

خبر سوزه روز

چگونگی مواجهه با مسمومیت ناشی از قارچ سمی

عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی تبریز و عضو داوطلب سازمان هلال احمر با تاکید بر خودداری از مصرف هرگونه قارچ خود رو در طبیعت، چگونگی مواجهه با

مسمومیت ناشی از مصرف قارچ های سمی را تشریح کرد.

فرزاد رحمانی با اشاره به مهیا شدن شرایط رشد قارچ های خودرو در فصل بهار، اظهار کرد: ابتدای هر سال با موجی از مسمومیت های اتفاقی ناشی از مصرف خوراکی قارچ های خودرو و سمی روبه روی شویم و تنها در سال ۹۶ بالغ بر ۱۵۴۰ مورد مراجعه به بیمارستان در اثر مسمومیت با مصرف قارچ های سمی در کشور گزارش شده است.

وی افزود: مصرف خوراکی قارچ های خودرو و سمی تاکنون منجر به فوت، نارسایی کبد و بستری شدن بسیاری از هموطنان و به خصوص ساکنان و گردشگران در مناطق کوهستانی و مرتعی شده است.

وی با اشاره به لزوم اطلاع رسانی در خصوص عدم خوراکی بودن قارچ های خودرو، ادامه داد: مردم باید از مصرف قارچ های خودرو به خصوص قارچ های جمع آوری شده توسط افراد بومی خودداری کرده و جهت حفظ سلامتی خود و خانواده تنها قارچ هایی را که توسط مراکز مجاز و در بسته بندی های دارای مجوز هستند، خریداری و مصرف کنند.

رحمانی خاطرنشان کرد: شناسایی انواع خوراکی قارچ از انواع سمی آن تنها بر اساس خصوصیات ظاهری مانند شکل، رنگ، بو، قوام و مزه مشکل بوده و تنها توسط متخصصان و کارشناسان مجرب قارچ شناسی و گیاه شناسی امکان پذیر است و نباید به توصیه های برخی از افراد در تشخیص انواع سمی از دسته های خوراکی قارچ توجه کرد. وی با بیان این که مصرف قارچ ها توسط پرندگان و سایر جانوران اهلی و وحشی نشان دهنده غیر سمی بودن قارچ برای انسان نیست، اظهار کرد: برخی از روش ها و معیارهای سنتی مانند تغییر رنگ قاشق نقره در اثر تماس با قارچ یا وجود حشرات در اطراف قارچ و محل رویش آن، معیار علمی و صحیح برای تشخیص عدم سمی بودن قارچ در همه موارد نیست.

وی افزود: برخی از سموم موجود در قارچ های سمی، مقاوم به گرما بوده و فرایندهای آماده سازی غذا مانند منجمد کردن، کنسرو کردن، کباب کردن، آب پز کردن، سرخ کردن و بخارپز کردن قادر به تخریب کامل مواد سمی موجود در آن نیست.

او توضیح می دهد که ظاهر این قارچهای سمی بسیار شبیه قارچ خوراکی است و تشخیص آن برای افراد عادی بسیار دشوار است.

ویژگی خاصی که سم این نوع قارچ دارد این است که بلافاصله بعد از مصرف آن علائم مسمومیت ظاهر نمی شود و حال عمومی فرد کاملاً عادی است.

بعد از حداقل شش ساعت تا سه روز علائم مسمومیت در افراد آشکار می شود و این علائم معمولاً با دل پیچه، دل درد، استفراغ و سردرد شروع می شود. از آنجا که بروز علائم مسمومیت با فاصله یک تا دو روزه بعد از مصرف قارچ است بعضاً افراد حتی ممکن است فراموش کنند که مسمومیت آنها در اثر مصرف این قارچ بوده است.

بعد از بروز این علائم با گذشت زمان سم «آمانیتین» در بدن فرد منتشر شده و روی سلولهای بدن و بویژه هسته سلول، خصوصاً آنزیم های RNA پلی مراز تاثیر می گذارد و در میان بافت های بدن، «کبد» بیشتر مورد هدف قرار می گیرد که در مسمومیت های اخیر نیز افراد از ناحیه کبد دچار مشکل شدند.

این پزشک داوطلب در خصوص نحوه مواجهه با مسمومیت ناشی از مصرف قارچ سمی، تشریح کرد: لازم است به هنگام بروز علائم و نشانه های گوارشی مانند تهوع، استفراغ و اسهال یا علائم عصبی به صورت زردس (در عرض دو ساعت پس از مصرف خوراکی قارچ های وحشی و خودرو) باید بیمار را هرچه سریعتر به مرکز درمانی منتقل کرد و در مواردی که علائم گوارشی یا عصبی به صورت تأخیری با فاصله بیش از ۶ ساعت از مصرف قارچ خودرو رخ دهد نیز نشان از سمیت بیشتر قارچ بوده که این نوع قارچ ها در سال های اخیر منجر به نارسایی حاد کبد و مرگ تعدادی از هموطنان شده است.

وی با تاکید بر این که انتقال سریع بعد از شروع علائم بیمار مسموم به یک مرکز درمانی و ارائه شرح حال کامل از مصرف قارچ، امکان درمان موفقیت آمیز را افزایش می دهد، گفت: هرگونه تأخیر در مراجعه بیمار سبب افزایش احتمال شکست درمان و حتی مرگ بیمار می شود

هم چنین با مشاهده علائم و نشانه های بالینی اولیه به ویژه از نوع تأخیری در فردی از سابقه مصرف خوراکی قارچ خودرو باید از هرگونه خود درمانی و درمان علامتی پرهیز کرده و بیمار را در اسرع وقت به بیمارستان منتقل کرد.

وی خاطرنشان کرد: بهتر است تا نمونه باقیمانده قارچ مصرف شده توسط فرد رانیز برای شناسایی کادر پزشکی به بیمارستان برده و تحویل کادر متخصص داد.

نهایتاً با گذشت حداکثر یک هفته تا ۱۰ روز بعد از مصرف این قارچ سمی، فرد ممکن است نیاز به پیوند کبد پیدا کند و یا جان خود را از دست دهد.

افرادی که از مرگ در اثر مصرف این قارچ جان سالم به در می برند ممکن است دارای آسیب های جدی در کبد باشند.

اغلب قارچ های خودرو سمی هستند و تعداد قارچ های خوراکی بسیار اندکند.

نکات حائز اهمیت در پیشگیری و مقابله با مسمومیت های قارچی:

*از مصرف قارچ های خودرو مخصوصاً قارچهایی که در کنار تنها درختان (علی الخصوص درختان خشک شده) می روید و یا قارچ های جمع آوری شده توسط افراد عادی و یا قارچ هایی که به صورت فله ای عرضه می شوند، خودداری کنید. تنها قارچ هایی را که توسط مراکز مجاز و در بسته بندی های دارای مجوزهای سازمان غذا و دارو وزارت بهداشت، درمان و پزشکی می باشند، مصرف کنید



تاب آوری

یعنی افزایش ظرفیت جامعه برای مواجهه و مقاومت در برابر حوادث، جامعه تاب آور، یعنی جامعه ای که پیش از آنکه حادثه ای رخ دهد، آموزش مؤثر دارد. هدف این نیست که جلوی زلزله یا سیل را بگیریم، بلکه باید به نقطه ای برسیم که حوادث ما را از پا درنیاورد. مردم باید خود را نه تنها مخاطب، بلکه بخشی از راه حل بدانند؛ در واقع جامعه ای که آماده است، نه ترسان است و نه منفعل

حضور پررنگ خیران

ما از ظرفیت خیران سلامت استفاده می کنیم. با استانداری تفاهم کردیم که توسعه امکانات ورزشی در محلات باگسترش خانه های هلال همراه باشد. مهم تر از همه، مردم در این مسیر خود جوش وارد شدند. در برخی روستاها، اهالی حتی خودشان مکان آموزش را تأمین کرده اند.

حرکت به سوی هوشمندسازی؛ آینده ای متصل و سریع

به گفته ی سنجر بیگی هلال احمر پلتفرمی یکپارچه در حال توسعه دارد که شامل ردیابی هوشمند خودروها، پیش بینی حوادث بر اساس داده های هواشناسی و لرزه خیزی، و اپلیکیشن ارتباط مستقیم مردم با تیم های امدادی است. جالب تر اینکه از هوش مصنوعی برای تحلیل تصاویر دریافتی از محل حادثه استفاده می شود تا تصمیم گیری سریع تر و دقیق تر صورت گیرد.

امدادگر اول: خود شما هستید.....

او بر این باور است که ما با ۷ هزار نیروی داوطلب و بیش از ۱۰۰ خودروی امدادی آماده ایم. اما امدادگر اول، خود شما هستید. آموزش های ما رایگان است. کافی ست مردم بخواهند. آن وقت، با هم، شهری می سازیم که نه تنها تاب آور، بلکه الگو برای دیگران باشد

...

خدمات هلال احمر در نوروز امسال

این مقام مسئول به خدمات هلال احمر به ویژه در دوره نوروز امسال نیز اشاره کرده و می گوید: خدمات امداد و نجات ما در پنج محور اصلی در حال اجراست: پایگاه های

جاهای، تیم های موقت در مناطق پر تردد مانند گنجنامه، تیم های کوهستان، امداد هوایی و سگ های زنده یاب. ۳۵ پایگاه امدادی فعال هستند و در نوروز اخیر، به بیش از ۲۴۸ هزار نفر خدمات رسانی کردیم. او با اشاره به عملیات های هفتادگانه امداد و نجات در این بازه نیز در بسیاری موارد، پیش از رسیدن ما، این خود مردم آموزش دیده بودند که اقدامات اولیه را انجام داده بودند. «راستای ارتقای فرهنگ ترافیکی، پویش «بهرت» (بهبود رفتار ترافیکی) نیز اجرا شد که ۲۲ هزار و ۲۸۰ نفر به عنوان حامیان و هواداران این پویش مشارکت داشتند و مجموع بهره وران این پویش و طرح فاخر به ۱۵۲ هزار و ۷۶۴ نفر رسیده است. همچنین در این مدت ۲۵ هزار و ۳۳۹ نفر از خدمات داوطلبانه شامل حمایت های معیشتی و اجتماعی برخوردار شدند. جمعیت هلال احمر استان همدان همچنین در زمینه دارویی، درمانی و بهداشتی، فعالیت داشته و در این ایام به ۲۸۰ نفر، خدمات ارائه کرده است ضمن اینکه ۱۵۴ نفر از حجاج همدانی نیز در این بازه زمانی واکسیناسیون شدند.

...

طرح جامع هلال احمر برای آموزش همگانی در سطح کشور

هر ایرانی یک امدادگر کلید خورد

[ملیحه محمودخواه] در کشوری که با خطرات طبیعی همچون زلزله، سیل، طوفان و سایر بحران ها مواجه و بخش قابل توجهی از پهنه آن بر کمر بند زلزله و بحران های طبیعی قرار گرفته، تاب آوری جامعه دیگر تنها یک انتخاب نیست، بلکه ضرورت است. در لحظه ای که زمین می لرزد یا سیلابی ناگهانی خانه ها را در می نوردد، آن چه بین مرگ و زندگی فاصله می اندازد، شاید فقط چند دقیقه آگاهی و آموزش باشد. اینجاست که آموزش های امدادی و طرح های تاب آوری که هلال احمر در اقصی نقاط کشور دنبال می کند، تبدیل به امیدی برای نجات جان انسان ها می شود. در دنیایی پر از مخاطره، دانستن می تواند نجات بخشی باشد.

جمعیت هلال احمر جمهوری اسلامی ایران با اجرای طرح «جامعه تاب آور»، گامی بزرگ در جهت توانمندسازی مردم و کاهش تلفات انسانی در مواقع بحران

مفهوم جامعه تاب آور چیست؟

جامعه تاب آور، مفهومی است که در سال های اخیر به عنوان یک راهبرد نوین در مدیریت بحران وارد ادبیات اجرایی و تخصصی کشور شده است. این مفهوم ناظر به توانمندسازی جوامع در برابر خطرات طبیعی و انسان ساخت، از طریق آموزش، آمادگی و مشارکت فعال مردم است. علی سنجر بیگی مدیر کل جمعیت هلال احمر استان همدان با تأکید بر اهمیت این مفهوم، به «شهروند» می گوید: تاب آوری یعنی افزایش ظرفیت جامعه برای مواجهه و مقاومت در برابر حوادث. جامعه تاب آور، یعنی جامعه ای که پیش از آنکه حادثه ای رخ دهد، آموزش دیده، آماده شده و توان واکنش سریع و مؤثر دارد. هدف این نیست که جلوی زلزله یا سیل را بگیریم، بلکه باید به نقطه ای برسیم که حوادث ما را از پا درنیاورد. مردم باید خود را نه تنها مخاطب، بلکه بخشی از راه حل بدانند؛ در واقع جامعه ای که آماده است، نه ترسان است و نه منفعل. او توضیح می دهد که طرح جامعه تاب آور به صورت ملی در دستور کار جمعیت هلال احمر قرار دارد، اما استان همدان با توجه به موقعیت جغرافیایی، سوابق حوادث و میزان همکاری دستگاه های اجرایی، در اجرای جدی تر این طرح پیش قدم شده است. در واقع، همدان از جمله استان هایی است که با اقدامات ابتکاری، به الگویی برای دیگر استان ها تبدیل شده است.

مدیریت بحران در چهار فاز

او توضیح می دهد که قدم اول در بحث بحران پیشگیری است در این مرحله، اقدامات زیربنایی و زیرساختی مانند مقاوم سازی ساختمان ها، رعایت حریم رودخانه ها و جلوگیری از ساخت وساز غیرمجاز در مسیر سیلاب ها مورد توجه قرار دارد. این بخش عمده تا وظیفه دستگاه های عمرانی و اجرایی است.

اما مرحله بعد یعنی آمادگی نقطه کلیدی برای هلال احمر است. به گفته سنجر بیگی، بیشترین مسئولیت جمعیت هلال احمر در فاز «آمادگی» تعریف می شود. در این فاز، آموزش های همگانی، آماده سازی نیروهای واکنش سریع، تأمین تجهیزات و تربیت امدادگران از جمله مأموریت های اصلی هستند. در مرحله بعد هم که کمک رسانی انجام می شود هلال احمر با اعزام نیروهای امدادی، توزیع اقلام امدادی و مشارکت در بازتوانی آسیب دیدگان فعالیت دارد. اما نکته کلیدی اینجاست که اگر آموزش و آمادگی وجود نداشته باشد، شدت بحران در مرحله پاسخ دو چندان خواهد شد.

چرا آموزش همگانی؟

رئیس جمعیت هلال احمر همدان می گوید: در اکثر حوادث، اولین امدادگران، مردم و بازماندگان همان حادثه هستند. اگر این افراد آموزش دیده باشند، می توانند در همان لحظات طلایی، جان انسان ها را نجات دهند. او با ذکر مثالی از حوادث رانندگی می گوید: اگر کسی دچار شکستگی ستون فقرات شده باشد و فرد ناشنا به اصول امداد، او را جابه جا کند، ممکن است دچار ضایعه نخاعی دائمی شود و این موضوع اهمیت آموزش ها برای همه افراد را دو چندان می کند.

خود امدادی: راهبردی نوین

سنجر بیگی تأکید می کند که باید رویکرد امدادی از «دیگر امدادی» به «خود امدادی» تغییر یابد. یعنی هر فرد، ابتدا بتواند به خودش و نزدیکانش کمک کند.

او توضیح می دهد که در نوروز ۱۴۰۴، جمعیت هلال احمر همدان با برنامه ای خلاقانه، ایستگاه های آموزشی را در مناطق پر تردد مانند غار علی صدر راه اندازی کرد. در زمان انتظار مسافران برای بازدید از غار، گروه های آموزش دیده، مهارت های امدادی را به آن ها آموزش می دادند. این اقدام نشان می دهد که جمعیت هلال احمر از هر فرصتی برای افزایش آگاهی عمومی استفاده می کند و آموزش را نه در کلاس های محدود، بلکه در بستر زندگی مردم جاری می سازد.

آموزش امدادی در مدارس؛ خلأ بزرگ نظام آموزشی

سنجر بیگی با تأکید بر اهمیت آموزش های امدادی در مدارس ادامه می دهد: این آموزش ها باید به عنوان یک درس اجباری در تمام پایه های تحصیلی گنجانده شود. چون نجات جان انسان، برترین اولویت هر جامعه ای است.

او طرح «دادرس» را که در پایه هشتم متوسطه اول اجرا می شود، قدمی مفید دانست اما نا کافی. به عقیده وی، آموزش باید از دوران دبستان آغاز شود.

از امداد محوری به خود امدادی: تغییر یک فلسفه

به اعتقاد مدیر کل جمعیت هلال احمر استان همدان یکی از مهم ترین تحولات اخیر در سیاست های جمعیت هلال احمر، عبور از رویکرد امداد محور به سمت خود امدادی و دیگر امدادی است. در زلزله کرمانشاه، دیدیم که حتی بهترین تیم ها چند ساعت دیرتر از آن دقایق طلایی به محل می رسند. این جا بود که فهمیدیم خود مردم باید آموزش ببینند. به همین دلیل طرح «جامعه تاب آور» را بر سه محور بنا نهادیم: آموزش های همگانی، ایجاد خانه های هلال در محلات و روستاها، و تربیت مربیان محلی از دل همان جامعه.

خانه های هلال: پناهگاه تاب آوری اجتماعی

خانه های هلال، به گفته سنجر بیگی، قلب تپنده تاب آوری در محلات هستند. تا امروز، بیش از ۱۲۰ خانه فعال در استان همدان شده و بیش از ۱۲۰ روستا طرح «هر خانواده یک امدادگر» را تجربه کرده اند. در این طرح، از هر خانواده، یک نفر آموزش کامل می بیند. در عمل، این آموزش ها نه تنها جان نجات داده، بلکه فرهنگ مشارکت را هم در جامعه زنده کرده است.

آموزش در میدان زندگی: نه در کلاس خشک

یکی از بخش های جالب برنامه های نوروزی امسال، اجرای آموزش سیار در غار علی صدر بود. ما از صف های انتظار استفاده کردیم تا مهارت های ابتدایی امداد را به مردم آموزش دهیم. این یعنی آموزش را باید در بطن زندگی مردم جاری کرد، نه اینکه صرفاً منتظر ثبت نام آن ها در کلاس باشیم.