داشت و باید فلتر را بصورت منظم تبدیل نمایید. شما به آموزش خاص برای بسته کردن، استفاده و پاک نمودن فیلتر های آن نیاز دارید. این ماسک گرم بوده و استفاده از آن راحت نیست. برای جدا دور آن از خود ابتدا در یک محوطه باز یا جاییکه تهویه خوب باشد بروید و سپس آنرا از روی خود بردارید.

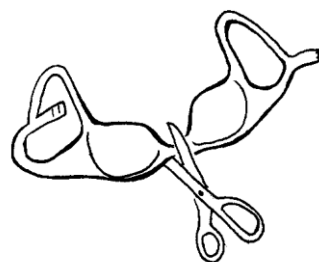
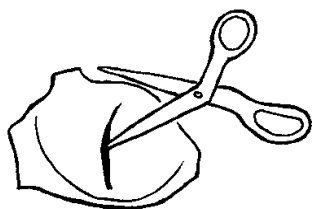


چگونه یک ماسک تکه ای با محتوی شارکول را بسازیم

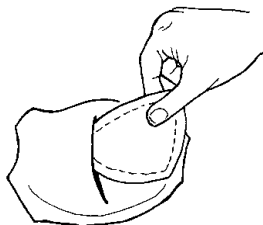
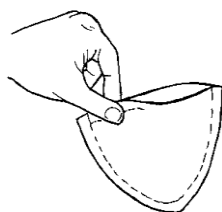
این ماسک خانگی بوسیله داکتر مارامبا، از اهالی فلیپاین طراحی شده است. ماسک متذکره میتواند شخص را در مقابل بعضی مواد کیمیایی محافظت کند.

1 لایه داخلی را از کلاهک خارج نمایید

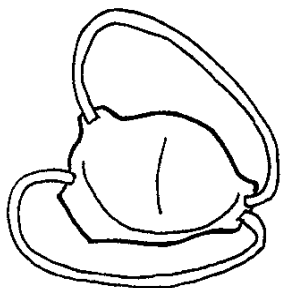
2 یک کلاهک را از یک سینه چچی کنید.



3 مقداری کاغذ فیلتر را قیچی کنید تا یک کیسه ساخته شود که قابلیت جا شدن در داخل کلاهک سینه بند را به عوض لایه ایکه خارج کرده اید داشته باشد. داخل کیسه را با صد گرم شارکول پر کنید. مطمئن شوید که شارکول بر تمام سطح کیسه پخش شده است، نه اینکه در پایین آن ته نشین شده باشد. کیسه را ببینید تا از بیرون ریختن شارکول جلوگیری شود. در آخر این کیسه را در همان جاییکه لایه کلاهک را از آن خارج نموده بودید داخل نموده و بگذارید.



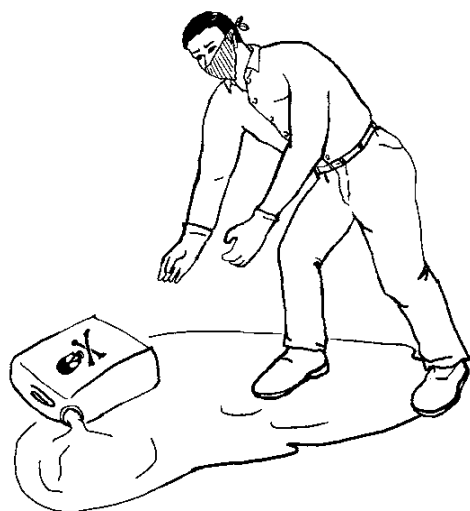
4 به ماسک ایجاد شده بند های لاستیکی اضافه کنید تا آنرا محکم بصورت شما نگهدارد.



در فواصل استفاده از این ماسک، آنرا در هوای آزاد بگذارید. در صورت استفاده از این ماسک برای اجرای سم پاشی با مواد بسیار توکسیک، این نوع ماسک صرف میتواند 2 مرتبه و هر دفعه برای 4 ساعت مورد استفاده قرار گیرد. شارکول داخل ماسک باید هر هفته عوض شود، و همچنان بستگی به نوع ماده کیمیایی دارد که با آن معروض شده اید، و یا مقدار زمانی که ماسک را میپوشید.

انتشار مواد کیمیای

قبل از اینکه یک انتشار بوجود آمده از مواد کیمیای را پاک کنید، خود، افراد نزدیک و منابع آب را در حالت مطمئنی قرار دهید. اگر اشخاص دیگری وجود دارند که آماده گی بیشتری برای پاک کاری دارند (ممکن است درین موارد آموزش دیده باشند)، با آنها در تماس شوید. همیشه البسه و تجهیزات حفاظتی را در هنگام پاک کردن مواد کیمیای با خود داشته باشید.



انتشار مقدار کم مواد کیمیای

اگر مقدار اندکی از مواد کیمیای به بیرون انتشار یافته است، مهم است که آنرا کنترل نموده، انتشار بیشتر را جلوگیری کرده و قبل از اینکه به کسی صدمه برساند و یا به منابع آب یا به زمین نفوذ نماید، پاک گردد.

کنترل مواد کیمیای انتشار یافته

مهمترین نکته آنست که از انتشار زیاد تر مواد کیمیای جلوگیری بعمل آید. در صورت موجودیت لیگاژ آنرا بسته نموده، اگر ظروف چپه شده باشد آنرا راسته نمایید و یا اگر یک ظرف محتوی مواد کیمیای شکسته باشد آنرا داخل یک ظرف سالم دیگر بگذارید.

جمع آوری مواد منتشر شده

مواد منتشر شده را با ریختن خاک، ریگ، بوره اره، گل و یا دیگر مواد روی ناحیه انتشار یافته بگذارید که جذب گردد.

اگر امکان پراکنده شدن مواد ایکه برای جذب مواد کیمیای انداخته شده موجود باشد، آنرا با یک تکه یا شیت پلاستیکی بپوشانید



پاک نمودن مواد انتشار یافته

مواد ایرا که روی انتشار مواد کیمیای ریختانده آید با بیل جمع نموده و داخل یک بیرل یا ظرف پلاستیکی ضخیم بیاندازید. از آب استفاده نکنید چون باعث انتشار مواد کیمیای شده و مشکل را بیشتر میسازد. مواد جمع آوری شده را به صورت محفوظ دفع نمایید. (به صفحات 410 تا 411 نظر بیاندازید.)



انتشار مقدار زیاد مواد کیمیای

در محل های استخراج نفت، ساحات کاری و مناطق صنعتی ایکه مقادیر بسیار زیاد مواد کیمیای استفاده یا انتقال داده میشوند، مهم است تا آمادگی برای امکانات انتشار مقادیر زیاد مواد کیمیای داشته باشید.

- یک پلان حالت اضطرار را به همراه کارگران، صاحبان کار و مردم ایکه در آن نزدیکی زندگی میکنند بسازید. جلسات منظمی را ترتیب دهید تا یقینی گردد که همه با پلان آشنائی داشته باشند.
- اسم و شمارهٔ تیلیفون اشخاص و مکان ها ایکه باید در هنگام وقوع حادثه، با آنها تماس گرفته شود بدسترس همگان قرار گیرد. مانند: شفاخانه ها، کلینیک ها، صاحبان کار، مراکز مقابله با حوادث، مقامات دولتی، کارکنان صحتی و مردم ایکه تخصص شان پاک کاری انتشارات مواد کیمیای است.
- وسایلی را که برای پاک کردن انتشار مواد کیمیای استفاده میشود، در نزدیک خود محل نگهداری کنید. مثلا: لباس های محافظتی، تجهیزات مربوطه، راهنما ها وغیره
- یک راه یا دریچه نجات را برای فرار از حادثهٔ احتمالی، پلان نمائید.
- یک مخزن یا ذخیرهٔ آب نوشیدنی را داشته باشید. تا اگر کدام حادثهٔ سرایت و انتشار مواد نفتی و کیمیای به منابع آب بوجود آمد، به مشکل آبی آب آشامیدنی مواجه نشوید.

تداوی ضرر های ایجاد شده با مواد کیمیای

مواد کیمیای ممکن است بر روی پوست یا لباس منتشر گردد، ذرات آن چشم ببرد و یا گازات آن بلع یا تنفس گردد اگر شخصی صدمه می بیند، هرچه عاجل در جستجوی کمک های لازمه طبی باشید.

تنفس بخارات کیمیای



- شخص مسمومی را که بخارات کیمیای را تنفس کرده، هرچه زود تر از محل حادثه به فضای باز انتقال دهید، خصوصا اگر در محل سر بسته ای حادثه بوقوع پیوسته است. همچنان اگر مسمومیت در داخل محوطهٔ سر بسته رخ داده باشد، کوشش کنید تا در و کلکین ها را باز نمایید.
- شخص را به هوای تازه برسانید.
- لباس های شخص مسموم را کمی باز و سست کنید.
- مریض را طوری تکیه دهید که سر وشانه هایش بلند تر قرار بگیرد.

- اگر شخص شعور خود را ازدست داده است، مریض را به پهلو بخوابانید و خود را مطمئن سازید که چیزی مانع تنفس آن نشده باشد.
- اگر مجروح تنفس ندارد، تنفس دهن به دهن را اجرا کنید. (به صفحه 557 ببینید)

• اگر علائم مشکلات صحتی مانند، سردردی ها، تخریش بینی یا حلق، سرچرخی، خواب آلودگی یا تنگی سینه وجود داشته باشد، فوراً کمک طبی را جستجو کنید.

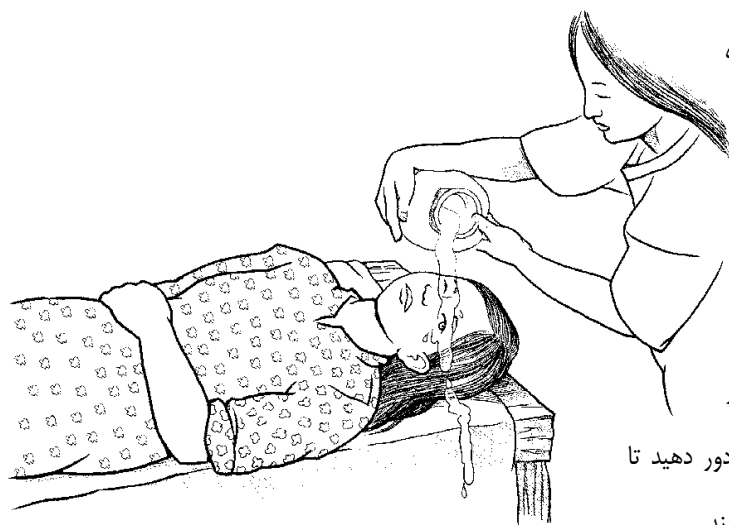
لیبل یا نام ماده کیمیای را که باعث مسمومیت شده یاد داشت کنید.

بلع مواد کیمیایی:

- اگر شخص بیهوش باشد، وی را به پهلو بخوابانید و خود را مطمئن سازید که نفس میکشد.
- اگر شخص نفس نمیکشد، تنفس دهن به دهن را شروع کنید. البته تنفس مصنوعی ممکن است خود شما را نیز در معرض تنفس مواد کیمیایی قرار دهد، لذا ازی ک تکه یا ماسک در هنگام اجرای تنفس مصنوعی استفاده کنید. ویا وسط پلاستیک وتکه ایکه ضخیم است ، یک درز ایجاد نموده، و از طریق آن به تنفس دهن به دهن اقدام نمایید. (به صفحه 557 ببینید).
- اگر شخص قادر به نوشیدن میباشد، مقدار زیاد آب برایش بدهید.
- ظرف ماده کیمیایی را که باعث مسمومیت گردیده بیابید، و سپس لیبل چاپ شده بالای آنرا بخوانید. تا معلوم شود که آیا در صورت ایجاد مسمومیت باید شخص را مجبور به استفراغ نمود یا خیر؟ (به صفحه 257 ببینید).

وقتی مواد کیمیایی روی بدن یا لباس منتشر شود:

- هرگونه لباس، کفش یا جواهری را که به مواد کیمیایی آلوده شده اند، از خود دور نمایید. متوجه باشید که در هنگام کشیدن



جاکت یا پیراهن، مواد کیمیایی به چشمان شما سرایت

نکند. بهترین شکل آنست که لباس ها پاره شده

و کشیده شوند.

- قسمت آسیب دیده را با آب سرد

برای حدود پانزده دقیقه خوب بشویید.

- اگر به چشم انتشار نموده باشد، آنرا

با آب پاک برای پانزده دقیقه شستو دهید. در

هنگام ریختن آب، چشمان خود را بهر جهت دور دهید تا

تمامی قسمت های کره چشم با آب شستو گردند.

- اگر شخص تنفس نموده نتواند، تنفس دهن به دهن را شروع کنید.
- برای دور نمودن مواد منتشره کیمیایی، از یک تکه پارچه استفاده کنید. متوجه باشید که مواد آلوده کننده به اطراف پاشیده نشوند.
- اگر قسمتی از بدن با مواد کیمیایی سوخته باشد، آنرا مانند سوختگی های عادی تداوی نمایید (به صفحه 555 نظر کنید).

تداوی سوختگی‌ها

برای هر نوع سوختگی:

- با داخل نمودن ناحیه سوختگی در آب سرد سوزش آن را توقف دهید. سرد ساختن ناحیه سوختگی را برای حد اقل 20 دقیقه دوام دهید.
- درد ایجاد شده را با دادن آسپرین یا یک دوی دیگر ضد درد، تسکین دهید.
- از بوجود آمدن شاک جلوگیری کنید (به صفحه 556 نظر کنید).

برای سوختگی‌های کوچک، تداوی‌های بیشتری لازم نیست.

برای سوختگی‌های ناشی از مواد کیمیایی، تشعشعات، جریانات برق وغیره که باعث بوجود آمدن آبله‌ها میگردد (سوختگی درجه دوم):

- هرگز چیزی را که به قسمت سوخته شده چسبیده است، نباید جدا کرد.
 - هرگز هیچگونه لوشن، مرجم یا کریمی را نباید استفاده کرد.
 - هرگز آبله‌های بوجود آمده ترکانده نشوند.
 - هرگز پوست سست شده نباید برداشته شوند.
 - هرگز با لای سوختگی کیمیایی چیزی انداخته نشود.
 - بصورت فوری هرگونه مواد کیمیایی از روی سوختگی با آب پاک شسته شود.
 - قسمت سوخته شده باید با یک پانسمان مرطوب و معقم (مانند گاز بنداز پاک) پوشیده شود.
 - در صورتیکه آبله‌های بوجود آمده ترکیده باشند، آنها بمالایمت با آب سرد و پاک و صابون بشویید. اگر درجایی هستید که امکان آلوده گی با گرد و خاک، گازات کیمیایی و حشرات موجود نیست، میتوانید محل سوختگی را باز نگهدارید.
 - رخت و لباسی را که با مواد کیمیایی آلوده شده اند دور بیاندازید. یا حتی الامکان این لباس را جدا از لباس‌های دیگر پاک نمایید.
 - برای مواردیکه سوختگی بوجود آمده کوچک است، از پوشش عسل استفاده نمایید. عسل میتواند سبب جلوگیری و کنترل انتان شده و پروسه شفایابی را سرعت دهد. هر روز اقلا دو مرتبه با احتیاط عسل کهنه را از روی سوختگی شسته و عسل جدید بر آن بگذارید
 - بزودی ممکنه شخص را با رعایت احتیاط به یک کارکن صحتی یا شفاخانه انتقال دهید.
 - اگر فکر میکنید که مجرای تنفسی شخص مصدوم آسیب دیده است، آنها قبل از هر اقدامی به شفاخانه منتقل کنید.
 - علایم آن شامل موارد ذیل است:
 - سوختگی‌ها ایکه در اطراف دهن و بینی مشاهده میشوند، یا سوختگی در داخل دهن.
 - تشوشات روانی، ازدست دادن شعور، یا سرفه نمودن مقدار زیاد مواد استنشاق شده.
- بهمین ترتیب، شخصی را که مصاب به سوختگی‌های جدی در روی، چشم‌ها، دست‌ها، پاها و سیستم تناسلی است به شفاخانه انتقال دهید.
- هرشخصی که به شکل خیلی وخیم سوخته باشد ممکن است به شاک برود (به صفحه بعدی نظر کنید). دلیل بوجود آمدن شاک درد شدید، ترس یکجا با از دست رفتن مایعات بدن است که از ناحیه سوخته شده زا میزند. شخص را تسلی و دلداری دهید، درد را تسکین نمایید، شاک را تداوی کنید و مقدار زیادی مایعات برایش بدهید.

شاک

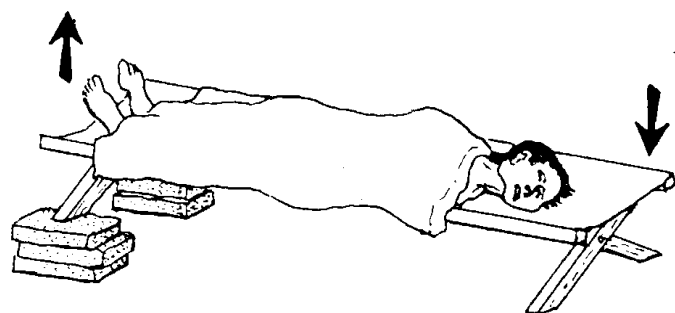
شاک یک حالت تهدید کننده حیات است که از سبب سوختگی های بزرگ، از دست رفتن حجم زیاد خون، مریضی شدید، دیپهایدریشن (از دست رفتن آب بدن)، عکس العمل شدید آلرژیک (حساسیتی)، معروض شدن به مواد توکسیک و یا حالات اضطراری و خطرناک دیگر بوجود می آید.

علائم شاک

- تشوش روانی، ضعف، بیحالی، یا از دست رفتن شعور.
- نبض ضعیف و سریع
- عرض سرد: جلد خاسف، سرد و مرطوب
- سقوط فشار خود بشکل خطرناک

برای جلوگیری از بوجود آمدن شاک

بمجرد بوجود آمدن علائم ابتدایی شاک، یا بالا رفتن خطر ایجاد شاک:



- شخص را طوری بخوابانید که سر از پاها اندکی پایین تر قرار گیرد. مانند این تصویر:

- هرگونه خونریزی را توقف دهید، یا هر نوع جراحت موجوده را تداوی کنید.
- اگر شخص احساس سردی میکند، وی را با یک لحاف بپوشانید.

- اگر شخص نوشیده میتواند، جرعه های آب برایش

بدهید. اگر شخص مصاب دیپهایدریشن یا ضیاع مایعات وجود است، مقدار زیادی مایعات برایش بدهید. (به صفحه 53 نگاه کنید).

- اگر شخص درد شدیدی دارد، از مسکن های مانند آسپرین استفاده نمایید. اما دواهای آرامش بخش مثل کودیین برای مریض داده نشود.

- خونسردی خود را حفظ نموده و به شخص اطمینان بدهید.

اگر شخص بیهوش شده باشد، در آنصورت:

- وی را طوری به پهلو بخوانید که سرش پایین تر قرار داشته باشد (به شکل بالا نگاه کنید). اگر در حالت خفگی قرار داشت، زبانش را با انگشتان تان از دهانش بیرون کنید.
- اگر استفراغ نموده باشد، دهنش را بصورت عاجل پاک کنید.
- تا زمانیکه شعور خود را باز یابد، هیچ چیزی را از طریق دهن برایش ندهید.
- همیشه کمک طبی را درخواست کنید.

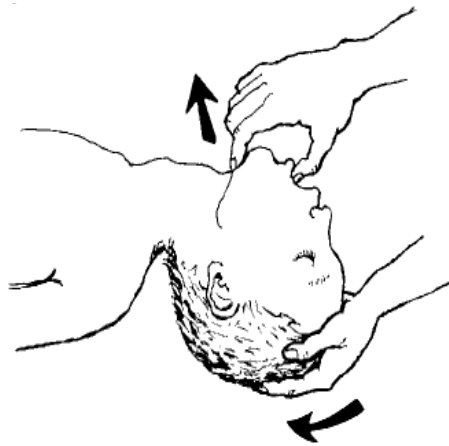
تنفس مصنوعی (تنفس دهن به دهن)

اگر شخصی نتواند نفس بکشد در ظرف 4 دقیقه خواهد مرد. اگر کسی بنا به هر دلیلی نتواند نفس بکشد، تنفس دهن به دهن را بصورت فوری شروع نمایید! اگر شخص مواد کیمیاوی را استنشاق نموده باشد، اجرای تنفس دهن به دهن، شما را نیز در معرض مواد زهری قرار میدهد. لذا قبل از شروع عملیه، بالای دهن مریض یک تکه یا ماسک را قرار دهید و بعدا تنفس مصنوعی را شروع کنید. اگر تکه یا پلاستیک متذکره ضخیم است، یک درز در قسمت وسط آن ایجاد نموده، و سپس به تنفس دادن آغاز کنید.

مرحله اول: سریعا هر چیزی را که در داخل دهن و گلو گیر نموده است، با انگشتان دست خود بیرون کنید. زبان را از دهن خارج و به جلو بکشید. اگر در داخل گلو مخاط زیادی وجود داشته باشد، هرچه زودتر آنرا پاک کنید.



مرحله دوم: بصورت فوری اما با ملایمت روی مریض را به بالا برگردانید. همانطور آرام سر را به عقب تیله نموده و سپس فک مریض را باز نمایید.



مرحله سوم: لبهای مریض را توسط انگشتان خود از هم دور نموده و دهن اش را باز نمایید. سپس دهن خود را بصورت محکم بروی دهن باز مریض گذاشته و شروع به تنفس دادن کنید. حجم تنفس داده شده باید آنقدر باشد که قفسه سینه مریض بالا بیاید. سپس وقفه دهید تا هوای داخل شده بیرون گردد. این عملیه را هر پنج ثانیه تکرار کنید. در مورد نوزادان و اطفال خوردسال، دهن شما باید هم دهن و هم بینی آنها را بپوشاند، و وقفه های تنفس باید از سه ثانیه بیشتر نگردد. به عملیات نجات خود تا زمانی ادامه دهید که مشاهده کنید شخص مذکور میتواند خودش نفس بکشد، یا مطمئن شوید که مرده است. شاید بعضا مجبور شوید که اینکار را برای یکساعت یا بیشتر ادامه دهید.



نوت: در صورتیکه یک زخم باز یا خونریزی در داخل دهن وجود نداشته باشد، امکان ابتلا به ویروس HIV از طریق تنفس دهن به دهن وجود ندارد.