

زنگ بزنید پشمار دهی شوکر دهی

سوالات متداول سوالات

ایست قلبی می تاند برای هرکسی، ده هر زمان و هر مکان اتیاق بیپته، به همین دلیل بسیار مهمه که همه ما بدانیم چگونه اقدامات نجات بخش را انجام دهیم Call Push Shock. همه چیز ده مورد ایجاد اطمینان ده زمان تماس با سه تا صبر (000)، نحوه انجام CPR و استپاده از AED است.

آمبولانس ویکتوریا **زنجیره بقا**، راهنمای جهانی برای پاسخ به ایست قلبی ناگهانی را تبلیغ می کنه. شانس زنده ماندن بیمار ایست قلبی به طور چشمگیری برای هر حلقه ای که ده زنجیره عمل می کنه ایزایش می یابد. با دانستن و پیروی از **زنجیره بقا**، می تانیم زندگی را نجات دهیم.



زنجیره بقا: افراد جامعه با اعمال ای چهار پیوند می تاند تپاوت چشمگیری ده بقای ایست قلبی ایجاد کنه.



ی بلق هلمح لباقم ده ی بلق تسی

علائم حمله قلبی ممکنه شامل درد، پشمار، سنگینی یا گرپتگی ده نواحی زیر باشد:

- قپسه سینه
- شانه (ها)
- گردن
- بازو (ها)
- پک
- پشت

علائم ممکن است ده اپراد مختلپ متپاوت باشه و برخی از اپراد ممکنه به طور کلی درد قپسه سینه نداشته باشن. حمله قلبی ممکنه منجر به ایست قلبی شوه.

هییچ ی بلق تسی اس:

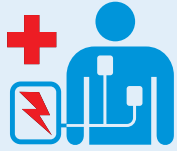
ایست قلبی زمانی اتیاق می اپتد که پمپاژ قلب شمو به طور موثر متوقپ می شوه و ده نتیجه خون و اکسیژن به مغز و سایر اندام ها کم می شوه. پردی که ایست قلبی داره بیهوشه و به طور عادی نپس نمی کشه، یا اصلاً تنپس نمی کنه. به محض تشخیص ایست قلبی، با سه تا صبر (000) تماس بگیریید، بلاپاصله CPR را شروع کرده و ده صورتی که AED موجود باشه از آن استپاده کنین.

هییچ ی بلق هلمح اس:

حمله قلبی زمانی رخ می دهه که انسداد شریان مانع رسیدن خون به ماهیچه قلب شوه. در نتیجه قسمتی از ماهیچه قلب شمو که خون کاپی دریاپت نمی کنه شروع به مردن می کنه.

اگه علائم هشداردهنده حمله قلبی را دارین، پورا با سه تا صبر (000) تماس بگیریید.





دیری‌گب سلامت کوش راشپ اب

ایست قلبی و اقدام ده سه مرحله ساده ایجاد می‌کنه: با سه تا صبر (000) تماس بگیرید، CPR را پورا شروع کنید و ده صورت وجود از AED استفاده کنید.

یراشپ کوش تیک اب سلامت.س.تسیچ

با همکاری بنیاد قلب، آمبولانس ویکتوریا یه کیت تمرین جدید احیای قلبی ریوی (CPR) و دپیرلاتور خارجی خودکار (AED) ایجاد کرده است. کیت تماس پشار و شوک، تمایل و توانایی را برای تشخیص



آموزش دیده و مجهز شده ان تا مراقبت مناسب از بیمار ایست قلبی را ارائه دهن.

* برای اطلاعات بیشتر ده مورد GoodSAM به زیر مراجعه کنین.

س. چگونه می تانم به آمبولانس ده تعیین محل خانه کمک کنم؟

اگه می تانین محل دقیق، از جمله نزدیکترین سرک و چوک و مکانهای دیدنی را اعلام کنین، آمبولانس ده اسرع وقت محل اضطراری را تعیین می‌کنه.

اگه ده حال رپتن به خارج از خانه یا ده یه منطقه روستایی یا دور اپتاده هستید، قبل از خروج از خانه برنامه + Emergency را بارگیری کنید. ای به شمو امکان می دهه مختصات GPS را ده هر نقطه ای از استرالیا به تماس گیرنده ارائه دهن.

اگه ایست قلبی ده محل اقامته، مطمئن شوید که شماره سرک قابل مشاهده است، درب جلو بازه و چراغ بیرونی ده شب روشنه.

از یکی از اعضای خانواده بخواهید حیوانات خانگی شمو را ببنده و راهی را برای بیمار واز کنه. در صورت امکان، از پردی بخواهین با امدادگران ده جلوی محل ملاقات کنه.

تماس با سه تا صبر (000)

س. چرا ابتدا با سه تا صبر (000) تماس می گیرم؟

مهم است که ابتدا با سه تا صبر (000) تماس بگیرید تا مطمئن شوید که امدادگران ده راه هستن. هنگامی که ابتدا با سه تا صبر (000) تماس می‌گیری، تماس گیرنده می‌تاند دستوراتی را برای کمک به بیمار قبل از رسیدن آمبولانس به شمو ارائه دهد. انجام پوری ای اقدامات ممکنه به نجات جان بیمار کمک کنه.

س. چرا تماس گیرنده سه تا صبر (000) ای همه سوال می پرسه؟

به محض اینکه تماس گیرنده محل اورژانس و وضعیت اورژانس را تأیید کرد، ای اطلاعات به اعزام کننده آمبولانس ارسال می‌شوه. سپس اعزام کننده یه آمبولانس را به اورژانس هدایت می‌کنه.

تماس گیرنده همچنان سوالات خود را برای جمع آوری اطلاعات بیشتر بیماران برای امدادگران ادامه می‌ده. **ای کار آمبولانس را به تاخیر نمی اندازه.** ای امر بهترین مراقبت از بیمار را ده کوتاه ترین زمان ممکن ممکن می‌سازه.

ممکنه سرویس آتش نشانی، تیم واکنش اضطراری جامعه آمبولانس ویکتوریا (CERT) یا پاسخگوی GoodSAM* اولین کسی باشد که پاسخ می‌دهد. آنها



نظر می‌گیره و ده نتیجه میزان بقای ایست قلبی را افزایش می‌ده. حدیثی ای مانع، CPR را ساده کرده است. بدون ای که آسیب به پیامدهای سلامتی برسه

* فقط CPR فشاری اصطلاحی است که به CPR گفته می‌شه و دهان به دهان (تنپس) را شامل نمی‌شه.

س. چرا دیگر نبض را بررسی نمی‌کنین؟

یافتن نبض قبل از شروع CPR دیگر ضروری تلقی نمی‌شه. یافتن نبض ده شرایط استرس زا دشواره و انجام ای کار می‌تاند زمان حیاتی را هدر دهه. تشخیص اینکه پرد بیهوشه و ده حالت عادی تنپس نمی‌کنه بسیار قابل اعتمادتره. اگه CPR را روی افرادی که نبض دارن شروع کنین، بعیده که شمو کار بدی کرده باشی. اگه شک دارین، CPR را شروع کنین بهتر است از ای که شروع نه کنین.

س: آیا راهی آسان برای بازکردن دهان وجود داره تا بررسی شوه که مجرای تنپس بازه؟

اگه تماس گیرنده به شمو دستور دهه مجرای تنپس را بررسی کنین، یه دست را روی پیشانی بیمار بزارین و انگشت شست خود دیگه را بین لب پایین و نقطه چانه قرار دهین. با انگشت اشاره خود زیر چانه را بگیرید. به آرامی دهان را واز کرده و داخل آن را نگاه کنی. بهتره انگشتان باقیمانده خود را به صورت مشت بچرخانی تا از هل دادن به نای جلو گیری شوه.

س - اگه بیمار هنگام بررسی ده دهان ده راه های تنپسی غذا یا مواد دیگه داره چه کار کنیم؟

در صورت وجود غذا یا مواد دیگر ده دهان، با مشورت با تماس گیرنده، ابتدا بیمار را به آرامی به پهلو بچرخانید، سپس سر را به عقب کج کرده، دهان را واز کرده و ماده خارجی را خارج کنید. اگه بیمار غرق شده باشه ای مهم است. در صورت وجود علائم غذا و مایعات ده مجرای تنپسی ممکنه نیاز به ارزیابی و پاکسازی داشته باشی. هنگامی که مجرای تنپسی واز شوه، بیمار را به پشت بچرخانی تا CPR شروع شوه. به یاد داشته باشی، تماس گیرنده شمو را راهنمایی می‌کنه.

ه‌ی‌ی‌چ CPR س.

CPR مخپ احیای قلبی ریویه. ای تکنیکه که برای پمپاژ خون اکسیژن دار به بدن با فشار روی قپسه سینه استپاده می‌شوه CPR. به طور موثر، کار قلب را انجام می‌دهد.

برای انجام CPR موثر:

زانوها را صاف و زانوها را ده کنار سینه پرد قرار دهین. عرض زانوها باید به اندازه عرض شانه های شمو باشه. پاشنه دست خود را ده وسط قپسه سینه درست بین نوک سینه ها قرار دهین. حالا دست دیگر خود را ده بلا قرار دهین و انگشتان خود را قپل کنین. سعی کنین انگشتان خود را از قپسه سینه دور کنین. روی سینه خم شوی ده حالی که بازوها صاف و آرنج ها قپل هستن.

سینه را بین نوک سینه ها محکم و سریع فشار دهید.

س. چرا CPR ضروری است؟

هنگام انجام CPR شمو خون اکسیژن دار را از طریق بدن به مغز و سایر اندام های بدن پمپ می‌کنید. حیظ ای جریان خون تا رسیدن نیروهای امدادی و کنترل آنها ضروری است.

س. چرا هنگام فشار دادن قپسه سینه، بازوها باید صاف باشن؟

CPR شدیده. اگه با استپاده از بازوهای صاف قپسه سینه را فشار دهی، می‌فهمین که از وزن بالای بدن خود استپاده می‌کنی و ای کار راحت تر و کمتر خسته کننده خواهد بود. اگه اپراد دیگه وجود داره، از آنها بخواهی تا هنگام خسته شدن کمک کنن و CPR را بر عهده بگیرن. با نگه داشتن دست ها روی سینه، هنگام خسته شدن هر پرد، نوبتی ادامه دهین تا زمانی که نیروهای امدادی برسند.

س. چرا ما دیگر ده CPR تنپس نمی‌کنیم؟

دهان به دهان (تنپس) یکی از موانع کلیدی برای اپرادی است که ده شروع ایست قلبی، CPR را برای دیگران آغاز می‌کنند. سازمانهای برجسته احیای جهانی فقط از CPR* فشاری پشتیبانی می‌کنن زیرا نرخ CPR را ده



قبل از رسیدن امدادگران، وضعیت بیمار ممکنه تغییر کنه. به تماس گیرنده اطلاع دهی و دستورالعمل های او را دنبال کنی.

س: اگه بیمار روی تخت یا روی صندلی باشه چه؟

شمو باید بیمار را به سطح سخت منتقل کنی. انجام CPR روی سطح نرم بی اثره. پردی که روی صندلی یا صندلی ماشین می اپتد و هوشیار نیست و به طور معمول تنپس می کشه، باید روی یه سطح سخت قرار گیره تا CPR موثر باشه. به یاد داشته باشی، کبودی ده شرایط پردی که نپس نمی کشد چیزی نییه.

س: مه نمی تانم روی زمین بروم - چگونه می تانم کمک کنم؟

در محدودیت های خود بهترین کار را انجام دهین - هر چیزی بهتر از انجام ندادن هیچ کاریه. آدرنالین همچنین ممکن است به شمو اجازه دهد برای انجام CPR به زمین برسید. با رسیدن کمک های پزشکی، آنها می تانند به شمو ده بلند شدن از روی زمین کمک کنن.

س: ده انجام CPR با چه مشکلات حقوقی روبرو می شوم؟

خطر شکایت برای ارائه کمک های اولیه یا CPR بسیار کمه. هیچ موردی گزارش نشده که از کسی بخاطر ای موضوع ده استرالیا شکایت شوه.

در ویکتوریا (و همه ایالتها و سرزمینهای استرالیا)، قوانین خوب سامری از اپرادی که ده محل حادثه یا حادثه با حسن نیت کمک، مشاوره یا مراقبت می کنند محافظت می کنه.

بر اساس قانون اشتباهات 1958، حمایت های قانونی از مسئولیت مدنی اعمال می شوه اگر:

- بیمار مجروح شده یا به نظر می رسه ده معرض آسیب یا مرگ قرار داره.
- سامری خوب با نیت صادقانه عمل می کنه و هیچ پاداشی برای ارائه کمک انتظار نداشته.

ای قوانین به دنبال ای استه که مردم را متقاعد کنه که اگه ده موارد اضطراری برای کمک قدم بردارن، بدون توجه به نتیجه، هیچ مسئولیتی ده قبالت تلاش صادقانه خود برای کمک به آنها نه خواهد داشت.

هراد همادا CPR

س: اگه بیمار دندان مصنوعی داشته باشه؟

اگه بیمار دندان مصنوعی دارده و ده جای خود قرار داره، نیازی به برداشتن آنها نییه. با ای حال، اگه دندان مصنوعی به پشت گلو اپتاده یه، آنها را ده اسرع وقت برداری. اگه دندان های مصنوعی از دهان خارج شده ان، آنها را کنار بگذاری.

س: چگونه CPR را روی نوزاد انجام می دهی؟

اساساً تکنیه یکسانه. برای نوزادان (تا 1 سال)، سر را ده حالت طبیعی نگه داری، با دو انگشت ده وسط قپسه سینه، سینه را پشار دهید. در صورت دستور تماس گیرنده، دهان و بینی نوزاد را با دهان خود بپوشانید تا تنپس های کوچک انجام شوه.

برای کودکان زیر 10 سال، از یه دست به جای دو دست استفاده کنی و دستورالعمل های تماس گیرنده را دنبال کنی.

س: آیا ممکنه هنگام انجام پشار دادن دنده های بیمار را بشکنم؟

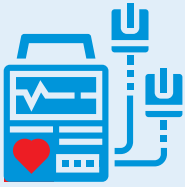
بله، ای احتمال وجود داره که ده طول CPR دنده ها را بشکنی. ای امر غیر معمول نیست. اگه احساس می کنی دنده شکسته شده، حالت دست خود را دوباره بررسی کنید، لکن متوقف نشوی. اگه بیمار بتوانه احیا شوه، شکستگی دنده بهبود می یابه.

س: چه زمانی CPR را متوقف کنم؟

CPR را تنها زمانی متوقف کنید که نیروهای امدادی وارد شون و آماده باشن تا از شمو مراقبت کنن یا وقتی بیمار شروع به تنپس خود کنه. هر دقیقه انجام CPR می تاند ده زنده ماندن بیمار تپاوت ایجاد کنه و خطر آسیب مغزی و/یا مرگ را به حداقل برسانه.

س: اگه CPR را به درستی انجام دهم، آیا واقعاً می تانم انتظار داشته باشم که بیمار قبل از رسیدن آمبولانس شروع به تنپس کنه یا بهبود یابه؟

CPR برای بیمار زمان می گیرد. به ندرت پردی که ده ایست قلبی بوده، خود به خود شروع به تنپس می کنه. با ای حال، اگه اطرافیان از AED ده دسترس عموم استفاده کنند



راکدوخ ی جراحی روتالی ربی پد (AEDs)

س. ثبت AED چیست؟

همه AED ها باید در AED Register ثبت شوند: registermyaed@ambulance.vic.gov.au.

ای امر به تماس گیرنده سه تا صبر (000) ای امکان را می دهد تا AED ها را در نزدیکی ایست قلبی مشاهده کرده و اطراپیان را به آنها هدایت کند. صاحبان AED تشویق می شوند که AED خود را 24 ساعته در دسترس عموم قرار دهند. ای ممکنه شانس زنده ماندن بیماران ایست قلبی را در جامعه به طور چشمگیری افزایش دهد. اگر AED ها ثبت نشده باشن، تماس گیرنده سه تا صبر (000) نمی تاند اپراد موجود را به نزدیکترین AED هدایت کند.

اگر AEDs ثبت شده و در مواقع اضطراری مورد استفاده قرار گیره، آمبولانس ویکتوریا بعداً AED را بررسی می کنه تا مطمئن شوه آماده نجات جان دیگری است.

س. دیپیریلاتور خارجی خودکار (AEDs) چیست؟

AED ها دستگاه های خودکاری هستند که در حین ایست قلبی مورد استفاده قرار می گیرن تا قلب بیمار را به حالت طبیعی بازگردانن. AED ها ریتم قلب را تجزیه و تحلیل می کنند و فقط در مواقع ضروری شوک می دهند.

CPR، همراه با استفاده از AED در دقایق حساس قبل از رسیدن امدادگران، شانس زنده ماندن بیمار را به طرز چشمگیری افزایش می دهد. اگر AED در دسترس نیست، CPR را ادامه دهی تا امدادگران آمبولانس برسند و آماده تحویل شوند.

اگر AED در دسترس است، هنگام شروع CPR، به فرد موجود بپرستید تا آن را بازیابی کنه. AED را در سمت راست بالای سینه بالا قرار دهی، AED را واز کنین و دستورالعمل ها را دنبال کنین. اگر مطمئن نیستید که تماس گیرنده به شمو در استفاده از AED کمک می کنه.

هرکسی می تاند از AED استفاده کنه. هیچ آموزشی لازم نیست



تسای هورگ شالت هی ناج تاجن

آمبولانس با واز گذاشتن خط تیلپون به تأخیر نمی اپتد - و به یاد داشته باشید، هر CPR بهتر از نبود CPR است.

س GoodSAM چیست؟

آمبولانس ویکتوریا GoodSAM را در سال 2018 معرفی کرد. ای برنامه نجات دهنده است که بزرگسالان ثبت شده را به اپرادی که در ایست قلبی هستند در نزدیکی متصل می کنه. ای برنامه به سه تا صبر (000) متصل است و به آمبولانس ویکتوریا اجازه می دهد تا به پاسخ دهندگان محلی GoodSAM هشدار دهد تا در اولین دقایق حساس، در حالی که آمبولانس در راه است، در مواقع اضطراری کمک کنن. GoodSAM در حال حاضر برای همه بزرگسالانی که مطمئن هستن و مایل به انجام CPR و استفاده از AED هستند واز است.

از زمان راه اندازی GoodSAM در سال 2018، جان بسیاری از همسایگان، غریبه ها و دوستان به دلیل اقدامات GoodSAM Responders نجات یافته است.

س. چگونه می تانی تماس تیلپونی، CPR و استفاده از AED را همزمان مدیریت کنی؟

آمبولانس ویکتوریا توصیه می کنه که خانواده ها از تیلپون بی سیم یا تیلپون همراه برای تماس با سه تا صبر (000) استفاده کنن. تیلپون را روی بلندگو بگذارین، تیلپون را نزدیک بیمار ببری و دستورالعمل های تماس گیرنده را دنبال کنین.

اگر تیلپون همراه نداری، می تانید به دستورالعمل ها گوش دهی و سپس با انجام دستورالعمل ها تیلپون را زمین بذاری. سپس، برای دستورالعمل بعدی به تیلپون بازگردی.

از طرف دیگر، اگر شخص دیگری حضور داشته باشه، می تاند دستورالعمل های تماس گیرنده را به شمو منتقل کنه. از تماس گیرنده قطع نکنین مگر اینکه از شمو خواسته باشه. باز گذاشتن خط تیلپون به شمو ای امکان را می دهه تا برای اطمینان خاطر یا اطلاع از تماس گیرنده در مورد هرگونه تغییر در وضعیت بیمار، به تیلپون برگردید.



ای روت کی و سن ال وبم آ تی وضع

س. آیا هزینه های آمبولانس توسط صندوق بهداشت خصوصی مه تامین می شوه؟

بیمه گذاران خصوصی درمانی شرایط و ضوابط خود را برای آنچه که تحت پوشش قرار می دهن و نمی دهن، تعیین می کنن.

متأسفانه ما هر روز مواردی را مشاهده می کنیم که اعضای صندوق های بهداشت خصوصی از ای سرویس استپاده کرده اند و سپس متوجه شده اند که شرایط و ضوابط صندوق ده شرایط خاصی مانند حمل و نقل آمبولانس هوایی یا حمل و نقل غیر اضطراری شامل آنها نمی شوه.

آمبولانس ویکتوریا به شمو توصیه می کنه با صندوق خود تماس بگیرن تا مشخص کنن آیا پوشش آمبولانس دارید یا خیر. در ambulance.vic.gov.au/membership می تانید اطلاعات بیشتر و یه چک لیست برای راهنمایی از طریق سوالات متداول پیدا کنید.

س. چگونه می تانم عضو آمبولانس ویکتوریا شوم؟

روشهای مختلفی برای عضویت وجود دارد:

آنلاین: ambulance.vic.gov.au

تیلپون: 1800 64 84 84 (خدمات مترجم ده دسترس است)

نامه: پرم درخواست خود را به Ambulance Victoria، Po Box 278، South Melbourne VIC، 3205 ارسال کنید.

پست استرالیا: پرم درخواست خود را دریپت کرده و ده هر شعبه پست استرالیا از طریق نسخه پیش پرداخت کنید.

پرم های درخواست را می تانید از وب سایت آمبولانس ویکتوریا بارگیری کرده یا از طریق تیلپون ده **1300 141 366 1300** درخواست کنن.

س. آیا کارتهای امتیاز بازنشستگان Centrelink و کارتهای مراقبت های بهداشتی حمل و نقل آمبولانس را پوشش می دهن؟

ایراد واجد شرایط ویکتوریا که دارای کارت امتیاز بازنشستگان یا کارت مراقبت های بهداشتی هستن، ده سراسر استرالیا پوشش آمبولانس رایگان دریپت می کنن.

در همه موارد، حمل و نقل به نزدیکترین و مناسب ترین مرکز درمانی ارائه می شوه و باید از نظر پزشکی مورد نیاز باشه.

برخی موارد استثنا وجود دارد:

- حمل و نقل از یه مرکز مراقبت های بهداشتی خصوصی (ممکن است تأسیسات خصوصی هزینه را به شمو منتقل کنن).
 - کارت سلامت سالمندان مشترک المنافع (Commonwealth Seniors Health) خدمات آمبولانس را شامل نمی شوه.
 - حمل و نقل به دلایل اجتماعی یا راحتی (مثل انتخاب محل درمان خود).
 - شخص دیگری مسئول پرداخت است (مانند WorkCover، TAC)
- Ambulance Victoria Membership برای کمک به شرایطی که صندوق شمو را تحت پوشش قرار نمی دهد، ده دسترس است.

آمبولانس ویکتوریا به مدارک مربوط به حق امتیاز شمو ده زمان حمل و نقل نیاز دارد. بنابراین ممکنه یه پاکتور دریپت کنن. باید با آمبولانس ویکتوریا تماس بگیرن و مدارک ارائه دهن.

کارت همچنین باید ده زمان حمل معتبر باشه یا پاکتور بر عهده شخص مربوطه، بیمارستان یا مرجع قابل پرداخت است که ده دستورالعمل های پرداخت آمبولانس توضیح داده شده.

بعدش چی؟

س. از کجا می تانم یه کیت شوک فشاری تماس بگیرم؟

اگه ده ویکتوریا زندگی می کنی و می خواهید ده برنامه خود بدون مجوز Call Push Shock پیروز شوید، لطفاً با community.engagement@ambulance.vic.gov.au متصل شوی.

س. آیا کیت فشار و شوک برای افرادی که برای کار نیاز به گواهی CPR دارند مناسب است؟

خیر، ای جاپگزین برای آموزش های معتبر نیست که شخص برای مسئولیت های حریه ای نیاز دارد. برای آموزش معتبر، لطفاً با ارائه دهنده کمک های اولیه محلی خود تماس بگیری.

به یاد داشته باشید به....

شوک



فشار دهی



بزنید زنگ

