

قائمة إجراءات الإسعافات الأولية للسائقين المهنيين للشاحنات

إن معرفة كيفية التصرف في حالات الحوادث أمر أساسي لإنقاذ الأرواح والتخفيض من الإصابات إلى الحد الأدنى. وضع الاتحاد الدولي للنقل البري IRU والاتحاد الدولي للسائقين المهنيين UICR قائمة إجراءات الإسعافات الأولية هذه لمساعدة السائقين المهنيين العاملين في مجال النقل البري على تحضير أنفسهم ل القيام بالتصرفات المناسبة في حالات الطوارئ. قام بمراجعة هذه القائمة الاتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر (IFRC).

4 خطوات للتصرف المناسب في حالات الطوارئ

3. أبلغ السلطات المختصة

اتصل بخدمات الطوارئ، وأبلغ العاملين فيها عن أي أخطار موجودة (حرائق أو مواد كيماوية) وضعهم في صورة الوضع. ماذَا حدث؟ وأين؟ كم هو عدد المصابين؟ حافظ على هدوئك واتبع التعليمات.

* قد يكون هناك أرقام غير الموجودة في الصورة حسب الدولة



4. قم بتوفير المساعدة

اقرب من الضحايا وقم بتقييم طبيعة إصاباتهم. قم باتخاذ جميع الإجراءات اللازمة لتبقيهم هادئين ولإبقاء إصاباتهم في الحد الأدنى ريثما تصل خدمات الطوارئ.



وضعية الإنعاش

منع وضعية الإنعاش انسداد المجاري التنفسية للمصاب وتجنبه الاختناق وهو فاقد للوعي. ويجب مراقبة تنفس المصاب في وضعية الإنعاش إلى حين وصول خدمات الطوارئ.

قم بتقييم مكان الحادث بسرعة وتوكى الحذر وتجنب التورط في الحادث بنفسك. إذا كانت فرق المساعدة قد وصلت بالفعل إلى موقع الحادث، استمر في القيادة.



2. قم بحماية وتأمين منطقة الحادث

استخدم معدات الأمان الموجودة على متن المركبة لتأمين منطقة الحادث. يمكنك بذلك منع وقوع حوادث إضافية وقم بتحذير مستخدمي الطريق الآخرين لكي يقودوا مركيباتهم بحذر.



إذا كان المصاب فقداً للوعي، لكنه لا زال يتتنفس، ينبغي وضعه في «وضعية الإنعاش» من خلال:

- تحويله بلطف ودون إيذائه إلى وضع الاستلقاء على الجانب المستقر،
- التأكد من أن وجهه متوجه نحو الأسفل، وأن فمه مفتوح.

إنعاش القلب والرئتين

إذا كان المصاب فقداً للوعي ولا يتنفس، اتبع الخطوات التالية:

4) ادفع بقوة بكلتا اليدين نحو الأسفل لمسافة 4-6 سم على الصدر 30 مرة (بتكرار زمني مقداره ضعفين على الصدر في كل ثانية) يليه التنفس مرتين.



5) تنفس في فم المصاب مرتين. يفترض أن ترى صدر المصاب يرتفع.



6) أعد القيام بذلك بمجموعات مكونة من 30 ضغطة على الصدر لمريض تنفس، لغاية وصول جهاز الرجفان الخارجي الآلي (AED) أو وصول خدمات الطوارئ أو استئناف المصاب للتنفس.



1) قم بإمالة الرأس نحو الخلف، وارفع الذقن بلطف، وتأكد من عدم انسداد المجاري التنفسية



2) تأكّد من تنفس المصاب خلال فترة أقصاها 10 ثوانٍ: فإذا كان المصاب لا يتنفس، إبدأ بعملية إنعاش القلب والرئتين CPR واسأل ما إذا كان جهاز الرجفان الخارجي الآلي (AED) متوفراً.



3) ضع يداً واحدة في منتصف صدر المصاب واليد الأخرى فوق الأولى وضع نفسك فوق المصاب مباشرة.



الإصابات: النزيف والحرق والعض

في حالات الحروق، لا بد من تبريد المنطقة المحروقة بماء بارد (درجة حرارته 25-15 درجة منوية) في أقرب وقت ممكن، وينبغي أن تستمر لتبرد حتى تخف حدة الألم.



في حالات عض الحيوانات أو الجروح الأخرى، ينبغي إسالة الماء النظيف على الجرح واستدعاء المختصين في الطب لمنع أي عدوى محتملة مثل داء الكلب أو الكزار.



في حالات النزيف، استخدم المواد الموجودة في مجموعة أدوات الإسعافات الأولية لتطبيق الضغط على الجرح. واستخدم مناديل نظيفة أو اضغط حامياً يديك، إذا كان ذلك ممكناً.



هذه الجرح بتطبيق ضغط مباشر على الجرح بضمادة ضاغطة.



الوقاية من الحوادث

خذ قسطاً من الراحة واستعد عافيتك تماماً قبل استئناف قيادة المركبة.



إذا شعرت بتوعك، لا تستمر في قيادة المركبة، وتوقف في أقرب مكان آمن.



اتصل بمختص في الطب واتبع نصائحه للتعافي.