



آمادگی اورژانس استان برای امداد رسانی

صفحه ۲



روایت شب بیداری اورژانس

صفحه ۳



ماموریت های برفی....!!

صفحه ۴



خروج ۲۱۹ آمبولانس از جرّخه خدمت

صفحه ۵



## انتقال هوایی ۲ مادر باردار توسط بالگرد اورژانس پیش بیمارستانی استان چهارمحال و بختیاری

به گزارش روابط عمومی اورژانس استان، در پی دریافت گزارش وضعیت اورژانسی دو مادر باردار در منطقه دهدز، با توجه به شرایط خاص بارداری و ضرورت تسریع در روند درمان، بلافاصله بالگرد اورژانس پیش بیمارستانی به محل اعزام شد.

این دو مادر پس از انجام اقدامات اولیه درمانی توسط کارشناس اورژانس هوایی، در کمترین زمان ممکن و با رعایت کامل اصول ایمنی و درمانی، به مرکز درمانی، در بیمارستان اردل، منتقل شدند.

گفتنی است استفاده از ظرفیت اورژانس هوایی نقش مهمی در کاهش زمان دسترسی بیماران به خدمات تخصصی، به ویژه در مناطق صعب العبور و شرایط بحرانی دارد و این مأموریت نیز با تلاش و هماهنگی تیم های عملیاتی با موفقیت انجام شد.

به گزارش مرکز روابط عمومی، دکتر نرگس عسگری، سرپرست مرکز اورژانس پیش بیمارستانی و مدیریت حوادث دانشگاه، از انتقال موفق ۲ مادر باردار ۲۲ و ۲۷ ساله توسط بالگرد اورژانس هوایی استان، در دهمین روز از دیمه سال جاری خبر داد.



یک عکس، یک خاطره



مزاحمت های تلفنی....!!

صفحه ۶



# به وقتی اورژانس



مجله خبری به وقت ... اورژانس - صفحه ۲ - شماره ۱۰ - دی ماه ۱۴۰۴



## آمدگی اورژانس استان برای امدادسانی

همزمان با مانور امدادسانی خدمات دستگاه های امدادی، اورژانس استان نیز با حضور در مانور مذکور، آمادگی کامل خود را جهت ارائه خدمات اورژانس در فصل زمستان اعلام کرد.

دکتر نرگس عسگری، با اشاره به وجود ۵۹ پایگاه ۱۱۵ در استان و وجود ۲۵ دستگاه اتوبوس آمبولانس و ۱ پایگاه هوایی و ۴۸۰ نفر نیروی عملیاتی، از آمادگی کامل اورژانس استان جهت ارائه خدمات در فصل سرد سال خبر داد.



## آسیب به بیمارستان ها و اورژانس محکوم است

احمد نجابتیان، رئیس کل سازمان نظام پرستاری در پی اغتشاشات اخیر اظهار داشت: متأسفانه مواردی از تعرض به بیمارستان ها و مراکز درمانی از سوی گروه های مختلف در جریان اتفاقات کشور رخ داده است به جد از طرف های درگیر درخواست داریم که اجازه ندهند مراکز درمانی و بیمارستان ها محل نزاع باشند حفاظت از مراکز درمانی و بیمارستان ها باید خط قرمز همه افراد باشد. رد خون ترور بسم روی «سلامت»؛ هدف از حمله به آمبولانس ها چیست؟

رئیس کل سازمان نظام پرستاری افزود: شاهد آن بودیم که در شب های گذشته فشار زیادی به بیمارستان ها و مراکز درمانی وارد شد و تعداد زیادی مجروحان حوادث از طرف های مختلف به بیمارستان ها آورده شدند پرستاران و پزشکان در این شرایط نشان دادند که به اصول اخلاقی و حرفه ای خود پایبند هستند و بدون در نظر گرفتن شرایط افراد به همه ارائه خدمت دادند.

آمبولانس های آسیب دیده به چرخه خدمت رسانی بازگشتند در این بین آمبولانس ها هم از دست رژیم صهیونی جان سالم به در نبردند و به تعدادی از آمبولانس های ما آسیب وارد شده است و بخش قابل توجهی از این ناوگان ها تعمیر شده و به چرخه وارد شده و برخی هم از رده خارج شده است.

حسین کرمانپور، رئیس مرکز روابط عمومی وزارت بهداشت در گفتگو با خبرنگار خبرگزاری مهر در خصوص آسیب به ناوگان های اورژانس در حوادث تروریستی اخیر گفت: به تعدادی از آمبولانس های ما آسیب وارد شده است و بخش قابل توجهی از این ناوگان ها تعمیر شده و به چرخه وارد شده و برخی هم از رده خارج شده است و باید به فکر جایگزینی این ناوگان ها باشیم تا به چرخه خدمت به مردم بازگردند و آمبولانس یک وسیله امدادی است و به طور معمول باید وارد مکان درگیری شود تا جان مردم محافظت کنند.



اخبا همان بین | نرگس عسگری

## احیای قلبی برای عموم شعار امسال سازمان اورژانس کشور

به گزارش روابط عمومی سازمان اورژانس کشور، دکتر جعفر میعادفر، رئیس سازمان اورژانس کشور، روز جمعه ۲۱ آذرماه در آیین اختتامیه نخستین کنگره ملی احیای قلبی ریوی در شیراز با اشاره به اینکه بیشتر موارد ایست قلبی در خارج از بیمارستان و عمدتاً در منازل رخ می دهد، گفت: اعضای خانواده نخستین حلقه نجات هستند و آشنایی آنان با اقدامات پایه احیای قلبی ریوی، می تواند تا زمان رسیدن نیروهای اورژانس، نقشی حیاتی در نجات جان بیماران ایفا کند.

وی افزود: در معاونت آموزشی سازمان اورژانس کشور برنامه ریزی شده است که تا سال آینده آموزش احیای قلبی به صورت گسترده در سطح جامعه ارائه شود؛ اقدامی که سال هاست در بسیاری از کشورهای جهان بطور جدی دنبال می شود.

رئیس سازمان اورژانس کشور با بیان اینکه کمتر از ۱۰ درصد مردم با اصول احیای قلبی ریوی آشنایی دارند اظهار کرد: این آمار نشان می دهد که مسیر دشوار اما ضروری پیش روی ما قرار دارد و باید آموزش احیای قلبی تنفسی را در مدارس، دانشگاه ها، اماکن عمومی و با بهره گیری از رسانه ملی و فضای مجازی گسترش دهیم.



معاونین فنی و اجرایی و کارشناسان اورژانس پیش بیمارستانی استان، برگزار شده بر پیگیری و تسریع ساخت پایگاه ۱۱۵ روستای بارده تأکید شد.



## دکتر نرگس عسگری: وظیفه ماست، که زمینه حضور خیرین را در اورژانس پیش بیمارستانی، مهیا کنیم

به گزارش مرکز روابط عمومی اورژانس پیش بیمارستانی دکتر عسگری افزود:

استان، وظیفه ماست، که زمینه حضور خیرین را در جلسه اعضای شورای اسلامی روستای بارده با سرپرست در اورژانس پیش بیمارستانی، مهیا کنیم و با مرکز اورژانس پیش بیمارستانی استان و مدیر حوادث دانشگاه تسهیل در فرایندهای اداری، خیرین را در که در پانزدهمین روز از دیماه سال جاری برگزار شد دکتر نرگس ارائه خدمات سلامت مشارکت دهیم. عسگری، بر تسهیل امور و جذب خیرین، جهت مشارکت در این جلسه که با حضور محبوبه ارائه خدمات سلامت تأکید کرد. کثیری سرپرست اداره سازمان های مردم نهاد و هماهنگی امور اقتصادی دانشگاه



# به وقتی اورژانس



مجله خبری به وقت ... اورژانس - صفحه ۳ - شماره ۱۰ - دی ماه ۱۴۰۴

آزمون عملی کارکنان استخدامی جدید اورژانس  
پیش بیمارستانی استان چهارمحال و بختیاری  
برگزار شد



حضور مدیر اداره بازرسی دانشگاه و کارشناسان در  
آزمون عملی استخدامی کارشناسان عملیاتی اورژانس  
پیش بیمارستانی استان



<https://www.aparat.com/v/ajz450x>

یادای خرمستقیم بی پایان و شانس

برای مشاهده فیلم مربوط به آدرس فوق مراجعه فرمایید.



شب یلدا، که در فرهنگ ایرانی به عنوان «شب چله» نیز شناخته می‌شود، یکی از کهن‌ترین، باشکوه‌ترین و شاعرانه‌ترین آیین‌های باستانی ایران است. این شب نه تنها بلندترین شب سال، بلکه نمادی از پایان تاریکی و آغاز روشنایی به شمار می‌رود. در پس این سنت دیرینه، تاریخ، اسطوره، شعر، نجوم و باورهای فرهنگی درهم تنیده شده و مراسمی شکل گرفته است که قرن‌هاست ایرانیان را گرد سفره ای مشترک می‌نشانند. اگرچه بسیاری از آیین‌های باستانی در گذر زمان به فراموشی سپرده شده‌اند، یلدا همچنان جایگاه خود را حفظ کرده و نه تنها در ایران، بلکه در سراسر جهان میان فارسی‌زبانان و حتی مردمان کشورهای همسایه شناخته و جشن گرفته می‌شود. این شب فرصتی است برای کنار هم بودن، برای تقدیر از لحظه‌ها، برای انتقال فرهنگ از نسل‌های پیشین به نسل‌های جدید، و برای پاسداشت روشنایی در برابر تاریکی.

تقدیر مدیر کل انتقال خون استان از تلاش‌های  
شبانه‌روزی کارکنان اورژانس پیش بیمارستانی



را جلوه‌ای از روحیه مسئولیت‌پذیری و نوع‌دوستی کارکنان اورژانس عنوان کرد.

در ابتدای این نشست، بحرینی، مدیر روابط عمومی اورژانس پیش بیمارستانی استان، به نمایندگی از کارکنان اورژانس، از زحمات دکتر هاشمی و مجموعه انتقال خون استان قدردانی کرد و گفت: کارکنان انتقال خون نیز همچون پرسنل اورژانس، به عنوان یک سازمان خدماتی، به صورت شبانه‌روزی در خدمت مردم و نیازمندان هستند و این خدمات شایسته تقدیر است.

دکتر هاشمی، مدیر کل انتقال خون استان، در دیدار با کارشناسان اورژانس پیش بیمارستانی، از زحمات و تلاش‌های شبانه‌روزی کارکنان اورژانس در سطح استان تقدیر کرد و حضور آنان را مایه امید و دلگرمی خانواده‌های مددجویان دانست.

وی با تأکید بر نقش حیاتی اورژانس پیش بیمارستانی در نظام سلامت، اظهار داشت: خدمات صادقانه و ایثارگرانه کارکنان اورژانس بی‌تردید در پیشگاه الهی ثبت و ضبط خواهد شد و این تلاش‌ها ارزشمند و ماندگار است.

مدیر کل انتقال خون استان همچنین ضمن تشکر از مشارکت کارشناسان اورژانس در برنامه‌های اهدای خون، این اقدام انسان‌دوستانه را قابل تقدیر دانست و آن

## خطاهای رایج در زمان خفگی جزئی

بسیاری از مردم هنگام مشاهده خفگی، ناخودآگاه می خواهند سریعاً به فرد ضربه بزنند یا او را درگیر حرکات شدید کنند؛ اما در خفگی جزئی، این کار می تواند خطرناک باشد.

**چند اشتباه متداول در این موقعیت عبارت اند از:**  
زدن ضربه های پشت سر یا گردن در زمان نامناسب؛ اگر فرد هنوز سرفه می کند، نباید به پشت او ضربه بزنید؛ این کار ممکن است جسم را جابه جا کرده و مسیر هوا را کاملاً ببندد.

گذاشتن انگشت در دهان فرد برای بیرون آوردن جسم؛ اگر جسم دیده نمی شود، هرگز نباید با انگشت به داخل دهان بروید؛ این کار می تواند جسم را بیشتر به داخل حلق فشار دهد.

وحشت زده شدن یا داد زدن؛ اضطراب شما به فرد منتقل می شود و ممکن است باعث شود کنترل خود را از دست بدهد؛ در نتیجه سرفه متوقف شده و خطر بیشتری شود.

دادن آب یا نوشیدنی؛ تا زمانی که جسم خارج نشده، نباید به فرد چیزی برای خوردن یا نوشیدن داد؛ ورود مایعات ممکن است مسیر را بیشتر مسدود کند.

### مانور «هایملیخ» برای بزرگسالان هوشیار

ایستادن پشت فرد؛ خود را پشت فرد قرار دهید و دستان خود را دور کمر او حلقه کنید.

مشت کردن یک دست؛ یکی از دستان خود را مشت کرده و آن را کمی بالای ناف فرد قرار دهید.

فشار دادن؛ دست دیگر خود را روی مشت اول قرار داده و به سمت داخل و بالا فشار دهید؛ این حرکت را مانند یک ضربه محکم و سریع انجام دهید.

تکرار؛ تا زمانی که جسم خارج شود یا فرد هوشیاری خود را از دست بدهد، این حرکت را تکرار کنید.

### مانور «هایملیخ» برای فردی که هوشیاری ندارد

خواباندن فرد روی زمین؛ فرد را روی زمین به پشت بخوابانید.

رار دادن یک دست روی پیشانی و دست دیگر روی چانه؛ راه هوایی فرد را باز نگه دارید.

شار دادن روی شکم؛ با استفاده از پاشنه دست، چندین ضربه محکم به قسمت بالای شکم فرد وارد کنید.

مانور «هایملیخ» برای کودکان  
در هنگام خفگی برای کودکانی که بالای یک سال سن دارند، روش انجام مانور شبیه به بزرگسالان است، اما با شدت کمتر انجام می شود.

حسین و قیچ طاعت ایچا پانت و قیچ

وونیک چشم است بر رشت و فکر آینه را

پیدل هشاری

## اقدامات اولیه در هنگام خفگی

### تفاوت خفگی کامل و خفگی جزئی

در واقع، سرفه همانند یک «سیستم دفاعی خودکار» بدن در خفگی جزئی، جسم خارجی به عمل می کند؛ زمانی که فرد هنوز طور کامل مسیر هوا را نمی بندد؛ فرد می تواند سرفه کند، یعنی راه ممکن است هنوز بتواند کمی نفس تنفسی کاملاً بسته نشده است؛ در بکشد، صداهای خفه از خود درآورد. این حالت، مداخله عجولانه یا یا سرفه کند؛ در این وضعیت، بدن ضربه های غیر ضروری ممکن خودش در حال تلاش برای بیرون است شرایط را بدتر کند و باعث انداختن جسم از راه تنفسی است و شود جسم بیشتر به داخل نای بهترین کار، تشویق فرد به سرفه برود.

بنابراین، در خفگی جزئی، بهترین کردن مداوم است.  
سرفه یکی از طبیعی ترین و اقدام، تشویق فرد به ادامه سرفه موثرترین واکنش های بدن برای است تا جسم به طور طبیعی پاکسازی راه تنفس است؛ زمانی که جسم خارجی وارد نای یا گلو می شود، گیرنده های حساس در دیواره مجرای تنفسی تحریک می شوند و صحبت یا سرفه نیست؛ چهارهوا به پیام عصبی به مغز فرستاده می شود؛ سرعت کبود می شود و ممکن مغز بلافاصله واکنشی ایجاد می کند است بی هوش شود؛ در این حالت، که با یک بازدم شدید و ناگهانی، نیاز فوری به اقداماتی مانند مانور سعی می کند جسم را بیرون هایملیخ وجود دارد تا جسم بیاندازد خارج شود.



این مانور با ایجاد فشار ناگهانی بر روی شکم، باعث می شود که هوا با فشار از ریه ها خارج شده و جسم خارجی را به بیرون پرتاب کند.

چه زمانی از مانور «هایملیخ» استفاده می شود؟  
خفگی ناشی از جسم خارجی؛ زمانی که فردی چیزی را قورت داده و راه هوایی اش مسدود شده باشد.  
ناتوانی در تنفس؛ فرد نمی تواند صحبت کند، سرفه های موثر داشته باشد یا نفس بکشد.

تغییر رنگ پوست؛ پوست صورت و گردن ممکن است به رنگ آبی یا بنفش تغییر کند.

انواع مانور «هایملیخ»  
مانور «هایملیخ» بر اساس شرایط فرد و سن او به روش های مختلفی انجام می شود:

خفگی زمانی اتفاق می افتد که جسمی خارجی، مانند تکه ای از غذا، استخوان یا قطعه ای کوچک از اسباب بازی، در گلو یا نای گیر کند و مانع عبور جریان هوا به ریه ها شود؛ در شرایط عادی، هوا از طریق بینی یا دهان وارد نای شده و سپس به ریه ها می رسد؛ اما اگر این مسیر به هر دلیلی بسته شود، اکسیژن کافی به بدن نمی رسد و مغز و سایر اندام ها در مدت کوتاهی آسیب می بینند؛ آشنایی با نحوه برخورد صحیح در چنین شرایطی می تواند جان یک انسان را نجات دهد.

بسیاری از مردم هنگام مشاهده فردی که دچار خفگی شده است، دچار اضطراب یا ترس می شوند و نمی دانند باید چه کنند؛ با این حال، دانستن تفاوت میان خفگی کامل و خفگی جزئی و چگونگی کمک به فرد در هر یک از این موارد، بسیار مهم است.

نقش آرامش در کمک به فرد خفه شده  
یکی از مهم ترین اصول در کمک های اولیه، حفظ خونسردی است؛ در لحظه خفگی، هم فرد آسیب دیده و هم اطرافیان دچار اضطراب می شوند؛ اضطراب می تواند روند تصمیم گیری را مختل کند و باعث انجام حرکات اشتباه شود.  
کمک کننده باید در ابتدا با صدای آرام و قاطع وضعیت را کنترل کند؛ آرامش در کلام و رفتار شما می تواند باعث شود فرد اعتماد به نفس بیشتری پیدا کند.

خفگی معمولاً دو نوع دارد: خفگی کامل و خفگی جزئی؛ شناخت تفاوت بین این دو حالت بسیار حیاتی است، زیرا روش کمک رسانی در هر کدام فرق دارد.

### زمانی که خفگی جزئی به خفگی کامل تبدیل می شود

گاهی ممکن است فردی که در ابتدا می توانست سرفه کند، ناگهان دیگر قادر به تنفس یا سرفه نباشد؛ این لحظه، نشانه تبدیل خفگی جزئی به خفگی کامل است؛ در چنین وضعیتی، باید فوراً اقدامات نجات دهنده انجام شود.

علائم خفگی کامل شامل ناتوانی در صحبت یا سرفه، کبودی سریع لبها و صورت، و حرکات بی ثمر برای تنفس است؛ در این شرایط، باید بلافاصله با اورژانس تماس بگیرید و اگر آموزش دیده باشید، مانور «هایملیخ» را اجرا کنید تا جسم از راه تنفس بیرون آید.

### مانور «هایملیخ»

مانور «هایملیخ» یک تکنیک حیاتی امدادی است که برای خارج کردن جسم خارجی گیر کرده در راه های هوایی و جلوگیری از خفه شدن به کار می رود.

طریق دقیق رو در هر کجا که خواهی باش  
که کج طاعت صاحبان مکانی نیست  
سعی

## ما دگوش و یک زبان داریم و این بدان معناست که باید بیشتر دگوش کنیم و کمتر حرف بزنیم

### خویشتن داری چیست؟

خویشتن داری در واقع مهارتی است که به فرد کمک میکند تا دست به کارهایی که اشتباه و مخرب هستند، نزند. خویشتن داری همچنین به عنوان یک فضیلت اخلاقی در فرهنگ ایرانی اسلامی به معنی عفاف، زهد، کنترل نفس، حلم، بردباری، تمالک نفس، خودداری از شهوت و پرهیزکاری است؛ که خودداری کرده و خویشتن را از شهوات حفظ و پرهیزکاری می کنند. در این باره امیرالمؤمنین علی علیه السلام می فرمایند: «نیرومندترین مردمان کسی است که به وسیلهی بردباری بر خشم خویش فائق آید.» ازسوی دیگر در دانش روانشناسی خویشتن داری توانایی انتخاب پاداش بزرگتر و با تاخیر، در مقابل پاداش کوچکتر و بدون تاخیر است. فواید خویشتن داری

داشتن هوش هیجانی بالا یکی از ویژگیهای بارز افرادی است که در زندگی خود موفق هستند و می توانند تأثیرات مثبت و به سزایی بر دیگران داشته باشند. خویشتن داری یکی از مشخصات بارز چنین افرادی است.

مدیرانی که توانایی بیشتری در کنترل خود دارند، مجموعهی موفق تری خواهند داشت و محیط کاری بهتری برای زیردستان خود فراهم می کنند. ورزش و فعالیت های بدنی هوازی تأثیر بسزایی در خودمهارگری دارند. از آنجایی که ورزش تأثیر زیادی بر سلامت بدن میگذارد، اهمیت فراوانی دارد. وقتی بدن انسان ضعیف و بیمار باشد توانایی کمتری در کنترل خود خواهد داشت.

وقتی انسان ارزش و جایگاه خود را بداند، انجام بسیاری از کارهای ناشایست را در شأن خود نمی بیند.

امام علی (ع) میفرماید:

«اگر صبور نیستی، خویشتن را صبور جلوه ده، زیرا کمتر کسی است که خود را شبیه گروهی کند و سرانجام یکی از آنان نشود.»

دهمین شماره از مجله خبری به وقت... اورژانس  
ش.م: ص/۹۳۰۴/۱۴۰۴

### باتشکران:

سرکار خانم دکتر نرگس عسگری سرپرست  
اورژانس پیش بیمارستانی استان و مدیر  
حوادث دانشگاه

مدیر مسئول و سر دبیر: عباس بحرینی  
باتشکران همکاری: علی امینی، محمد جهانی  
تهیه شده در: روابط عمومی مرکز اورژانس  
پیش بیمارستانی استان چهارمحال و بختیاری

### بیش از ۲۱ هزار تماس مزاحمت تلفنی !!

بیش از ۲۱ هزار تماس به عنوان مزاحمت تلفنی، طی ۹ ماهه سال جاری، در مرکز ارتباطات اورژانس استان ثبت شده است

به گزارش روابط عمومی اورژانس پیش بیمارستانی استان، دکتر نرگس عسگری در خصوص عملکرد ۹ ماهه اورژانس استان گفت: در ۹ ماهه نخست سال ۱۴۰۴، مرکز ارتباطات اورژانس با ثبت ۱۵۸ هزار و ۸۲۰ تماس، نقش مؤثری در پاسخ گویی به نیازهای درمانی و فوریتی مردم ایفا کرده است. سرپرست مرکز اورژانس پیش بیمارستانی استان افزود: از این تعداد تماس:

۳۳ هزار و ۶۸۸ مورد منجر به اعزام آمبولانس شده و ۱۲ هزار و ۶۰۶ مورد به صورت مشاوره تلفنی مدیریت گردیده است، همچنین ۲۱ هزار و ۴۹۶ تماس به عنوان مزاحمت تلفنی در مرکز ارتباطات اورژانس استان ثبت شده، که رشد ۲۳ درصدی نسبت به سال گذشته داشته و نیازمند توجه جدی و فرهنگ سازی عمومی و مساعدت سایر سازمانهای فرهنگی و تبلیغاتی در این خصوص است.

مدیر حوادث دانشگاه گفت: در حوزه مأموریت های اورژانسی نیز ۹ هزار و ۷۸ مورد مربوط به مصدومیت های ناشی از تصادفات بوده که متأسفانه ۱۱۰ مورد فوت ناشی از تصادف، قبل از رسیدن آمبولانس ثبت شده که نسبت به مدت زمان مشابه سال گذشته ۳ درصد افزایش داشته است.

دکتر عسگری در خصوص مسمومیت با گاز مونوکسید کربن نیز گفت: ۱۱۸ مورد مسمومیت با گاز مونوکسید کربن و با افزایش ۸ درصدی نسبت به مدت مشابه سال گذشته، گزارش شده که با توجه به فصل سرد سال، هشدار جدی، برای رعایت نکات ایمنی در این خصوص می باشد.

گاه تلخی ها به لطف صبر شیرین  
میشود!



### چگونه با دیگران ارتباط مؤثر داشته باشیم؟

در شرایط جنگی حفظ روحیه و ارتباط مثبت با اطرافیان اهمیت زیادی دارد. در لحظات سخت و بحرانی، تمایل طبیعی هر فرد این است که به خود و درونش پناه ببرد. اما انزوا و تنهایی می تواند اضطراب را تشدید کند. ارتباط با دیگران، حتی اگر کوتاه و ساده باشد، می تواند تأثیری شگفت انگیز داشته باشد. بخش هایی از مغز ما را فعال می کند که به ما حس امنیت، آرامش و تعلق به جامعه می دهد. همین ارتباط های ساده می توانند مانند دارویی معجزه آسا عمل کنند و به ما کمک کنند تا با چالش ها بهتر مقابله کنیم.

حمایت از یکدیگر و برقراری ارتباطات مثبت با اطرافیان و صله رحم می تواند به تقویت روحیه کمک کند. گفتگو و به اشتراک گذاشتن تجربیات می تواند بار روانی را کاهش دهد. با نزدیکان صحبت کنید و احساسات خود را با آن ها در میان بگذارید. این کار باعث می شود احساس تنهایی نکند و قدرت بیشتری برای مقابله داشته باشید. به یاد داشته باشید که هنوز امید و آینده ای روشن وجود دارد. تمرکز بر اهداف و امیدواری می تواند روحیه تان را تقویت کند.



شب یلدا ۱۴۰۴

### مهارت های کلیدی که باید در سال ۲۰۲۵ یاد بگیرید

آشنایی با فناوری های نوین  
پیشرفت فناوری به معنای آن است که شما باید با آخرین ابزارها و رویکردهای آن آشنا شوید. هوش مصنوعی: هوش مصنوعی دیگر فقط یک موضوع علمی نیست، بلکه به بخشی از زندگی روزمره تبدیل شده است. یادگیری استفاده از ابزارهای مبتنی بر هوش مصنوعی یا ابزارهای تجزیه و تحلیل تصویر و صدا، می تواند توانایی شما را در حوزه های مختلف افزایش دهد.

تحلیل داده: دنیای امروز بر اساس داده ها شکل گرفته است. یادگیری تحلیل داده ها، چه با ابزارها و چه با زبان ها به شما کمک می کند تا تصمیم گیری های دقیق تری انجام دهید.

از دیروز بیاموز. برای  
امروز زندگی کن و امید  
به فردا داشته باش.

تلاش صادقانه و با پشتکار  
در مسیر تجربه ها موجب  
رشد آدمی است.  
در این مسیر شخصیت  
شکل می گیرد.



**اگر صحبت پایانی برای خوانندگان مجله  
خبری به وقت .. اورژانس دارید بفرمایید.**

درخواستی که از مخاطبان و مردم عزیز دارم این  
است که لطف کنند واز تماس های غیر ضروری  
با اورژانس ۱۱۵ ، خودداری کنند چرا که این  
ماموریت های غیر ضروری ، باعث میشود ما  
نتوانیم خدمات اورژانسی و مورد نیاز را به بیماران  
در زمان مناسب ارائه دهیم.

در پایان برای همه همکاران عزیزم در اورژانس  
۱۱۵ آرزوی موفقیت و سلامتی دارم و امیدوارم  
که مردم عزیز استان و شهرستان نیز همواره در  
سلامتی باشند واز تهیه کنندگان، مجله خبری  
به وقت ... اورژانس نیز بصورت ویژه تقدیر میکنم،  
که رسالت اطلاع رسانی خدمات اورژانس ۱۱۵ ،  
را بر عهده دارند.



## یک فنجان چای ... در روابط عمومی

**مهمان این برنامه: محمد فرهمند ، مسئول پایگاه های ۱۱۵ شهرستان اردل**

**چه خاطره خوب یا بدی در طی دوران خدمت دارید؟**

بدترین خاطره من مربوط می شود به حادثه واژگونی مینی  
بوس در منطقه بازفت در سال جاری ، که با توجه به اینکه  
شهرستان اردل به عنوان پشتیبان منطقه هست با ۴ دستگاه  
آمبولانس، در منطقه حادثه حاضر شدیم و با توجه به صعب  
العبور بودن مسیر تعدادی از مصدومان را توانستیم به  
بیمارستان اردل انتقال دهیم، که حادثه ای تلخ برای ما بود.  
و خاطره خوبم اینکه، در یک روز برفی در آذر ماه ۹۶ به یک  
ماموریت جهت امداد رسانی به مادر باردار فراخوان شدیم که  
حدود ۱۵ دقیقه قبل از رسیدن آمبولانس به بیمارستان مادر  
در آمبولانس زایمان کرد و خوب با توجه به شرایط سختی که  
در آمبولانس برای این امداد رسانی هست ، خوشبختانه موفق  
شدیم هم مادر و هم نوزاد را به سلامت به بیمارستان انتقال  
دهیم والان اون بچه حدود ۸ ساله است به اسم علیرضا و در  
حال بازیگوشی و درس خواندن.  
بعد از این اتفاق تجربه ۱۴ زایمان موفق دیگر را هم در  
ماموریت هایم داشتم.

**نحوه آموزش های کارکنان اورژانس و.. به چه صورت  
است؟**

در خصوص موضوع آموزش کارکنان ۱۱۵ هم دوره های  
مختلفی برای پرسنل هم در مرکز استان و هم در شهرستان  
اردل بصورت منظم برگزار می گردد و در خصوص آموزش  
همگانی نیز همکاری هایی را با هلال احمر داریم و آموزش های  
همگانی نیز در سطح مدارس و ادارات و.. برگزار می گردد.



**لطفا خودتان را برای خوانندگان مجله  
معرفی فرمایید و بفرمایید چه تعداد پایگاه  
، نیرو و.. در شهرستان فعال هستند؟**

اینجانب محمد فرهمند کارشناس فوریت  
های پزشکی هستم و مسئول پایگاه های ۱۱۵  
شهرستان اردل، من با توجه به علاقه ای که به  
اورژانس داشتم علیرغم داشتن لیسانس  
پرستاری و فعالیت در حوزه بیمارستانی ادامه  
خدمت را در حوزه پیش بیمارستانی ترجیح

دادم و حدود ۷ سال در پایگاه ۱۱۵ ، دیناران  
مشغول خدمت بودم و به خاطر شرایط منطقه ،  
یکی از پایگاه های ۱۱۵ استان هست که کار  
و فعالیت را برای همکاران ما سخت تر می کنه.  
در حال حاضر شش پایگاه اورژانس ۱۱۵ در  
شهرستان اردل با ۳۷ کارشناس مشغول ارائه  
خدمات به مردم منطقه هستیم و با توجه به  
شرایط منطقه و صعب العبور بودن مسیرها،  
شش عدد از آمبولانس های ما آمبولانس های  
کمک دار هستند و ۵ آمبولانس نیز در مناطق  
شهری در حال فعالیت هستند. به طور کلی  
سالانه در شهرستان اردل حدود ۱۳۰ تا ۱۷۰  
ماموریت توسط پایگاه های اورژانس ۱۱۵ در  
شهرستان انجام می شود و با توجه به اینکه  
شهرستان اردل در شش ماه اول سال جزء  
مناطق هست که عشایر حضور پیدا می کنند،  
قطعا خدمات اورژانس ۱۱۵ نیز افزایش می  
یابد.





# به وقتی اورژانس

همیشه باشماستیم

به منظور ثبت و انعکاس جلوه‌هایی از تلاش، مسئولیت‌پذیری و حضور مؤثر کارشناسان اورژانس ۱۱۵ استان در شرایط سخت جوی، از کلیه کارشناسان و نیروهای محترم عملیاتی دعوت می‌شود فیلم‌ها و تصاویر ثبت‌شده از مأموریت‌ها، و فعالیت‌ها و پایگاه‌های برقی و... خود را به مرکز روابط عمومی اورژانس استان ارسال نمایند.

تصویری

مجله خبری به وقت ... اورژانس - صفحه ۷ - شماره ۱۰ - دی ماه ۱۴۰۴



آمادگی برای زمستان



همکاری اورژانس و هلال احمر



بازدیدهای نظارتی



برف و خدمت



همایش روابط عمومی‌های دانشگاه

اعزام بیمار در شرایط برفی بودن جاده های  
استان وعزم همکاران جهت خدمات رسانی  
به بیماران  
پایگاه ۱۱۵ چالستر  
آقایان: امیرعباس احمدی و علی رحیمی



مرکز اورژانس استان در یک روز برفی

رئیس سازمان اورژانس کشور:

## ۲۱۹ آمبولانس در اغتشاشات از چرخه خارج شدند

میعادفر تأکید کرد:  
همکاران ما هدفشان  
نجات انسانهاست و  
دل شیر می خواهد در  
این اتفاقات وارد شوند  
و یک ایثارگری را از  
خودشان نشان بدهند.  
واقعاً جای تأسف دارد  
کسی که جان خودش  
را برای دیگری فدا می  
کند مورد هجمه،  
تعرض و آسیب قرار  
بگیرد.

وی گفت: از نظر  
کنوانسیون «ژنو»  
آمبولانس ها نباید مورد  
هدف قرار بگیرند. هیچ  
جای دنیا به آمبولانس  
تعرض نمی شود.  
دکتر میعادفر با مقایسه  
اغتشاشگران با صدام  
در جنگ ایران و عراق  
گفت: حتی در جنگ  
ایران و عراق که  
شدیدترین شرایط را  
داشتیم و جنگ بین ۲  
کشور بود، صدام با  
همه خیانتش به  
آمبولانس ها حمله نمی  
کرد.

رئیس اورژانس کشور در ادامه  
توضیح داد: در تخمین اولیه و  
براساس آمارهایی که از همکاران در  
سراسر کشور جمع آوری کردیم، تا به  
امروز حدود ۲۳۰ میلیارد تومان به  
آمبولانس ها و پایگاه های اورژانس  
خسارت وارد شده است. البته این  
فعلاً اطلاعات اولیه است که تا  
تکمیل کامل آن ممکن است این  
عدد افزایش پیدا کند.

وی بیان کرد: متأسفانه در این حادثه  
حدود ۱۴ دستگاه آمبولانس  
خصوصی که مال شرکت های  
شخصی بوده، نیز آسیب دیدند.  
دکتر میعادفر در رابطه با مصدومیت  
کارشناسان اورژانس گفت: در تهران  
حدود ۵۴ نفر از کارشناسان اورژانس  
در اغتشاشات آسیب دیدند.

وی درباره نوع صدمات وارد شده به  
کارشناسان اورژانس گفت: از  
سوختگی کامل حدود ۲۵ تا ۳۰  
درصد گرفته تا آسیب دیدگی از  
ناحیه سر به دلیل پرتاب سنگ به  
کارشناسان اورژانس در مصدومان  
۱۱۵ دیده می شود. همکاران  
اورژانس به وسیله گلوله و چاقو  
آسیب دیده اند.

رئیس سازمان اورژانس کشور اعلام کرد: ۲۱۹  
دستگاه آمبولانس در اغتشاشات اخیر از  
چرخه عملیات خارج شده و تعدادی از  
کارشناسان اورژانس با چاقو و گلوله توسط  
اغتشاشگران مصدوم شده اند.

به گزارش روابط عمومی سازمان اورژانس  
کشور: دکتر جعفر میعادفر، رئیس سازمان  
اورژانس کشور در خصوص تجهیزات و  
کارشناسان آسیب دیده اورژانس پيش  
بیمارستانی در سراسر کشور گفت: در این  
حوادث اخیر ۲۱۹ دستگاه آمبولانس ما، یک  
دستگاه اتوبوس آمبولانس و ۱۰ پایگاه  
اورژانس مورد هجمه قرار گرفته و آسیب دیده  
است.

وی در ادامه بیان کرد: حدود ۶ دستگاه  
آمبولانس کاملاً آتش گرفته و از حیز انتفاع  
افتاده و غیر قابل استفاده است و حدود ۲۰  
دستگاه هنوز در دست تعمیرات اساسی  
هستند و هنوز به چرخه عملیات برنگشتند.  
بقیه آمبولانس ها را با توجه به اینکه ما مشکل  
جدی در تامین آمبولانس داریم با کمترین  
اصلاحات به چرخه عملیات برگردانیم.

۲۱۹ دستگاه  
آمبولانس در عرض ۲  
شب آسیب دیده است.

دکتر میعادفر درباره خسارات وارد  
شده به آمبولانس ها گفت: هر  
آمبولانس روزانه حدود ۸ تا ۱۰  
مأموریت می رود، این به معنای این  
است که با آسیب دیدن هر آمبولانس  
روزانه ۱۰ شهروند از دریافت خدمات  
جامانده اند.