



# کلاس عمومی امداد و کمک‌های اولیه (22 ساعته)

مکان: خانه کوهنوردان تهران

مدرس: هادی لشکری

احسان هنری نیست به امید تلافی

نیکی به کسی کن که به کار تو نیاید

صائب تبریزی



## بانداز

### • اهداف :

1. فشار مستقیم روی پانسمان به منظور جلوگیری از خونریزی.
2. فیکس کردن پانسمان یا تخته شکسته بندی در محل خود .
3. ایجاد تکیه گاه برای عضو .
4. محدود کردن حرکت عضو مجروح .
5. کمک به حمل مجروح .



## قاعده عمومي در بانداژ

- ❖ مصدوم را در حالت خوابیده یا نشسته بانداژ کنید و همیشه روبروي او قرار گیرید
- ❖ قبل از شروع باندپیچی ، عضو آسیب دیده را به صورتی که باید بماند در همان وضع نگه دارید .
- ❖ هرگز مستقیماً روی زخم را بانداژ نکنید ابتدا پانسمان و سپس بانداژ .



♦ اگر مصدوم در وضعیت خوابیده قرار دارد برای باندپیچی ناحیه ای که به آن دسترسی ندارید ، بانداژ را از فرو رفتگی های طبیعی بدن مثل کمر. زیر زانو رد کنید و با جلو و عقب بردن باند آن را با ملایمت به سمت ناحیه مورد نظر بلغزانید.

♦ بانداژ باید به اندازه کافی محکم باشد تا پانسمان را سر جای خود نگه دارد اما نه آنقدر محکم که در گردش خون اختلال ایجاد کند .



◎ چندین بار بانداز را چک کنید تا بر اثر ورم بافت ها، تنگ نشده باشد .

◎ در صورتی که دست یا پا آسیب دیده باشد در موقع باند پیچی ناخن های انگشتان دست یا پا را بیرون بگذارید تا بتوان گردش خون را چک کرد .

◎ اگر از باند پیچی برای جلوگیری از خون ریزی و حفظ فشار مستقیم استفاده می کنید بانداز را روی پانسمان گره بزنید.



اگر از باندپیچی برای ثابت نگه داشتن دست یا پا استفاده می کنید  
بانداز را در قسمت مقابل عضو روی قسمت سالم گره بزنید مگر  
آنکه موقعیت خاصی ایجاب کند که گره روی عضو مجروح زده  
شود .

برای گره زدن بانداز از گره مربعی استفاده کنید .

همیشه فرورفتگی های طبیعی بدن مثل زیر بغل و بین ران ها



▲ هنگام بانداز دست یا پا ، بانداز را از قسمت باریک تر شروع کنید تا هم باند باز نشود و هم جریان خون عضو مختل نگردد .

▲ بعد از پایان بانداز ، انتهای باند را با نوار چسب ، سنجاق قفلی و یا گره محکم کنید .



## انواع باندها

باند مثلثي

باند باريك يا كراواتي

بالشتك گرد

باند نواري

باند كشي



## باند مثلثي

این نوع باند را می توانید بصورت آماده در بسته بندی های استریل خریداری کنید یا در موقع لزوم می توانید آنرا بسازید. به این ترتیب که يك تکه پارچه چلوار یا کتانی که کمتر از يك متر مربع نباشد را بصورت نیمه اریب ببرید . باند مثلثي را می توان در موارد متعدد بکار برد. این باند را بصورت باز یا تا نشده می توان بعنوان نوار شکسته بندی برای حفاظت یا نگه داشتن بازو یا سینه و یا محکم کردن پانسمان در ناحیه هایی مانند سر ، دست و پا بکار برد . یا اینکه آنرا بصورت تا شده بر حسب نیاز خاص مورد استفاده قرار داد .

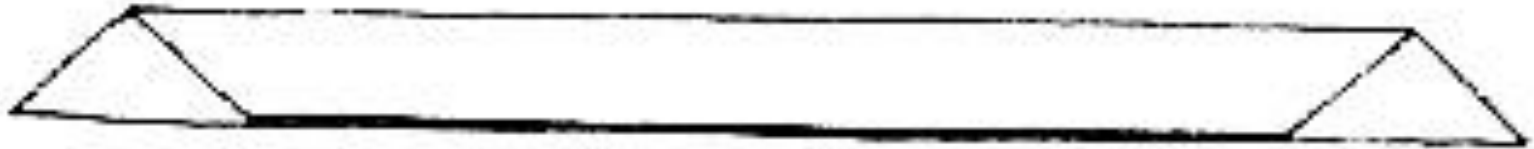




## نگهداري باند مثلثي

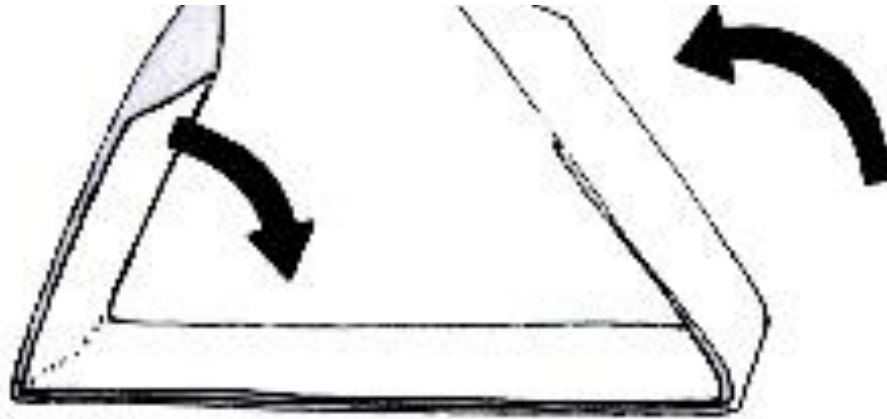
هنگامي که از باند مثلثي استفاده نمي کنيد آنرا تا کنيد و در محل مناسبی نگهداري کنيد .





باند را باریک کنید





دو انتهاي باند را به سوي مركز باند تا كنيد .



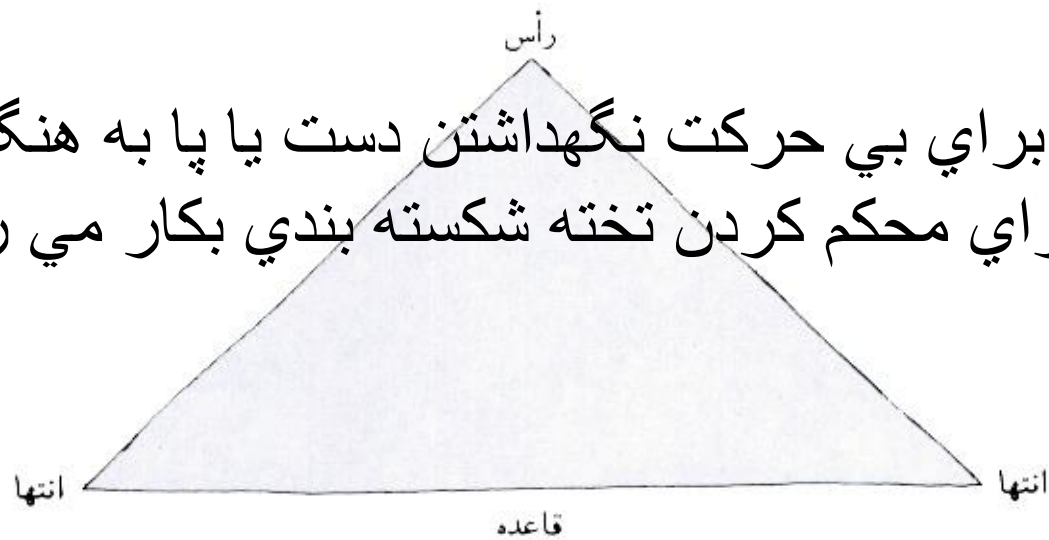


به تا کردن دو سر باند تا جاییکه باند اندازه مناسبی پیدا کند ادامه دهید .



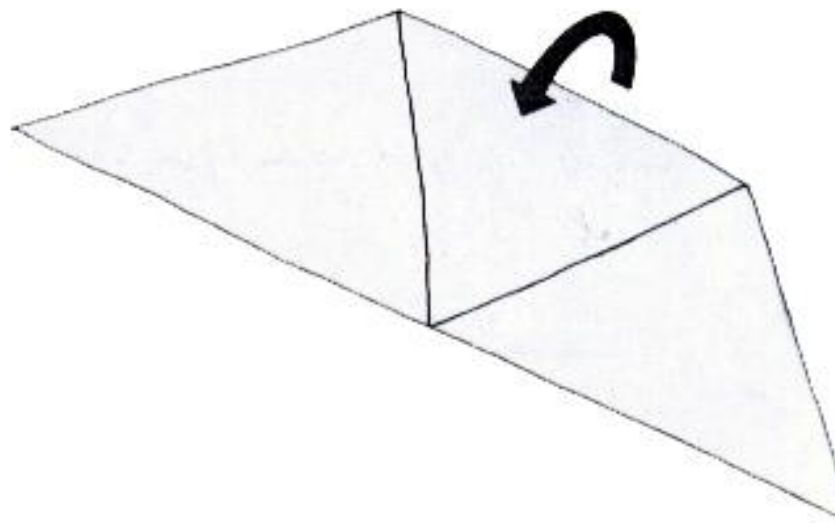
## باند پهن

باند مثلثي تا شده براي بي حرکت نگهداشتن دست يا پا به هنگام حمل  
مصدوم يا براي محکم کردن تخته شکسته بندي بکار مي رود .



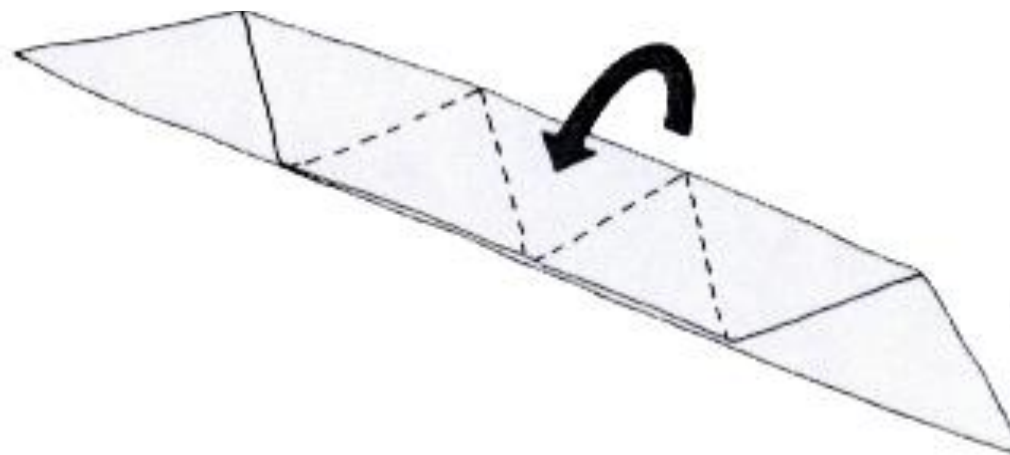


روش کار



راس باند را به موازات قاعده باند برگردانید و لبه را روی قاعده تا





تمام باند را بصورت نصفه مجدداً در همان جهت تا کنید.



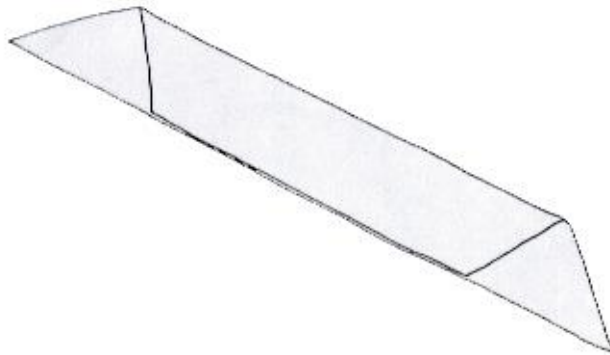


## باند باریک

از این باند برای محکم کردن پانسمان در سر جاي خود در ناحیه مفصل ( مانند دور قوزك يا مچ ) به هنگامیکه باند دیگری در دسترس نیست میتوان استفاده کرد . همچنین برای باند پیچی بشکل عدد هشت لاتین دور پا و قوزك برای بی حرکت نگهداشتن پای شکسته ، همچنین برای ساختن بالشتک گرد می توان استفاده نمود .



روش



باند را به شکل پهن ، به ترتیبی که در مراحل قبل گفته شد ، در بیاورید .





مجددا باند را بصورت نصفه در همان جهت تا کنید .





## بالشتک گرد

بالشتک گرد برای حفاظت از زخمي که شي خارجي در آن فرو رفته  
(مثلا شیشه ) یا در مواردی که استخوان از زخم بیرون زده باشد  
مورد استفاده قرار می گیرد



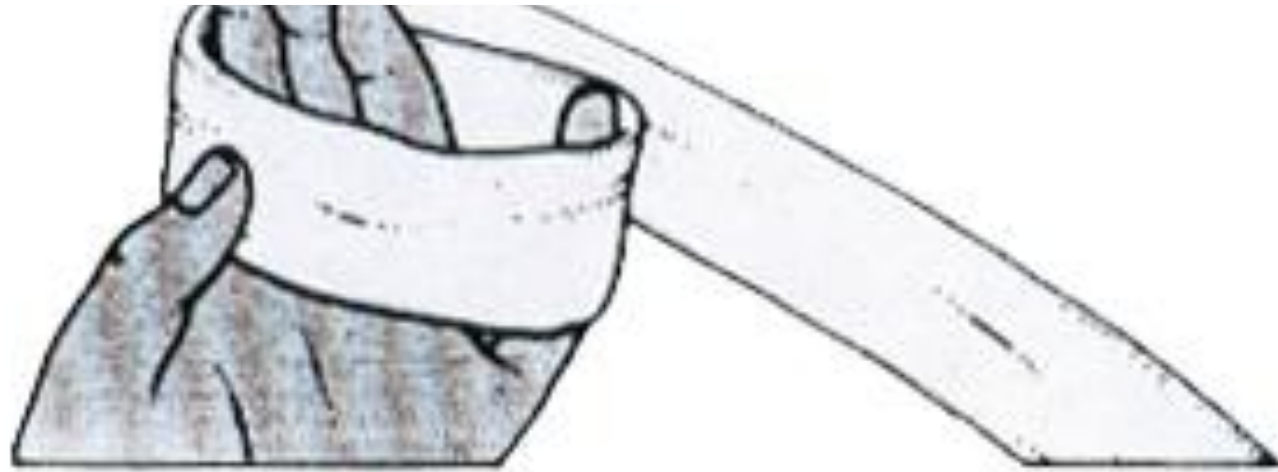


روش کار



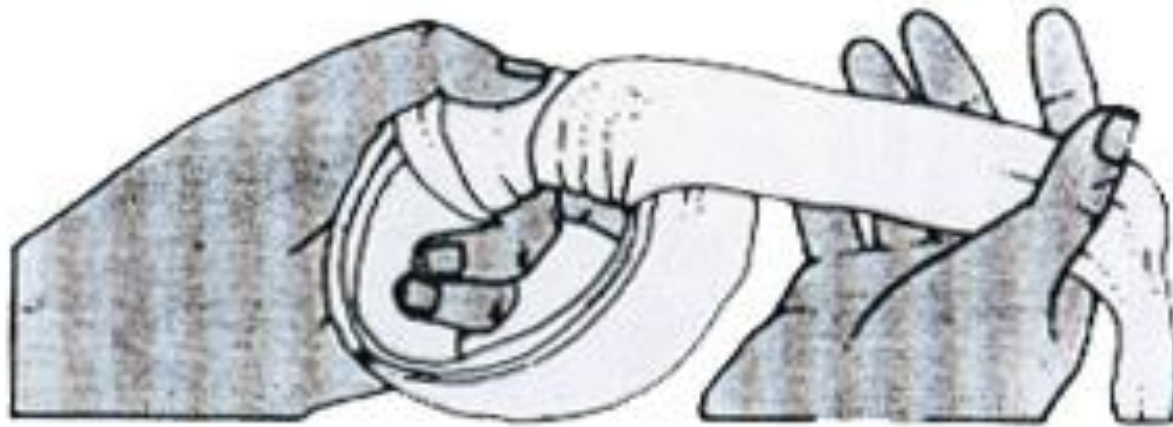
يك باند باريك ( كراواتي ) درست كنيد و آنرا دور انگشتان دست خود  
قرار دهيد.



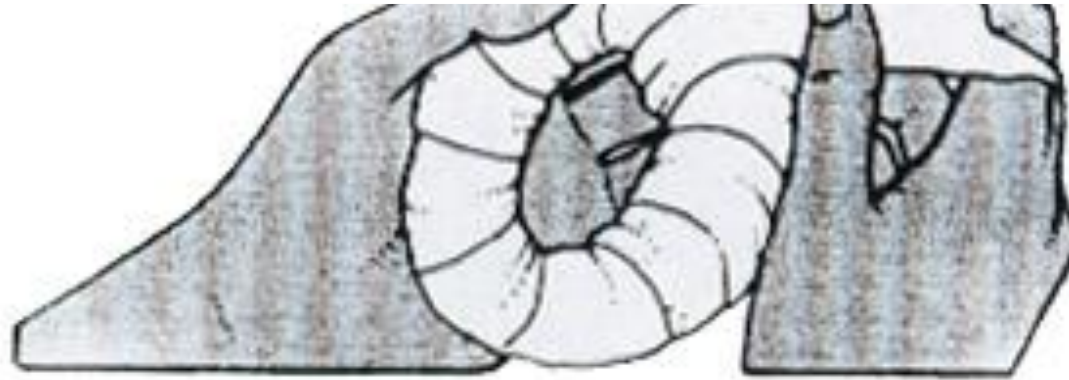


يك يا دو باردور انگشتان خود آنرا بپیچید تا يك حلقه ایجاد شود.





سر دیگر باند را دور حلقه پیچید و محکم انرا بکشید



آنقدر به پیچیدن دور حلقه ادامه دهید تا تمام باند مصرف شود و انتهای آزاد آنرا تو بگذارید اکنون یکی حلقه محکم ساخته شده است





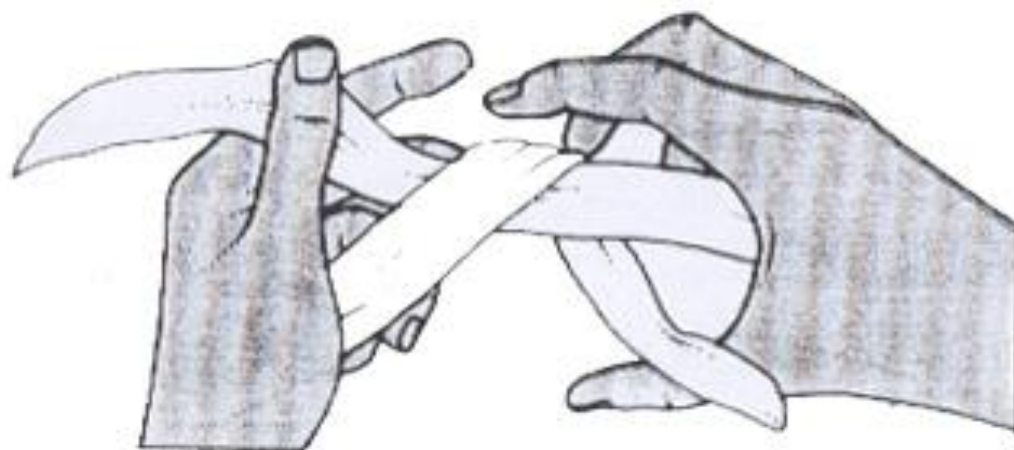
## گره مربعی

همیشه دو انتهای باند را گره مربعی ( پاپیونی ) بزنید زیرا این کار باعث می شود که باند سر نخورد و چون گره به صورت مسطح می ماند برای مصدوم راحت تر است ، سوم آنکه براحتی می توان گره را باز کرد . هنگامی که گره زدید انتهای آزاد را تو بزنید به طوریکه دیده نشود و بعد آنرا به باند سنجاق کنید. همیشه به هنگام استفاده از پارچه یا نوار شکسته بندي وقتی آنرا گره می زنید مطمئن شوید که گره روی استخوان یا پوست پشت گردن فشار وارد نمی کند. اگر گره باعث ناراحتی مصدوم است زیر آن يك تکه پارچه نرم بگذارید.





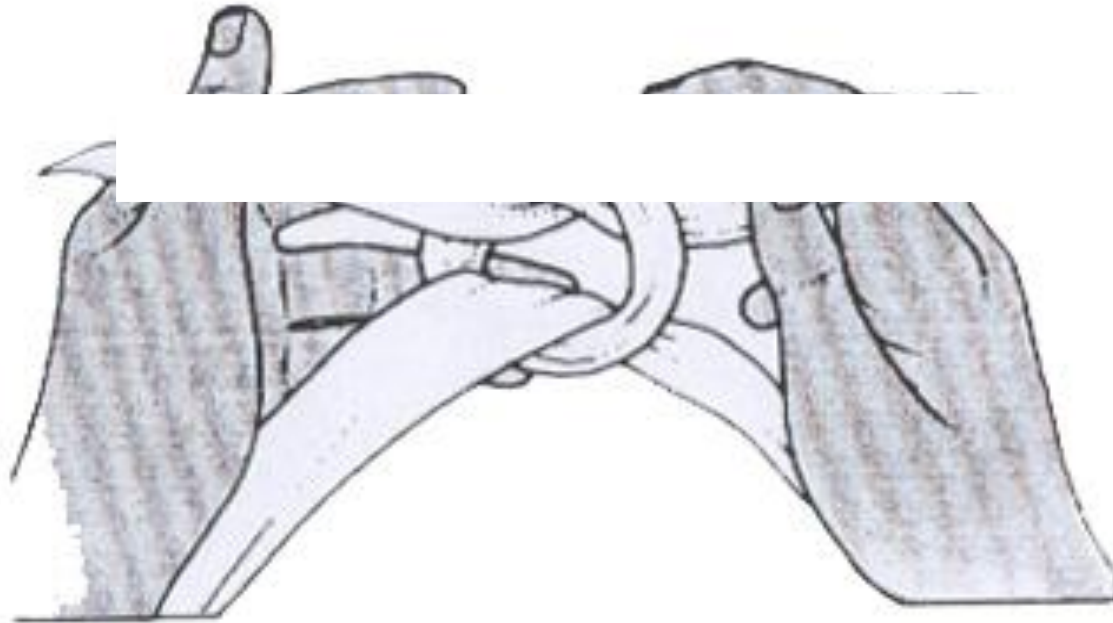
روش



مت چپ

هر کدام از دو  
را





دو انتها را دوباره بالا بگیرید و این پار سر سمت راست را از رو و سپس از زیر سر چپ عبور دهید. گره  
را محکم بکشید و با وقت و نباله های آتراتو بگذارید.





## باند مثلثي براي از شانه آویزان کردن

باند مثلثي براي محافظت از بازو ، مچ و دست آسیب دیده و ایجاد تکیه گاه براي این اعضا و همچنین براي بي حرکت کردن بازو در مواردی که سینه جراحت برداشته ، به کار می رود. از باند مثلثي به دو منظور استفاده می شود یکی براي بستن بازو و دیگری براي بالا نگه داشتن دست . همیشه در موارد شکستگی دست ، براي محافظت و بي حرکت نگهداشتن دست آسیب دیده از این نوار استفاده کنید.



## باند مثلثي براي بستن بازو

این باند برای شکستگی قسمت بالاي دست و در بعضي از موارد برای جراحتهاي سينه به کار مي رود . با این باند مي توانيد ساعد را روي سينه محکم کنید . در صورتیکه براي بستن بازو باند را درست سر جاي خود ببندید ، مچ دست مصدوم کمی بالاتر از آرنج او قرار مي گیرد و قاعده باند در زیر انتهاي انگشت کوچک قرار گرفته و انگشت ها لخت باقي مي مانند.



روش



از مصدوم بخواهید که بنشیند و ساعد و سب دیده را سوری نگهدارد که مچ و انگشتان کمی بالاتر از آرنج قرار گیرند.





يك سر باند مثلثي را بين دست و سينه مصدوم عبور دهيد به طوريكه  
راس باند كاملا فراتر از آرنج قرار گيرد.





کنید و آترتا جلوي شانه

قسمت آسیب دیده بکشید.

انتهاي بالوي باند را از روي شا





در حالیکه هنوز مصدوم دست خود را نگه داشته انتهای پایی را از کنار دست و ساعد بالا بکشید  
و در حفره ترقوه شانه قسمت آسیب دیده دو سر باند را گره مزعی برنید.





🖐️ سرانجام راس باند را در قسمت آرنج برگردانید و آنرا به قسمت جلوي باند سنجاق کنید.

🖐️ گردش خون را چك کنید اگر اختلالي در آن به وجود آمده بود بانداژ يا وضعيت باند شکسته بندي را مجددا تنظیم کنید .



## باند مثلثي براي بالا نگه داشتن دست

در مواردی که دست دچار خونريزي شده يا سينه جراحت برداشته يا شانه آسیب دیده است مي توان براي خوب بالا نگه داشتن دست و ساعد از باند مثلثي استفاده نمود .



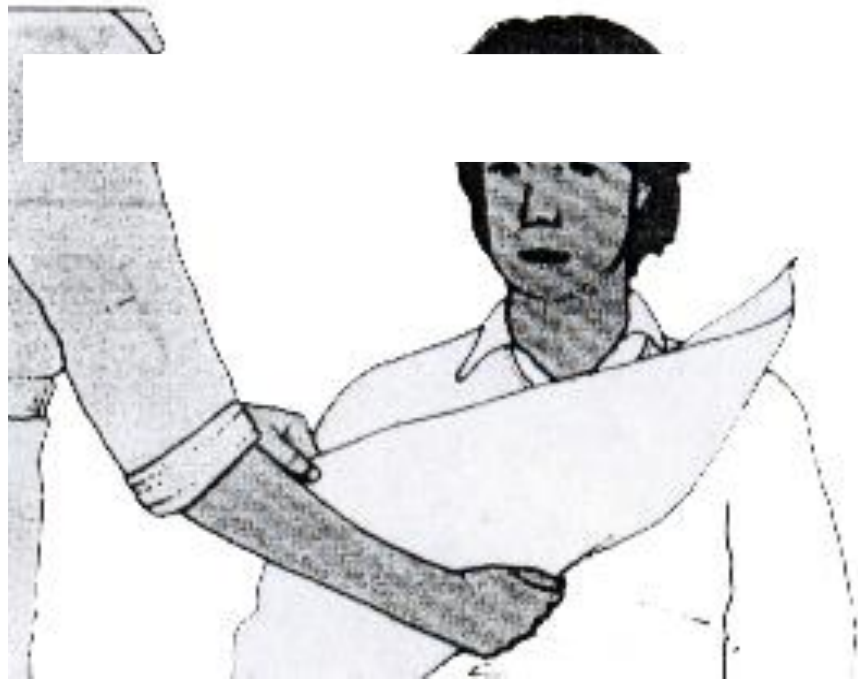


## روش کار



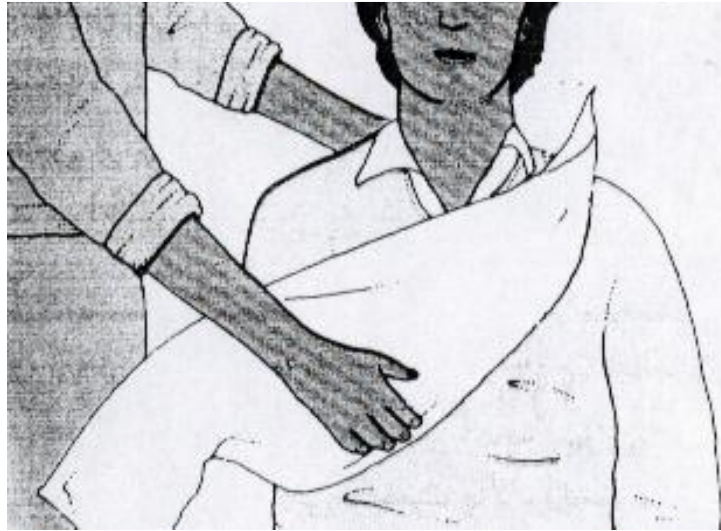
از مصدوم بخواهید که بنشیند و دست آسیب دیده را طوری نگه دارد که  
ساعد روی سینه و نوک انگشتان تقریباً روی شانه مقابل قرار گیرد .





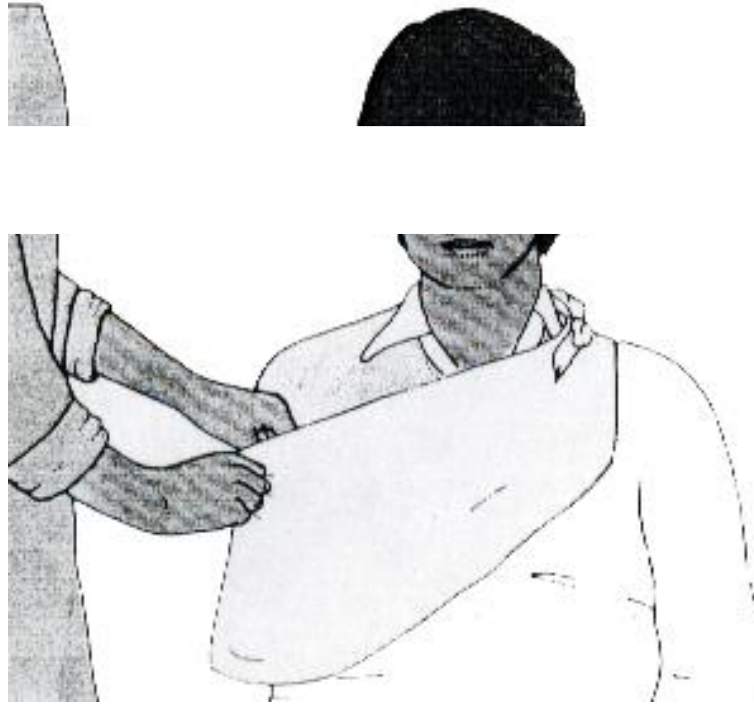
باند مثلثي را روي ساعد و دست بگذاريد به طوري که راس آن کاملاً  
فراتر از آرنج و قسمت بالاي آن کاملاً روي شانه سالم قرار  
بگیرد .





در حالیکه مصدوم دست خود را نگه داشته است با ملایمت  
قاعده باند را از زیر دست ، بازو و آرنج مصدوم رد کنید .





① انتهاي بالايي باند را به پشت مصدوم ببريد و تا جلوي شانه سالم بکشيد .

② در صورت لزوم با ملايمت بلندي باند را ميزان كنيد و روي





❑ راس آزاد باند را بین بازو و قسمت جلویی تو بگذارید. قسمت تا شده را روی بازو برگردانید و آتراسنجاق کنید.

❑ گردش خون را چک کنید اگر اختلالی مشاهده کردید باند را (یا) وضعیت شکسته بندی را مجدداً تنظیم کنید.





## از شانه آویزان کردن بصورت فی البداهه

اگر باند مثلثی در اختیار نداشتید برای ثابت و بی حرکت نگه داشتن دست می توانید از چیزهایی که در دسترس هستند استفاده کنید .





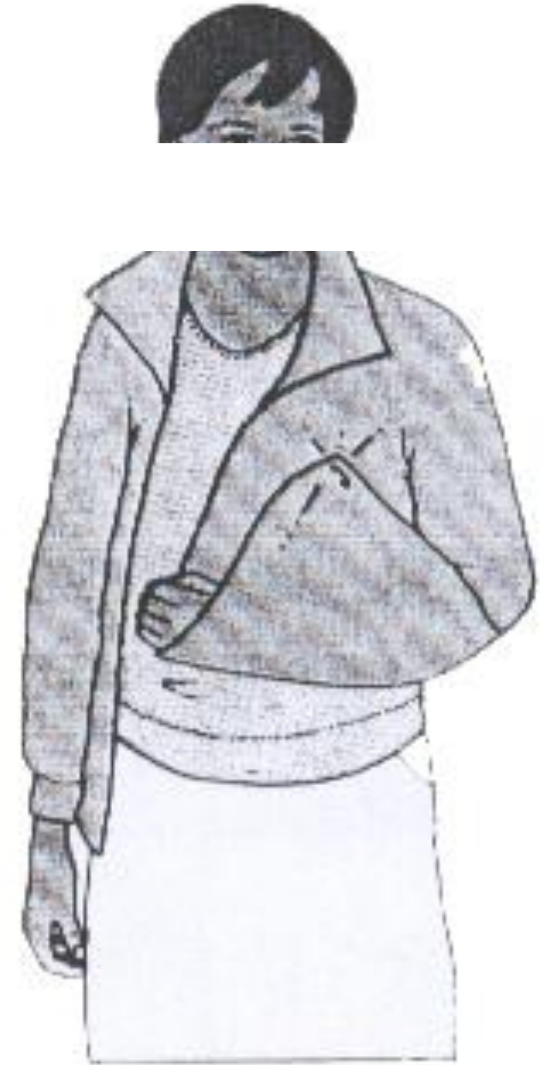
با استفاده از کت یا ژاکتی که تا نیمه زیپ آن کشیده شده می توانید  
برای دست آسیب دیده تکیه گاه درست کنید .





لبه پایینی کت یا ژاکت مصدوم را  
برگردانید و آن را به لباس سنجاق کنید

.





مي توانيد آستين دست آسيب ديده را به لباس سنجاق كنيد .





مي توانيد با استفاده از شال گردن ، کمر بند ، کراوات يا جوراب براي دست آسيب ديده تكيه گاه درست كنيد .





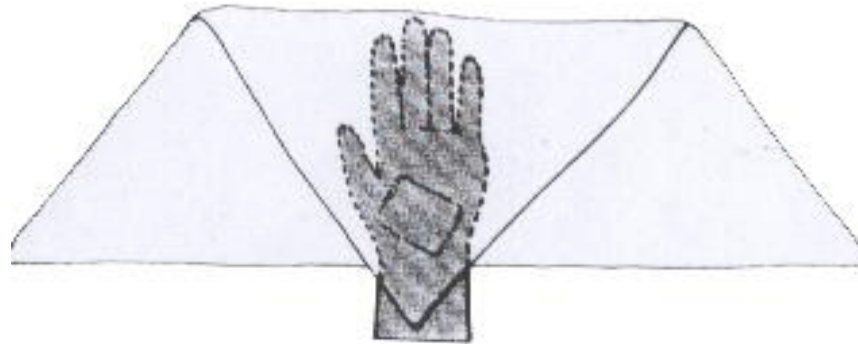
## باند پيچي دست

اين نوع باندپيچي براي نگهداري پانسمان هاي سبك جراحت هاي دست و پا مانند خراشيدگي و يا سوختگي كه در آن نيازى به فشار مستقيم نيست بكار مي رود .





## روش کار



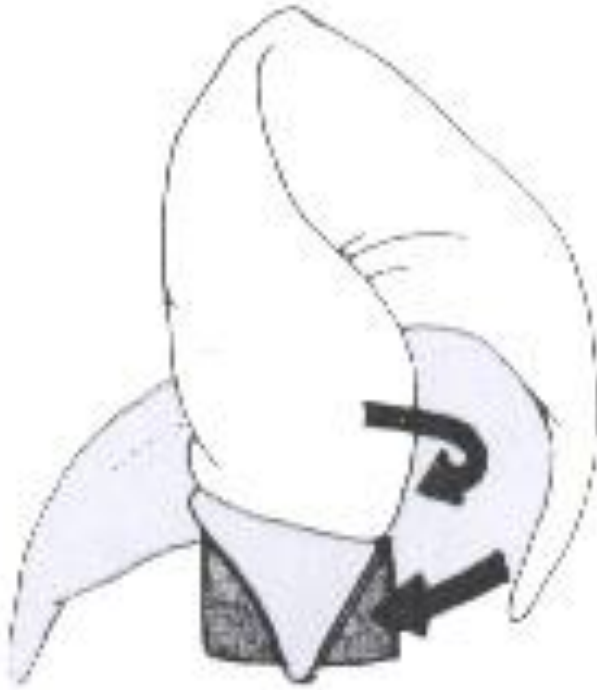
دست آسیب دیده را کاملاً مستقیم و بالا بگیرید يك باند مثلثي پشت دست او بگذارید به طوري که قاعده آن به موازات مچ دست باشد سپس راس آن را به سمت کف دست برگردانید تا راس آن کمی پایین تر از مچ قرار گیرد



## توجه :

براي دست ها و پاهاي كوچك مي توانيد باند را از وسط تا كنيد و بعد آن را بكار ببريد.





دو انتهاي آزاد را دور دست بپچانيد و آنها را از روي هم رد كنيد و بالاخره آن را در نقطه اي پايين تر از راس  
باند بصورت مربعي گره بزنيد





□ راس باند را روی گره برگردانید و آن را سنجاق کنید.

□ گردش خون را چک کنید.





## باند پیچی فرق سر

این نوع باند پیچی برای نگه داشتن پانسمان جراحات های فرق سر در سر جای خود به کار می رود و نمی توان از آن برای جلوگیری از خونریزی استفاده کرد .

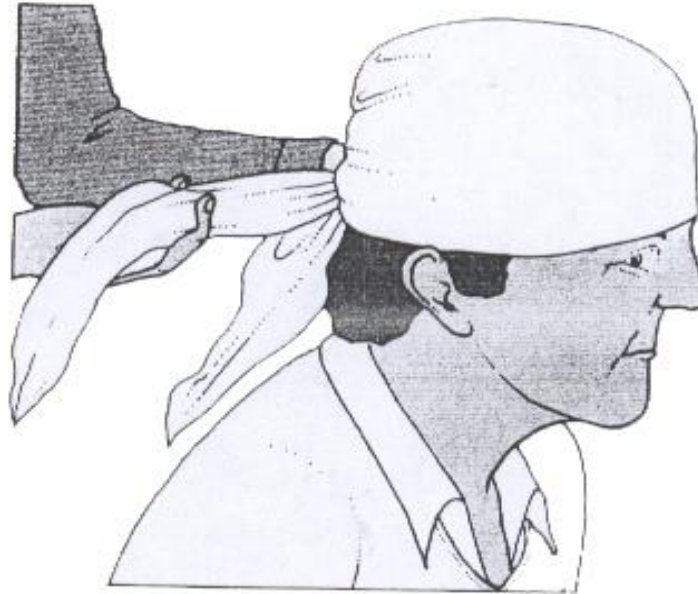


## روش کار



باند مثلثی شکل را از لبه قاعده تا کنید . قاعده باند را روی پیشانی قرار دهید بطوریکه مرکز قاعده کمی بالاتر از ابروها قرار گیرد و داس باند را پشت سر آویزان کنید .





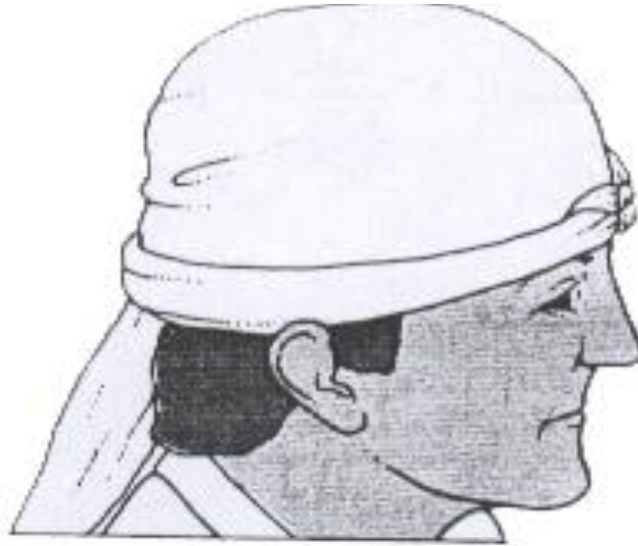
دو انتهاي باند را پشت سر محكم بكشيد بطوريكه لبه هاي باند كمى بالاتر از گوشها قرار گيرد .





دو انتهاي آنرا از بالاي راس باند که در پشت گردن قرار دارد رد  
کنید و آنها را به جلو بیاورید .





دو دنباله را روی پیشانی نزدیک قاعده گره مربعی بزنید .





- بایک دست سر را نگه دارید و با دست دیگر با ملایمت راس باند را بگیرید و بکشید تا دیگر شد نشود.
- راس را روی سر برگردانید و آنرا بایک سنجاق قفلی به باند در بالای سر سنجاق کنید.

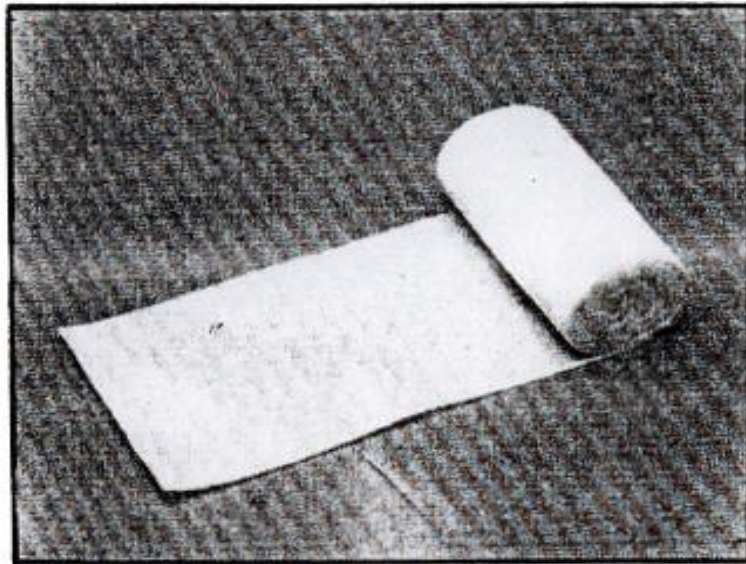




## باند حلقه اي

اين نوع باند براي نگه داشتن پانسمان بر سر جاي خود ، وارد کردن فشار روي زخم براي جلوگیری از خونريزي ، يا براي باند پیچی ناراحتي هايي مثل رگ به رگ شدن عضو يا کشیدگی عضله ، بکار مي رود . باندهاي حلقه اي استاندارد از پنبه ، گاز يا کتان ساخته شده اند و معمولاً در حلقه هاي 5 متری عرضه میشوند. اين نوع باند که به باند انطباقی معروف است در عين حال که سبک است مي تواند پانسمان را محکم سر جایش نگه دارد ، و همچنين از آنجا که مي تواند بر شکل خاص عضو منطبق شود ، بنابر اين يك فشار





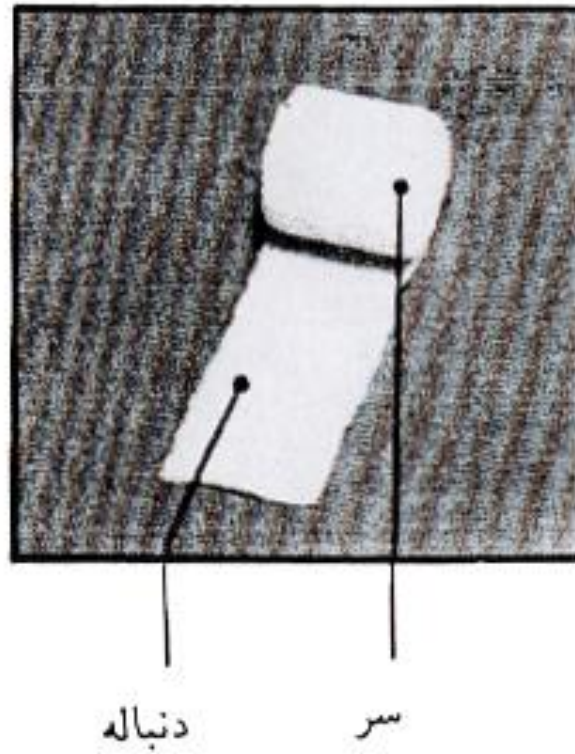


باندهای حلقه ای در اندازه های مختلف در دسترس هستند . اندازه و نوع باند مورد استفاده بسته به عضوی که باید باندپیچی شود و چاقی و لاغری ، فرق میکند ( برای جزییات اندازه باند به جدول زیر مراجعه کنید ). قبل از به کار بردن باند حلقه ای از محکم پیچیده بودن آن مطمئن شوید و به عرض باند توجه نمایید که آیا برای کار شما مناسب است یا خیر . جلوی عضوی که می خواهید آنرا باند پیچی کنید بایستید و آن عضو را با دست در موقعیتی که باید پس از باند پیچی به آنصورت باقی بماند ، نگه دارید . ( سر ) باند را کاملاً بالا بگیرید و در هر لحظه فقط چند سانتی متر از حلقه را باز کنید .





براي باند پیچی دست یا پای چپ باند را در دست راست و برای  
باند پیچی دست یا پای راست آنرا در دست چپ خود نگهدارید .  
همیشه از داخل به بیرون و از پایین به بالای جراحات باندپیچی کنید .



هنگامیکه يك حلقه کمي باز مي شود و قسمت حلقه شده را سر و قسمت آزاد کوتاه را دنباله مي گویند .

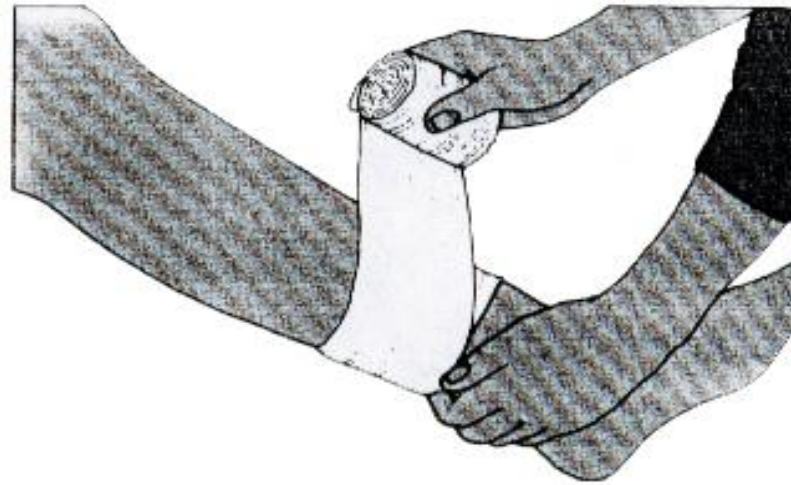


## کاربرد باند حلقه ای

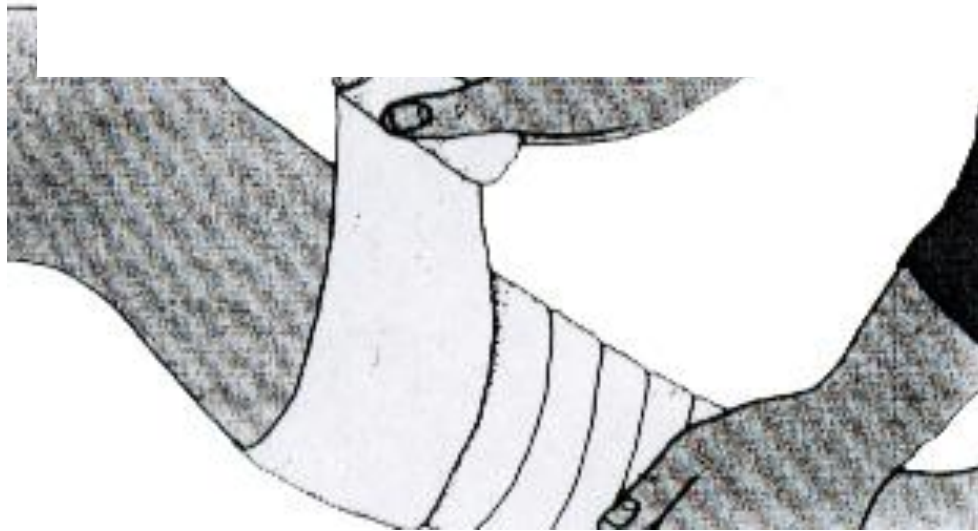
معمول ترین روش استفاده از باند حلقه ای عبارتست از پیچش باند بصورت مارپیچ ساده بشکلی که در زیر نشان داده شده است .



## روش کار



دنباله باند را روی دست آسیب دیده بگذارید و یکبار محکم آنرا بصورت  
اریب دور دست بچرخانید تا دنباله در سر جای خود محکم شود .



چندبار بصورت مارپیچ رو به بالا باند را دور عضو آسیب دیده بپیچید . بطوریکه هر پیمش قبلی را بپوشاند و لبه های بیرونی تقریبا به موازات هم قرار گیرند .





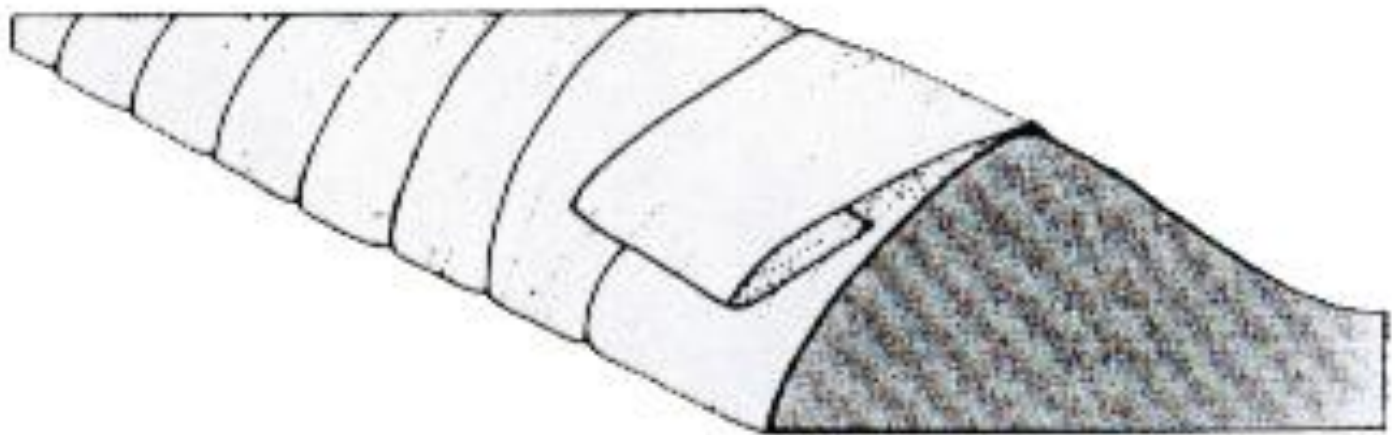
آخرین دور را نه اریب بلکه مستقیم پیچ بزنید و انتهای باند را محکم نمایید. 

گردش خون را چک کنید. 

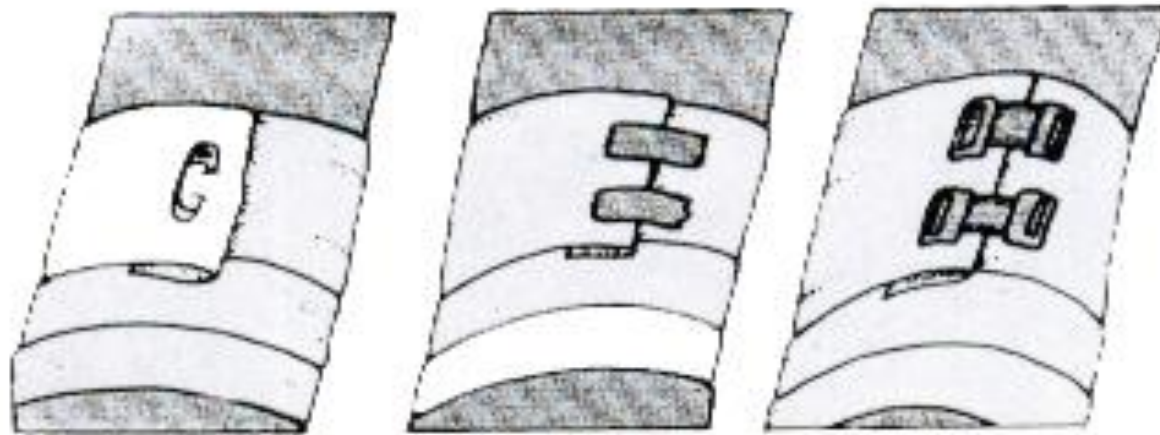




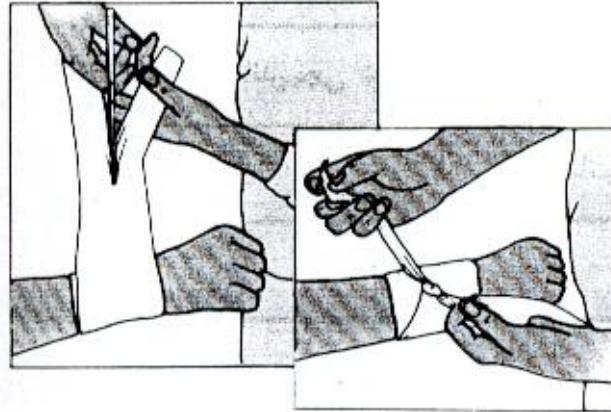
# محکم کردن انتهای باند حلقه ای



انتهای باند را فراتر از پانسمان زیرین تا بزنید



آنها را با سنجاق قفلی ، نوار چسب یا کلیپس های مخصوص باند ،  
سرجایش محکم کنید .





اگر نوارچسب یا کلیپس در اختیار نداشتید می توانید انتهای باند را  
گره بزنید. حدود 15 سانتی متر یا بیشتر از انتهای باند را آزاد  
بگذارید – این مقدار به اندازه عضوی که باید باندپیچی شود بستگی  
دارد – و آنرا از وسط پاره کنید. انتهای بریدگی را گره بزنید و دو  
دنباله را دور عضو بچرخانید و آنرا گره بزنید.



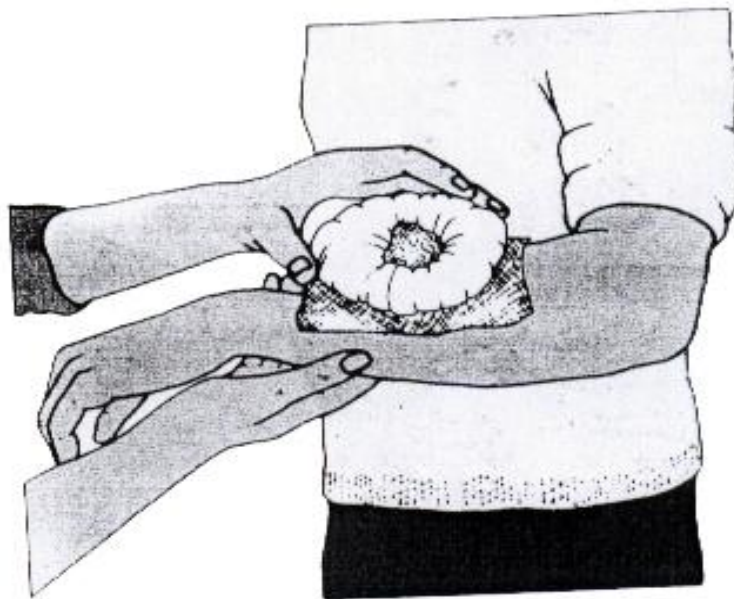
## باندپچی دور شي خارجي يا شکستگی باز

زمانی که دور يك شي خارجي يا زخم باز را باندپچی کنید باید دقت زیادی به خرج دهید تا از وارد آمدن فشار روی جسم یا استخوانی که از زخم بیرون زده اجتناب کنید . برای اینگونه موارد همیشه از باند حلقه اي استفاده کنید . اگر باند حلقه اي در اختیار نداشتید می توانید از باند مثلثي هم استفاده کنید .

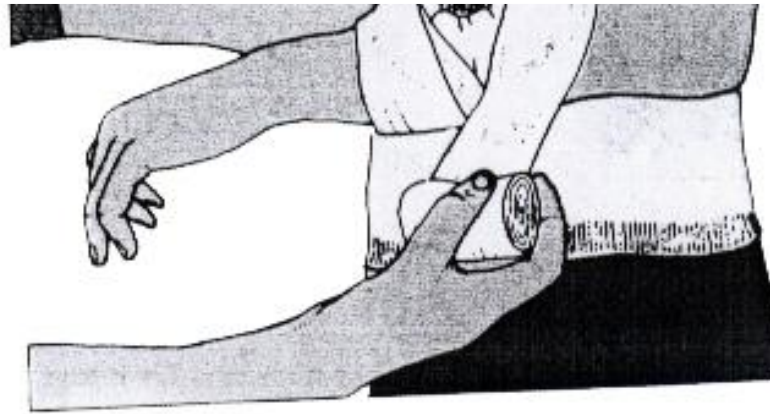




## روش کار

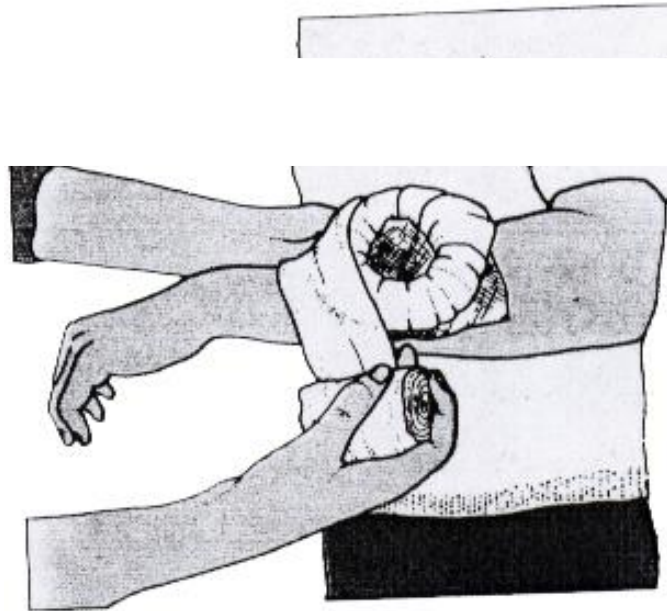


يك تکه گاز روي شي خارجي يا محل شکستكي بداريد و روي آن يك بالشتک گرد پنبه اي قرار دهيد .

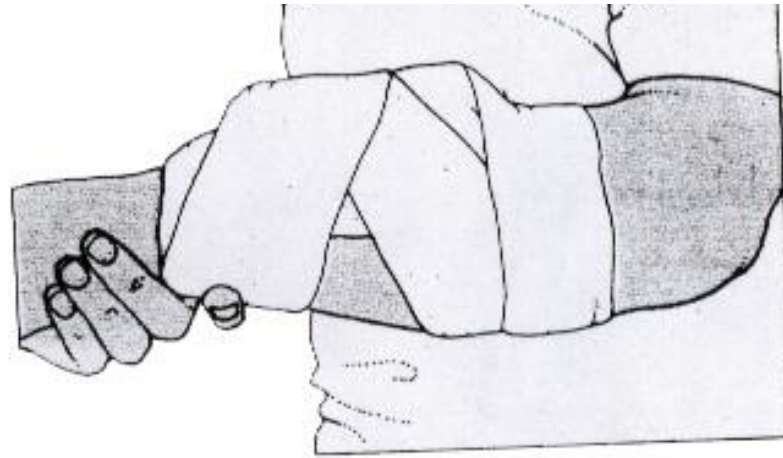


باند را به صورت اریب از زیر دست رو کنید و بیاورید بالا روی نیمه بالایی با لشتک و دوباره پایین بیاورید و  
چند بار آنرا دور عضو بصورت اریب پیچید تا با لشتک سر جای خود محکم شود.





دنبال آزاد باند حلقه ای را مستقیماً زیر لبه پایینی بالشتک بگذارید و دوبار مستقیم دور عضو پیچ بزنید و سر حلقه را دوباره بالا بیاورید.



اگر لازم شد که اطراف زخم باز را هم باندپیچی کنید، دنباله باند حلقه ای را روی قسمت پایینی باشتک قرار دهید و بصورت اریب، باند را بالا و پایین باشتک بچرخانید.



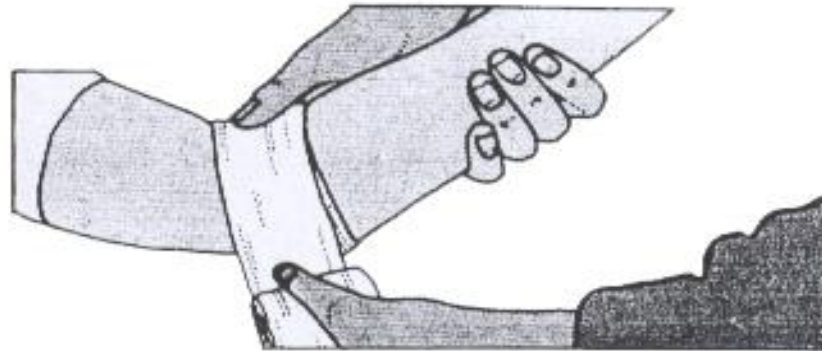


## باند پیچی آرنج و زانو

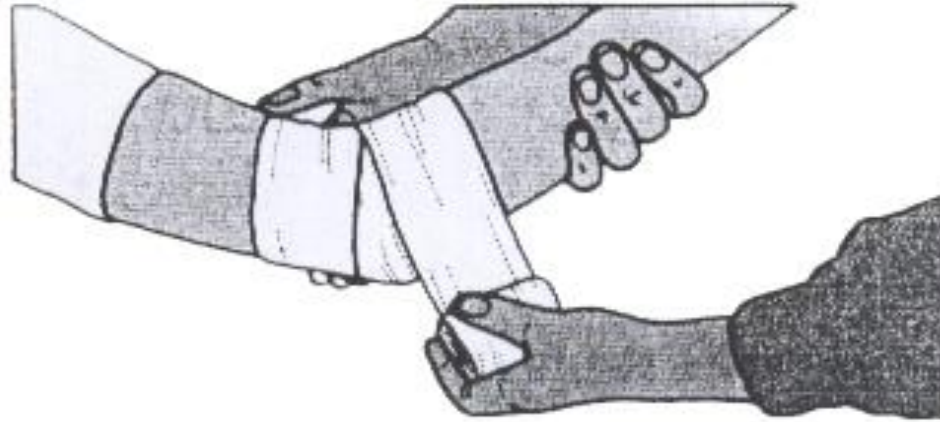
روش باند پیچی آرنج در مورد زانو هم صدق می کند .



## روش کار



از مصدوم بخواهید که دست خود را در راحت ترین وضعی که احساس می کند نگه دارد . دنباله آزاد باند حلقه ای را روی قسمت داخلی آرنج قرار دهید و یکبار مستقیم پیچ بزنید . سر باند را از نوک آرنج رد کنید و دور دست ببندید .



باند را دور بازو بچرخانید بطوریکه روی نیمی از چرخش اول را بپوشانند ، و سپس باند را دور ساعد پیچید بطوریکه لبه دیگر (لبه سمت ساعد) چرخش اول را بپوشانند و از کنار لبه چرخش دوم رد شود .





❧ به پیچاندن به تناوب ، رو و زیر چرخش اول ادامه دهید بطوري که هر چرخش تقریبا کمی بیشتر از دو سوم چرخش قبلي را بپوشاند.

❧ با يك يا دو چرخش مارپیچ بالا و پایین آرنج کار خود را خاتمه دهید و انتهاي آنرا با استفاده از سنجاق قفلي یا گره محکم کنید .

❧ گردش خون را چك کنید .



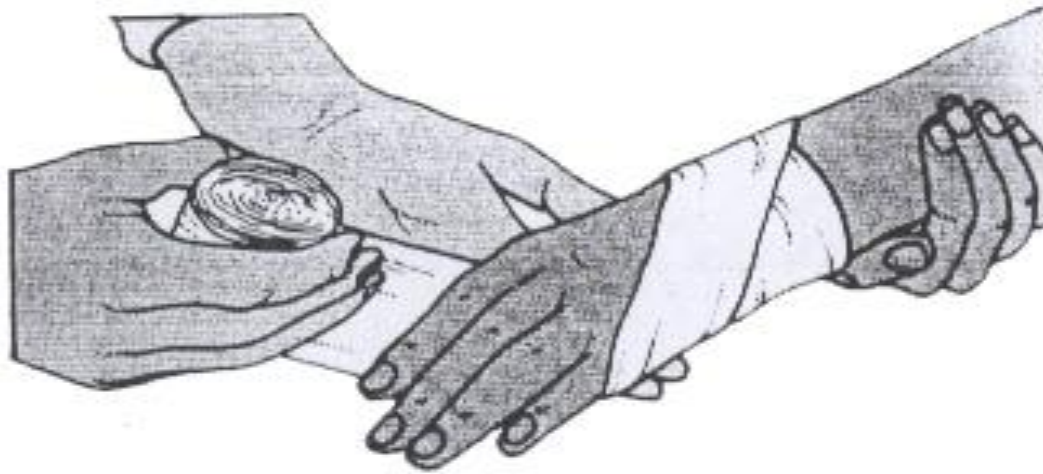
## باند پیچی دست و پا

روش باند پیچی دست ( یعنی از مچ تا نوک انگشتان ) در مورد پا ( از نوک قوزک تا نوک انگشتان پا ) هم صادق است .





## روش کار



از مصدوم بخواهید که دست خود را بطوری که کف دستش رو به پایین باشد نگه دارد . دنباله آزاد باند را روی مچ بگذارید و یکبار مستقیم دور مچ بچرخانید



سر باند را از روی دست بصورت اریب رد کنید و به سمت انتهای انگشت کوچک دست بیاورید و از آنجا به کف دست ببرید و باز هم بصورت اریب آنرا از سمت دیگر دست درآورید .



سر باند را از روی انگشتان رد کنید بطوریکه از کنار انتهای ناخن انگشتان کوچک رد شود و سپس دوباره به کف دست ببرید و بصورت اریب آنرا از کف دست بروی دست به سمت مچ بیاورید .



✓ به اینکار ادامه دهید و به شکل هشت لاتین آنقدر روی دست باندپیچی کنید تا تمام دست پوشانده شود. کار خود را با يك چرخش به دور مچ خاتمه دهید و انتهاي آنرا با سنجاق قفلي يا گره محكم کنید.

✓ گردش خون را چك کنید.





# بانداز ها





## انواع باند

✱ باند سه گوش .

✱ باند نواری که به شکل باند چهارشاخ می توان استفاده کرد .



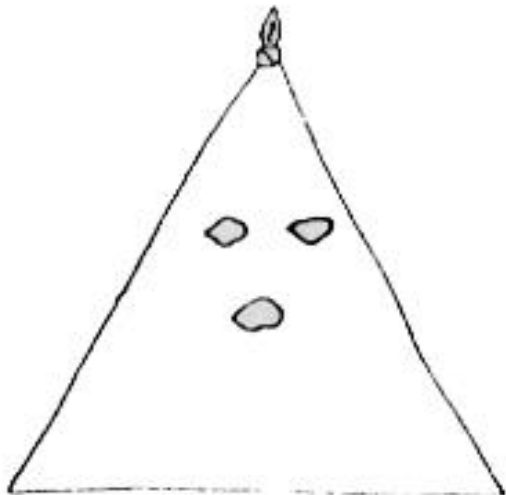
## بانداز سر - با استفاده از باند سه گوش (مثلثی)



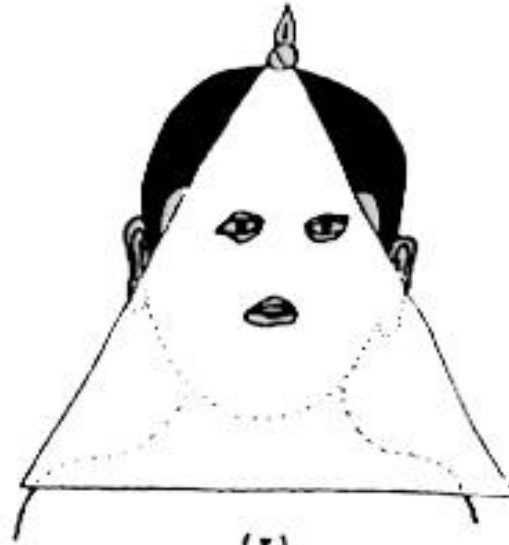


## بانداز صورت

با استفاده از باند سه گوش (مثلثی)



(۱)



(۲)



(۳)





باند اژپس سر — با استفاده از باند چهار

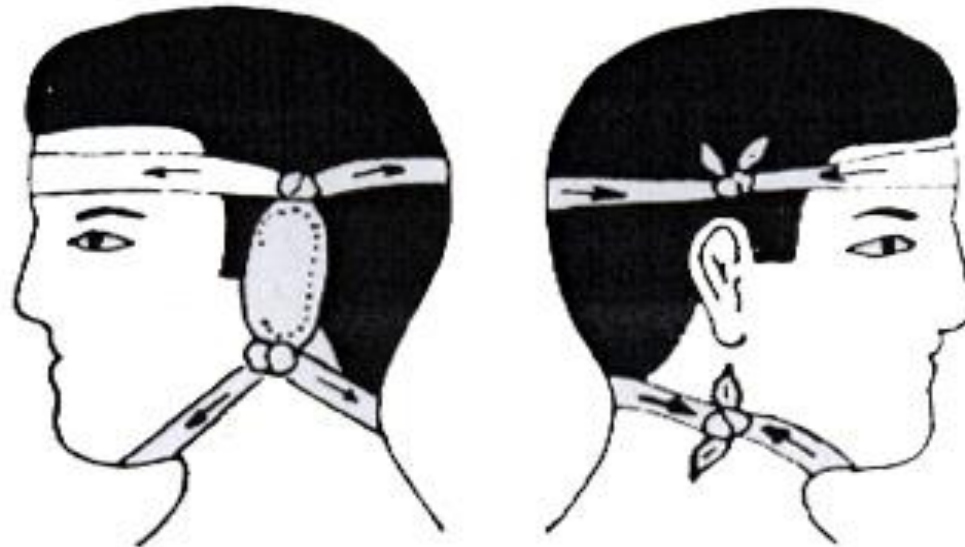
باند اژپشانی — با استفاده از باند چهارشاخ

باند اژ یکی گوش و دو گوش به صورت ساده با استفاده از باند سه گوش





## باند اثر یک گوش با استفاده از باند چهار شاخ





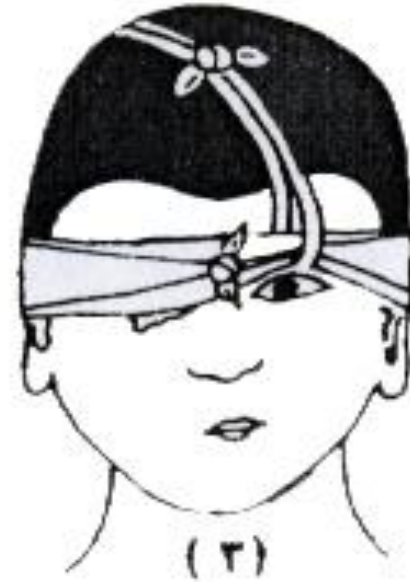
باند اثر یکی گوش بصورت علامت T با استفاده از باند سه گوش





باند اثر یک چشم با استفاده از باند سه گوش که بصورت

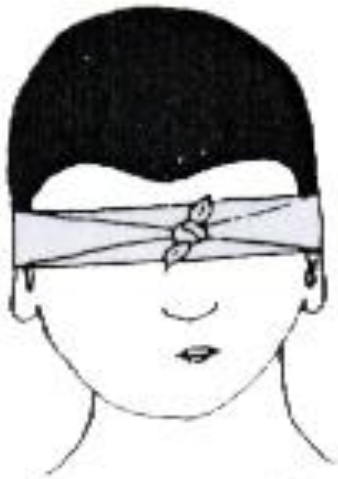
باند نواری ساخته شده است





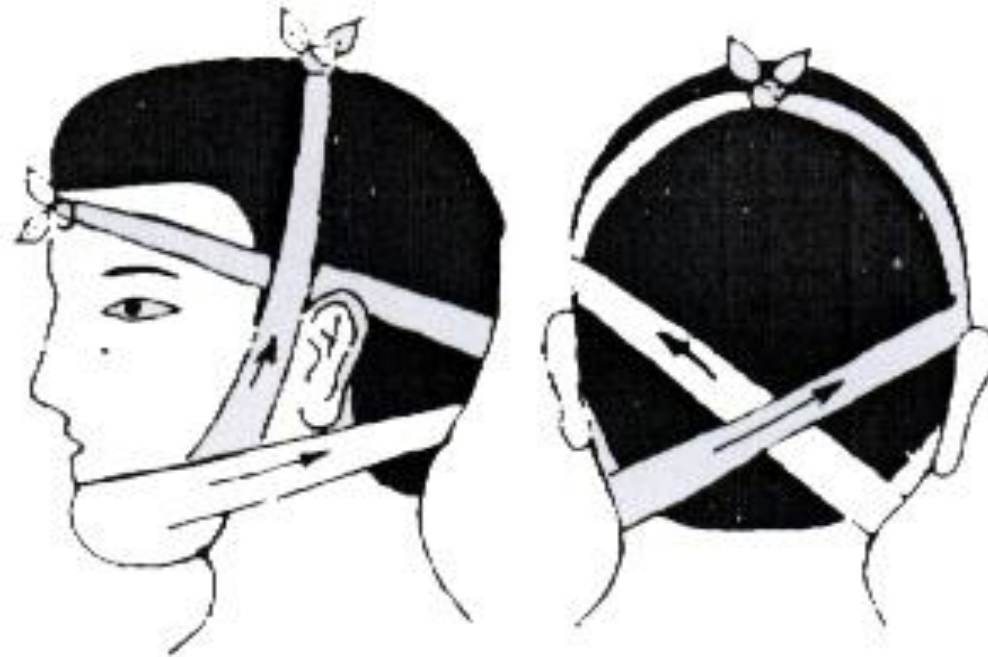
بانداز دو چشم با استفاده از باند سه گوش یا باند

بانداز چانه با استفاده از باند سه گوش که به صورت کراواتی باشد  
بانداز چانه با استفاده از باند چهار شاخ



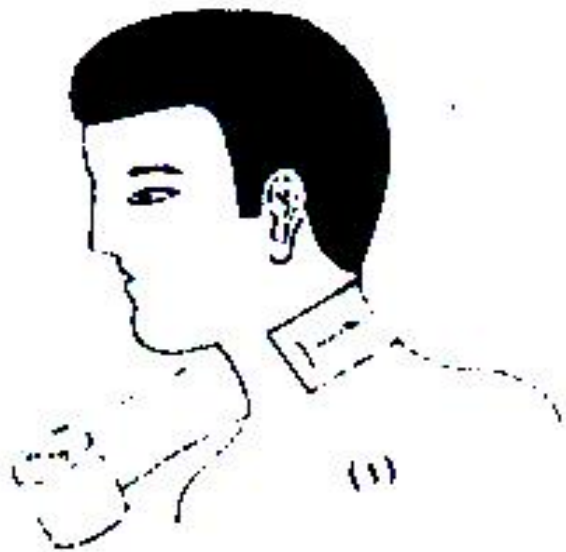


باند اثر چانه با استفاده از باند چهار شاخ به صورت ضربدری



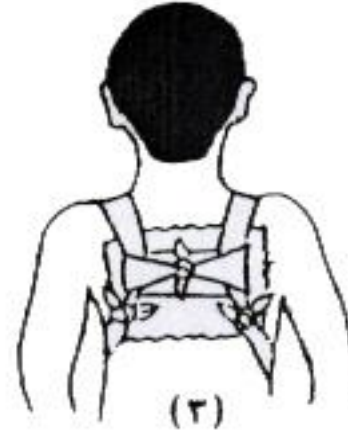


باند اثر گرون با استفاده از باند نواري يا باند كراواتي



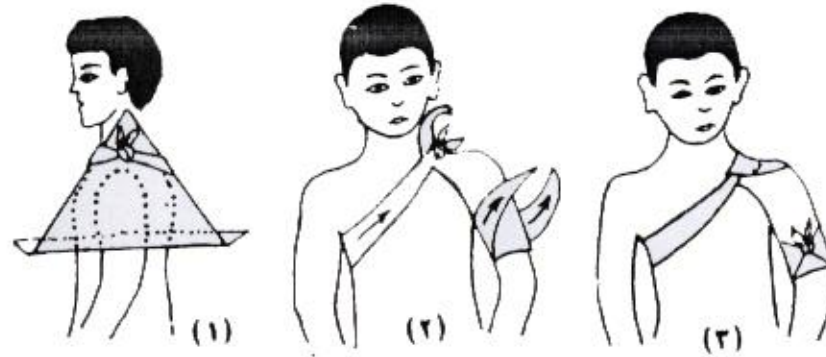


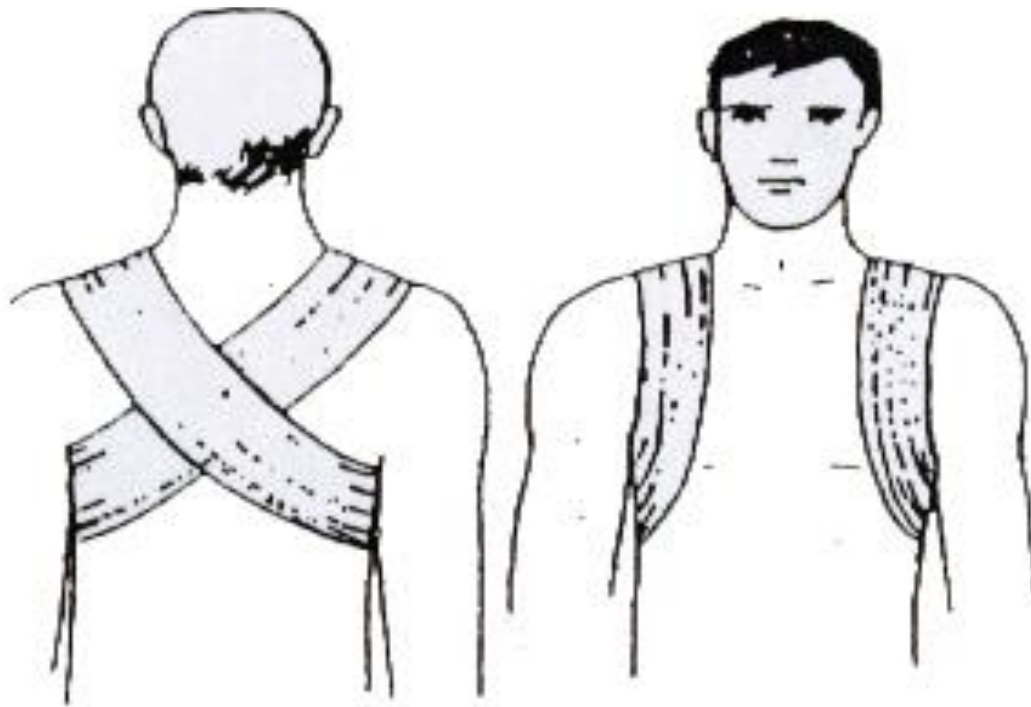
## باند اثر شکستگی ترقوه با استفاده از باند سه گوش و باند نواری





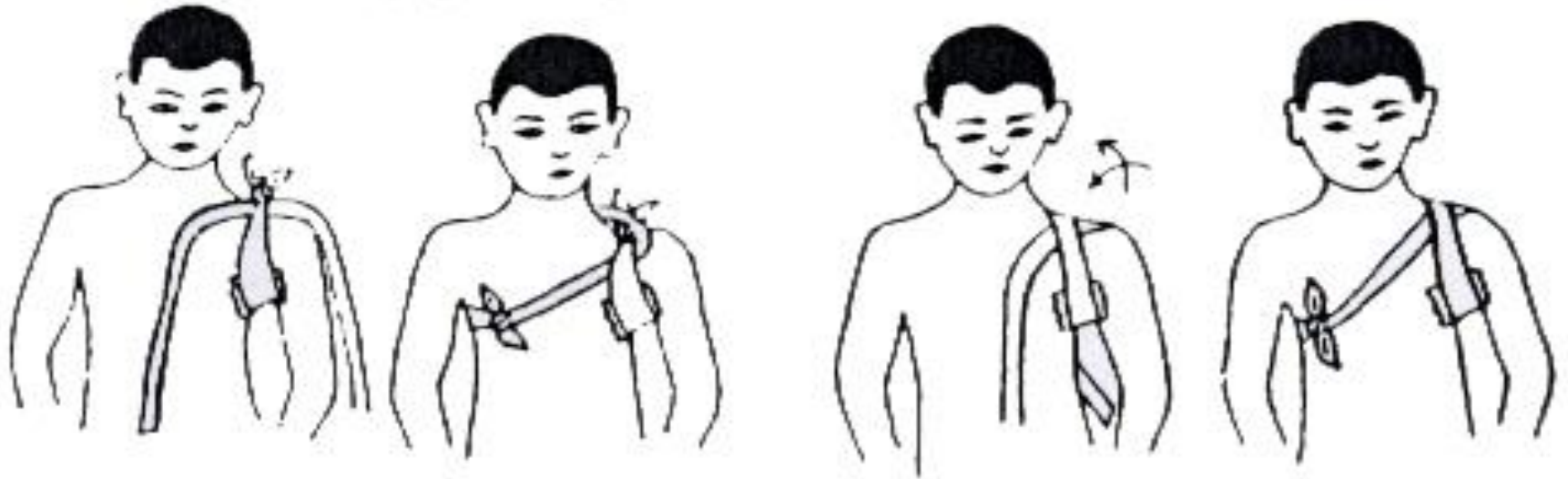
## باند اثر شانه با استفاده از باند سه گوش





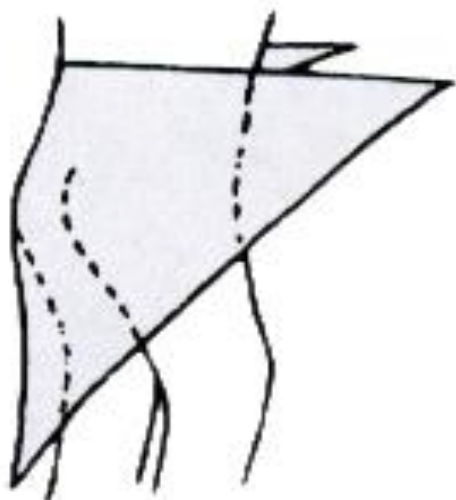


باند اثر زیر بغل با استفاده از باند سه گوش که به دو شکل انجام می گیرد



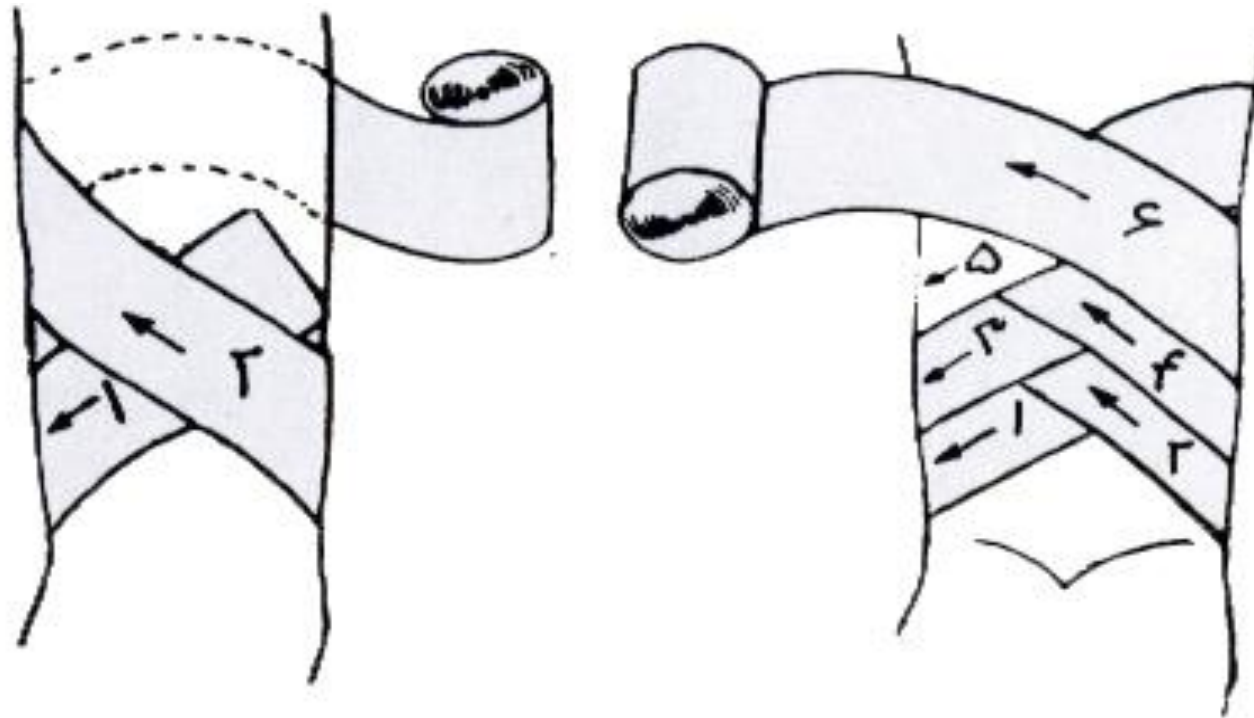


## بند اثر باسن با استفاده از باند سه گوش



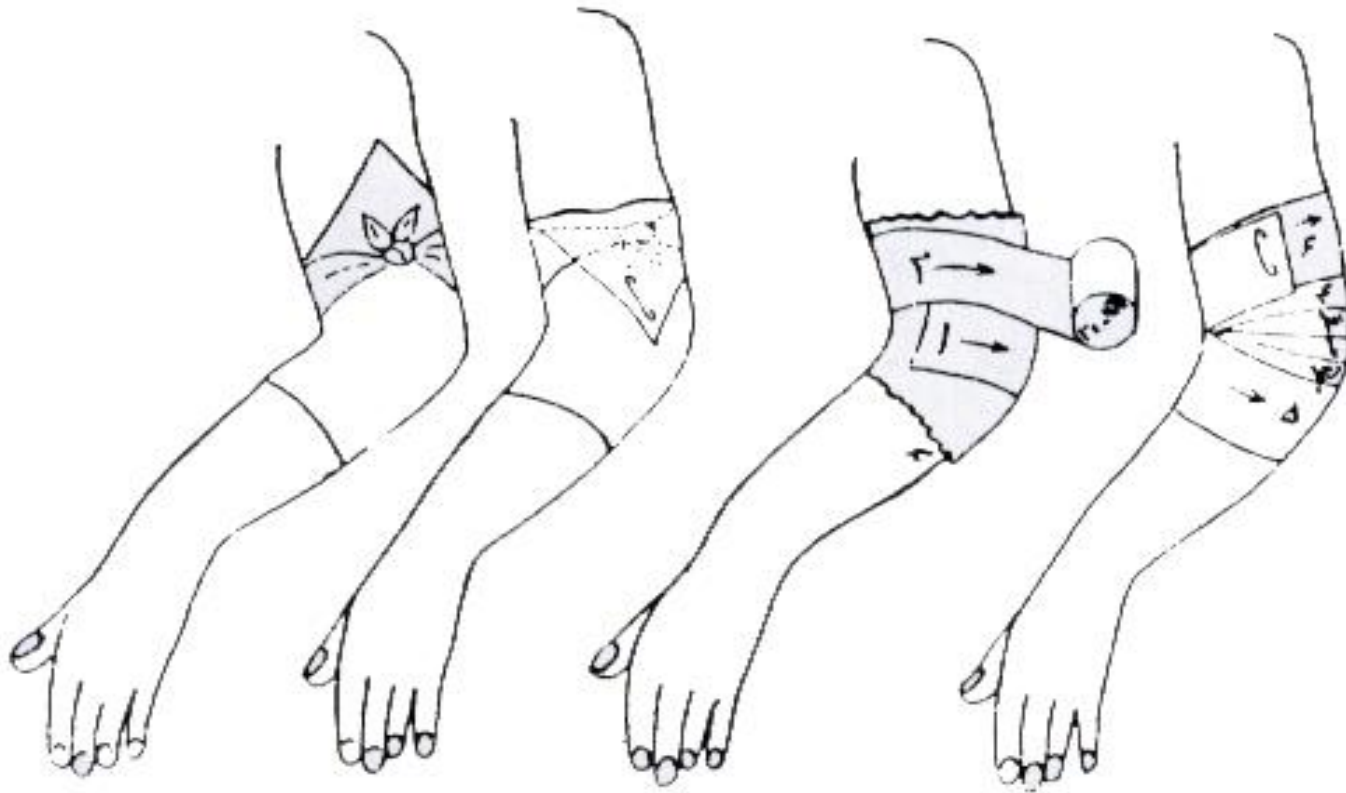


## باند اثر فوقانی بازو با استفاده از باند نواری



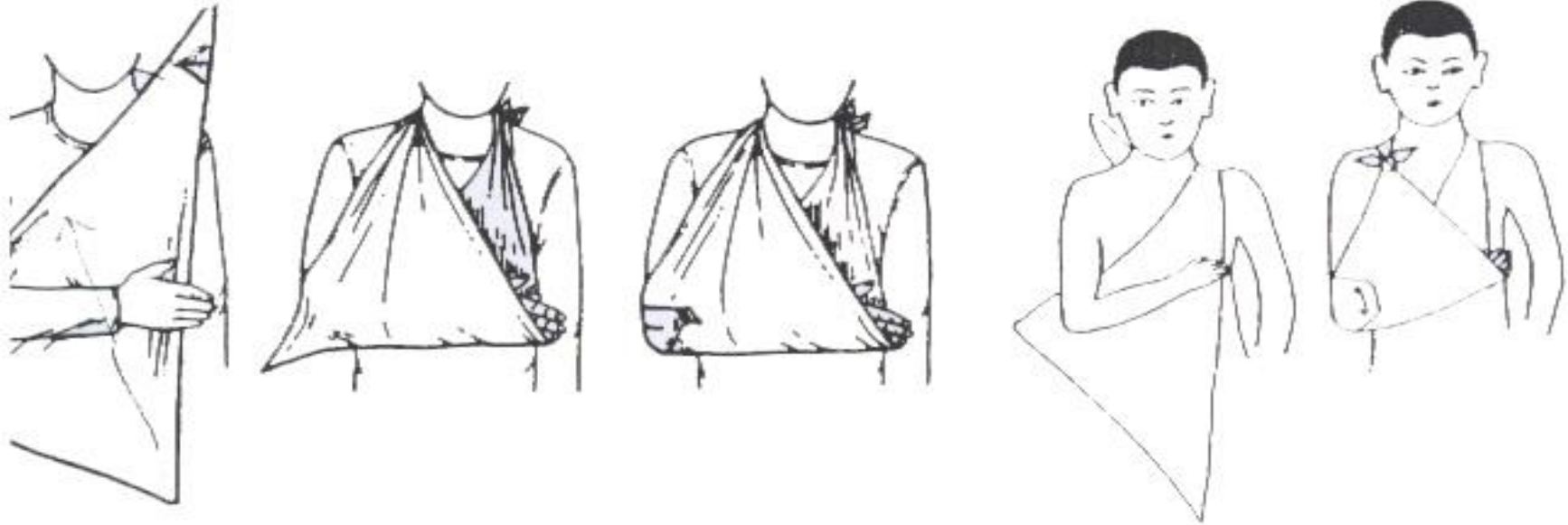


## باند اثر آرنج با استفاده از باند نواری و باند سه گوش



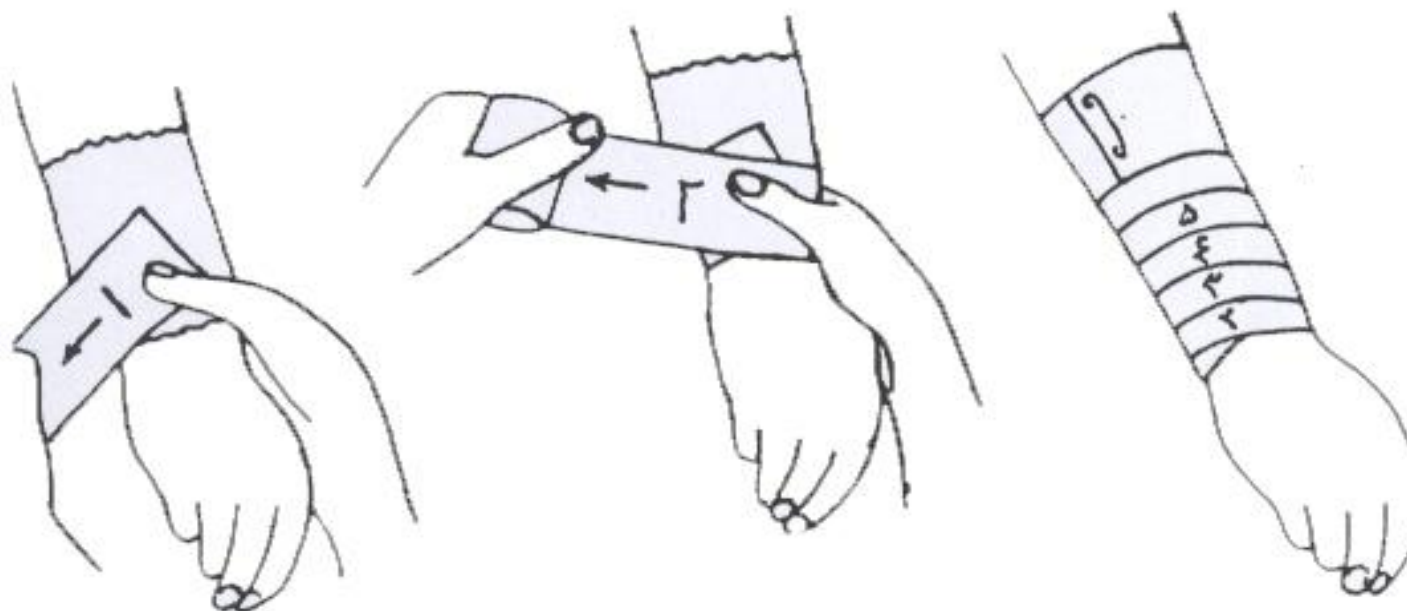


## باند اثر ساعد (وبال گردن) با استفاده از باند سه گوش



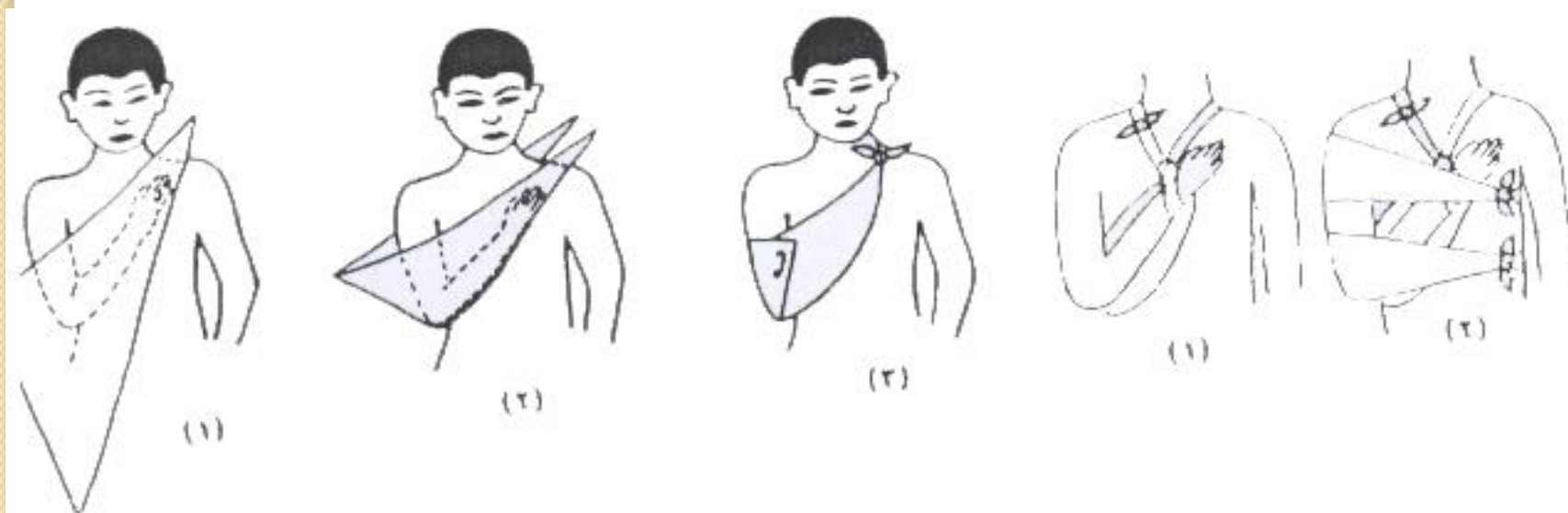


## باند اثر ساعد با استفاده از باند نواری



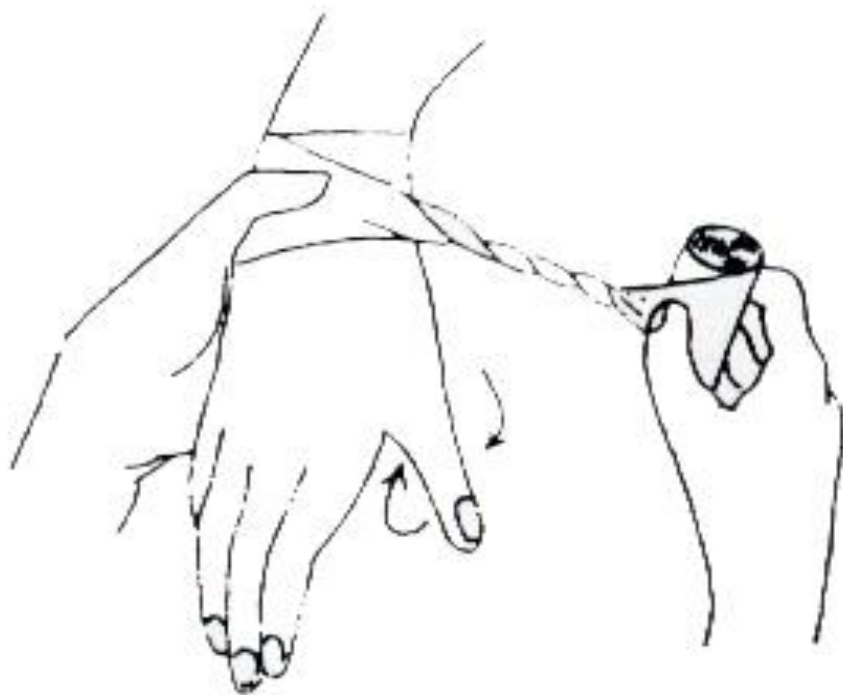


آویزان کردن بازو و ساعد در وضعیت خیلی بالا با استفاده از باند سه گوش به دو شکل



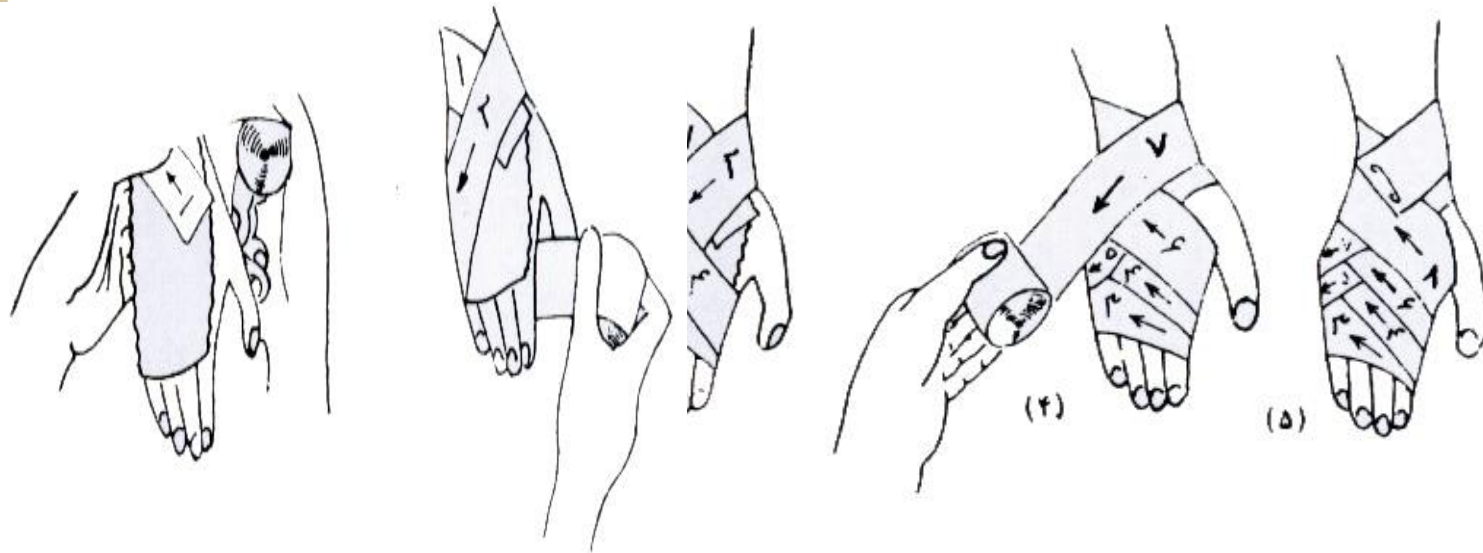


## باند اژمچ دست دررفته با استفاده از باند نواری



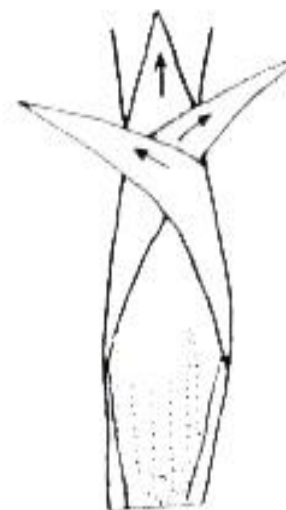
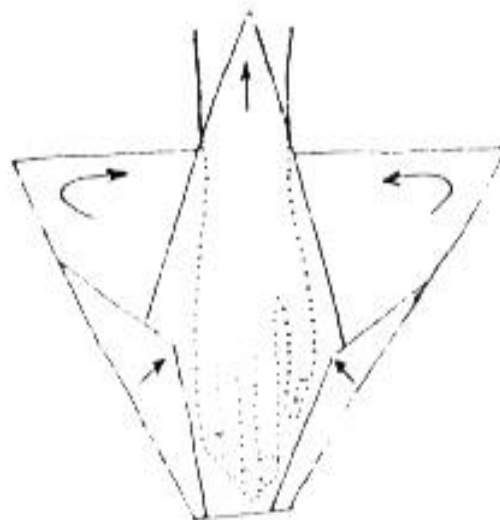
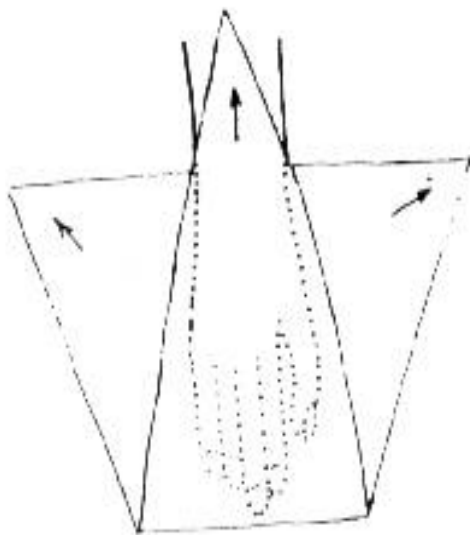


## بانداز دست با استفاده از باند نواری



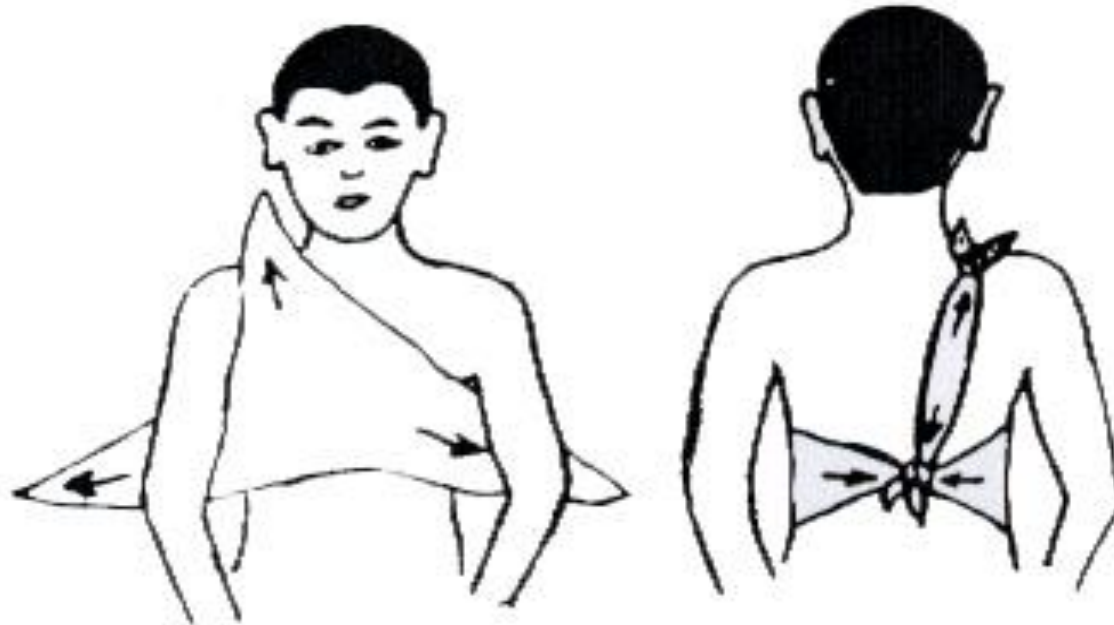


## باند اثر دست با استفاده از باند سه گوش



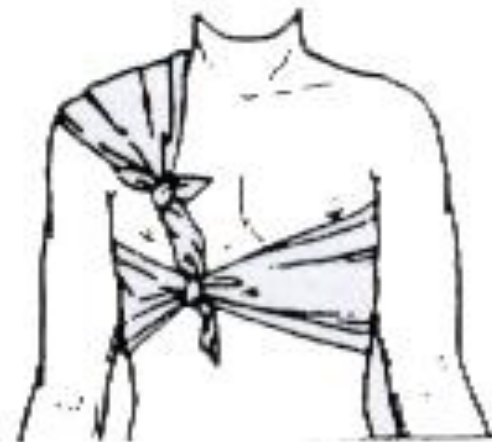
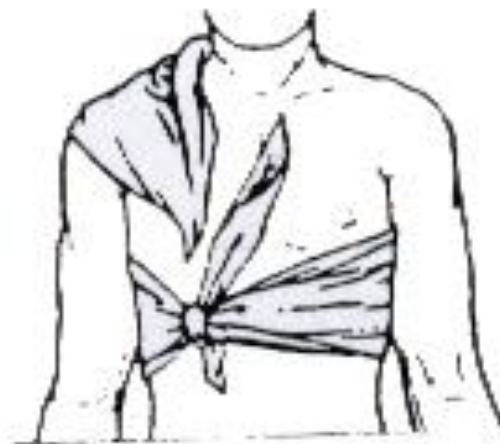


## بند اثر سینه با استفاده از باند سه گوش



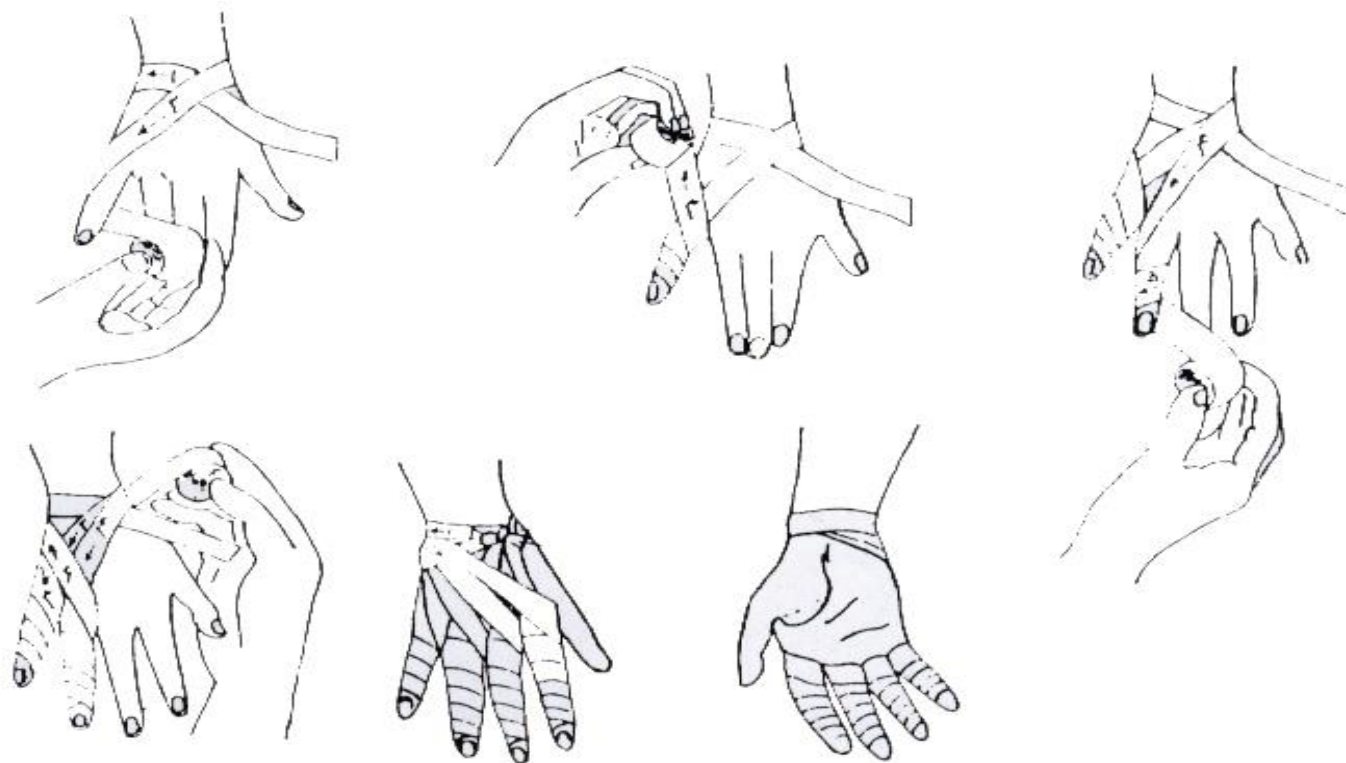


## بند اثر پشت با استفاده از بند سه گوش



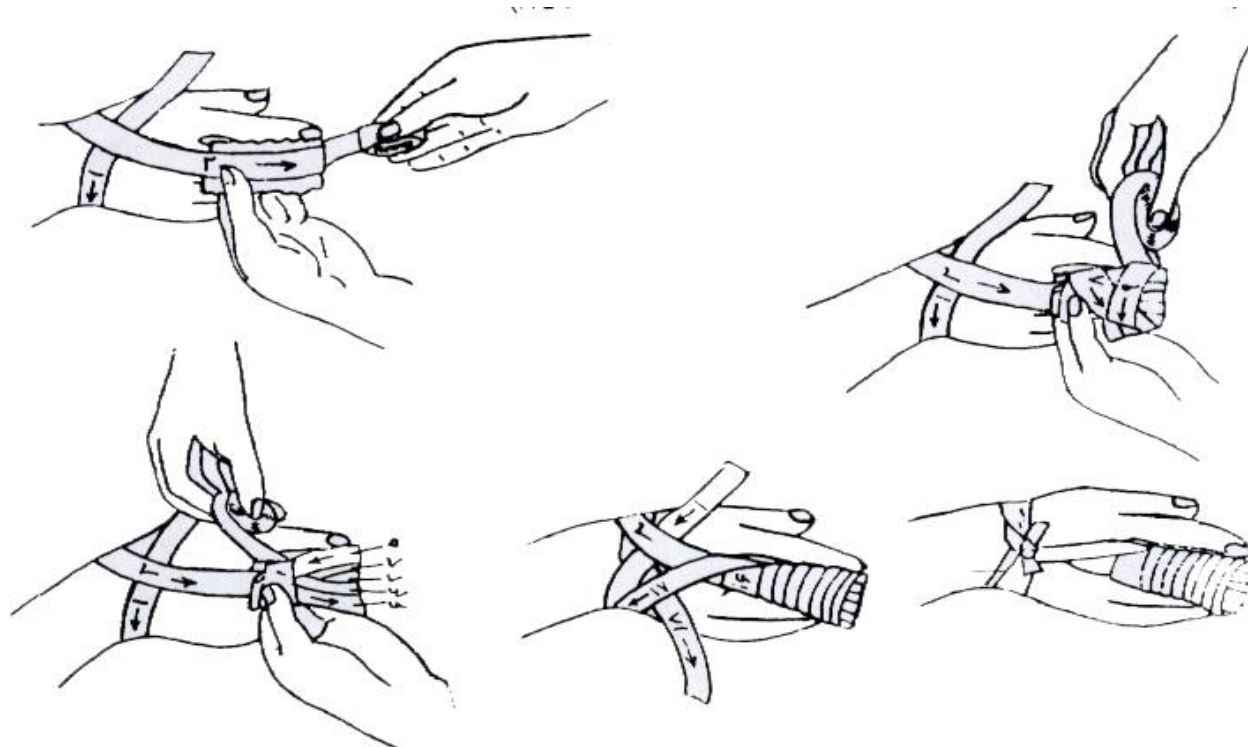


## باند اثر جداگانه انگشتان با استفاده از باند نواری



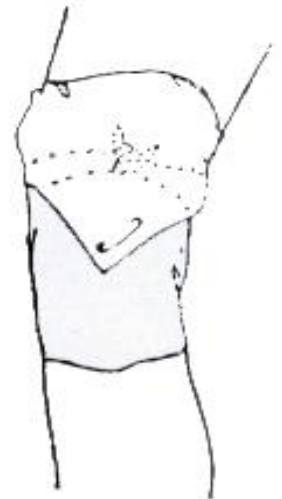
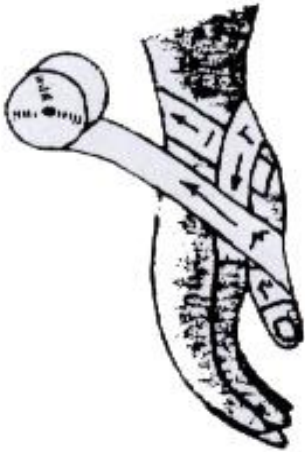


## باند اژیک انگشت با استفاده از باند نواری



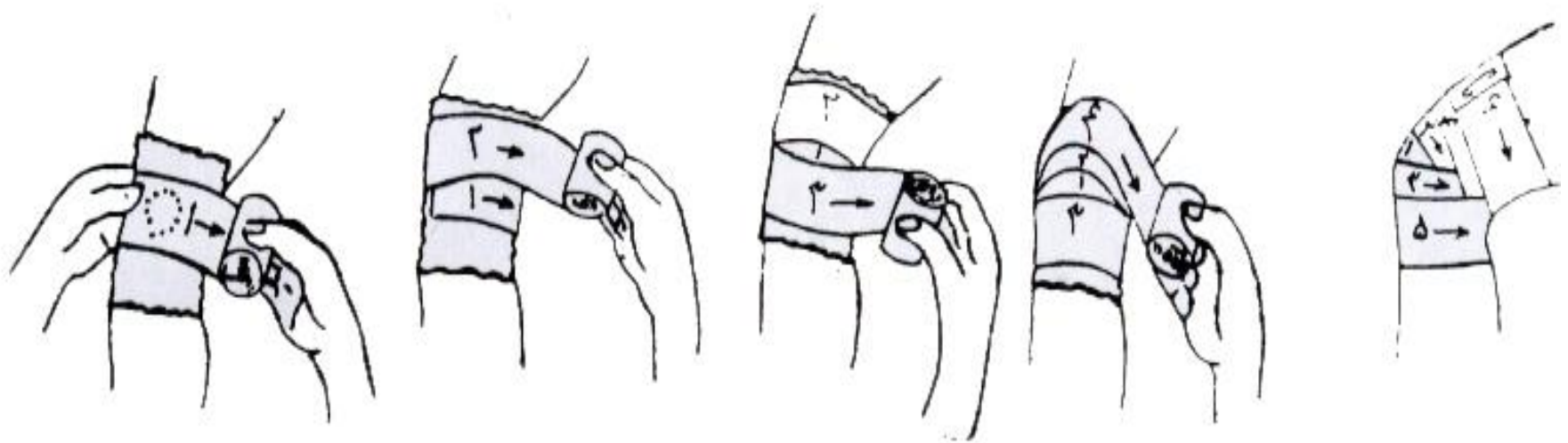


باندازشیت دست با استفاده از باند نواری  
بانداز زانو با استفاده از باند سه گوش



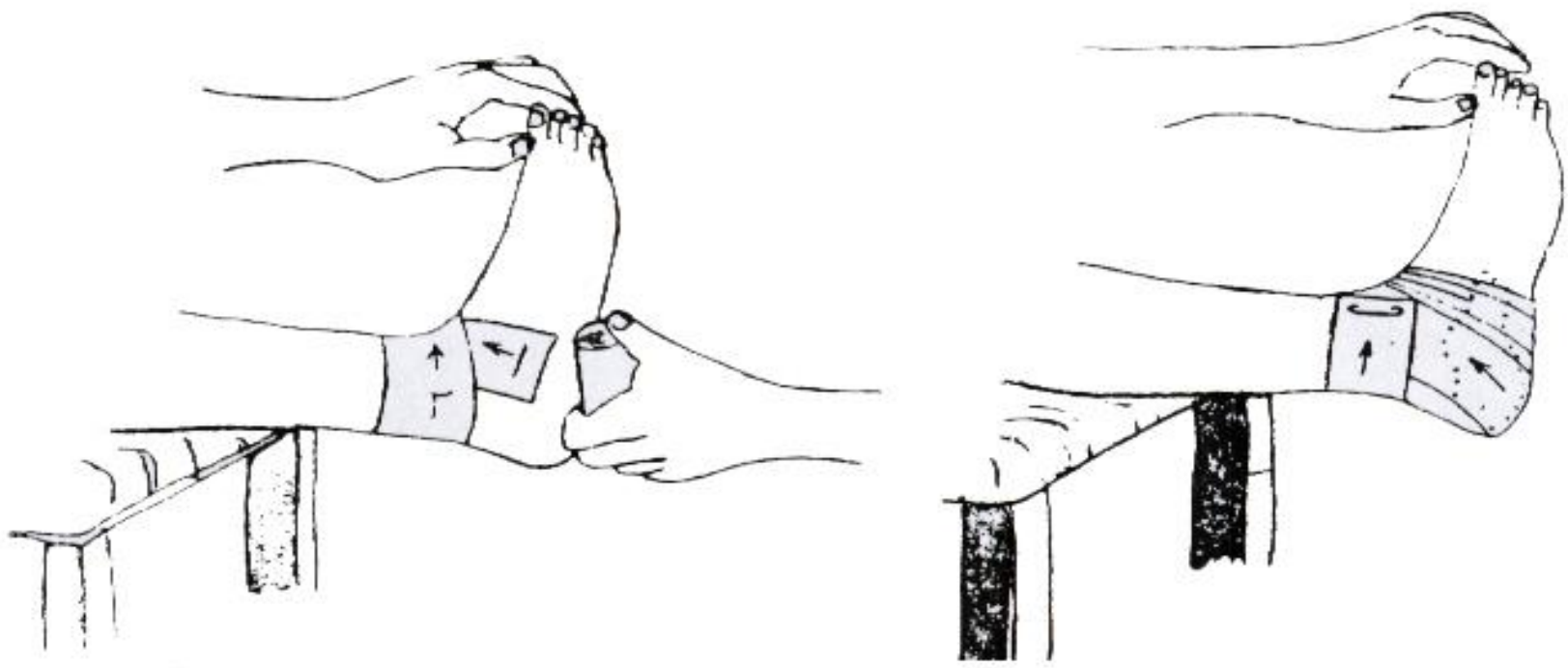


## بانداز زانو با استفاده از باند نواری



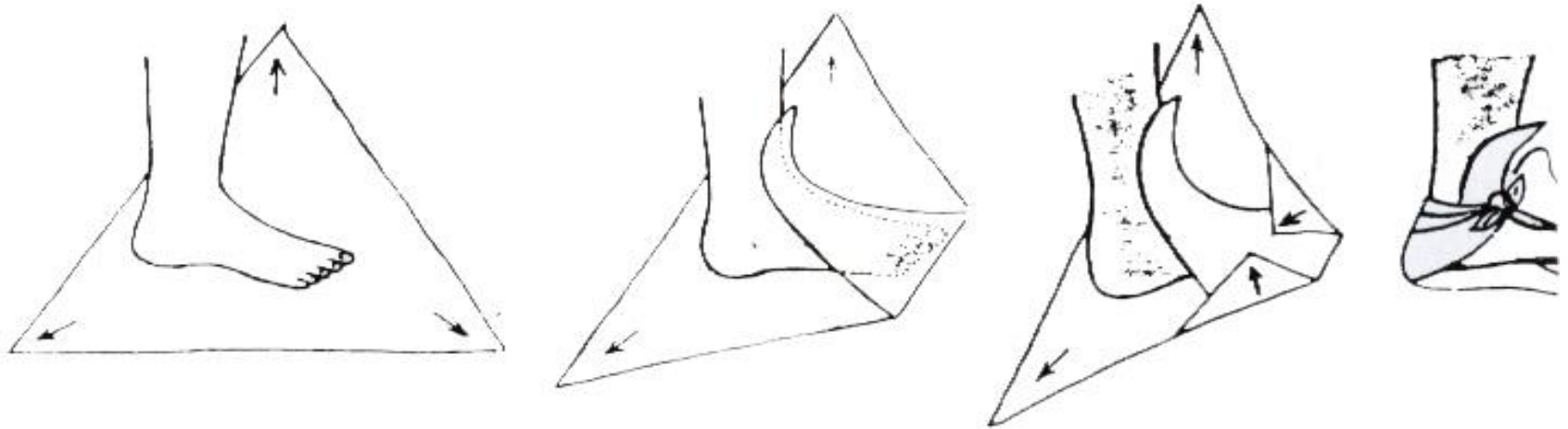


## باند اثر مچ پای در رفته با استفاده از باند نواری



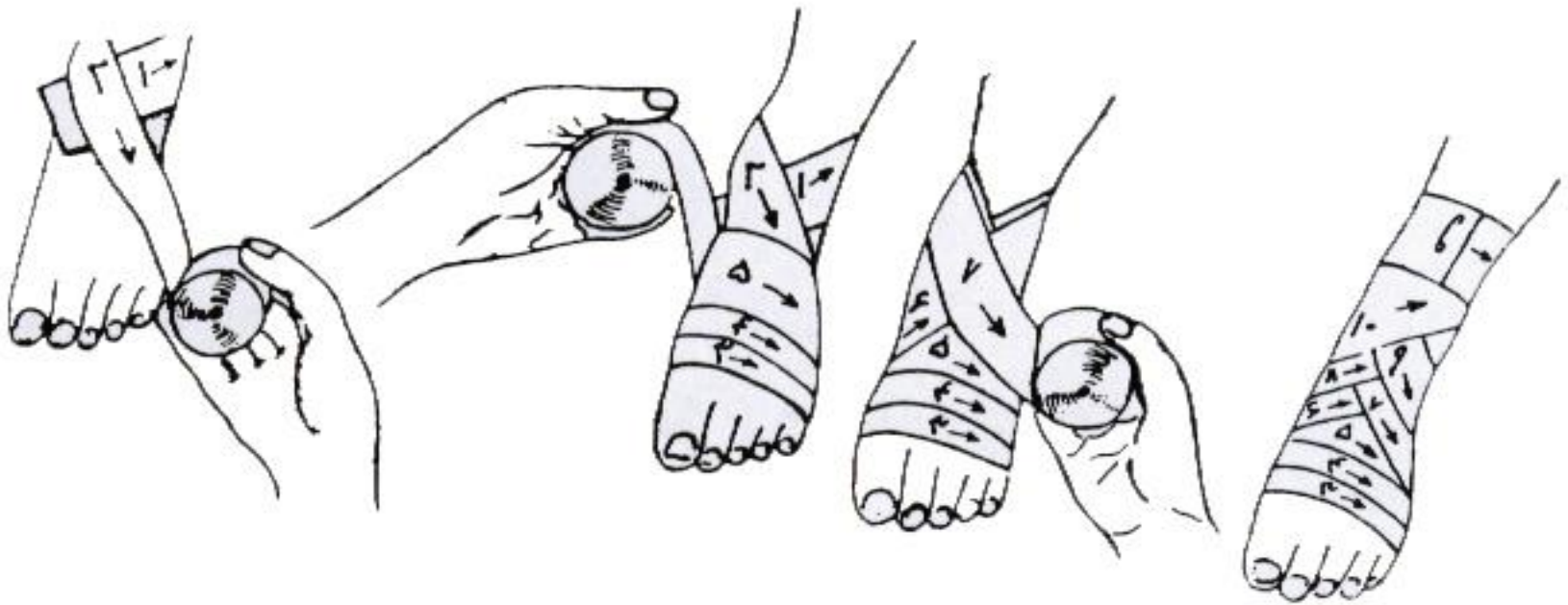


## باند اثر پا با استفاده باند سه گوش



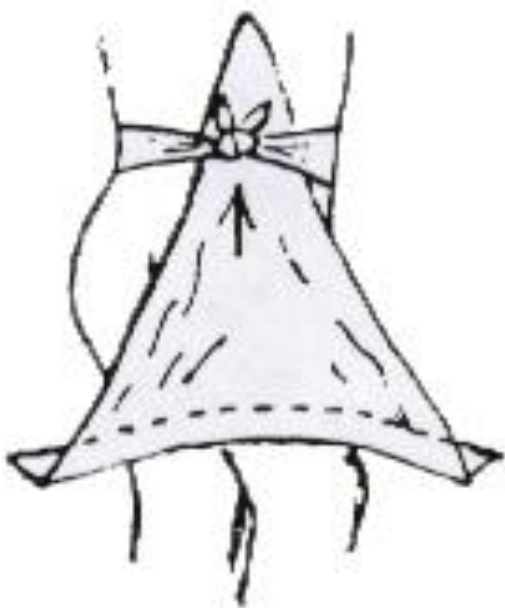


## باند اثر پا با استفاده از باند نواری



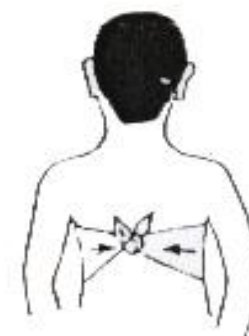
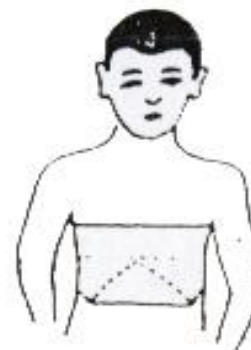
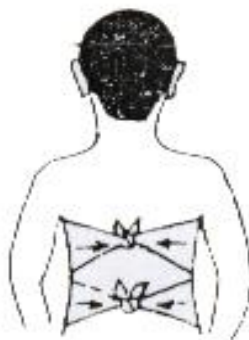
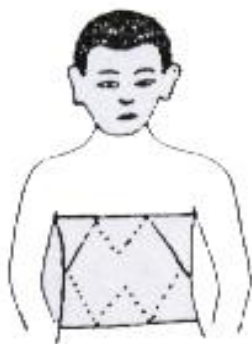
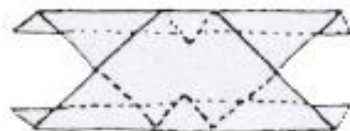
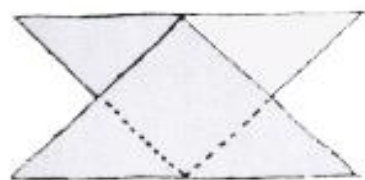


## بند اثر ران با استفاده از باند سه گوش



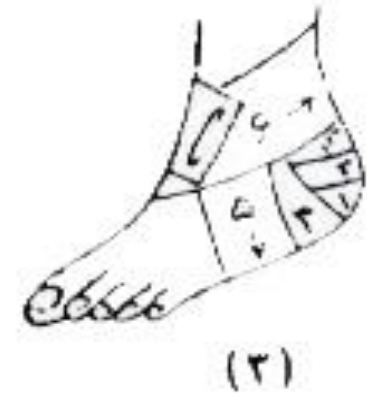
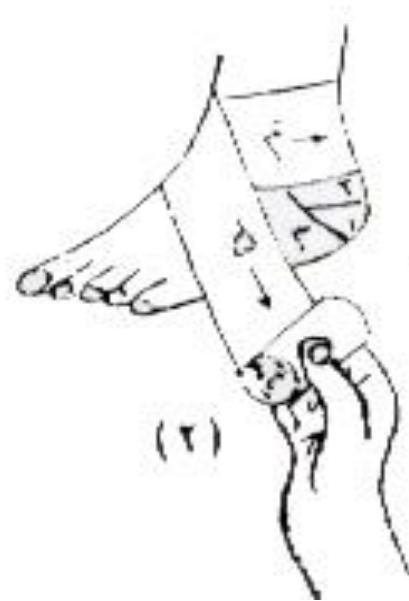
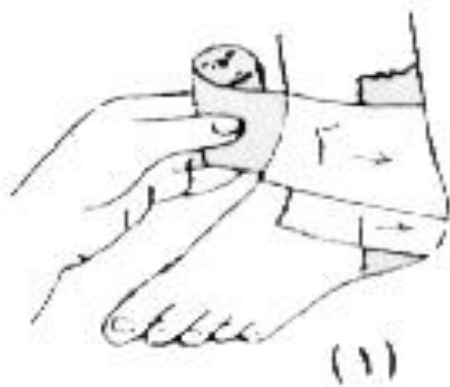


# بند اثر شکم با استفاده از یکی یا دو باند سه گوش





## باند اثر پاشنه پا با استفاده از باند نواری





## باند اثر پاشنه پا با استفاده از باند سه گوش





## آتل بندي

آتل وسیله است که برای بی حرکت کردن عضو آسیب دیده به کار می رود . این وسیله در انواع و اشکال پیش ساخته موجود می باشد .



## انواع آتل

■ آتل خشك

■ آتل بادي

■ آتل فلزي

■ آتل كششي

■ هر وسيله اي كه با آن بتوان عضو را بي  
حرکت کرد .





## آتل خشک (تخته هاي شکسته بندي)

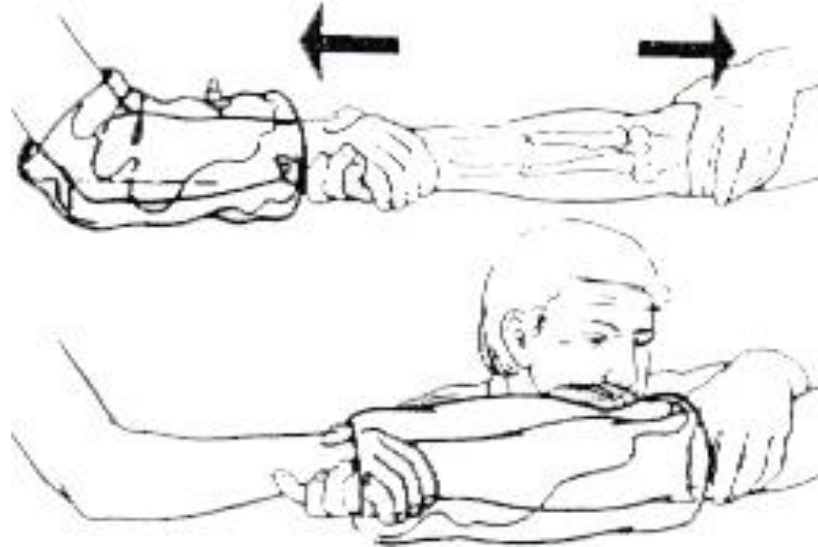
هنگام استفاده از این تخته ها باید آنها را باند پیچی کرد و نباید زیاد سفت باشد و در صورت لزوم باید برای زیر فرو رفتگی یا برآمدگی های طبیعی بدن ( مثل زانو و روي زانو) از بالشتك استفاده کرد.





## آتل باوي

این آتل ها به دو شکل بدون زیپ و زیپ دار وجود دارد که با باد کردن ، سفت شده ، عضو آسیب دیده را بی حرکت می کند .





تذکر

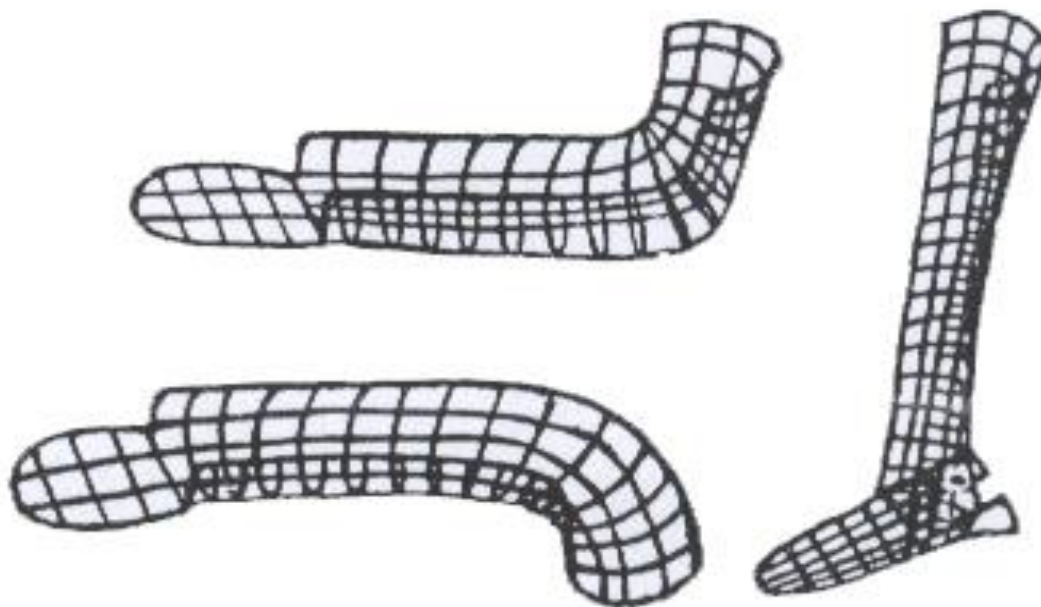
- آتل بادي را هرگز نبايد با پمپ باد كرد بلكه آنرا بايد با دهان باد كرد .
- قبل از استفاده از آتل بادي عضو را با پارچه بپوشانيد ، اگر اين آتل مدت زيادي روي عضو بماند باعث عرق كردن و ناراحتي بيمار مي شود .



## آتل فلزي

این آتل ها از سیم های قابل انعطاف تهیه شده اند و می توان آن را به شکل عضو آسیب دیده در آورد . حتما قبل از قرار دادن عضو در آتل فلزي درون آن را با پارچه یا پنبه بوشانید تا آسیبی به بدن نرسد .



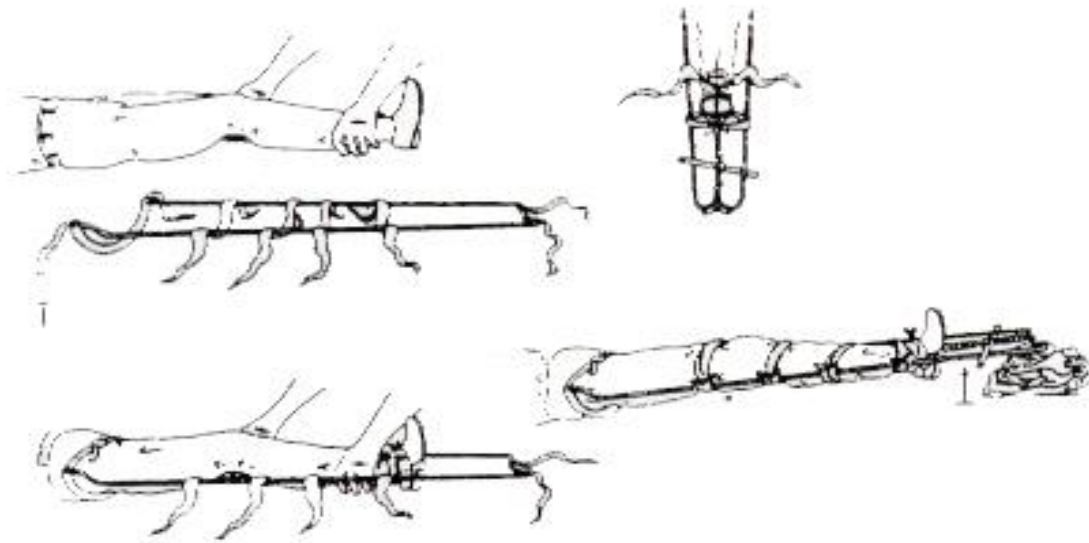




کششی

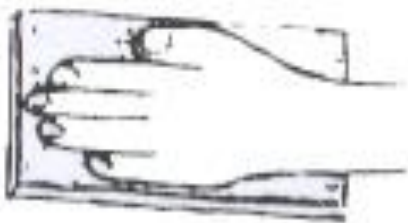
آتل

از این نوع آتل بیشتر در بخش های ارتوپدی بیمارستان ها استفاده می شود .



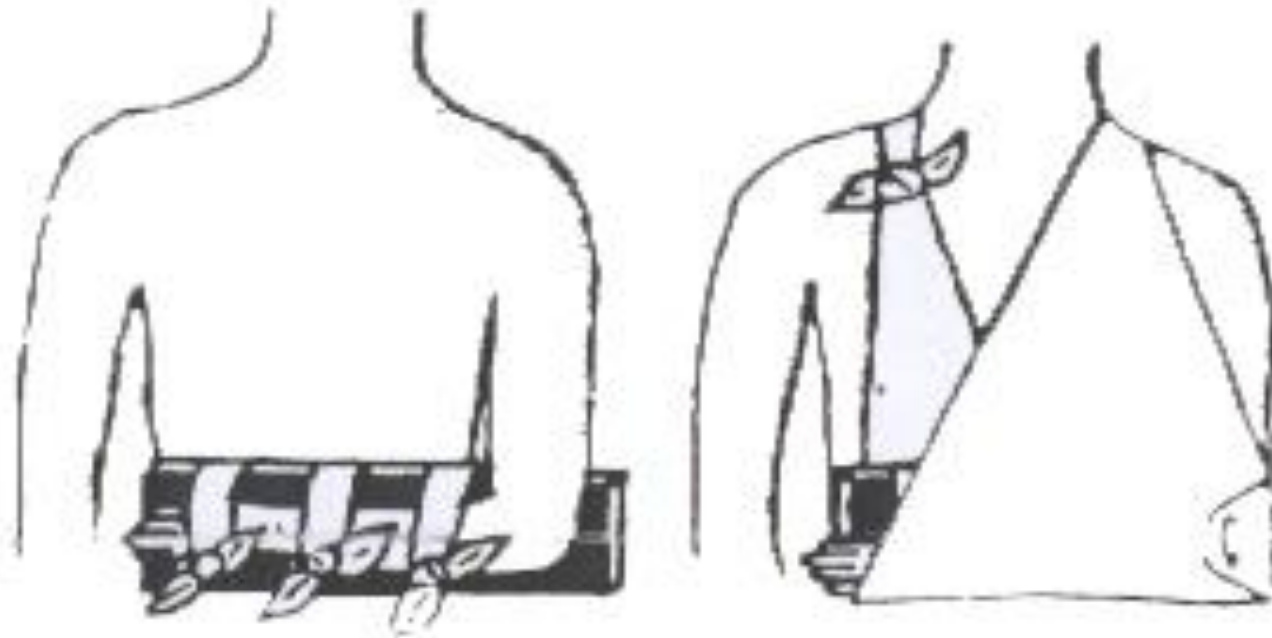


# آتل بندي كف دست يا انگشتان با استفاده از يک تخته



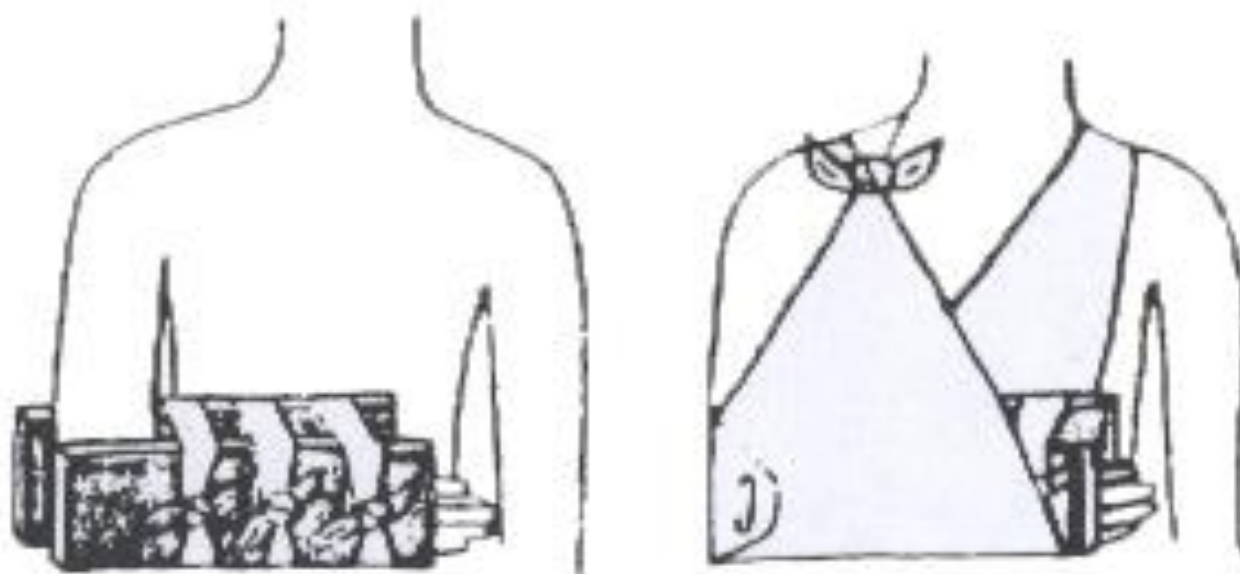


## آتل بندي ساعد با استفاده از يک تخته



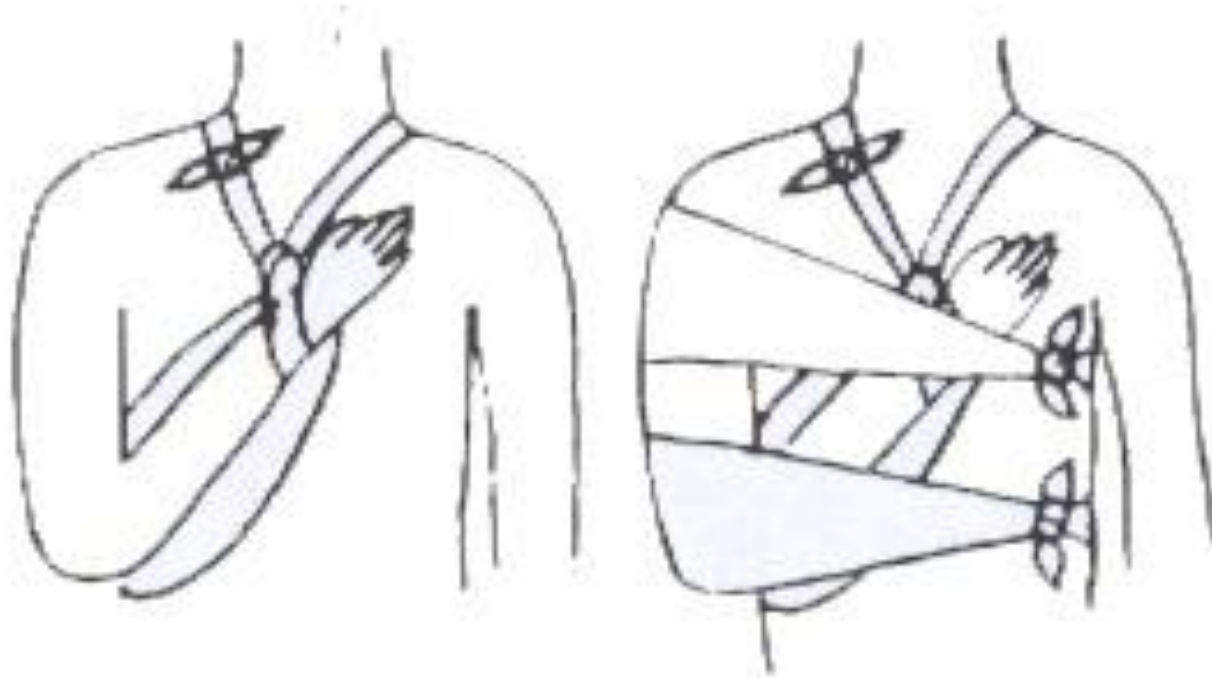


# آئل بندي شکستگي ساعد با استفاده از دو تخته



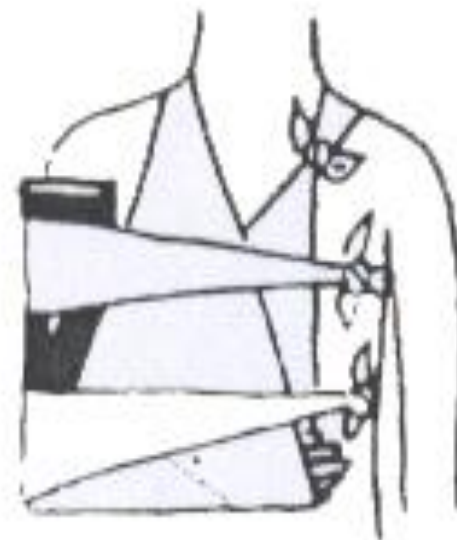
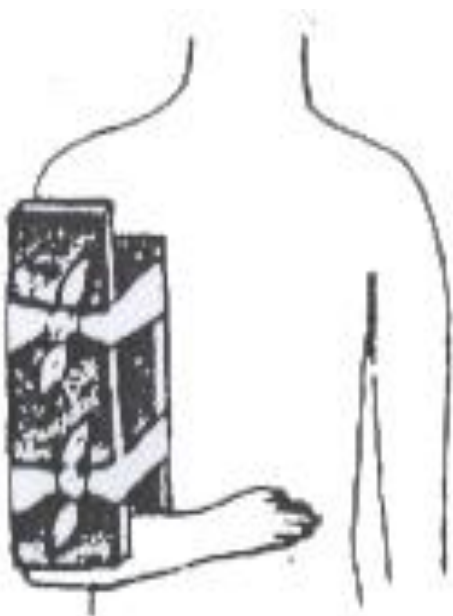


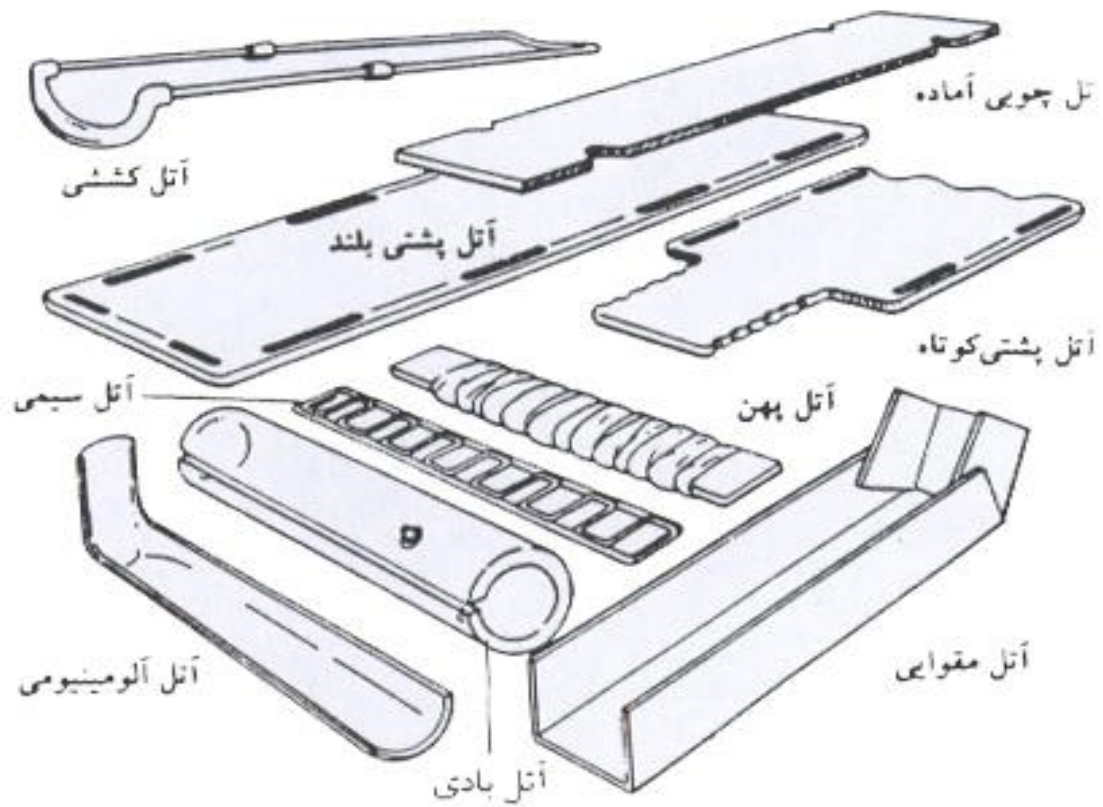
# طریقه بی حرکت کردن شکستگی فوقانی بازو با استفاده از باند سه گوش





# آتش بندي شکستگی بازو با استفاده از دو تخته







## قوانین آتل بندی

■ باید مطمئن بود که اولاً آتل سالم باشد و ثانياً فاقد زاویه ایجاد کننده ضایعه (مثل زائده های تیز یا میخ) باشد.

■ قبل و بعد از آتل بندی نبض عضو شکسته مورد بررسی قرار گیرد تا اگر در طی آتل بندی اختلالی در گردش خون ایجاد شده است مشخص گردد.

■ آتل ها باید به اندازه کافی بلند باشند که نه تنها عضو شکسته بلکه مفصل بالا و پایین شکستگی را نیز بی حرکت کند.





■ آتل ها باید وسیع و محکم باشند و به خوبی با پنبه ، پارچه و حتی در موارد اضطراری با علف نرم پوشانیده شوند تا متناسب عضو شده ، کاملاً به آن بچسبند .

■ در مواردی که ناحیه شکسته با لباس پوشیده شده باید آتل را روی لباس بگذارید و نباید لباس را از بدن مصدوم خارج کنید مگر در موارد خونریزی که قسمتی را با قیچی می بریم .





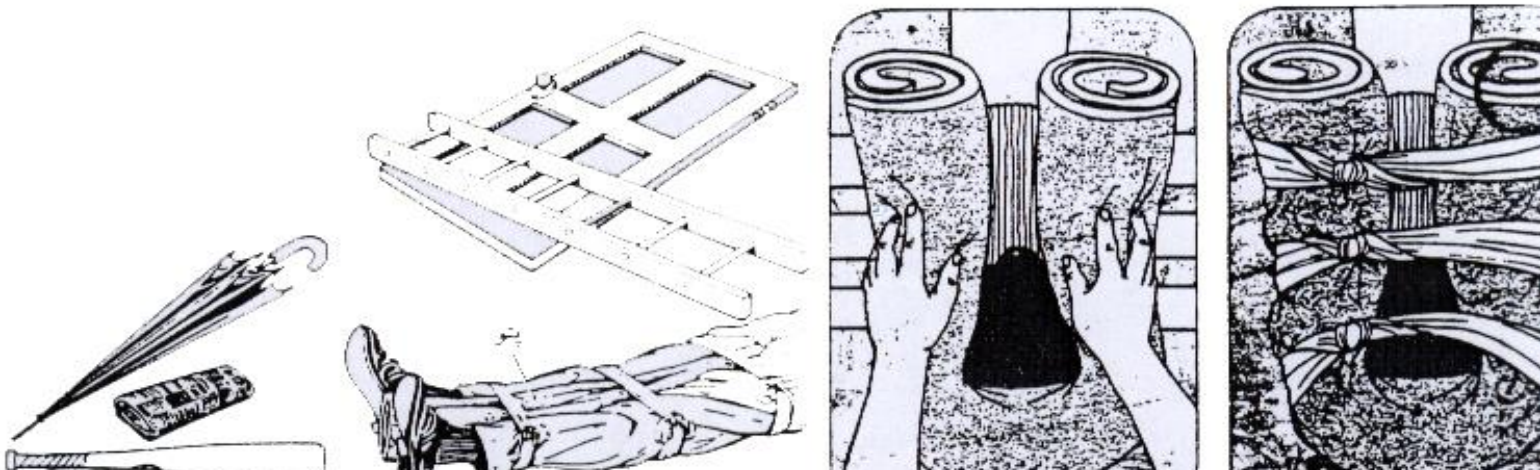
■ هنگامی که دست یا بازوی مصدوم را آتل بندی می کنید باید سر انگشتان مصدوم نمایان باشد ، چرا که با این کار شما قادر خواهید بود از رنگ تیره ناخن بدانید که جریان خون در چه نقطه و در کدام ناحیه از دست قطع گردیده است .

■ انگشتی که به رنگ تیره و آبی در آمده علامت این است که آتل بندی شما خیلی سفت و محکم است و باید فوراً گره را به اندازه کافی شل کنید .



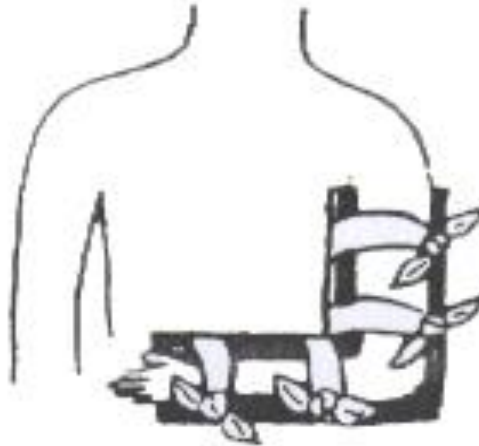
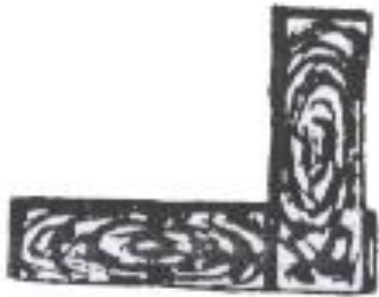


اگر براي بي حرکت کردن عضو آسیب دیده آتل موجود نبود بایستی  
از هر وسیله ای که در دسترس باشد استفاده کرد ، مثلا بالش یا ملحفه  
چند لا شده – چوب – عصا و ...



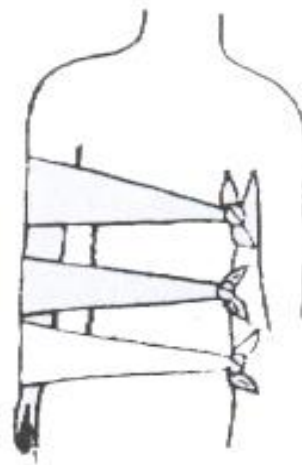


آتل بندي شکستگی آرنج با استفاده از دو تخته در حالي که مصدوم  
مي تواند آرنج خود را خم کند



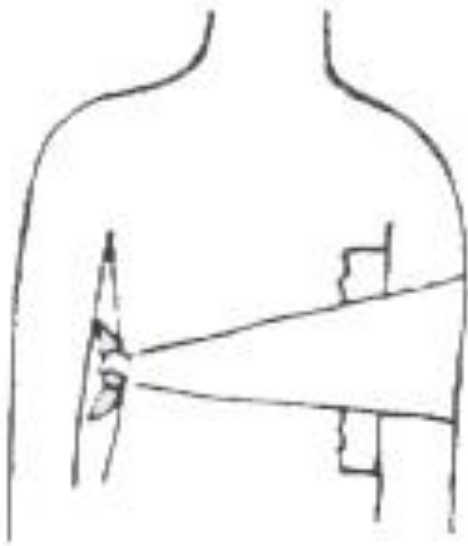


آتل بندي  
شکستگی آرنج درحالتي که مصدوم نمي تواند  
آرنج خود را خم يا راست کند





## طریقه بستن وندہ ہا با استفادہ از باند سہ گوش



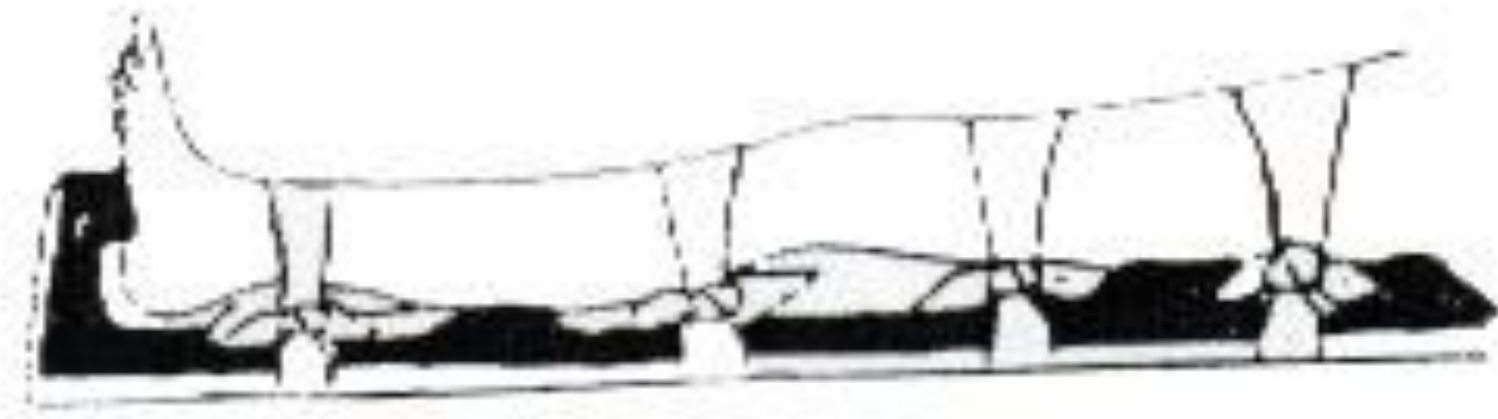


آئل بندي شکستگي ساق پا با استفاده از پاي سالم مصدوم



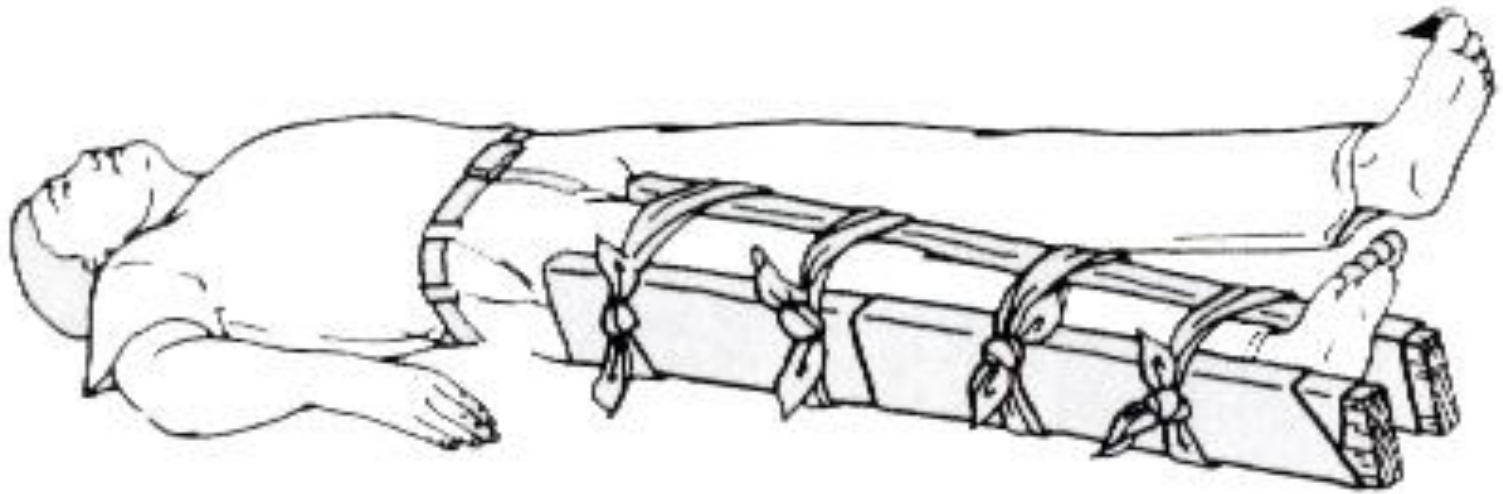


# آتد بندري شکستگي ساق پا با استفاده از يک تخته



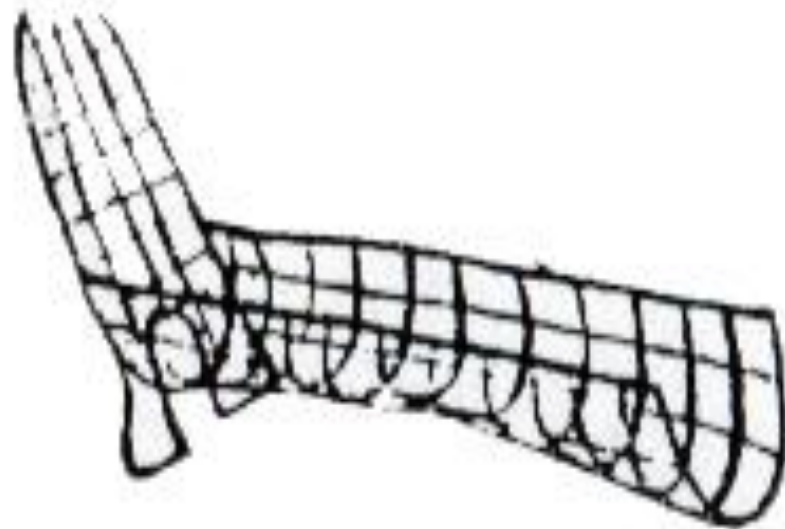
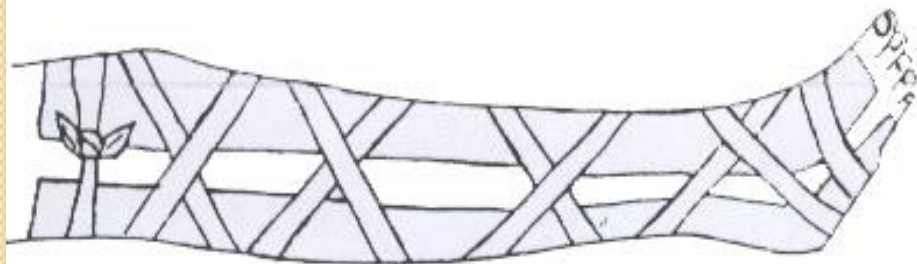


# آتل بندي شکستگی ساق پا با استفاده از دو



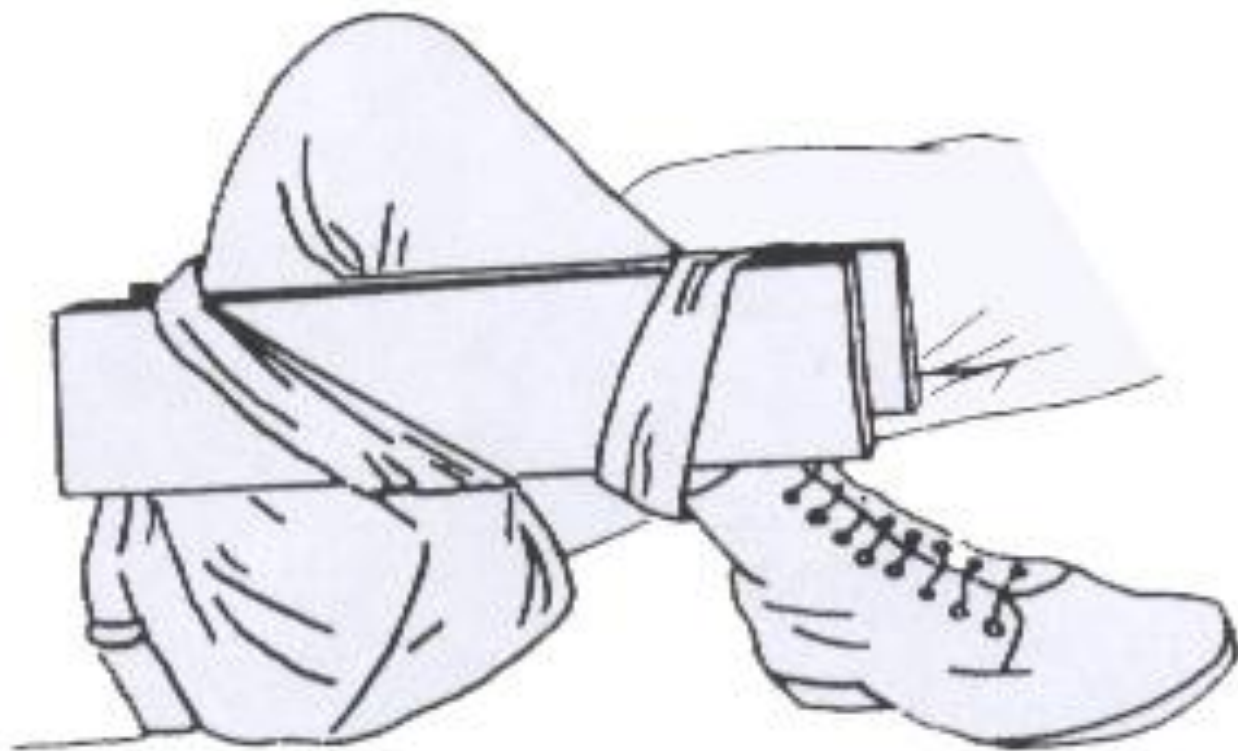


# آتد بندی شکستگی ساق پا با استفاده از آتد فلزي



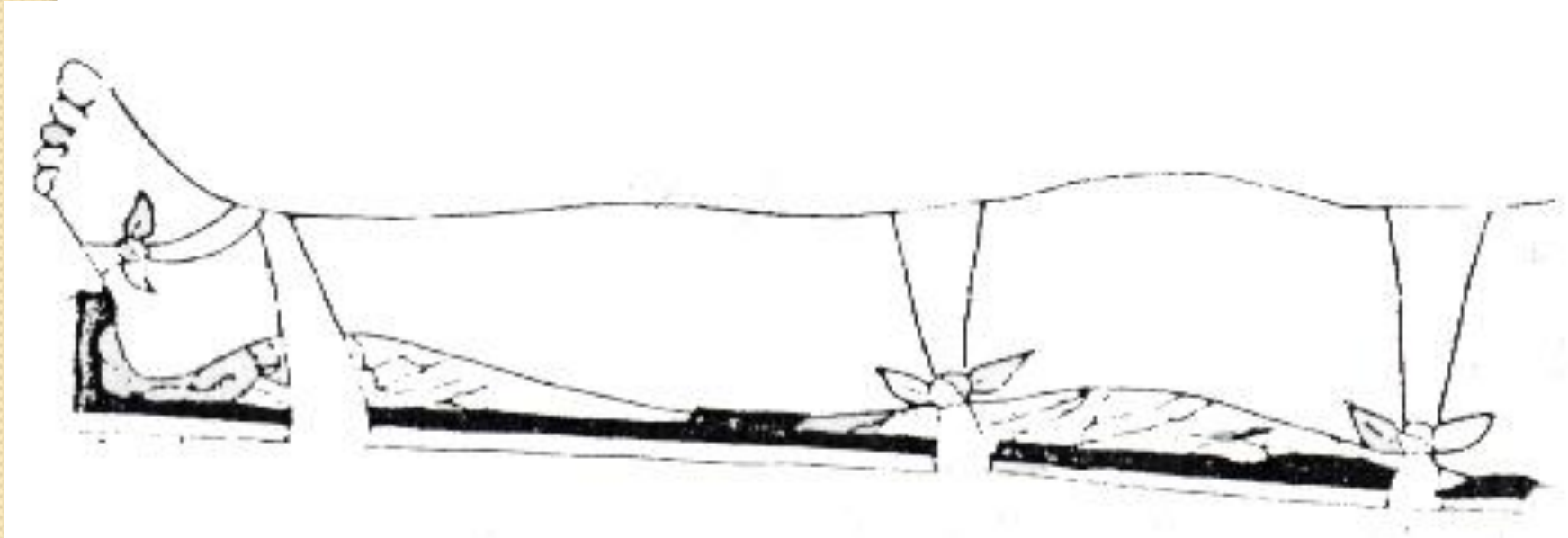


آتل بندي شکستگی زانو (کشگل) در صورتی که مصدوم بتواند پای خود را خم کند- با استفاده از دو تخته



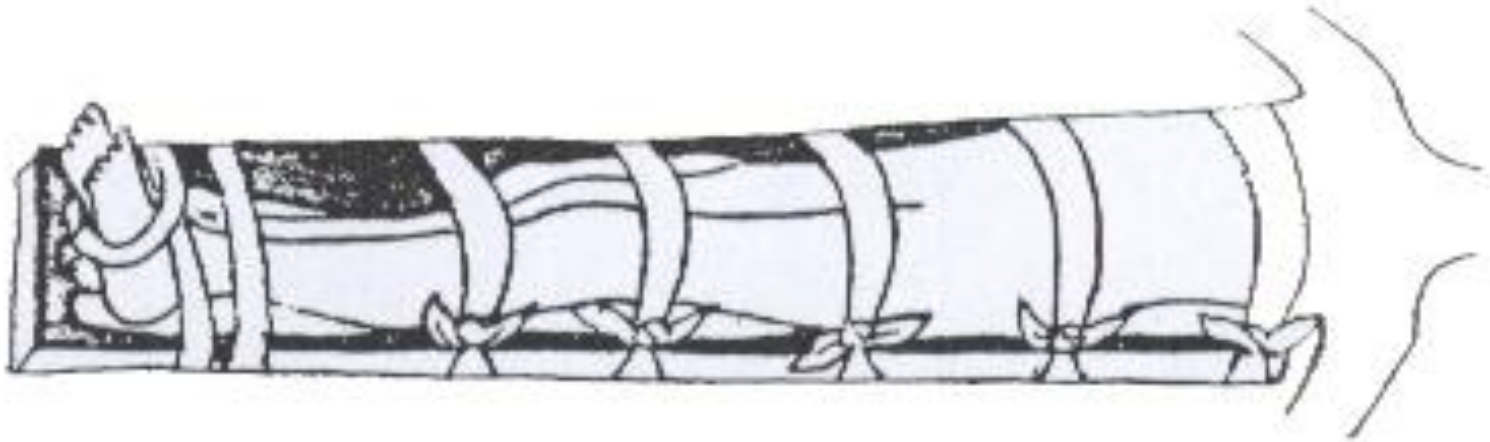


آتش بندي شکستگي زانو (کشگل) در صوتي که مصدوم نتواند زانوي خود را خم کند- با استفاده از دو تخته





آئل بندي شکستي استخوان ران با استفاده از تخته شکسته بندي تا بالوي کمر





آتل بندي شکستگی ستون فقرات با استفاده از تخته شکسته بندي تمام قد



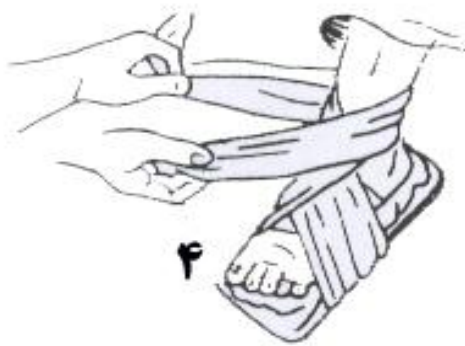


طریقه بستن شکستگی لگن خاصره با استفاده از باند سه گوش





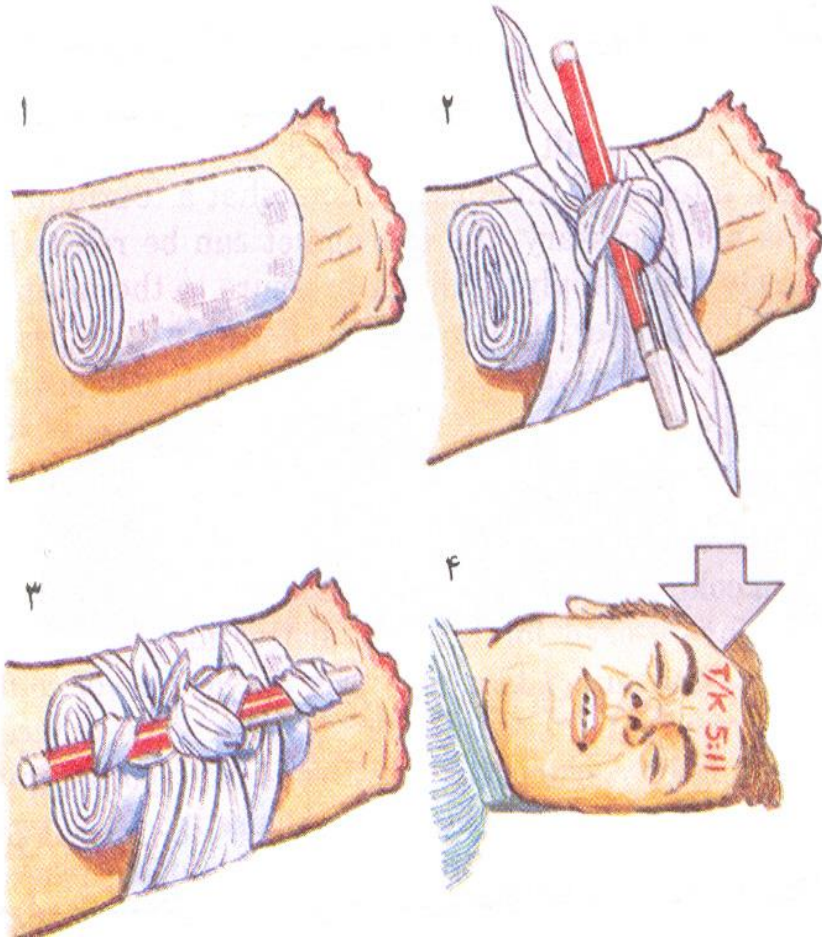
# آتل بندي شکستگی پا با استفاده از یک تخته و باند



# بستن تورنیکه (آخرین راه چاره)

احتیاطات در استفاده از تورنیکه: همیشه از بانداژ پهن استفاده کنید. هرگز از سیم، تسمه یا هر وسیله دیگری که باعث بریدگی پوست یا بافت نرم زیر آن شود استفاده نکنید. پس از یکبار استفاده، تورنیکه را محکم در جای خود استوار کنید. آن را شل نکنید و یا برندارید. هرگز تورنیکه را به صورت مستقیم روی مفصل قرار ندهید. بلکه سعی کنید هرچه قدر که ممکن است به محل آسیب نزدیکتر باشد. همیشه تورنیکه را در دید باز قرار دهید.

یک باند کراواتی را حدود 5 سانتی متر بالاتر از محل خونریزی بپیچید و یک گره ساده بزنید (البته بهتر است قبل از بستن باند، پد پهنی را زیر تورنیکه بگذارید) سپس یک تکه چوب (خودکار، قاشق یا غیره) را بر روی گرهی که زده‌اید بگذارید و مجدداً یک گره کامل دیگر بزنید. قطعه چوب را در جایی خود آن قدر بپیچانید تا فشار کافی جهت قطع خونریزی را ایجاد کند و در نهایت قطعه چوب را در جایی خود محکم کرده و از باز شدن آن جلوگیری نمایید.



## طریقه بکار بردن تورنیکه

- يك باند کراواتي را حدود 5 سانتی متر بالاتر از محل خونريزي بپیچید و يك گره ساده بزنید (البته بهتر است قبل از بستن باند ، پد پهنی را زیر تورنیکه قرار دهید) سپس يك تکه چوب (خودکار ، قاشق یا غیره) را بر روی گره ای که زده اید بگذارید و مجدداً يك گره کامل دیگر بزنید. قطعه چوب را در جاي خود آنقدر بپیچانید تا فشار کافی جهت قطع خونريزي را ایجاد کند و در نهایت قطعه چوب را در جاي خود محکم کرده و از باز شدن آن جلوگیری نمایید.

If bleeding has not stopped after 15 minutes of direct pressure, apply strong pressure at one of these points between the wound and the heart

Use a tourniquet ONLY AS A LAST RESORT, if bleeding cannot be stopped and the situation is life-threatening



• در استفاده از تورنیکه به نکات زیر توجه نمائید

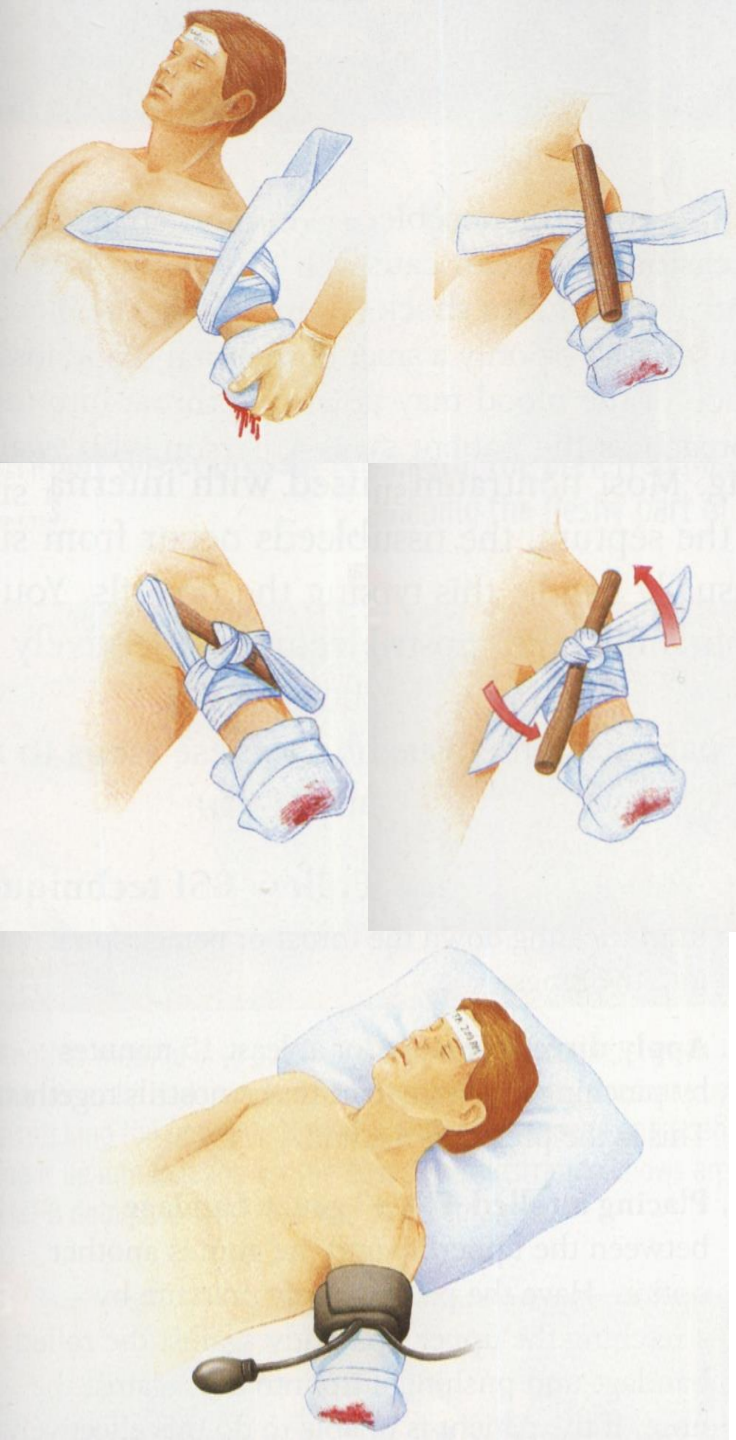
1- در يك جاي مناسب مثل پيشاني مصدوم علامت TK و ساعت بستن آن را بنويسيد.

2- تورنیکه را بايد به اندازه کافي محکم ببندید تا خونريزي کاملاً قطع شود.

3- روي تورنیکه را هرگز نپوشانيد بلکه هميشه آنرا در معرض دید قرار دهيد.

4- هرگز از يك حلقه پلاستيكي، طناب، کمر بند، سيم و يا هر جسم باريكي که بتواند در پوست بریدگي ايجاد کند بعنوان تورنیکه استفاده نکنيد.

5- هرگز تورنیکه را پس از بستن باز نکنيد، حتي شل کردن تورنیکه براي چند لحظه هم با تصور خونرسانی به ساير بافتها مجاز نمی باشد و اقدامي خطرناک محسوب می شود .



اگر چه تورنیکه که در میدان جنگ، حین جراحی و همچنین در مناطق شهری توسط پرسنل اورژانس (برای کنترل خونریزی) مورد استفاده قرار گرفته فاقد عوارض بوده است اما در ارتباط با کمک‌کننده‌ی اولیه و نحوه‌ی استفاده از آن مطالعاتی موجود نیست.

- پنهانی از بستن طولانی‌مدت تورنیکه، شامل: صدمه‌ی موقتی یا دائم به اعصاب و عضلات ناحیه و همچنین عوارضی عمومی شامل: نرسیدن خون به اندام، شوک و مرگ را هم در بر می‌گیرد.

- عوارض تورنیکه به فشار آن و همچنین مدت زمان انسداد توسط تورنیکه بستگی دارد. اما شواهد قانع‌کننده‌یی که نشان دهد چه مدت زمان بحرانی طول می‌کشد تا عوارض قابل برگشت باشد وجود ندارد. به‌علت عوارض بالفعل و بالقوه، بستن تورنیکه و مشکلات مربوط به بستن مناسب آن، فقط زمانی برای کنترل خونریزی اندام‌ها استفاده می‌شود که فشار مستقیم، موثر یا قابل انجام نباشد. اما باید توسط فردی انجام شود که آموزش مناسب دیده باشد و اگر استفاده شد باید مطمئن باشید زمان بستن تورنیکه تا رسیدن سرویس‌های امدادی یادداشت شده و به آنان گزارش شود.



## منابع

- **دورسنامه جامع آموزش امداد (ویژه دانشجویان)**  
مؤلفین: دکتر نادر زرین فر - مریم آزادپور - دکتر سید امیر محاجرانی
- **مبانی کمک های اولیه**  
الف رضوی-نادر - مترجم: مرکز پژوهش جمعیت هلال احمر
- **آموزش کمک های اولیه تحت نظارت سه سازمان**  
تالیف: صلیب سرخ بریتانیا مترجمین: دکتر مرثیه جلالی - دکتر مریم حضرتی
- **اصول و اساسی کمک های اولیه در امداد و نجات**  
ترجمه و تالیف: سید حسن ذوقی





- راهنمای کمک های اولیه

تالیف: صلیب سرخ بریتانیا مترجم: هوشنگ صمیمی زاد

- چگونه به یک مصدوم کمک کنیم (ویژه دانش آموزان)

تالیف: دکتر محمدی نجفی سازمان جوانان 1383

- کمک های اولیه

تالیف: شهید و دکتر محمد علی فیاض بخش - دکتر علی اکبر جلالی

- معاینات بالینی و ارتوپدی

زیر نظر و دکتر داریوش گوران سواد کوهی ترجمه: دکتر حامد وفتری -  
بهراد حمیدیان 1371 انتشارات دانش پژوه





- پرستاري داخلي جراحي - پرستاري ارتوپدي  
تأليف : دکتر مرتضي دلاورخان - پروانه بيشه بان 1376 انتشارات شابک
- اصول شکستگی ها (آدامز ) شامل آسیب های مفصلي  
جان کراوفورد - ديويدهامبلن - ترجمه : ابراهيم هرمزي بورشان 1378
- امداد و کمک های اوليه  
تأليف : ژاله نصيري - احمدرضا مظفري 1379 انتشارات ظفر

