



ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

Aus Liebe zum Menschen.

برای اینکه بفهمید در زمان موقعیت عاجل، چه کاری باید بکنید ...

صحت و کمک های اولیه

GESUNDHEIT UND ERSTE HILFE / HEALTH AND FIRST AID / SANTÉ ET PREMIERS SECOURS

روغتیا او لومړنۍ مرستې / الصحة والإسعافات الأولية



داکتر یا شفاخانه؟

در صورتیکه مشکل شما حاد و عاجل نیست، حتماً به یک داکتر مراجعه کنید. چرا که شفاخانه ها، کلینیک های درمانی و بخش های عاجل تنها برای موقعیت های عاجل و درمان های سرپایی در نظر گرفته شده اند.



برای ملاقات داکتر داکتر

وقت ملاقات شما با داکتر برای شما رایگان می باشد. حتماً به ساعات ملاقات داکتر توجه کنید و «کارت الکترونیکی جایگزین» (E-CARD-ERSATZBELEG) به علاوه آی دی کارت خود را در زمان مراجعه همراه داشته باشید! اگر در زمان شب یا آخر هفته به داکتر ضرورت داشتید، می توانید با نمبر تلفون 141 به تماس شوید.



در زمان مریضی

در زمان مریضی، آسیب دیدگی، تب، درد، اسهال، استفراغ و غیره حتماً به مراقبت ها اطلاع دهید.



تلفون عاجل اروپا: 112

با نمبر تلفون 112 (اداره پولیس، گروه امداد) به تماس شده و موقعیت (آدرس) خود را اطلاع دهید. به شما معلومات مورد ضرورت برای کمک های اولیه داده خواهد شد.



کنترل علائم حیاتی

- کنترل هوشیاری ذریعه صدای بلند صحبت کردن و تکان دادن شانه ها.
- اگر هیچ واکنشی نداد: کنترل تنفس (دیدن، شنیدن، حس کردن: برای حداکثر 10 ثانیه).



عدم هوشیاری:

به پهلو به صورت ثابت بخوابانید

- اگر فرد مصدوم هوشیاری ندارد ولی نفس می کشد: فرد مصدوم را به پهلو بگردانید.
- چانه مصدوم را به سمت بالا کشیده و دهان را باز کنید، بعد از آن با نمبر تلفون 112 به تماس شوید.
- به طور منظم تنفس را کنترل کنید و فرد مصدوم را بپوشانید.



متوقف شدن تنفس منظم:

عملیات احیا

- اگر به طور نورمال تنفس نمی کند:
- تماس با نمبر تلفون عاجل 122
- به طور منظم و به ترتیب 30 حرکت مساج قفسه سینه و دو بار تنفس مصنوعی دهان به دهان (عاجل و با قدرت به قسمت نرمی دست بر روی وسط قفسه سینه بفشارید)
- عملیات احیا را تا زمانی ادامه دهید که گروه نجات سر برسد یا تنفس به حالت نورمال خود برگردد.



خونریزی شدید

- خونریزی شدید می تواند جان بیمار را تهدید کند.
- عضو آسیب دیده را بالا نگهداشته و به کمک یک تکه پارچه زخم را محکم ببندید تا خونریزی بند بیاید.
- پاها را به سمت بالا آورده و روی مصدوم را بپوشانید و بعد از آن با نمبر تلفون 112 به تماس شوید.

GESUNDHEIT
UND
ERSTE HILFE

HEALTH AND
FIRST AID

SANTÉ ET
PREMIERS
SECOURS

الصحة
والإسعافات
الأولية

روغتیا او
لومړنۍ مرستې

