

امدادگران هلال احمر، ناجی نوزاد ۱۲ روزه و مادرش شدند لحظات پراضطراب نجات «ریژوان»

۲



سر مقاله

دلتن گرم حتی در زمستان سرد

این رسم همیشگی جمعیت هلال احمر بوده است، این که بسته به زمان و دوره‌های متفاوت، طرح‌هایی داشته باشد، طرح‌های بشردوستانه و امدادی در اربعین، نوروز، ماه رمضان، فصل تابستان و در فصل سرد سال. با شروع دی‌ماه و زمستان، فصل زمستانه جمعیت، شروع شده تا ما در پیام هلال این شماره، به‌موضوع امدادرسانی و داوطلبی در روزهای سردسال بپردازیم. البته که هوا سرد است و دست‌ها و تن‌مان آزرده از بوران و برف، اما دل‌هایمان گرم امدادرسانی امدادگران در جاده‌های یخ بسته است و در این شماره، از همیاری سفید و قرمزپوشان جمعیت در راه‌ها، روستاها و کوهستان‌ها گفتیم و درباره مادران بارداری که امدادگران به آن‌ها و طفل شیرخوارشان کمک کردند، صحبت کردیم. به بازآموزی آموزشی در فصل سرد سال هم توجه کردیم و البته که بخش‌های جدیدی هم به مجله اضافه کردیم، ستون آداب مهربانی، از تغییرات جدید نشریه است تا در زمستان سرد، دلتن گرم باشد.

امدادگران هلال احمر، ناجی نوزاد ۱۲ روزه و مادرش شدند

لحظات پراضطراب نجات «ریژوان» از دل کولاک



سیمیما فراهانی | هوا تاریک شده بود. سرما تا مغز استخوان نفوذ می کرد. صدای زوزه گرگ و رد پای حیوانات، رعب و وحشت را چند برابر می کرد. برف سه متری اجازه نمی داد، متوجه شوند که روی زمین حرکت می کنند یا قرار است به دره ای سقوط کنند. با این حال به جلو می رانند، باید جان فردی را نجات می دادند؛ جان انسانی در خطر بود. سرخ و سفید پوشان هلال احمر، این بار برای نجات جان یک نوزاد ۱۲ روزه، ریژوان، ماموریت سختی را اجرا می کردند. هر بار یکی از آنها از خودروی آرگو پیاده می شد، زمین را هموار می کرد، برف را کنار می زد تا خودرو بتواند حرکت کند. سرمای استخوان سوز، خطر حمله حیوانات وحشی و خطر سقوط به دره، مانع کارشان نمی شد. این روایت امدادگران هلال احمر کردستان است که ۱۱ ساعت بی وقفه تلاش کردند و از مسیری سخت گذشتند تا مادر و نوزادی را از مرگ حتمی نجات دهند.

زانا امامی راد، یکی از دو امدادگری است که ماموریت سخت ۱۱ ساعته را انجام داده است. او روایتی متفاوت از آن لحظات سخت دارد. لحظاتی که جانانشان را کف دستشان گذاشتند تا نوزادی را که در شرایط بحرانی بود، نجات دهند.



وضعیت وخیم نوزاد

شرایط جسمی نوزاد هر لحظه وخیم تر می شد، گزارش داده بودند، نوزاد ۱۲ روزه، بیمار شده است و تب بالایی هم دارد. حجم برف اما بالا بود و حتی ارتفاع تا سه متر هم می رسید. به خاطر همین حجم بالای برف، اهالی روستا به هیچ کجا دسترسی نداشتند. تنها ناجی آنها، امدادگران هلال احمر بودند. پس از وخیم شدن حال نوزاد، نیروهای امدادی دیگر به جان خودشان فکر نمی کردند، باید هر طور شده خود را به نوزاد می رساندند: «در آن لحظات، هم برق و هم آنتن موبایل قطع شده بود و خانواده هیچ راه ارتباطی نداشتند. در آن شرایط، نه تراکتور می توانست حرکت کند و نه خودروی شخصی. حتی از خانه خودشان هم نمی توانستند بیرون بروند، اما نوزاد ۱۲ روزه تب و تشنج داشت. هم زمان زردی، آنفلوآنزا و سرخچه گرفته بود و شرایطی بحرانی داشت. مادرش هم آنفلوآنزا گرفته بود. برای همین به دکتر نیاز داشتند؛ اما با شرایط بد هوا، نمی توانستند خودشان را به شهر برسانند. برای همین هر طور شده باید خودمان را به آنجا می رساندیم. وقتی به روستا رسیدیم، شب شده بود. درواقع یکی دو ساعت بعد از حرکت، هوا تاریک شد. در برف و تاریکی با خودروی آرگو جلو می رفتیم. نزدیک ۱۸ کیلومتر با خودروی آرگو رفتیم. روی برف سه متری حرکت می کردیم.»

ماموریت غیر ممکن

در ذهن زانا، یاد و خاطره ماموریت های زیادی نقش بسته، او ماموریت های سخت بسیاری انجام داده است، این ماموریت اما با همه فرق دارد. امامی راد درباره جزئیات این عملیات نجات می گوید: «ماموریت ما ساعت ۱۲:۳۰ ظهر یکی از روزهای سرد دی ماه شروع شد. آن روز به ما خبر دادند که نوزادی در خانه اش در یکی از روستاهای صعب العبور شهرستان سقز، دچار بیماری شده است. پس از اعلام ماموریت، ما به سمت آن روستا حرکت کردیم، ولی نزدیک آنجا که رسیدیم، مسیر غیر قابل عبور شد. به ما گفتند نمی توانید به روستا برسید. برف و کولاک و بوران شرایط را سخت کرده بود. برای همین نتوانستیم جلوتر برویم و دوباره به پایگاه بازگشتیم. روز بعد، اعلام کردند که شرایط نوزاد و مادرش بحرانی است. دیگر نباید تعلل می کردیم، حتی اگر مسیر سختی پیش رو داشتیم. برای همین ظهر حرکت کردیم و به منطقه رفتیم. از شهرستان سقز تا روستا، ۲۰ کیلومتر راه بود.»



نجات نوزاد

لحظات سخت به کندی، سپری شد، توان امدادگران کم شده اما شوق کمک به نوزادی، آن‌ها را سرپا نگه داشته بود. در نهایت مسیر سخت طی شد و ناجیان سرخپوش جمعیت، به نوزاد و مادرش رسیدند. لحظات سختی بود، نفس نوزاد ۱۲ روزه به شماره افتاده، معجزه اما در حال وقوع بود، نجات نزدیک بود. این امدادگر درباره نجات این نوزاد، ادامه می‌دهد: «وقتی رسیدیم، بچه حال خیلی بدی داشت. حتی نمی‌توانستیم برای نوزاد رگ پیدا کنیم تا تزریق دارو را انجام دهیم. اگر کمی دیرتر می‌رسیدیم، جانش را از دست می‌داد. سریع اقدامات اولیه را انجام دادیم و نوزاد را داخل پتو پیچاندیم و سوار خودرو شدیم. مسیر برگشت کمی برایمان آسان‌تر بود، چون راه را باز کرده و طبق همان مسیری که نشانه‌گذاری کرده بودیم به پایین برگشتیم. جاده‌های آنجا به خاطر برف کاملاً مسدود شده بود. با این حال به خاطر حال بد نوزاد و مشخص شدن مسیر، سریع‌تر رسیدیم. ساعت ده شب به شهر رسیدیم و نوزاد را به بیمارستان منتقل کردیم. می‌توانم بگویم تا به حال چنین مأموریت سختی را پشت سر نگذاشته بودیم. تا به حال مسیر تا این حد خطرناک نبود. بهمن، حیوانات وحشی، گم شدن در راه، سقوط به دره و سرما ما را تهدید می‌کرد. وقتی پیاده می‌شدم که مسیر را پاکسازی کنم، ممکن بود خودم در دره سقوط کنم. چون اصلاً نمی‌دانستم که روی چه چیزی پا می‌گذارم.»

عبور از دره‌های خطرناک

امامی‌راد از ثانیه‌های پر اضطراب و دلهره‌آور آن شب می‌گوید: «شب بود و هوا تاریک، ممکن بود، راه را گم کنیم. برای پیدا کردن مسیر، مرتب یک نفر پیاده می‌شد، جلوی خودرو را خالی و خط‌کشی می‌کرد تا خودرو داخل دره نیفتد. در واقع راه را پاکسازی می‌کرد. یک راه بلد آبادی و یک نفر از اورژانس هم همراهمان بودند. در راه مجبور بودیم پیاده شویم. از طرفی احتمال ریزش بهمن خیلی زیاد بود. باید با احتیاط می‌رفتیم که بهمن سرازیر نشود. آنجا دره‌های خطرناکی دارد که پوشیده از برف بود و قابل مشاهده نبود. برای همین باید با احتیاط کامل می‌رفتیم، چون جان خودمان هم در خطر بود. از طرف دیگر، امکان حمله حیوانات وحشی هم وجود داشت. جای پای حیوانات وحشی را می‌دیدیم، خیلی ترسیده بودیم.»

دلداری در مسیر سخت

در آن لحظات ترسناک، امدادگران هلال احمر، سعی می‌کردند، به یکدیگر دلداری دهند. هر چه به جلو می‌رفتند، مسیر تمام نمی‌شد. سختی راه جانیشان را به خطر انداخته بود، اما باز هم راه را طی کردند تا بتوانند ناجی نوزاد و مادرش شوند: «در مسیر با هم حرف می‌زدیم و به یکدیگر دلداری می‌دادیم. همدیگر را آرام می‌کردیم. وقتی من از خودرو پیاده می‌شدم، به بقیه می‌گفتم، چیزی نیست و به راحتی می‌توانیم مسیر را طی کنیم، اما شرایط بسیار سخت و طاقت‌فرسا بود. با این حال از اینکه در نهایت، توانستیم نوزاد را نجات دهیم، حالم خوب شد. این سختی نتیجه‌بخش بود و توانستیم جان مادر و کودک را از مرگ نجات دهیم. البته به چنین مأموریت‌هایی عادت کرده‌ایم. ما نمی‌توانیم بگوییم که نمی‌شود و جانمان در خطر است. معمولاً در چنین مواقعی جان مردم برایمان در اولویت است.»

پایان خوش مأموریت

امیررضا قلی، یکی دیگر از امدادگران این مأموریت است. او که از سال ۷۷ امدادگر جمعیت هلال احمر است، این مأموریت را یکی از سخت‌ترین عملیات‌هایش می‌داند: «خانه نوزاد در روستایی به اسم سوله در شهرستان سقز بود. من خودم برای اولین بار بود که در آنجا مأموریت انجام می‌دادم. ما روز قبلش به آنجا رفتیم و فقط توانستیم به روستا نزدیک شویم. بوران بود و نتوانستیم به سمت روستای هدف برویم. روز بعدش گفتند حال نوزاد اصلاً خوب نیست. برای همین با وجود شرایط سخت و برف و کولاک راهی محل حادثه شدیم تا بتوانیم جان نوزاد را نجات دهیم. البته به ما اعلام کردند که حال مادر نوزاد نیز خوب نیست، برای همین ساعت ۱۲ ظهر راه افتادیم. یک راه بلد با خودمان بردیم و آنقدر شرایط جوی و راه بد بود که ساعت ۷ عصر رسیدیم. منطقه کوهستانی بود و گرگ و خرس هم داشت. شرایط عجیبی بود. اصلاً از یک لحظه بعد خودمان هم خبر نداشتیم و نمی‌دانستیم در کجا قدم می‌گذاریم. با شرایط بسیار سخت خودرو را می‌رانیدیم و به جلو می‌رفتیم. همکارم پیاده می‌شد و به من می‌گفت که به کدام سمت باید بروم. من اصلاً نمی‌توانستم جلوی خود را ببینم. دید کافی نبود. با این حال اگر آن شب ما آن نوزاد را به بیمارستان نمی‌رساندیم، جانش را از دست می‌داد. در نهایت نیز این مأموریت پایان خوشی برای ما داشت و خستگی را از تنمان خارج کرد.»

حالا دو هفته از آن روز می‌گذرد، نجات جان نوزاد ۱۲ روزه، ریژوان، که هنوز یک ماهش نشده، یک خاطره خوش هم برای خود و هم برای امدادگران ساخته است، نجات پراضطراب از دل کولاک و بیماری مهلک.



روایت امدادگری که با کاپشن خود جان یک کوهنورد را نجات داد

گرمای نجات بخش

سیما فرهانی | تجربه های فراوانی در مسیر امدادگری دارد، اما اقدام اخیر او در ذهن ها حک شده است؛ لحظه ای که نجات یک جان، نیازمند فداکاری بی واسطه است. علیرضا قربانی، یکی از آن سرخ پوشانی است که زندگی اش با نجات مردم گره خورده. او که سال هاست در بحران ها حضور دارد، معتقد است در لحظه نجات، تنها نجات جان مردم در ذهن اوست. این رویکرد در عملیات های متعدد او، از امداد رسانی های زمستانی تا حوادث کوهستانی، تجلی یافته است. یکی از سخت ترین عملیات های اخیر او، نجات فردی است که در ارتفاعات کوه نارمه گرفتار برف و کولاک شده بود. علیرضا که برای سرکشی اوضاع به آن منطقه رفته بود، وقتی به مصدوم گرفتار در کولاک رسید، کاپشن خودش را از تن درآورد و بر تن او کرد تا بتواند آن جوان را از سرمازدگی نجات دهد. علیرضا قربانی، رئیس پر تجربه جمعیت هلال احمر شهرستان های لرگان و فلارد در استان چهارمحال و بختیاری است که نه تنها یک مدیر، بلکه یک امدادگر کهنه کار است.

ماموریت اضطراری در دل برف

ماجرای زمانی آغاز شد که خبر حادثه در ارتفاعات کوه نارمه شهرستان فلارد اعلام شد. بچه های پایگاه شهید ارچوند بلافاصله به منطقه اعزام شدند. علیرضا قربانی در صحنه حادثه، متوجه شد که فردی به دلیل سرمازدگی شدید، وضعیت وخیمی دارد. او توضیح می دهد: «سال هاست که تجربه امدادگری در بحران را دارم. برای همین به این لحظات عادت دارم. در لحظه نجات، به چیز دیگری جز جان مردم فکر نمی کنم. آن روز هم در یکی از مناطق شهرستان فلارد،

کوه نارمه به ماموریت اعزام شدیم. وقتی اعلام حادثه کردند، بچه های پایگاه شهید ارچوند ما به منطقه آمدند. ما در منطقه بودیم که رسیدیم به صحنه و متوجه شدیم به علت سرمازدگی فردی حالش بد شده است. خیلی ها در آن روزها در حاشیه گردنه یا تیوپ مشغول تفریح بودند که برف غافلگیرشان کرد. این افراد برای تفریح به دامنه های بالاتر کوه رفته بودند که این مرد، در ارتفاعات گیر افتاده بود. چند ساعتی در آن وضعیت، زیر برف و کولاک شدید گرفتار مانده بود.»

غافلگیری در مأموریت و افتخار خدمت

تیم قربانی در لحظه اعزام، تجهیزات کامل زمستانی به همراه نداشتند، در حین بازدید از منطقه بودند که خبر حادثه اعلام شد. قربانی این اعزام را «توفیق» می داند، توفیقی که توانست جان فردی را نجات دهد: «در آن لحظات نیز، وقتی به سمت آن فرد رفتیم، خیلی مجهز نبودیم. چون در آن لحظه در حال بازدید منطقه بودیم که خبر این حادثه را به ما اعلام کردند. برای همین فرصت نشد، تا تجهیزات لازم را با خودمان ببریم. به همین دلیل این توفیق نصیب من شد که در این عملیات شرکت

کنم و بتوانم جان فردی را نجات دهم.» این تنها مأموریت امداد در طرح زمستانه نبود. چند روز قبل از آن، تیم های امدادی برای نجات جان مادر بارداری در منطقه پشت کوه فلارد اعزام شدند. به دلیل مسیر سخت و صعب العبور، امدادگران پیاده طی مسیر کردند و مادر را در نهایت با موفقیت تحویل نیروهای اورژانس دادند. قربانی اینگونه ماموریت ها را افتخاری می داند که در این روزهای سرد زمستانی، می توانند یاریگر و نجاتگر مردم باشند و آنها را از دل صعب العبورترین مناطق رهایی دهند.

جست و جو در کولاک و فداکاری ماندگار

با اطلاعاتی که اهالی محلی ارائه دادند و با ردیابی جای پاها، تیم امداد پس از چند ساعت جست و جو به مصدوم رسیدند. قربانی با دیدن وضعیت مرد یخ زده، که در نقطه ای جمع شده بود و بی وقفه می لرزید، بلافاصله اقدامات پیش بیمارستانی را آغاز کرد. گرم کردن فرد سرمازده، اصلی ترین اولویت بود. در یک لحظه که فراتر از وظیفه سازمانی و در اوج ایثارگری رقم خورد، علیرضا قربانی لحظه ای درنگ نکرد. او بلافاصله کاپشن خود را که تنها پوشش گرمایی اش بود، از تن درآورد و روی شانه های فرد مصدوم انداخت.

این عمل، نه تنها مصدوم را گرم کرد، بلکه به لحاظ روانی نیز به او آرامش بخشید و از شوک ناشی از سرمای شدید جلوگیری کرد. او در توصیف آن لحظات می گوید: «فرد آرام نمی گرفت و می لرزید. برای همین بلافاصله کاپشنم را درآوردم و تن او کردم تا کمی آرام شود. وضعیت نامناسبی داشت. پس از آن، او را به پایین منتقل و راهی بیمارستان کردیم.» مسیر رسیدن به فرد مصدوم، یک ساعت زمان برد. بخش زیادی از مسیر با خودرو طی شد، اما بخش پایانی به دلیل شدت گرفتن بارش برف، تنها با پای پیاده امکان پذیر

بود. قربانی تأکید می کند: «وقتی کتم را تن آن فرد کردم، خودم تا پایین بدون کاپشن بودم. هوا به شدت سرد بود، اما در آن لحظات اصلاً به خودم فکر نمی کردم. کار ما همین است؛ نجات مردم، همیشه اولویت دارد. او اگر گرم نمی شد، طاقت نمی آورد و نمی توانست به پایین برسد. نمی توانست سرمای زیاد را طاقت بیاورد. باید گرم می شد. راه دیگری وجود نداشت. من با افتخار این کار را انجام دادم. این وظیفه ماست که به هر روشی که شده، جان افراد را نجات دهیم.»

توصیه هایی برای عبور از بحران

قربانی در پایان به شهروندان، به ویژه برای ساکنان مناطق صعب العبور، توصیه هایی دارد: «افراد در مناطق کوهستانی باید تمهیدات اولیه معیشتی و زیستی را داشته باشند تا در صورت گیر افتادن دچار مشکل نشوند. مادران باردار در شرایط غیرعادی زودتر به مناطق شهری مراجعه کنند؛ همچنین افرادی که در مسیرهای پرخطر کار می کنند، حتماً تجهیزات لازم مانند زنجیر چرخ، لباس گرمایشی کافی و سوخت مضاعف برای خودروها به همراه داشته باشند تا در صورت توقف اضطراری، بتوانند منتظر امداد بمانند و دچار بحران نشوند.»



ایشان در ارتفاعات سخت گذر

آزاده رهجو در شرایط جوی کنونی که بسیاری از مناطق کشور درگیر بارش و سرما هستند، تیم‌های عملیاتی جمعیت هلال احمر در سراسر کشور در آماده‌باش کامل قرار دارند تا به یاری هموطنان بشتابند. عملیات‌های نجات مادران باردار در مناطق صعب‌العبور، یکی از حساس‌ترین و حیاتی‌ترین مأموریت‌های امدادگران در این فصل سرما بوده است. به عنوان نمونه‌ای از حجم فعالیت‌ها در شرایط ناپایدار جوی، تنها از تاریخ ۱۷ آذرماه، تا یک ماه بعد از آن، امدادگران این جمعیت موفق به انجام چندین عملیات موفقیت‌آمیز شده‌اند: در استان آذربایجان غربی، ۱۱ مادر باردار و ۶ نوزاد نجات یافتند. علاوه بر این، در سایر استان‌ها نیز عملیات‌های مهمی به سرانجام رسید؛ از جمله نجات ۷ مادر باردار و ۲ نوزاد دیگر در استان‌های کردستان، چهارمحال و بختیاری، فارس، کهگیلویه و بویراحمد و آذربایجان شرقی. در کل ۲۶ مادر باردار در همان بازه زمانی از سوی امدادگران هلال احمر و در عملیات‌های سخت و طاقت‌فرسا، نجات یافتند. مسعود رضوانخواه، امدادگری با سابقه فعالیت از سال ۱۳۹۲، یکی از همین سرخ و سفیدپوشانی است که در مناطق کوهستانی و صعب‌العبور کشور تعهد خود را نشان داد. تجربیات او نشان می‌دهد که در قلب زمستان‌های سخت، گاهی فاصله چند کیلومتری تا یک مادر دردمند، به مسافتی پرخطر و چند ساعته تبدیل می‌شود؛ سفری که در آن، تنها تجربه، تجهیزات و اراده قوی می‌تواند بر طبیعت خشن غلبه کند. روایت اخیر او از نجات مادری باردار در منطقه سراب، نمونه‌ای برجسته از این ایثارگری است.



اعلام خطر در شب برفی

منطقه عملیاتی رضوانخواه و پایگاه او، در سراب، محصور میان دو کوهستان بزرگ است. یکی در سمت سیلان و دیگری در کوه دو گوش قرار دارد. این منطقه در فصل بارش برف، به دلیل جاده‌های غیراستاندارد و کوهستانی، بیش از ۴۰ روستا را در محاصره قرار می‌دهد. در یکی از همین شب‌های سخت زمستانی، ساعت ۱۹:۵۰ دقیقه بود که اعلام مأموریت حیاتی از سوی اورژانس دریافت شد: یک مادر باردار در هفته آخر بارداری، با درد زایمان در یکی از روستاهای دورافتاده گرفتار شده بود و آمبولانس اورژانس به دلیل شدت کولاک و وضعیت جاده، قادر به ادامه مسیر نبود. رضوانخواه و تیم همراه، در حالی که در فاصله پنج کیلومتری پایگاه، در روستای منتهی به گلاباد توقف کرده بودند، به دلیل کولاک شدید و انسداد کامل مسیر، متوقف شدند. او در روایت آن مأموریت می‌گوید: «یک مادر باردار در هفته آخر بارداری، در یکی از روستاهای بسیار صعب‌العبور منطقه ما نیاز فوری به انتقال به مرکز درمانی داشت. شرایط جوی فوق‌العاده وخیم بود؛ کولاک شدیدی آغاز شده بود و مسیرها به سرعت زیر لایه‌های ضخیم برف و یخ مدفون می‌شدند. با وجود اینکه اداره راهداری و ماشین‌آلات سنگین برای بازگشایی مسیر اصلی تلاش می‌کردند، ولی ما دیگر نتوانستیم جلوتر برویم و مجبور شدیم در یکی از روستاهای نزدیک توقف کنیم. در آنجا مجدداً خودروی امدادی را تجهیز کردیم و حدود دو ساعت در همان روستا ماندیم. این تأخیر دو ساعته، در دل سرمای کوهستان و صدای زوزه باد، اضطراب ما را چند برابر می‌کرد. هر دقیقه برای آن مادر حکم یک ساعت را داشت. ماشین‌آلات راهداری نیز در تلاش برای بازگشایی جاده بودند.»

نبردی سه ساعته با جاده و یخ

پس از تجهیز مجدد خودرو، تیم امداد همراه با عوامل اورژانس، مجدداً حرکت را آغاز کردند. مسیری که در شرایط عادی تنها ۱۰ دقیقه زمان می‌برد، در آن شب به سفری سه ساعته تبدیل شد. رضوانخواه بیان می‌کند: «ما به مأموریت‌های سخت عادت داریم، اما دید محدود و یخبندان جاده‌های روستایی، خطر را چند برابر می‌کرد. جاده‌های روستایی به دلیل بارش برف و کولاک، بسیار کم‌عرض شده و قسمت‌هایی از آنها که یخ زده بود، عملاً حکم تله را داشت. در آن تاریکی مطلق، هر لحظه احساس می‌کردیم که خودرو در برف گیر خواهد کرد یا از جاده خارج می‌شود و ما نمی‌توانیم به موقع برسیم. محیط اطراف کاملاً تاریک و سفید بود؛ تنها نور چراغ‌های خودروی امدادی بود که ما را در میان توده عظیمی از برف هدایت می‌کرد. حرکت با سرعت کمتر از ۱۰ کیلومتر بر ساعت، بیشتر شبیه راه رفتن بود تا رانندگی. کوچکترین لغزش یا اشتباه در هدایت خودرو، می‌توانست به سقوط از پرتگاه یا از دست دادن جانمان منجر شود. برای همین با احتیاط و تکیه بر تجربه و تجهیزات، مسیر را به سختی طی کردیم تا به محل حادثه رسیدیم.» حدود ساعت ۱۰ شب بود که تیم به خانه مادر باردار ۲۳ ساله رسید. پس از رسیدن، اقدامات اولیه پیش‌بیمارستانی انجام شد. هدف اصلی، تثبیت وضعیت مادر و انتقال او به محیطی امن بود. پس از هموار شدن نسبی مسیر، عملیات انتقال آغاز شد: تیم ما بلافاصله اقدامات اولیه پزشکی را انجام داد و با احتیاط کامل، عملیات انتقال را آغاز کردیم. این انتقال نه تنها به دلیل وضعیت مادر، بلکه به دلیل مسیر برگشت بود که اکنون با کولاک شدیدتر مواجه بود. ما با نهایت دقت، با کمک چند نفر از اهالی روستا که برای کمک آمده بودند، مادر را تا محل امن‌تری که آمبولانس اصلی در آنجا منتظر و در امنیت کامل بود، منتقل کردیم و تحویل عوامل اورژانس دادیم تا ادامه مسیر تا بیمارستان طی شود. خوشبختانه، هر دو، مادر و نوزاد سالم ماندند.»

پیشگیری در مناطق صعب‌العبور

رضوانخواه که مأموریت‌های دشواری را نیز تجربه کرده است، بر ضرورت پیشگیری در چنین شرایطی تأکید می‌کند. او معتقد است مسئولان باید در شرایط خاص جوی، مادران باردار ساکن روستاهای دورافتاده را موقتاً به شهر یا مناطق امن‌تر منتقل کنند تا از غافلگیری در برف و کولاک جلوگیری شود. وی به خانواده‌ها نیز توصیه می‌کند: «از نظر من، باید یک راهکار بلندمدت برای این شرایط در نظر گرفته شود. بیمارستان‌ها و مراکز بهداشت باید تمهیدی ببندند و در فصل سرما، مادرانی که در آستانه زایمان هستند و در روستاهای کوهستانی زندگی می‌کنند، را برای حداقل ۱۰ روز قبل از موعد مقرر به محلی امن‌تر در نزدیکی مراکز درمانی منتقل کنند.»

راهکارهایی برای مراقبت در برابر بلایای فصل سرد سال ایمنی در زمستان

فرشته کیانی | زمستان که از راه می‌رسد، حوادث خاص این فصل نیز کم‌کم خود را نشان می‌دهد؛ از زمین و آسمان! برف و بوران و صاعقه، کوه و جاده و دشت را تسخیر و گاه جان انسان‌ها را تهدید می‌کند. آنچه از ما در برابر این حوادث محافظت می‌کند و حتی در مواردی نجات‌بخش جان‌هاست، آگاهی و آمادگی است. در ادامه، با نکاتی آشنا می‌شوید که با استفاده از آنها می‌توانید از بروز فاجعه در روزهای سرد زمستان جلوگیری کنید.



بحران در کوه

کوهپیمایی ورزشی مفید است، اما در زمستان و توفان، باید از نکاتی که این فعالیت ارزشمند را ایمن می‌کند، مطلع بود.

■ برای حفظ ایمنی و محافظت از جان خود در روزهای بارانی یا برفی و وزش باد شدید از رفتن به ارتفاعات و کوهپیمایی پرهیز کنید.

■ به خاطر داشته باشید هنگام بارش باران یا برف، زمان مناسبی برای کوهپیمایی به خصوص برای صعود به ارتفاعات نیست.

■ در فصل زمستان از عبور از دامنه‌ها و مسیرهای پربرف و شیب‌های تند پرهیز کنید.

■ اگر در معرض وقوع بهمن قرار گرفتید با هر وسیله‌ای جلوی دهان و بینی خود را بپوشانید.

■ اگر در بهمن فرو رفتید، سعی کنید با کمک دست‌ها، یک پاکت یا یک کیسه نایلونی را جلوی صورت‌تان قرار دهید. بیشتر مرگ‌ومیر ناشی از بهمن به دلیل خفگی است، لذا ایجاد فضایی برای ورود هوا و تنفس، مهم‌ترین کاری است که می‌توانید انجام دهید.

■ هنگام ریزش بهمن نفس را در سینه حبس کنید، زیرا این کار از ورود ذرات برف به دهان و بینی، یخ‌زدگی و فشردگی ریه‌ها و در نتیجه خفگی جلوگیری می‌کند.

■ اگر گرفتار بهمن شدید مثل زمانی که در آب هستید، شنا کنید تا خود را روی سطح بهمن برسانید.

■ اگر در زیر بهمن مدفون شدید، به یاد داشته باشید، نمی‌توانید تشخیص داد که جهت بالا کدام طرف است، برای این کار نمی‌توان با بیرون انداختن آب دهان (خلاف جهت حرکت آب دهان، سمت بالاست)، جهت را تشخیص دهید. ■ برای پیشگیری از خطرات ناشی از سقوط بهمن و کاهش قدرت آن، از قطع درختان در مناطق کوهستانی و کوهپایه‌ای خودداری کنید.

■ در مواقعی که بارش برف شدید است، از تردد در جاده‌های بهمن‌خیز خودداری کنید.

■ هنگام صعود در مناطق کوهستانی و برف‌گیر ضروری است وسایل، لوازم و ابزار کوهنوردی اعم از لوازم فنی، پوشاک، تغذیه، وسایل امدادی، تلفن همراه و ... را به همراه داشته باشید.

■ هنگام کوهنوردی در زمستان توصیه می‌شود وسایل ارتباطی مانند بی‌سیم و در صورت امکان وسایل زنده‌یاب بهمن، حتماً با خود داشته باشید.

■ هنگام کوهنوردی، دوستان یا اعضای خانواده را در جریان برنامه صعود و کوهنوردی خود قرار دهید.

■ چنانچه در معرض سقوط بهمن قرار گرفتید، به سمت عوامل بازدارنده مانند درخت‌ها، درختچه‌ها و سنگ‌ها برای پناه گرفتن حرکت کنید.

■ هنگام سقوط بهمن، قبل از فرو رفتن در زیر برف، وسایلی از خود را به بالا پرتاب کنید تا جست‌وجوگران

بتوانند با یافتن آنها مسیر شما را تشخیص دهند.

■ هنگام سقوط بهمن، همه تجهیزات مخصوصاً اشیای فلزی و برنده را از خود دور کنید.

■ هنگام کوهنوردی، از مسیرهای شناخته‌شده عبور کنید.

■ با شنیدن کوچک‌ترین صدایی که حکایت از نشست و ریزش و سقوط بهمن دارد، به سرعت منطقه را ترک کنید.

■ به یاد داشته باشید هنگام کوهنوردی تا حد امکان باید از بالای محدوده بهمن (نزدیک به تاج بهمن) عبور کنید تا حجم برف کمتری بالای سر‌تان باشد.

■ هنگام کوهنوردی در شیب‌های تند بهمن‌گیر، روی برف به صورت زیگزاگ راه نروید و تا حد امکان به صورت یک خط مستقیم روی برف بالا بروید.

■ به یاد داشته باشید هنگام کوهنوردی در زمستان، در صورتی که نمی‌توانید شیبی را دور بزنیید تا حد امکان باید ارتفاع بگیریید تا در مسیر طولانی بهمن قرار نگیرید.

■ هنگام عبور از مناطق کوهستانی پر از برف، باید از بوق‌زدن یا بلند کردن صدای پخش صوت وسیله نقلیه در این مسیرها که می‌تواند موجب ریزش بهمن شود، خودداری کنید.

■ هنگام کوهنوردی در زمستان، ارتعاشات صدا باعث ریزش بهمن می‌شود، بنابراین، در جاهایی که خطر ریزش بهمن وجود دارد باید از فریاد زدن پرهیز کنید.

آداب مهربانی

تولد آداب مهربانی

مثل استخوان لای زخم می‌ماند، یا نه اصلاً، مثل پتک می‌خورد توی سر؛ برای ما که عرق داریم به این ماه درخشان قمر، به سرخ و سفید کاورمان که با افتخار به تن می‌کنیم، به داوطلبی در جمعیت هلال احمر. برای همین افتخار هم، انرژی می‌گذاریم، وقت صرف می‌کنیم و حتی از خواب و خوراکمان می‌زنیم تا آموزش ببینیم، آموخته شویم و مفید برای روز مبادا، این عیب است. این عیب است که لکهای هر چند کوچک، بیفتند و خدشه وارد کند به قامت بلند و تنومند همین هلال همیشه درخشان، به جمعیت هلال احمر. ماجرا برمی‌گردد به روایت «امید گلزاده» درباره تصادف دخترش که در پادکست «رختکن بازنده‌ها» تعریف کرد و در این روایت از پایگاه امدادی در یکی از شهرهای شمالی گفت. از این که انتظار رساندن دختر آسیب‌دیده‌اش در ساعت ۱۱ صبح، به بیمارستان با آمبولانس هلال احمر را داشته است اما امدادگر، چیزی را که نباید، در جواب گفته است: «مانمی‌توانیم آمبولانس دهیم و (امدادگران) خوابند...» این رسمش نیست، این اصلاً جزو مرام امدادگری و داوطلبی نیست. خارج از قوانین و حوزه کاری، خارج از این که ما می‌توانیم با آمبولانس هلال احمر یک مصدوم را به بیمارستان برسانیم یا نه، این رسمش نیست که بر زخم درمندی، نمک بپاشیم و خود بشویم درد، استخوانی لای زخم و خودزنی کنیم. می‌دانیم، شرایط سخت است، ارتباط با خانواده مصدوم، خود مصدوم، فرهنگ و تربیت خانوادگی و هزاران و هزاران علت و معلول دیگر ممکن است شرایط را برای امدادگر و داوطلبی که در شرایط سخت پایگاه کار می‌کند، سخت‌تر کند. این اما راه حرف زدن نیست، امدادگر و داوطلب، دیگر خود خودش نیست، زیر پرچم جمعیت هلال احمر است و باید مانند مرام امدادگر، اخلاق امدادگری و انسانی داشته باشد. به خاطر همین هم این ستون، ستون «آداب مهربانی» شد، برای این که مرام امدادی را با هم دوباره بیاموزیم. این ستون، همیشگی است، تازمانی که حداقل پیام هلال وجود داشته باشد.

صاعقه ترس ندارد

قرار گرفتن در معرض صاعقه یا همان رعد و برق ممکن است آسیب‌زا باشد. دانستن نکاتی برای محافظت از خود در برابر این رخداد طبیعی ضروری است.

■ هنگام صاعقه اگر آموزش دیده باشید، می‌توانید اقدامات اولیه را برای نجات جان مصدوم انجام دهید.

■ اگر در ساختمان بلند سکونت دارید، برای حفظ ایمنی و کاهش خسارات ناشی از برخورد صاعقه، سیستم حفاظت صاعقه (برقگیر) برای ساختمان خود نصب کنید.

■ در زمان وقوع رعدوبرق داخل ساختمان بمانید و تا حد امکان فعالیت‌های بیرون را متوقف کنید.

■ اگر زمان رعدوبرق در فضای بیرون از ساختمان هستید، برای پناه‌گرفتن به داخل ساختمان یا ایستگاه‌های مترو بروید.

■ هنگام وقوع رعدوبرق در ارتفاعات و فضاهای باز قرار نگیرید.

■ از قرار گرفتن زیر تک درختان بلند در فضای باز خودداری کنید.

■ از رفتن به نقاط مرتفع بپرهیزید و چنانچه در این مناطق بودید، هر چه سریع‌تر آنجا را ترک کنید.

■ از رفتن به ساختمان‌های کوچک در فضاهای باز خودداری کنید.

■ از رفتن به ساحل دریا یا قایق‌سواری پرهیز کنید و اگر در حال شنا یا قایق‌سواری بودید، آب را ترک کنید و به خشکی بروید.

■ در زمان وقوع رعدوبرق اگر مجبور به پناه‌گیری در نواحی کم‌ارتفاع مانند دره یا گودال شدید، مراقب وقوع سیل ناگهانی در این نواحی باشید.

■ اگر هنگام رعدوبرق در مناطق جنگلی بودید، به نواحی کم‌ارتفاع در زیر درختان تنومند و کوتاه پناه ببرید.

■ اگر در فضای باز بودید داخل خانه یا وسیله نقلیه‌ای که

سقف محکمی دارد، بروید.

■ زمان رعدوبرق از سوارشدن روی تراکتور، ماشین‌آلات کشاورزی، موتورسیکلت، دوچرخه، گاری و نظایر اینها خودداری کنید.

■ از وسایل حامل جریان الکتریسیته، مانند در و پنجره، بخاری دیواری، شوفاژ و ... دوری کنید.

■ وسایل برقی موجود در خانه را به غیر از یخچال و فریزر، از برق بکشید.

■ هنگام وقوع رعدوبرق از رفتن به حمام و گرفتن دوش خودداری کنید.

■ از تلفن ثابت استفاده نکنید و فقط در مواقع ضروری از تلفن‌های بی‌سیم استفاده کنید.

■ هنگام وقوع توفان تندی از آسانسور استفاده نکنید، چون ممکن است برق قطع شود و شما در آن بمانید.

■ اگر زمان رعدوبرق موهپایان سیخ شد، نشانه نزدیکی برخورد جریان رعدوبرق است؛ پس به‌صورت چمباتمه روی زمین بنشینید. دست‌ها را روی گوش‌ها و سر بین زانوهای قرار دهید. تماس خود را با زمین به حداقل برسانید. به‌هیچ‌وجه روی زمین دراز نکشید.

■ زمان رعدوبرق در صورتی که داخل وسیله نقلیه هستید در محل مطمئن توقف کنید، موتور را خاموش کنید و آنتن ماشین را پایین بکشید. بدنه فولادی یک وسیله نقلیه سقف‌دار به شرطی که فلز آن را لمس نکنید، از شما به‌خوبی محافظت می‌کند.

■ پس از توفان و رعدوبرق در صورت نیاز به کمک و متناسب با نوع درخواست کمک می‌توانید با اورژانس (۱۱۵)، آتش‌نشانی (۱۲۵)، امداد و نجات (۱۱۲) یا سایر مراکز امدادی تماس بگیرید.

در برف و بوران، ایمن بران

رانندگی در برف و بوران نیازمند مهارت‌های خاص در هدایت خودروست. اندیشیدن تدابیر لازم هنگام رانندگی در زمستان از بروز سوانح دلخراش جلوگیری می‌کند.

■ وسیله نقلیه خود را مجهز به تجهیزات زمستانی (لاستیک یخ‌شکن، زنجیر چرخ، ضدیخ، محلول شیشه‌شور، تیغه شیشه پاک‌کن، سیم و تسمه بکسل، کلنگ، بیلچه سفری، تلمبه باد، لاستیک زاپاس، مایع پنچری، سیم سیار، ...) کنید.

■ در یخبندان و لغزندگی سطح معابر، از رفت‌وآمد با وسیله نقلیه بدون تجهیزات خودداری کنید و حتماً نحوه بستن زنجیر چرخ را یاد بگیرید.

■ از رانندگی به تنهایی، بپرهیزید و دوستان و خانواده را از برنامه حرکت و مقصد خود مطلع کنید.

■ قبل از تردد در مناطق کوهستانی و جاده‌های برف‌گیر، اخبار هوای آن مناطق را پیگیری کنید.

■ لوازم اضطراری مانند بیلچه، چراغ‌قوه، کیف کمک‌های اولیه، زنجیر چرخ، سیم بکسل و ... به همراه داشته باشید.

■ از ضدیخ مناسب برای وسیله نقلیه استفاده و دقت کنید حجم ضدیخ به اندازه‌ای باشد که مانع از انجماد شود.

■ برای آمادگی برای شرایط اضطراری در مسیرهای برف‌گیر و مناطق کوهستانی، مواد غذایی (کنسرو، خرما، نان و ...) همراه بردارید.

■ دقت کنید که ترموستات وسیله نقلیه به‌خوبی کار کند. برف‌پاک‌کن‌ها را بررسی و در صورت لزوم تعمیر کنید و از وجود مایع شست‌وشو مطمئن شوید.

■ به حجم و وزن روغن‌های وسیله نقلیه توجه کنید. روغن‌های سنگین در دمای پایین زودتر می‌یخ بندند و خاصیت روان‌سازی کمتری هم دارند.

■ به نشت مایع یا پیچ‌خوردگی لوله‌ها در سیستم آگزوز وسیله نقلیه توجه و در صورت لزوم قطعات را تعویض کنید.

■ ترمز و چراغ‌های روشنایی و هشداردهنده وسیله نقلیه را بررسی کنید.

■ سیستم گرمایش و بخاری وسیله نقلیه را بررسی و عیب احتمالی را برطرف کنید.

■ برای حفظ ایمنی خود و سرنشینان وسیله نقلیه، قبل

از ورود به محورهای پربرف یا پرترافیک از پر بودن باک و مخزن سوخت اضطراری، مطمئن شوید.

■ در مسیرهای پربرف توقف غیرضروری نکنید.

■ از رانندگی در راه‌های میانبر و هنگام شب پرهیز کنید.

■ برای حفظ ایمنی هنگام بارش برف و کولاک از مسیرهای اصلی تردد کنید.

■ به مسیرهای پربرف و تمیزنشده ورود نکنید.

■ در زمان عبور از شیب‌ها و گردنه‌های پربرف و بهمن‌گیر از بوق‌زدن خودداری کنید.

■ برای حفظ ایمنی در مسیرهایی که خطر ریزش بهمن وجود دارد، از چراغ برای علامت‌دادن استفاده کنید.

■ بعد از بستن زنجیر چرخ این نکات را رعایت کنید:

■ با سرعت بیش از ۳۰ کیلومتر در ساعت نرانید.

■ از رانندگی در جاده‌های پرده‌انداز، خودداری کنید.

■ فرمان دادن یا ترمز گرفتن ناگهانی بپرهیزید.

■ روی جاده‌های خشک رانندگی نکنید.

■ بعد از بستن زنجیر چرخ، فاصله توقف وسیله نقلیه، حتی با وجود سیستم ترمز ABS افزایش پیدا می‌کند.

بسته فرهنگی - سرگرمی پیام هلال

گرم مثل دوره‌های زمستانی

لیلی تهرانی | شب‌های سرد زمستانی جان می‌دهد برای دور هم بودن و مصاحبت با خانواده و دوستان. دیدن فیلم، گوش دادن پادکست، بازی کردن و حتی صحبت درباره یک کتاب، بهترین کاری است که می‌تواند دوره‌های زمستانی شما را گرم تر و دوستانه تر کند. به خاطر همین است که در روزهای سرد زمستانی و برای گرم تر شدن روابط خانوادگی تان ما یک بغل پر از سرگرمی‌های هیجان‌انگیز داریم.

فرانکشتاین

جدیدترین اثر، گیلرمو دل تورو کارگردان مکزیکی، فیلمی دیدنی است؛ درباره فرانکشتاین ۲۰۲۵، همین بس که نامزد دریافت جایزه اسکار امسال است، اما باید یک چیز را مشخص کنیم، اگر انتظار دارید که برداشت جدید از کتاب ماری شلی (نویسنده کتاب)، مو به مو و مانند سطور کتاب است، توقعان را پایین بیاورید. دل تورو (کارگردان فیلم) به اصل اثر، به کتاب، پایبند است، اما این فیلم، برداشت آزادی از داستان فرانکشتاین است. در این فیلم هم مانند اثر، شخصیت ویکتور فرانکشتاین (خالق فرانکشتاین) شخصیت منفی داستان است، اما چرایی شکل‌گیری منفی بودن شخصیت فرانک هم مشخص می‌شود. ۲ ساعت و نیم برای فیلم، طولانی است، اما خسته نخواهید شد، زمانی که تازه‌ترین اقتباس از کتاب، دیدنی و هیجان‌انگیز است.



پرچم سفید



شاید عجیب‌ترین و بزرگ‌ترین اشتباهات تاریخ بشریت، بروز جنگ و تجاوز باشد، بزرگ‌ترین هایش را هم در جهان داشتیم، دو تا، جنگ جهانی اول و دوم. پادکست پرچم سفید، همین اشتباهات بشری را مورد هدف قرار داده و همین شده است، بهانه‌ای برای تولد این پادکست. پادکست پرچم سفید، در یک زمان اندک، حدود ۳۰ تا ۴۰ دقیقه، از مهم‌ترین اتفاقات جنگ جهانی می‌گوید و از قضا هم از اولین جنگ، یعنی از جنگ جهانی اول هم شروع می‌کند. حضور لیلی اسلامی به عنوان مترجم در این پادکست نعمت بزرگی است تا بتواند اطلاعات دقیق تاریخی، از منابع معتبر به گوش شما برسد.

گل یا پوچ

شب‌های سرد و بلند زمستانی، جان می‌دهد برای نشستن دور هم و گل یا پوچ بازی کردن. البته که بازی گل یا پوچ، بازی ساده و نوستالژی است؛ اما بعد از ساخت مسابقه گل یا پوچ در پلت‌فرم‌های تفریحی، دوباره جای ویژه‌ای پیدا کرد در بین طرفداران پروپاقرصش. حالا هم کارت‌های بازی مسابقه و هم رنگ و گل و شاه‌گل در بازار به فروش می‌رسد تا شما که دلتان تنگ بازی بچگی تان است، با گل یا پوچ، فضای گرم‌تر و دوستانه‌تری را با دوستان و اعضای خانواده تان ایجاد و البته روابط تان را در روزهای سرد زمستانی، گرم‌تر کنید.



کلیات سعدی اهوازی



مثل خوردن یک کیک شکلاتی می‌ماند، ظاهرش زیبا و خوش رنگ و لعاب و وسوسه‌انگیز است؛ این اما ظاهر ماجراست، زمانی که بدانید تکه‌های شکلات تلخ و شاه‌توت ترش و ملس، مزه‌اش را خاص کرده است. خواندن کتاب کلیات سعدی اهوازی، همین حس را به شما می‌دهد. مهدی ربی، داستان‌نویس مشهور اهوازی، در کتاب جدیدش، به سراغ زادگاهش رفته است و داستان ۳ نوجوان را تعریف می‌کند؛ از عشق، عصیان و دلخوشی نوجوانانی که از طبقه متوسط رو به ضعیف جامعه‌اند و در دهه ۷۰ شمسی، در اهواز بعد از جنگ زندگی می‌کنند. نکته مهم این است که مخاطب داستان، نوجوانان نیستند؛ مزه تکه‌های شاه‌توت و شکلات تلخ درون کیک شکلاتی اینجا خودش را نشان می‌دهد، داستان در سطح نمی‌ماند و بلکه عمیق‌تر از این‌هاست؛ شاید به ظاهر درباره دوره نوجوانی سه مرد باشد، اما داستان درباره زندگی است. مهم‌تر این که کلیات سعدی... اولین سه‌گانه مهدی ربی است و به زودی دو کتاب دیگر هم منتشر خواهد شد. اگر حوصله خواندن کتاب را ندارید، نسخه صوتی‌اش هم منتشر شده است و می‌توانید آن را تهیه کنید. در بخشی از کتاب آمده است: «این که یک قاب از زندگی مان چگونه می‌تواند پس از سال‌ها همراه ما بماند و ما را در مقابل خودش متوقف کند، می‌تواند دلایل متعددی داشته باشد. دلایلی که گاهی با خیره شدن به آن قاب شاید اندکی آشکار شوند شاید هم نه!...»