

بنام خدا

دستورالعمل سریع عملیات امداد در تجمع عزاداری انبوه

کاربرد: برای امدادگران و نجاتگران داوطلب یا تیم‌های امدادی هنگام مشاهده افراد بیحال، بیهوش، دچار تشنج یا زیر دست‌وپا افتاده در جمعیت متراکم.

۱. اعلام وضعیت

- فوراً با بی‌سیم یا تلفن به تیم / ستاد مرکزی اطلاع دهید.
- موقعیت را کوتاه و دقیق بگویید: «یک مصدوم بیهوش – موقعیت: خیابان – به سمت شرق مسیر / نزدیک موبک / کنار درب خروجی / نبش کوچه و»

۲. ایجاد فضای ایمن

- حداقل ۳ تا ۴ امدادگر دور مصدوم حلقه بزنند.
- با دست‌ها و بدن دایره محافظ ایجاد کنید.
- با صدای بلند و آرام بگویید: «لطفاً عقب بایستید، راه برای تیم امداد باز کنید.»

۳. ارزیابی سریع وضعیت مصدوم

- یک نفر امدادگر در کمتر از ۱۰ ثانیه مصدوم را بررسی کند:
- آیا هوشیار است؟ / آیا نفس می‌کشد؟ / آیا زیر فشار جمعیت قرار دارد؟ / آیا تشنج دارد؟

۴. اقدامات فوری بر اساس وضعیت

- اگر فرد بیهوش است
 - راه هوایی را باز کنید (سر کمی به عقب).
 - تنفس را بررسی کنید.
 - اگر تنفس ندارد ← احیای قلبی ریوی (CPR) را شروع کنید.
- اگر فرد بیحال یا دچار گرم‌زدگی است
 - فرد را به حالت نیمه‌نشسته یا خوابیده قرار دهید.
 - لباس‌های تنگ را شل کنید.
 - در صورت هوشیاری آب خنک جرعه‌ای بدهید.
 - انتقال سریع به منطقه خنک‌تر.

اگر فرد دچار تشنج است

- اطراف سر را محافظت کنید.
- چیزی در دهان قرار ندهید.
- از نگه داشتن شدید دست و پا خودداری کنید.
- پس از پایان تشنج، فرد را به پهلو بخوابانید.

اگر فرد زیر دست و پا افتاده

- ابتدا فشار جمعیت را کاهش دهید.
- چند امدادگر جمعیت را عقب نگه دارند.
- سر و گردن مصدوم را محافظت کنید.

- سپس او را به آرامی به منطقه امن منتقل کنید.

۵. انتقال مصدوم

- در صورت امکان از یکی از روش‌های زیر استفاده کنید:
- آرایش گُوه ای، حمل چهار نفره / برانکارد روی شانه تیم امداد
- مسیر انتقال باید از قبل توسط یک هدایتگر باز شود.

۶. تحویل به تیم درمانی

- پس از انتقال: وضعیت مصدوم / زمان حادثه / اقدامات انجام‌شده را به تیم پزشکی یا اورژانس گزارش دهید.
- اصل طلایی در تجمعات انبوه:
- اول ایمنی جمعیت ← سپس درمان مصدوم.

۷. سازماندهی سریع تیم امدادی در محل حادثه

- در تجمعات انبوه، عملیات باید با تقسیم وظیفه فوری انجام شود. اگر حداقل ۵ تا ۸ امدادگر حضور دارند، نقش‌ها به شکل زیر تقسیم شود:
- ۱. هدایتگر جمعیت: در جلوی محل حادثه قرار می‌گیرد و با صدای بلند جمعیت را هدایت می‌کند: «لطفاً عقب بایستید – راه برای امداد باز کنید.»

- ۲. امدادگر ارزیاب: کنار مصدوم می‌ماند وضعیت هوشیاری، تنفس و نبض را بررسی می‌کند.

- ۳. امدادگر محافظ: از سر و گردن مصدوم محافظت می‌کند تا زیر فشار جمعیت آسیب نبیند.

- ۴. امدادگر تجهیزات: برای آوردن برانکارد، آب، یخ، کیف کمک‌های اولیه یا تماس با اورژانس اقدام می‌کند.

- ۵. تیم انتقال: ۴ تا ۶ نفر برای انتقال مصدوم آماده می‌شوند.

۸. ایجاد مسیر اضطراری در جمعیت

- برای عبور تیم امداد یا انتقال مصدوم:

- هدایتگر در جلو حرکت کند.

- امدادگران پشت سر او به صورت خطی یا گُوه‌ای حرکت کنند.

- دست‌ها را در سطح سینه نگه دارند تا فضای عبور ایجاد شود.

- مسیر ایجاد شده باید حداقل ۱ متر عرض داشته باشد.

عبارت‌های پیشنهادی برای هدایت جمعیت:

- «یک قدم عقب بروید» / «راه برای امداد باز کنید» / «لطفاً فشار نیاورید»

۹. مدیریت خطر فشار جمعیت

- اگر تراکم بسیار بالا باشد: نشانه‌های خطر:

- افراد قادر به حرکت آزاد نیستند

- جمعیت موجی حرکت می‌کند

- افراد به یکدیگر فشرده شده‌اند

اقدامات:

- عملیات امداد را از لبه جمعیت انجام دهید.

- از کشیدن مصدوم در میان جمعیت خودداری کنید.

• ابتدا فضای خالی ایجاد کنید سپس انتقال انجام شود.

۱۰. تخلیه سریع به منطقه امن

مصدوم باید به یکی از این نقاط منتقل شود: چادر امدادی / مسیر باز کنار خیابان / محل استقرار آمبولانس / فضای خالی پشت موکبها
فاصله مناسب منطقه امن از جمعیت: حداقل ۲۰ تا ۳۰ متر.

۱۱. ثبت و گزارش حادثه

پس از پایان عملیات اطلاعات زیر ثبت شود:

• محل حادثه / زمان تقریبی / نوع مشکل (بیپوشی، گرمزدگی، تشنج، سقوط) / اقدامات انجام شده / محل انتقال مصدوم

۱۲. قوانین ایمنی امدادگر

امدادگران باید این اصول را رعایت کنند:

- هرگز به تنهایی وارد جمعیت متراکم نشوید
- در صورت افزایش فشار جمعیت عقب‌نشینی کنید
- همیشه راه خروج خود را بدانید
- از درگیری با جمعیت خودداری کنید
- ارتباط با تیم مرکزی را حفظ کنید

۱۳. تشخیص سریع تراکم خطرناک جمعیت

امدادگران باید بتوانند در چند ثانیه تشخیص دهند که محیط ایمن است یا خیر.

نشانه‌های تراکم خطرناک:

- حرکت جمعیت موجی و غیرقابل کنترل است
- افراد دست‌هایشان بالا رفته تا نفس بکشند
- افراد قادر به برداشتن قدم آزاد نیستند
- صدای فریاد «هل ندهید» در جمعیت شنیده می‌شود

اقدام فوری:

- ورود مستقیم به مرکز ازدحام متوقف شود
- درخواست کمک تیم‌های بیشتر
- تلاش برای ایجاد مسیر جانبی یا شکاف در جمعیت

۱۴. تکنیک بلند کردن مصدوم از زمین در ازدحام

اگر فرد روی زمین افتاده باشد:

۱. ابتدا فشار جمعیت را کم کنید
۲. حداقل ۳ امدادگر در اطراف مصدوم قرار بگیرند
۳. یک نفر سر و گردن را نگه دارد
۴. دو نفر زیر شانه‌ها و لگن دست ببرند
۵. مصدوم به حالت نیمه نشسته یا خوابیده بلند شود

نکته مهم:

کشیدن مصدوم روی زمین در جمعیت می‌تواند باعث آسیب گردن یا خفگی شود.

۱۵. اولویت‌بندی مصدومان (ترياز سریع)

در تجمعات ممکن است چند نفر همزمان آسیب ببینند.

امدادگران باید اولویت را سریع مشخص کنند.

اولویت بالا (فوری): بیپوشی / تنفس ندارد / تروما / تشنج شدید

اولویت متوسط: ضعف شدید / گرمزدگی / سرگیجه / افت فشار

اولویت پایین: خستگی / اضطراب / آسیب‌های خفیف

قاعده: ابتدا کسانی که نفس نمی‌کشند یا زیر فشار هستند نجات داده شوند.

۱۶. مدیریت گرما و کم‌آبی در مراسم عزاداری

در مراسم طولانی، بسیاری از موارد بیحالی ناشی از گرما و کم‌آبی است.

نشانه‌ها: تعریق زیاد / رنگ‌پریدگی / تهوع / سرگیجه / نبض سریع

اقدامات: انتقال به سایه / خنک کردن صورت و گردن / دادن آب به

صورت جرعه‌ای / استراحت حداقل ۱۰ تا ۱۵ دقیقه

۱۷. مدیریت اضطراب و حمله پانیک

در تجمعات شلوغ ممکن است افراد دچار حمله اضطرابی شوند.

نشانه‌ها: نفس‌نفس زدن / احساس خفگی / ترس شدید / لرزش دست‌ها

اقدام:

- فرد را به محل خلوت ببرید / از او بخواهید آرام و عمیق نفس بکشد / با صدای آرام صحبت کنید / در صورت تداوم علائم، به تیم پزشکی ارجاع دهید

۱۸. مدیریت شایعه و جلوگیری از وحشت جمعیت

در تجمعات بزرگ، شایعه می‌تواند باعث فاجعه ازدحام شود.

اگر شایعه‌ای در جمعیت پخش شد:

• امدادگران باید آرام و قاطع اطلاع‌رسانی کنند

• از عبارت‌های کوتاه استفاده شود:

مثال: «هیچ خطری وجود ندارد» / «لطفاً آرام حرکت کنید» / «مسیر باز است»

از فریادهای مبهم مانند «فرار کنید» یا «خطر» باید کاملاً پرهیز شود.

۱۹. همکاری با نیروهای انتظامی و برگزارکنندگان

برای مدیریت بهتر جمعیت:

- مسیرهای ورود و خروج باید هماهنگ باشد
- امدادگران محل ایستگاه‌های امدادی را بدانند
- ارتباط با نیروی انتظامی یا نظم‌دهندگان مراسم برقرار باشد

۲۰. اصل طلایی نجات در ازدحام

در تجمعات انبوه، خطر اصلی فشار جمعیت است. بنابراین:

- همیشه فضای تنفس ایجاد کنید
- مصدوم را سریع از مرکز ازدحام خارج کنید
- از ایجاد توقف ناگهانی جمعیت جلوگیری کنید
- قاعده سه مرحله‌ای امداد در تجمعات انبوه

۱. ایجاد فضای امن

۲. ارزیابی سریع مصدوم

۳. انتقال سریع به منطقه امن

۱۰ خطای مرگبار امدادگران در ازدحام جمعیت

امدادگر عزیز، به یاد داشته باش: «یک امدادگر افتاده، خود تبدیل به یک مصدوم جدید می‌شود که عملیات را پیچیده‌تر می‌کند.» از این ده اشتباه مهلک به شدت پرهیز کنید:

۱. ورود تک‌نفره به کانون ازدحام

خطا: فکر می‌کنید سریع هستید و باید تنهایی به دل جمعیت بزنید.
عاقبت: در فشار جمعیت محبوس می‌شوید، نمی‌توانید از خود دفاع کنید و راه خروج را گم می‌کنید.

اصلاح: هرگز تنها وارد نشوید. همیشه حداقل تیم ۲ یا ۳ نفره تشکیل دهید تا یک نفر وظیفه «پشتیبانی و مشاهده محیط» را داشته باشد.

۲. تلاش برای عبور مستقیم از جریان جمعیت

خطا: تلاش برای هل دادن یا عبور مستقیم از میان جمعیتی که به سمت مخالف حرکت می‌کند.

عاقبت: اتلاف انرژی و تحریک خشم جمعیت؛ شما شبیه یک سنگ در رودخانه می‌شوید که باعث برخورد و ایجاد گرداب انسانی می‌شود.

اصلاح: از حاشیه جمعیت (دیوارها یا لبه‌ها) حرکت کنید. مسیر مورب (Diagonal) به جای مستقیم را انتخاب کنید.

۳. نادیده گرفتن «امواج فشار»

خطا: تشخیص ندادن اینکه جمعیت دارد «موجی» حرکت می‌کند.
عاقبت: وقتی موج رسید، شما و مصدوم همزمان زیر فشار خرد می‌شوید.
اصلاح: قبل از هر کاری، ۱۰ ثانیه بایستید و الگوهای حرکت جمعیت را ببینید. اگر دیدید جمعیت جلو و عقب می‌رود، وارد نشوید؛ صبر کنید تا موج فروکش کند.

۴. تلاش برای حمل مصدوم در کانون فشار

خطا: بلند کردن مصدوم در وسط تراکم بالا و تلاش برای حمل او.
عاقبت: شما و مصدوم هر دو تعادل خود را از دست می‌دهید و به زمین می‌افتید.

اصلاح: اول فضا بسازید. ابتدا با ایجاد یک حلقه انسانی یا کنار زدن جمعیت، فضایی خالی ایجاد کنید و سپس مصدوم را بلند کنید.

۵. فریاد زدن دستورات مبهم یا وحشت‌زا

خطا: فریاد زدن «فرار کنید»، «بدوید»، «خطر» یا «همه برگردند».
عاقبت: این کلمات محرک اصلی ترس و وحشت و دویدن‌های کورکورانه است که منجر به زیر دست و پا ماندن می‌شود.

اصلاح: دستورات باید کوتاه، آرام و جهت‌دهنده باشند: «لطفاً یک قدم به عقب بروید»، «راه را باز کنید»، «آرام حرکت کنید».

۶. مسدود کردن ناخواسته خروجی‌ها

خطا: ایستادن یا توقف امدادگر درست در ورودی یا خروجی‌ها یا راهروهای باریک برای ارزیابی مصدوم.

عاقبت: شما تبدیل به «گلوگاه» مسیر می‌شوید و جریان جمعیت پشت سر شما متوقف و فشرده می‌شود.

اصلاح: مصدوم را بلافاصله از گلوگاه دور کنید و در فضای باز (حتی ۵ متر آن طرف‌تر) ارزیابی کنید.

۷. تکیه بر ابزارهای غیر ضروری و سنگین

خطا: همراه داشتن کوله‌پشتی‌های بزرگ، کپسول‌های سنگین یا تجهیزاتی که در فشار جمعیت به شما ضربه می‌زند.

عاقبت: تعادل شما را به هم می‌زند و در صورت زمین خوردن، خود این تجهیزات باعث آسیب به شما می‌شود.

اصلاح: در عملیات نفوذ، فقط تجهیزات حیاتی (تکنسین سبک) همراه داشته باشید. تجهیزات سنگین باید در «پایگاه عملیاتی حاشیه» بمانند.

۸. فراموشی «مسیر عقب‌نشینی»

خطا: پیشروی کورکورانه به سمت مصدوم بدون چک کردن اینکه اگر وضعیت بدتر شد، راهی برای بازگشت دارید یا خیر.

عاقبت: محاصره شدن توسط جمعیت و گیر افتادن.

اصلاح: همیشه قبل از ورود، نگاهی به پشت سر بیندازید و یک مسیر خروج ایمن را برای خودتان مشخص کنید.

۹. تلاش برای بلند کردن مصدوم روی زمین بدون ایجاد فضا

خطا: سعی در بلند کردن فردی که زیر دست و پا افتاده، قبل از اینکه فشار جمعیت اطراف او برداشته شود.

عاقبت: فرد دوباره به دلیل فشار از پشت، به زمین می‌خورد و ممکن است آسیب نخاعی ببیند.

اصلاح: ابتدا فشار را از روی فرد بردارید (با ایجاد حلقه محافظ)، سپس او را بلند کنید.

۱۰. عدم تشخیص «نقطه بی‌بازگشت»

خطا: اصرار بر ادامه عملیات وقتی که خود امدادگر احساس می‌کند دیگر قادر به نفس کشیدن نیست یا فشار جمعیت به حد غیرقابل تحمل رسیده است.

عاقبت: مرگ یا بیهوشی امدادگر و تبدیل شدن به باری بر دوش سایر تیم‌های امدادی.

اصلاح: قهرمان‌بازی نکنید. اگر ایمنی خودتان در خطر است، عقب‌نشینی کنید تا بتوانید دوباره با نیروی کمکی برگردید.

جمع‌بندی:

این ده خطا را می‌توان در یک جمله خلاصه کرد: «در ازدحام،

قانون فیزیک (جریان و فشار) بر قانون پزشکی (تلاش برای

درمان) مقدم است.» اگر فضا ایجاد نشود، درمان غیرممکن است.

کارت عملیاتی فوری: امداد در تجمعات انبوه

(این کارت را در لحظه ورود به صحنه چک کنید)

۱. ارزیابی محیط (قبل از هر حرکتی)

- تراکم: آیا موجی (موج انسانی) است؟  ورود ممنوع (صبر کنید)
- خروجی: نزدیک‌ترین مسیر خروج کجاست؟ (همیشه در ذهن داشته باشید)
- نیرو: آیا تنهایی؟  منتظر تیم بمان! (هرگز تنها وارد نشو)

۲. قانون طلایی: «اول فضا، بعد درمان»

- ایجاد حلقه: با کمک تیم، یک دایره (حلقه انسانی) دور مصدوم تشکیل دهید.
- کاهش فشار: با صدای بلند و دست‌های باز، جمعیت را یک گام به عقب برانید.
- حفظ تنفس: مصدوم را از زمین بلند کنید یا او را به پهلو بچرخانید تا راه هوایی باز بماند.

۳. اولویت‌بندی (تریاژ در ۱۰ ثانیه)

وضعیت	اقدام فوری
بی‌هوش / کبود	اولویت ۱: باز کردن راه هوایی، انتقال فوری
تشنج	اولویت ۲: محافظت از سر، تخلیه بعد از تشنج
گرم‌زدگی	اولویت ۳: انتقال به سایه، آب، باد زدن

۴. فرمان‌های صوتی (فقط این کلمات)

-  نگویند: «فرار کنید»، «بدوید»، «خطر»، «همه برگردند» (محرک پانیک)

-  بگویند: «لطفاً عقب بایستید»، «مسیر را باز کنید»، «فقط یک قدم به عقب»، «آرام حرکت کنید»

۵. خط قرمزهای امدادگر (اگر این‌ها را دیدی، عقب‌نشینی کن!)

- اگر احساس کردی خودت دیگر نمی‌توانی نفس بکشی.
- اگر فشار جمعیت به قدری زیاد است که پاهایت از زمین جدا می‌شود.
- اگر راه خروجت توسط جمعیت روبرو مسدود شد.

نکته طلایی برای شرایط بحرانی:

«امدادگر افتاده، باری بر دوش بقیه تیم است.»

اگر احساس خطر کردی، بدون تردید عقب‌نشینی کن و از لبه جمعیت (دیوارها) برای ایجاد فضای امن استفاده کن.