

فصل چهل و یک  
کیت کمک های اولیه



اغلب، داروها و تجهیزات در حوادث غواصی با ارزش هستند، و به طور منطقی انتظار میرود که امدادگران از آنها استفاده کنند و بتوانند این تجهیزات را در سفر غواصی با خود حمل کنند. آموزش استفاده از این تجهیزات و احیا قلبی - ریوی پایه از اهمیت زیادی برخوردار است.

### First Aid kit Issues

### موضوعات مربوط به کمکهای اولیه

در موارد حمله کوسه یا تروما، سایز بزرگ پدهای پنبه ای ضخیم (با بیش از ۲۰ سانتیمتر مربع) با ۱۰ سانتیمتر باند کیرپ (۶ تا از هر کدام) مفید میباشند، تا برای توقف خونریزی فشاری را وارد سازند و بانداژ فشار جذب سم در خون را کاهش می دهد. نوعی از لباس Shell توسط نظامیان استفاده می شود که برای این اهداف ایده آل میباشند. گاهی اوقات آنها را میتوان از فروشگاههای ارتش تهیه کرد.

پانسمان لاستیکی با عرض ۱۰ سانتیمتر بعنوان شریان بند استفاده می شود ("esmarch"). این بانداژ از فروشندگان تجهیزات پزشکی تهیه می شود. بهترین شکل شریان بند هنگامی است که محکم در اطراف اندام پیچیده شود. این شریان بند ناحیه بسیار وسیعی را می پوشاند و به طور مؤثر جریان خون را به اندام متوقف میسازد، در صورتیکه آسیب به بافتهای زیر شریان بند به حداقل برسد.

پانسمان کوچک و چسبنده پوست مانند Elastoplast یا بند کمکی

ابزار جراحی - قیچی، forceps عروق، forceps خوب، تیغه چاقوی کالبدشکافی، سرنگ یکبار مصرف و سوزن.

پتوی حرارتی آلومینیومی مانند «پتوی فضایی» برای محافظت از غواصان مبتلا به hypothermia است.

پکهای حرارتی - در درمان نیش ماهیها و ستارههای دریایی با ارزش می باشند.

پکهای سرمایی - در درمان نیش ستارههای دریایی و به طور کلی کشیدگی عضلانی مؤثر می باشند.

## Eye Both

## محلول شستشوی چشم

چراغ قوه، قلم و کاغذ (به منظور گزارش کردن)

## Resuscitation Equipment

## وسایل و تجهیزات احیا

اگر قربانی، هوشیاری خود را از دست بدهد و راه هوایی او مسدود شود، یا اگر احتیاج به تنفس مصنوعی داشته باشد، Guedel Type ( Airways ) به دو شکل ممکن است مفید می‌باشد. سیستم فشار مثبت هوا، (مانند کیسهٔ AMBU) در ترکیب با راه هوایی و برای تنفس مصنوعی طولانی مدت، با ارزش است.

## Oxygen Resuscitation Equipment

## \* تجهیزات احیا با اکسیژن

منبع اکسیژن و تجهیزات مربوط به آن میتواند در برخی از حوادث غواصی نجات دهنده باشد و زندگی را به غواصان بازگرداند. همانطور که در فصل ۴۰ شرح داده شد، این دستگاهها باید شامل سیستم تغذیه کامل اکسیژن و سیستم تحویل آن باشند که درون ظرف محکم قابل حمل قرار دارند.

\* اگر غواصی در مسافتی دورتر از امکانات پزشکی غواصی و اتاقهای recompression باشد، سیلندر بزرگ اکسیژن با آداپتورهای مناسب باید در دسترس قرار گیرند.

برای دوباره فشارگذاری recompression درمانی با تجهیزات پیچیده تر، در مناطق دورافتاده، یک سیستم اکسیژن در زیر آب لازم است. (ضمیمه C)

## Drugs for Diving problems

## تجویز دارو برای مشکلات غواصی

\* سرکهٔ خانگی، ترجیحاً در یک ظرف ۱ لیتری، برای خنثی کردن سلولهای چسبنده نیش jelly fish (ستاره دریایی) و سایر ماهی ژلها به کار می‌رود.

سفیدکننده های خانگی برای استریل بریدگی های مرجانی مفید میباشند.

\* اسپری بیحس کننده موضعی یا پماد موضعی (Lignocaine) برای تسکین درد ناشی از نیش جزئی حیوانات نظیر Portuguese man-o-war پرتغالی و گزیدگی ستاره دریایی بکار برده می‌شود.

\* پودر موضعی آنتیبیوتیک برای جلوگیری از عفونت بریدگیهای مرجانی و سایر صدمات جزئی بکار برده می‌شود.

\* محلول ضدعفونی کننده پوست مانند Chlorhexidine (کلرهگزیدین) برای تمیز کردن زخم آلوده به خاک استفاده می‌شود.

\* طیف وسیعی از قرصهای آنتی بیوتیک (مثلاً اریترومايسين، داکسیسایکلین) برای شروع درمان عفونتهای جدی، Otitis خارجی، اوتیت Otitis میانی، سینوزیت و بریدگی های مرجانی و غیره به کار برده می‌شود.

\* قطره گوش Prophylactic ، با نام تجاری Aqua Ear ، Vosol یا Otic Domoboro

\* قطرههای درمانی گوش از جمله ترکیب آنتیبیوتیک و استروئید، برای عفونتهای گوش خارجی به کار برده می‌شوند.

\* بیحسی موضعی برای تزریق، مثل Lignocaine یک درصدی (بدون آدرنالین) برای زخم ناشی از سنگ ماهی و گزش ماهیهای دیگر. تا ۱۵ میلیلیتر از این محلول را میتوان به ناحیهٔ گزیدگی فرد بالغ تزریق کرد و در صورت لزوم در هر ۲ ساعت تکرار کرد.

\* پادزهر و واکسنها- به موقعیت جغرافیایی بستگی دارد. فصل ۲-۳۹

## General Drugs

## دارو عمومی

- \* قرصهای ضد اسهال مانند ("Lomotil" یا Loperamide (Imodium).
- \* مسکنها (مسکن) مانند پاراستامول (استامینوفن). آسپرین یا داروهای حاوی این ماده، ممکن است غیر قابل پیش بینی و خطرناک باشند و بهتر است از مصرف آنها اجتناب شود.
- \* Ultra-violet مسدود کنندههای ماوراءبنفش و کرم ضدآفتاب (یا بیشتر +۱۵SP). کرم هیدروکورتیزون ۱٪ برای درمان آفتاب سوختگی، درماتیک آلرژیک و یا خارش مفید است.
- \* قرصهای ضد دریازدگی
- \* ضد احتقانها- قرص پزودوافدرین و اسپریهای موضعی بینی.
- \* آماده سازی داروهای ضد باکتری و ضد قارچ موضعی، مانند Neosporin یا Cicatrin

## Training

## آموزش

جسارت تیم غواصی در مکانهای دوردست باید به گونه ای باشد، که حداقل یک عضو آموزش کمکهای اولیه مربوط به غواصان را دیده باشد (ترجیحاً دو نفر آموزش ببینند زیرا در مواردی که یکی از آنها قربانی حادثه شد شخص دیگری برای کمک و امداد حضور داشته باشد). احیاء و تجویز اکسیژن به کارشناس آموزش دیده و ناظر نیاز دارد. آموزش تزریق یکی از مزیتهاست، تزریق برای بیهوشیهای موضعی، پادزهرها و سایر داروها باید تحت راهنمایی و مشاوره یک متخصص پزشکی از راه دور انجام شود.

## Medical Information

## اطلاعات پزشکی

شاید با ارزش ترین ترکیب در هر جعبه کمکهای اولیه، منبع اطلاعاتی باشد. این منابع اطلاعاتی باید شامل متون پزشکی غواصی، و به طور کلی شماره های تماس مربوط به دستیار پزشکی و دسترسی به اتاق recompression باشد. این منابع اطلاعاتی باید با شماره تلفن محل و شماره تلفن غواصان مطلع و پزشکان غواصی، پُر شود. یک کپی از این کتاب باید با کیت کمکهای اولیه باقی بماند. بعلاوه در کیت کمکهای اولیه باید لیستی از محتوای آن وجود داشته باشد از جمله خرید و تاریخ انقضای داروها. اطلاعات مورد نیاز در مورد حوادث غواصی

## CHEK LIST (چک لیست)

نام خبرسان

نام و نام خانوادگی و سن قربانی

شماره تلفن تماس برای بازگشت و یا در صورتیکه تماس قطع شود

موقعیت جغرافیایی (تسهیلات پزشکی محلی یا اتاقهای فشارگذاری دوباره RCC ها)

تاریخچه موردی

علائم اولیه، از جمله زمان شروع توضیحات علائم بالینی به اضافه پیشرفت علائم بیماری یافته های منفی (علائمی وجود نداشته باشد بعنوان مثال، ادرار کردن، تنگی نفس، زخمهای پوستی) کمکهای اولیه داده می شود (از جمله اکسیژن، مقدار و روش)

جزئیات غواصی: مشخصات، گازها، غواصیهای اخیر)

تاریخچه شخصی غواصی

بیماری غواصی و داروهای عمومی و جراحی

هر یک از افرادی که صدمه دیده اند

تسهیلات کمک های اولیه و/ یا پرسنل پزشکی موجود در محل

پیگیری مقدمات

امکانات Medevac (انتقال فرد صدمه دیده به مکانی که قابل درمان باشد)