

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

# اصول کمک‌های اولیه و امداد رسانی

پایه یازدهم

دوره دوم متوسطه

شاخه: کاردانش

زمینه: خدمات

گروه تحصیلی: بهداشت و سلامت

رشته تحصیلی شغلی: مدیریت و برنامه‌ریزی امور خانواده

استاندارد مهارت: مهارت‌های سالم زیستن (مقدماتی)

کد متولی: ۸۷-۳۰/۳/۱-ف-هـ

|   |            |
|---|------------|
| خوشبیده، محمد مهدی  | ۶۱۶        |
| اصول کمک‌های اولیه و امداد رسانی/مؤلفان: محمد مهدی خوشبیده، نوشین تقی‌زاده خوئی. - تهران:   | ۱۰۲۵۲      |
| شرکت چاپ و نشر کتاب‌های درسی ایران.   | الف ۹۱۷ خ/ |
| ۱۸۰ص. : مصور. - (شاخه کاردانش)  |            |
| متون درسی شاخه کاردانش، گروه تحصیلی بهداشت و سلامت، رشته مدیریت و برنامه‌ریزی امور خانواده، |            |
| زمینه خدمات.  |            |
| برنامه‌ریزی محتوا و نظارت بر تألیف: دفتر تألیف کتاب‌های درسی فنی و حرفه‌ای و کاردانش وزارت  |            |
| آموزش و پرورش.  |            |
| ۱. کمک‌های اولیه. ۲. حوادث خانگی - پیشگیری. الف. تقی‌زاده خوئی، نوشین. ب. ایران. وزارت      |            |
| آموزش و پرورش. دفتر تألیف کتاب‌های درسی فنی و حرفه‌ای و کاردانش. ج. عنوان.                  |            |



وزارت آموزش و پرورش  
سازمان پژوهش و برنامه‌ریزی آموزشی

- نام کتاب : اصول کمک‌های اولیه و امداد رسانی - ۳۱۱۱۰۸
- پدیدآورنده : سازمان پژوهش و برنامه‌ریزی آموزشی
- مدیریت برنامه‌ریزی درسی و تألیف : دفتر تألیف کتاب‌های درسی فنی و حرفه‌ای و کار دانش
- شناسه افزوده برنامه‌ریزی و تألیف : محمدمهدی خوشبیده (اصول کمک‌های اولیه و امداد رسانی) و نوشین تقی‌زاده خوئی (حوادث خانگی و پیشگیری از آنها) (اعضای گروه تألیف)
- مدیریت آماده‌سازی هنری : اداره کل نظارت بر نشر و توزیع مواد آموزشی
- شناسه افزوده آماده‌سازی : خدیجه محمدی (صفحه‌آرا) - محمدحسن معماری (طراح جلد)
- نشانی سازمان : تهران : خیابان ایرانشهر شمالی - ساختمان شماره ۴ آموزش و پرورش (شهید موسوی)
- تلفن : ۹-۸۸۸۳۱۱۶۱، دورنگار : ۸۸۳۰۹۲۶۶، کد پستی : ۱۵۸۴۷۴۷۳۵۹
- وب‌گاه : [www.irtextbook.ir](http://www.irtextbook.ir) و [www.chap.sch.ir](http://www.chap.sch.ir)
- ناشر : شرکت چاپ و نشر کتاب‌های درسی ایران : تهران - کیلومتر ۱۷ جاده مخصوص کرج - خیابان ۶۱ (دارویخش)
- تلفن : ۵-۴۴۹۸۵۱۶۱، دورنگار : ۴۴۹۸۵۱۶۰، صندوق پستی : ۳۷۵۱۵-۱۳۹
- چاپخانه : شرکت چاپ و نشر کتاب‌های درسی ایران «سهامی خاص»
- سال انتشار و نوبت چاپ : چاپ اول ۱۳۹۷

کلیه حقوق مادی و معنوی این کتاب متعلق به سازمان پژوهش و برنامه‌ریزی آموزشی وزارت آموزش و پرورش است و هرگونه استفاده از کتاب و اجزای آن به صورت چاپی و الکترونیکی و ارائه در پایگاه‌های مجازی، نمایش، اقتباس، تلخیص، تبدیل، ترجمه، عکس برداری، نقاشی، تهیه فیلم و تکثیر به هر شکل و نوع بدون کسب مجوز از این سازمان ممنوع است و متخلفان تحت پیگرد قانونی قرار می‌گیرند.

شابک ۹۶۴-۰۵-۱۵۵۷-۴ ISBN 964-05-1557-4



از شماست که مردان و زنان بزرگ تربیت می شود. شما با در تحصیل کوشش کنید که برای فضایل اخلاقی،  
فضایل اعمالی مجتهد شوید. شما برای آتیه مملکت ما جوانان نیرومند تربیت کنید. دامن شما یک مدرسه ای است که  
در آن جوانان بزرگ تربیت شود. شما فضایل تحصیل کنید تا کودکان شما در دامن شما به فضیلت برسند.  
امام خمینی (ره)

# فهرست مطالب

|    |   |    |  |
|----|---|----|--|
| ۱۶ | چکیده   | ۱  | پیمانه مهارتی اول : اصول کمک‌های اولیه و امداد رسانی |
| ۱۶ | آزمون پایانی نظری واحد کار اول                  | ۳  | مقدمه  |
| ۱۷ | آزمون پایانی عملی واحد کار اول                  | ۴  | واحد کار ۱ : کلیات کمک‌های اولیه                     |
| ۱۹ | واحد کار ۲ : اصول حمل مصدوم                     | ۶  | هدف‌های رفتاری                                       |
| ۲۱ | هدف‌های رفتاری                                  | ۶  | پیش‌آزمون واحد کار اول                               |
| ۲۱ | پیش‌آزمون واحد کار دوم                          | ۷  | مقدمه  |
| ۲۲ | مقدمه   | ۷  | ۱-۱- تعریف کمک‌های اولیه                             |
| ۲۲ | ۲-۱- بلند کردن مصدوم                            | ۷  | ۱-۲- هدف‌های کمک‌های اولیه                           |
|    | ۱-۱-۲- اصول مراقبت از خود هنگام بلند کردن مصدوم | ۷  | ۱-۳- خصوصیات فرد کمک‌کننده (امدادگر)                 |
| ۲۲ | ۲-۲- انواع روش‌های حمل مصدوم                    | ۸  | ۱-۴- نحوه برخورد با حادثه یا حادثه دیده              |
| ۲۳ | ۲-۲-۱- حمل‌های یک نفره                          | ۹  | ۱-۵- ترتیب اولویت‌ها در امداد رسانی                  |
| ۲۳ | ۲-۲-۲- حمل‌های دو نفره                          | ۹  | ۱-۶- جعبه کمک‌های اولیه                              |
| ۲۵ | ۲-۲-۳- حمل‌های سه نفره                          | ۹  | - وسایل جعبه کمک‌های اولیه                           |
| ۲۶ | ۲-۲-۴- حمل‌های گروهی (چند نفره)                 | ۱۰ | ۱-۷- علائم حیاتی                                     |
| ۲۷ | چکیده   | ۱۱ | ۱-۷-۱- تنفس  |
| ۲۹ | آزمون پایانی نظری واحد کار دوم                  | ۱۲ | ۱-۷-۲- نبض   |
| ۲۹ | آزمون پایانی عملی واحد کار دوم                  | ۱۳ | ۱-۷-۳- درجه حرارت                                    |
| ۳۰ | واحد کار ۳ : احیای قلبی - ریوی                  | ۱۴ | ۱-۷-۴- فشار خون                                      |
| ۳۱ | هدف‌های رفتاری                                  | ۱۴ | ۱-۷-۵- سطح هوشیاری                                   |
| ۳۳ |   | ۱۵ | ۱-۷-۶- وضعیت پوست                                    |
|    |   | ۱۵ | ۱-۷-۷- وضعیت چشم‌ها                                  |

|    |   |    |  |
|----|---|----|--|
| ۵۵ | ۵-۱- زخم و انواع آن                       | ۳۳ | پیش‌آزمون واحد کار سوم                                     |
| ۵۵ | ۵-۲- عوارض زخم‌ها                         | ۳۴ | مقدمه  |
| ۵۶ | ۵-۳- اقدام‌های کلی در برخورد با زخم‌ها    | ۳۴ | ۳-۱- مرحله‌بندی احیای قلبی-ریوی                            |
| ۵۶ | ۵-۴- خونریزی و انواع آن                   | ۳۵ | ۳-۱-۱- بازکردن راه تنفس                                    |
| ۵۷ | ۵-۵- کنترل خونریزی                        | ۳۶ | ۳-۱-۲- تنفس مصنوعی   |
| ۵۷ | ۵-۵-۱- روش‌های کنترل خونریزی خارجی        | ۳۸ | ۳-۱-۳- ماساژ قلبی  |
| ۵۹ | ۵-۵-۲- روش‌های کنترل خونریزی داخلی        | ۴۰ | ۳-۲- احیای قلبی-ریوی کودکان و نوزادان                      |
| ۶۰ | ۵-۶- خونریزی‌های شایع                     | ۴۱ | ۳-۳- وضعیت بهبود   |
| ۶۰ | ۵-۶-۱- خونریزی از گوش                     | ۴۲ | چکیده  |
| ۶۰ | ۵-۶-۲- خونریزی از بینی                    | ۴۳ | آزمون پایانی نظری واحد کار سوم                             |
| ۶۱ | چکیده                                     | ۴۳ | آزمون پایانی عملی واحد کار سوم                             |
| ۶۲ | آزمون پایانی نظری واحد کار پنجم           | ۴۴ | واحد کار ۴: شوک و اختلال‌های حاد قلبی                      |
| ۶۲ | آزمون پایانی عملی واحد کار پنجم           | ۴۵ | هدف‌های رفتاری   |
| ۶۳ | واحد کار ۶: اصول کلی پانسمان ساده زخم‌ها  | ۴۵ | پیش‌آزمون واحد کار چهارم                                   |
| ۶۵ | هدف‌های رفتاری                            | ۴۶ | مقدمه  |
| ۶۵ | پیش‌آزمون واحد کار ششم                    | ۴۶ | ۴-۱- شوک   |
| ۶۶ | مقدمه                                     | ۴۶ | ۴-۱-۱- علائم کلی شوک                                       |
| ۶۶ | ۶-۱- هدف‌های پانسمان                      | ۴۶ | ۴-۱-۲- اقدام‌های لازم هنگام بروز شوک                       |
| ۶۶ | ۶-۲- نکته‌های قابل توجه در پانسمان        | ۴۸ | ۴-۲- اختلال‌های قلبی                                       |
| ۶۷ | ۶-۳- بانداژ یا زخم‌بندی                   | ۴۸ | ۴-۲-۱- نشانه‌ها  |
| ۶۷ | ۶-۴- انواع مختلف باند                     | ۴۸ | ۴-۲-۲- اقدام‌ها  |
| ۶۷ | ۶-۴-۱- باند مثلثی                         | ۵۰ | ۴-۳- بیهوشی  |
| ۶۸ | ۶-۴-۲- باند پهن                           | ۵۰ | ۴-۳-۱- اقدام‌ها  |
| ۶۸ | ۶-۴-۳- باند کراواتی                       | ۵۱ | چکیده  |
| ۶۸ | ۶-۴-۴- بالشتک گرد                         | ۵۱ | آزمون پایانی نظری واحد کار چهارم                           |
| ۶۸ | ۶-۴-۵- باند نواری                         | ۵۱ | آزمون پایانی عملی واحد کار چهارم                           |
| ۶۸ | ۶-۴-۶- باند کشی                           |    |  |
| ۶۹ | ۶-۵- نکته‌های قابل توجه برای انجام بانداژ |    | واحد کار ۵: اقدام‌های اولیه هنگام بروز زخم‌ها و خونریزی‌ها |
| ۷۰ | چکیده                                     | ۵۲ | هدف‌های رفتاری   |
| ۷۰ | آزمون پایانی نظری واحد کار ششم            | ۵۴ | پیش‌آزمون واحد کار پنجم                                    |
| ۷۱ | آزمون پایانی عملی واحد کار ششم            | ۵۴ | مقدمه  |

|     |  |    |  |
|-----|--|----|--|
| ۹۰  | ۸-۲ - شدت سوختگی                                   | ۷۲ | واحد کار ۷: اقدام های اولیه هنگام وقوع آسیب های اسکلتی |
| ۹۲  | ۸-۳ - اقدام های کلی در سوختگی ها                   | ۷۴ | هدف های رفتاری   |
| ۹۳  | ۸-۴ - اقدام های اولیه در برخی سوختگی ها            | ۷۴ | پیش آزمون واحد کار هفتم                                |
| ۹۳  | ۸-۴-۱ - سوختگی شیمیایی                             | ۷۵ | مقدمه  |
| ۹۳  | سوختگی چشم   | ۷۵ | ۷-۱ - انواع آسیب های اسکلتی                            |
| ۹۴  | سوختگی دهان و حلق                                  | ۷۵ | ۷-۱-۱ - شکستگی   |
| ۹۴  | ۸-۴-۲ - سوختگی الکتریکی                            | ۷۶ | ۷-۱-۲ - در رفتگی                                       |
| ۹۵  | ۸-۴-۳ - سوختگی تابشی                               | ۷۶ | ۷-۱-۳ - رگ به رگ شدن                                   |
| ۹۶  | چکیده  | ۷۶ | ۷-۱-۴ - کشیدگی عضلات                                   |
| ۹۶  | آزمون پایانی نظری واحد کار هشتم                    | ۷۶ | ۷-۲ - علائم عمومی آسیب های اسکلتی                      |
| ۹۷  | آزمون پایانی عملی واحد کار هشتم                    | ۷۶ | ۷-۳ - اقدام های عمومی در آسیب های اسکلتی               |
| ۹۸  | واحد کار ۹: اقدام های اولیه هنگام خفگی ها          | ۷۷ | ۷-۴ - آتل بندی   |
| ۱۰۰ | هدف های رفتاری                                     | ۷۸ | ۷-۵ - اقدام های کلی در شکستگی های باز                  |
| ۱۰۰ | پیش آزمون واحد کار نهم                             | ۷۹ | ۷-۶ - کمک های اولیه در چند نوع شکستگی                  |
| ۱۰۱ | مقدمه  | ۷۹ | ۷-۶-۱ - شکستگی ناحیه سر (مجمعه و صورت)                 |
| ۱۰۱ | ۹-۱ - علائم خفگی                                   | ۷۹ | ۷-۶-۲ - شکستگی ناحیه ستون مهره ها (مهره های گردن،      |
| ۱۰۱ | ۹-۲ - انواع خفگی                                   | ۸۰ | مهره های سینه و کمر)                                   |
| ۱۰۱ | ۹-۲-۱ - خفگی با جسم خارجی                          | ۸۱ | ۷-۶-۳ - شکستگی ناحیه سینه (جناغ و دنده ها،             |
| ۱۰۲ | ۹-۲-۲ - خفگی در آب                                 | ۸۱ | ترقوه)   |
| ۱۰۳ | ۹-۲-۳ - خفگی با گازهای سمی                         | ۸۳ | ۷-۶-۴ - شکستگی ناحیه دست (بازو، مچ دست                 |
| ۱۰۵ | ۹-۲-۴ - خفگی بر اثر فشار و انسداد راه هوایی        | ۸۳ | و انگشتان)   |
| ۱۰۶ | چکیده  | ۸۴ | ۷-۶-۵ - شکستگی ناحیه پا (لگن، ران، زانو، ساق پا،       |
| ۱۰۶ | آزمون پایانی نظری واحد کار نهم                     | ۸۴ | مچ و کف پا)  |
| ۱۰۶ | آزمون پایانی عملی واحد کار نهم                     | ۸۶ | چکیده  |
| ۱۰۷ | واحد کار ۱۰: اقدام های اولیه هنگام وقوع مسمومیت ها | ۸۷ | آزمون پایانی نظری واحد کار هفتم                        |
| ۱۰۸ | هدف های رفتاری                                     | ۸۷ | آزمون پایانی عملی واحد کار هفتم                        |
| ۱۰۸ | پیش آزمون واحد کار دهم                             | ۸۸ | واحد کار ۸: اقدام های اولیه هنگام وقوع سوختگی          |
| ۱۰۹ | مقدمه  | ۸۹ | هدف های رفتاری   |
| ۱۰۹ | ۱۰-۱ - راه های ورود سم به بدن                      | ۸۹ | پیش آزمون واحد کار هشتم                                |
| ۱۰۹ | ۱۰-۲ - علائم عمومی مسمومیت ها                      | ۹۰ | مقدمه  |
| ۱۰۹ | ۱۰-۳ - اقدام های کلی در مسمومیت ها                 | ۹۰ | ۸-۱ - سوختگی و انواع آن                                |

|     |  |     |  |
|-----|--|-----|--|
| ۱۲۴ | مقدمه  | ۱۰۹ | ۴-۱۰- مسمومیت از راه دستگاه گوارش                          |
| ۱۲۴ | ۱-۱۲- جسم خارجی در پوست  | ۱۰۹ | ۴-۱-۱۰- مسمومیت‌های غذایی                                  |
| ۱۲۴ | ۲-۱۲- جسم خارجی در گلو   | ۱۱۰ | ۴-۲-۱۰- مسمومیت‌های دارویی                                 |
| ۱۲۴ | ۳-۱۲- جسم خارجی در بینی  |     | ۴-۳-۱۰- مسمومیت بر اثر خوردن مواد اسیدی                    |
| ۱۲۵ | ۴-۱۲- جسم خارجی در گوش   | ۱۱۰ | و قلبیایی  |
| ۱۲۵ | ۵-۱۲- جسم خارجی در چشم   | ۱۱۱ | ۴-۴-۱۰- مسمومیت بر اثر خوردن مواد نفتی                     |
| ۱۲۷ | چکیده  | ۱۱۱ | ۵-۱۰-۱- مسمومیت از راه دستگاه تنفس                         |
| ۱۲۷ | آزمون پایانی نظری واحد کار دوازدهم                                     | ۱۱۱ | ۵-۱-۱۰- مسمومیت با سموم دفع آفات و حشره‌کش‌ها              |
| ۱۲۷ | آزمون پایانی عملی واحد کار دوازدهم                                     | ۱۱۲ | ۶-۱۰-۱- مسمومیت از راه پوست                                |
|     |  | ۱۱۲ | ۶-۱-۱۰- مارگزیدگی  |
|     |  | ۱۱۳ | ۶-۲-۱۰- زنبورگزیدگی  |
|     |  | ۱۱۳ | ۶-۳-۱۰- عقرب‌گزیدگی  |
|     |  | ۱۱۴ | ۶-۴-۱۰- گاز گرفتگی   |
|     |  | ۱۱۵ | چکیده  |
|     |  | ۱۱۵ | آزمون پایانی نظری واحد کار دهم                             |
|     |  | ۱۱۵ | آزمون پایانی عملی واحد کار دهم                             |
|     | واحد کار ۱۳ : اقدام‌های اولیه هنگام وقوع بلا یا (زلزله، سیل، آتش‌سوزی) |     |  |
| ۱۲۸ | هدف‌های رفتاری   |     |  |
| ۱۲۹ | پیش‌آزمون واحد کار سیزدهم  |     |  |
| ۱۳۰ | مقدمه  |     |  |
| ۱۳۰ | ۱-۱۳- زلزله  | ۱۱۵ |  |
| ۱۳۰ | ۱-۱-۱۳- اقدام‌های فوری هنگام وقوع زلزله                                |     |  |
| ۱۳۰ | ۲-۱-۱۳- اقدام‌های لازم پس از خاتمه زلزله                               |     |  |
| ۱۳۱ | ۲-۱۳- سیل  | ۱۱۶ | واحد کار ۱۱ : اقدام‌های اولیه هنگام بروز تغییرهای شدید هوا |
| ۱۳۲ | ۳-۱۳- آتش‌سوزی (حریق)  | ۱۱۷ | هدف‌های رفتاری   |
| ۱۳۲ | ۱-۳-۳- توصیه‌های کلی هنگام بروز آتش‌سوزی                               | ۱۱۷ | پیش‌آزمون واحد کار یازدهم                                  |
| ۱۳۳ | ۲-۳-۳- روش‌های کنترل آتش‌سوزی  | ۱۱۸ | مقدمه  |
| ۱۳۴ | ۳-۳-۳- توصیه‌های کلی برای پیشگیری از بروز آتش‌سوزی                     | ۱۱۸ | ۱-۱۱- گرم‌زدگی   |
| ۱۳۵ | چکیده  | ۱۱۹ | ۲-۱۱- سرمازدگی   |
| ۱۳۵ | آزمون پایانی نظری واحد کار سیزدهم                                      | ۱۱۹ | ۳-۱۱- یخ‌زدگی  |
| ۱۳۵ | آزمون پایانی عملی واحد کار سیزدهم                                      | ۱۲۱ | چکیده  |
|     |  | ۱۲۱ | آزمون پایانی نظری واحد کار یازدهم                          |
|     |  | ۱۲۱ | آزمون پایانی عملی واحد کار یازدهم                          |
| ۱۳۶ | پیوست‌ها   |     |  |
| ۱۳۷ | پاسخ‌نامه‌های پیش‌آزمون‌ها   |     |  |
| ۱۳۸ | پاسخ‌نامه‌های آزمون‌های پایانی نظری                                    | ۱۲۲ | واحد کار ۱۲ : اقدام‌های اولیه درباره اجسام خارجی           |
| ۱۴۴ | منابع  | ۱۲۳ | هدف‌های رفتاری   |
| ۱۴۵ | برای مطالعه بیشتر  | ۱۲۳ | پیش‌آزمون واحد کار دوازدهم                                 |

|     |   |     |  |
|-----|---|-----|--|
| ۱۶۳ | چکیده   | ۱۴۶ | پیمانۀ مهارتی دوم : حوادث خانگی و پیشگیری از آن ها |
| ۱۶۳ | آزمون پایانی نظری واحد کار اول                        | ۱۴۷ | مقدمه  |
| ۱۶۴ | آزمون پایانی عملی واحد کار اول                        |     | واحد کار اول : کانون های خطر در خانه و اصول        |
|     | واحد کار دوم : آشنایی با اصول ایمنی کار با وسایل برقی | ۱۴۸ | پیشگیری و ایمن سازی آن ها                          |
| ۱۶۵ | و گازسوز  | ۱۴۹ | هدف های رفتاری                                     |
| ۱۶۶ | هدف های رفتاری  | ۱۴۹ | پیش آزمون واحد کار اول                             |
| ۱۶۶ | پیش آزمون واحد کار دوم                                | ۱۵۰ | مقدمه  |
| ۱۶۷ | مقدمه   | ۱۵۰ | ۱-۱- تعریف حادثه                                   |
| ۱۶۷ | ۲-۱- اصول ایمنی کار با وسایل برقی                     | ۱۵۰ | ۱-۲- تقسیم بندی حوادث                              |
|     | ۲-۱-۱- نکته های ایمنی مربوط به رعایت                  | ۱۵۰ | ۱-۳- اصول کلی پیشگیری از حوادث                     |
| ۱۶۷ | اصول استاندارد سیم کشی                                | ۱۵۲ | ۱-۴- کانون های خطر در منزل                         |
|     | ۲-۱-۲- نکته های ایمنی مربوط به پریز و                 | ۱۵۲ | ۱-۴-۱- نکته های ایمنی مربوط به آشپزخانه            |
| ۱۶۷ | کلید برق  | ۱۵۲ | نکته های ایمنی مربوط به مکان آشپزخانه              |
| ۱۶۸ | ۲-۱-۳- نکته های ایمنی مربوط به وسایل برقی             | ۱۵۲ | نکته های ایمنی مربوط به اجاق گاز                   |
| ۱۶۹ | ۲-۲- اصول ایمنی وسایل گرمازا                          | ۱۵۳ | نکته های ایمنی مربوط به وسایل آشپزخانه             |
| ۱۶۹ | ۲-۲-۱- نکته های ایمنی مربوط به وسایل نفت سوز          |     | نکته های ایمنی مربوط به وسایل آتش زا در            |
| ۱۷۰ | ۲-۲-۲- نکته های ایمنی مربوط به آبگرمکن                | ۱۵۴ | آشپزخانه   |
|     | ۲-۲-۳- نکته های ایمنی مربوط به                        | ۱۵۵ | نکته های ایمنی مربوط به مایعات داغ                 |
| ۱۷۱ | وسایل گازسوز  | ۱۵۵ | نکته های ایمنی مربوط به مسمومیت ها                 |
| ۱۷۲ | ۲-۲-۴- اقدام ایمنی در هنگام نشت گاز                   | ۱۵۶ | نکته های ایمنی مربوط به هواکش آشپزخانه             |
| ۱۷۲ | ۲-۲-۵- اقدام ایمنی در آتش سوزی ناشی از                | ۱۵۷ | ۱-۴-۲- نکته های ایمنی مربوط به اتاق و راهرو        |
|     | نشت گاز   | ۱۵۷ | ۱-۴-۳- نکته های ایمنی مربوط به پشت بام و           |
| ۱۷۳ | چکیده   | ۱۵۸ | بالکن  |
| ۱۷۳ | آزمون پایانی نظری واحد کار دوم                        | ۱۵۸ | ۱-۴-۴- نکته های ایمنی مربوط به حیاط و باغ          |
| ۱۷۴ | آزمون پایانی عملی واحد کار دوم                        |     | نکته های ایمنی مربوط به حوض، استخر                 |
|     | پیوست ها  | ۱۵۹ | و چاه آب   |
| ۱۷۷ | پاسخ نامه های پیش آزمون ها                            | ۱۶۰ | نکته های ایمنی مربوط به سم پاشی گیاهان             |
| ۱۷۸ | پاسخ نامه های آزمون های پایانی نظری                   | ۱۶۰ | ۱-۴-۵- نکته های ایمنی مربوط به                     |
| ۱۷۹ | منابع   | ۱۶۱ | شیشه های خانه                                      |
| ۱۸۰ | برای مطالعه بیشتر                                     | ۱۶۱ | ۱-۴-۶- نکته های ایمنی مربوط به پلکان               |
|     |   | ۱۶۱ | ۱-۴-۷- نکته های ایمنی مربوط به حمام                |
|     |   | ۱۶۲ | ۱-۴-۸- نکته های ایمنی مربوط به پارکینگ             |



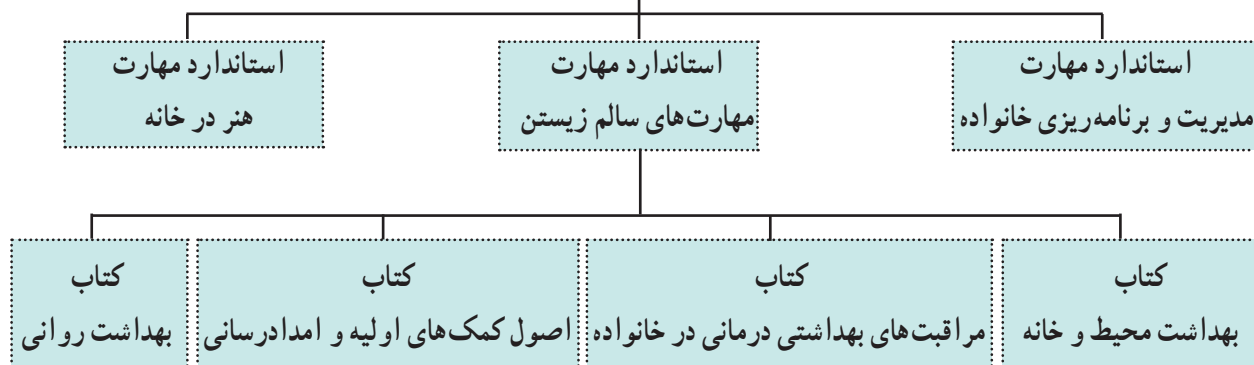
# شاخهٔ تحصیلی کار دانش

زمینهٔ : خدمات

گروه : هنر

زیرگروه تحصیلی : کارهای هنری در خانه

رشتهٔ تحصیلی – شغلی (مهارتی) : مدیریت و برنامه‌ریزی خانواده



## هدف کلی

آشنایی با کمک‌های اولیه به منظور توانایی در انجام امدادرسانی به مصدومین

## مقدمه

در جهان امروز سوانح و حوادث مختلف همواره مطرح بوده و محققین و صاحب نظران را بر آن داشته تا علل و عوامل ایجادکننده آن‌ها را شناسایی کرده و راه‌های مختلف پیشگیری را ارائه نمایند. بالا بردن آگاهی‌ها و توانمندی‌های افراد در برخورد با حوادث سهم بسزایی در کاهش صدمات احتمالی و مرگ و میر خواهد داشت.

در این مجموعه با اصول و مفاهیم کمک‌های اولیه و امداد رسانی آشنا شده و حوادث خانگی مورد بررسی قرار می‌گیرد و راه‌های پیشگیری از آن نشان داده می‌شود. امید است هنرجویان مهارت‌های لازم را در ارائه کمک‌های اولیه و پیشگیری از حوادث خانگی کسب نمایند.

## سخنی با هنرآموزان

کتاب «اصول کمک‌های اولیه و امداد رسانی» یکی از چهار عنوان کتاب مجموعه استاندارد مهارت‌های سالم زیستن است که شامل پیمان‌های مهارتی اصول کمک‌های اولیه و امداد رسانی و حوادث خانگی و پیشگیری از آن‌ها می‌باشد. ساعات تئوری و عملی هر پیمان مشخص است به منظور اجرای مطلوب آموزش‌های این مجموعه توصیه می‌شود به نکات زیر توجه فرمایید:

– با در نظر گرفتن هدف کلی و جدول زمان‌بندی و مهارت‌های پیش‌نیاز، برنامه آموزشی خود را تنظیم کنید.  
– پیش‌آزمون‌های ابتدای هر واحد کار را بررسی کنید. این کار اطلاعات و مهارت‌های ورودی را ارزیابی و برای شروع برنامه آموزشی انگیزه و تمرکز بیشتری ایجاد می‌کند.

– هنرآموزان عزیز توجه داشته باشند ایجاد توانمندی در جهت کسب مهارت‌های مورد نیاز مهم‌ترین هدف این مجموعه است لذا به اهداف رفتاری هر واحد کار بیشتر توجه شود.

– محتوای آموزشی هر واحد کار براساس روش‌های فعال یاددهی – یادگیری تدوین شده است شامل پرسش‌های انگیزشی، فعالیت‌های عملی، مباحث نظری، جدول‌ها، نمودارها و تصاویر مرتبط با موضوع است که با توجه به هدف‌های رفتاری تدوین شده است.

– به منظور افزایش بازدهی آموزشی توصیه می‌شود، کارهای عملی فردی و گروهی را در کنار مطالعه مطالب نظری انجام دهید. این فعالیت‌های عملی بازدید، تحقیق، تمرین عملی و ... هستند.

– در هر واحد کار مطالبی تحت عنوان «بیشتر بدانید» گنجانده شده است که مطالعه آن صرفاً برای کسب اطلاع بیشتر توصیه می‌شود و جزء برنامه آموزشی نیست.

– در هر واحد کار، نکته‌هایی با اهمیت بیشتر با عنوان «توجه»، «نکته» و آیا می‌دانید طراحی شده است که نشان‌دهنده تأکید بر اهمیت مطلب است.

– در پایان هر واحد کار، چکیده واحد کار، آزمون‌های پایانی نظری و عملی برای ارزش‌یابی بخش‌های نظری و عملی مطرح شده است.

– پاسخ‌نامه پیش‌آزمون و آزمون پایانی نظری هر واحد کار در بخش پیوست‌ها آمده است. توصیه می‌شود به منظور ارزیابی میزان یادگیری محتوای هر واحد کار ابتدا به پرسش‌ها پاسخ داده شود. بعد به پاسخنامه مراجعه کنند.

– در بخش پیوست‌ها پس از معرفی منابع مؤلف یا مؤلفان، بخش دیگری نیز با عنوان «برای مطالعه بیشتر» آمده است. در این بخش کتاب‌ها، نرم‌افزارها و پایگاه‌های اینترنتی که به یادگیری بیشتر هنرجو کمک می‌کند، معرفی شده است. چنانچه این منابع برای هر واحد کار متفاوت باشد، در پایان آن واحد کار ذکر می‌شود.