

## کوناکون

شماره ۲۳ اسفند ۱۴۰۴

شماره ۲۱۶۰

۲۴ رمضان ۱۴۴۷

۱۴ مارس ۲۰۲۶

## زندگی بهتر

### چگونه پنجره‌ها را به یک سیر حفاظتی تبدیل کنیم؟



در شرایط بحرانی، خطر ترکش‌های شیشه کمتر از خود انفجار نیست.

به گزارش خبرنگار خبرگزاری مهر، موج ناشی از انفجار می‌تواند شیشه‌ها را به ذرات تیز و برنده‌ای تبدیل کند که با سرعت بالا به سمت فضای داخلی پرتاب می‌شوند.

برای مهار این خطر، رعایت نکات زیر الزامی است:

#### انتخاب الگوی مناسب برای هر شیشه

مطابق تصاویر منتشر شده، شیشه‌ها نباید تنها به صورت یک ضربدر ساده چسب‌زنی شوند. الگوهای ترکیبی (مانند شبکه‌ای، لوزی و ضربدرهای متقاطع) کارایی بیشتری در نگه داشتن قطعات شیشه کنار هم دارند.

برای شیشه‌های بزرگ: حتماً از چسب پهن استفاده کنید تا سطح بیشتری را پوشش دهد.

برای شیشه‌های کوچک: استفاده از چسب برق کفایت می‌کند.

#### قانون طلایی پنجره‌های دوجداره

بسیاری به اشتباه تصور می‌کنند مقاومت پنجره‌های دوجداره کافی است؛ اما طبق دستورالعمل، این پنجره‌ها باید از هر دو سمت (داخل و خارج) چسب‌زنی شوند تا در صورت شکستن لایه بیرونی یا درونی، انسجام ساختاری حفظ شود.

#### ایجاد لایه‌های حفاظتی مکمل

چسب‌زدن به تنهایی کافی نیست. توصیه‌های کلیدی دیگر عبارتند از: نصب طلق‌های پلاستیکی: روی شیشه‌ها را با طلق بپوشانید.

سد دفاعی با منسوجات: پشت تمام پنجره‌ها پرده‌های ضخیم یا حتی پتو نصب کنید تا در صورت خرد شدن شیشه، مانع از ورود قطعات به داخل اتاق شود.

تغییر چیدمان: تخت‌خواب، میز کار و محل نشستن اعضای خانواده را از مجاورت پنجره‌ها دور کرده و آینه‌ها یا ظروف شیشه‌ای تزئینی را به کمد‌ها یا نقاط امن منتقل کنید.

ایمنی در برابر انفجار از جزئیات کوچک آغاز می‌شود. چسب‌زدن درست، تفاوت میان یک خراش ساده و یک جراحات عمیق است.

## کتابخانه

### چراغ کتابفروشی‌های انتشارات امیرکبیر در روزهای جنگ روشن است



چراغ کتابفروشی‌های انتشارات امیرکبیر در روزهای جنگ روشن است

در پی حملات ددمنشانه دشمنان به خاک میهن، دو فروشگاه انتشارات امیرکبیر، با تمام ظرفیت پذیرای علاقه‌مندان کتاب و فرهنگ‌دوست خواهند بود.

به گزارش خبرنگار مهر، در پی حملات ددمنشانه و تجاوزات آمریکایی‌مهیونی به خاک پاک

میهن اسلامی، بدین‌وسیله به اطلاع عموم ملت شریف و غیور ایران می‌رساند که دو شعبه فخرآزای و کوثر انتشارات امیرکبیر در خیابان انقلاب، باز بوده و آماده خدمت‌رسانی است.



می‌روند و خانواده‌ها تلاش می‌کنند حتی در سخت‌ترین شرایط، امید را در دل فرزندان‌شان زنده نگه دارند.

#### امید آکسیر این روزهای سخت

در دل این همه ویرانی، امید آکسیر این روزهای سخت است و همین امید است که زندگی را زنده نگه می‌دارد. امید به روزی که دوباره صدای خنده کودکان در کوچه‌ها شنیده شود؛ امید به روزی که مدرسه‌ها دوباره پر از

سنگینی را گذاشتند، بیش از پنجاه همکار رشید ما دچار مجروحیت و مصدومیت شدند و یکی از همکاران ما به درجه رفیع شهادت نائل شد. وی اظهار داشت: در این حملات وحشیانه هجده آمبولانس از چرخه عملیات خارج شده و سه آمبولانس نیز مورد اصابت مستقیم موشک قرار گرفته‌اند. بیست و یک مرکز از چرخه خدمت‌رسانی به صورت کامل خارج شدند.

می‌شوند.

در میان این روایت‌ها، نام کودکان بیش از همه دل‌ها را می‌فشارد. کودکانی که قرار بود صبحشان را با زنگ مدرسه آغاز کنند، با صدای انفجار از خواب می‌پرند. دخترهایی که باید پر آوار پیدا می‌شود. عروسک‌های و اسباب‌بازی‌ها که لایه‌لای آوار آتش بر دل هر بیننده می‌زند.

نیمکت‌هایی که قرار بود دانش‌آموزان پشت آن علم و دانش فراگیرند و با همکلاسی‌های خود روزهای پایانی سال را سپری کنند، ناگهان در سکوتی سنگین فرو می‌روند و در این وضعیت وقتی مدرسه هم آسیب می‌بیند، فقط یک ساختمان ویران نمی‌شود بلکه آینده‌ای که باید ساخته شود نیز زخمی می‌شود.

در کنار این تصاویر تلخ، امدادگرانی هستند که داستان‌شان کمتر گفته می‌شود. کسانی که وقتی همه از محل حادثه دور می‌شوند، آنها به سمت خطر می‌روند. با دست‌هایی خالی اما با امیدی بزرگ، تلاش می‌کنند جان‌هایی را که زیر آوار مانده‌اند، نجات دهند. برای بسیاری از مردم، دیدن لباس‌های امدادی در میان دود و خاکستر، نشانه‌ای از امید است؛ نشانه اینکه هنوز کسی هست که برای زندگی می‌جنگد.

اما شاید مهم‌ترین روایت این روزها، روایت تاب‌آوری مردم باشد. مردمی که با وجود همه تلخی‌ها هنوز ایستاده‌اند. در شهرهایی که صدای انفجار شنیده می‌شود، زندگی به شکل عجیبی ادامه پیدا می‌کند. ناآوایی‌ها باز است، همسایه‌ها مهربان‌تر از قبل، به کمک یکدیگر

در میان صدای زوزه جنگنده‌ها، پهلپادا و موشک‌ها، این مردم عادی هستند که بیشترین بهای جنگ را می‌پردازند؛ کودکانی که رؤیاهایشان ناتمام می‌ماند و خانواده‌هایی که میان آوار، هنوز امید را رها نکرده‌اند.

به گزارش ایرنا - وقتی جنگ آغاز می‌شود، نخستین چیزی که می‌شکند دیوار خانه‌ها نیست بلکه آرامش زندگی مردم است. شهری که تا دیروز صدای بازی کودکان در کوچه‌هایش می‌پیچید، ناگهان با صدای جنگنده‌ها و انفجارهای مهیب از این سو و آن سو از خواب می‌پرد. در چنین لحظه‌هایی، جنگ دیگر یک خبر یا تحلیل سیاسی نیست بلکه واقعیتی است که وارد خانه‌ها شده و نفس زندگی را تنگ کرده است.

برای مردمی که در دل بحران زندگی می‌کنند، جنگ فقط صدای موشک‌ها نیست؛ جنگ یعنی شبی که مادر با هر صدای انفجار فرزندش را محکم‌تر در آغوش می‌گیرد. یعنی پدری که در تاریکی شب، چشم به سقفی دوخته که هر لحظه ممکن است فرو بریزد. یعنی کودکی که هنوز نمی‌داند جنگ چیست اما از صداهای مهیب می‌ترسد.

#### غیرنظامیان بیشترین بهای جنگ را می‌پردازند

در چنین شرایطی، غیرنظامیان بیشترین بهای جنگ را می‌پردازند. مردمی که هیچ سلاحی در دست ندارند و تنها دارایی‌شان خانه‌ای است که برای ساختنش سال‌ها تلاش کرده‌اند. خانه‌هایی که باید امن‌ترین جای جهان باشند گاهی در چند ثانیه به تلی از آوار تبدیل

### ارایه خدمت اورژانس تهران به ۴۳۰۰ مصدوم در ایام جنگ

رییس اورژانس تهران گفت: از روز ابتدای جنگ تا کنون به ۴۳۰۰ مصدوم و مجروح در تهران ارایه خدمت صورت گرفته است.

به گزارش خبرنگار مهر اسمائیل توکلی، رئیس اورژانس استان تهران در رابطه با جنگ در این چند روز اخیر توضیحاتی را ارائه کرد و گفت: از روز دوم جنگ آمریکا و صهیونیست بود که ستاد مرکزی استان تهران به دلیل حجم حملات در ساختمان‌های مجاور اطرافش

دچار آسیب‌های بسیار جدی شد و از چرخه خدمت‌رسانی خارج شده است.

وی افزود: در این همکاران ما به بیش از چهار هزار و سیصد مصدوم در صحنه ارائه خدمت کردند که این خدمت‌رسانی‌ها منجر به انتقال سه هزار و چهارصد مجروح مصدوم به بیمارستان شده است.

توکلی اذعان کرد: متأسفانه در طول این ایام بیش از چهارصد و شصت و هشت شهید، بر دل‌های ما داغ

## داستان مصور

تذکر ممنوع

## اینفوگراف

هنرمند: حسین نقیب

### اقدام اولیه برای مصدوم جنگی

## ارزیابی اولیه مصدوم

به مراحل ارزیابی برای کشف و کمک به رفع هرگونه مشکل تهدیدکننده حیات، ارزیابی اولیه گفته می‌شود.

ابتدا از روبرو به مصدوم نزدیک شوید و با قرارگیری در پشت سر مصدوم، با دو دست سر و گردن او را ثابت نگه دارید تا در صورت وجود آسیب به ستون فقرات، از آسیب‌های بیشتر جلوگیری کرده باشید.



چنانچه خونریزی جهنده خارجی مشاهده می‌کنید، با استفاده از یک گاز یا پارچه تمیز، با فشار مستقیم سعی کنید آن را متوقف کنید. در صورتی که خونریزی متوقف نشود، اگر خونریزی در اندام است، از شریان بند استفاده کنید. چنانچه خونریزی در اندام نیست، با استفاده از پارچه‌های بیشتر و فشار مستقیم شدید تر، تلاش کنید تا خونریزی را متوقف کنید.

### آیا مصدوم هوشیار است؟

برای اینکار با صدای رسا او را صدا بزنید. آقا... آقا... خانم... خانم...

اگر مصدوم عادی صحبت می‌کند یا گریه می‌کند، راه هوایی اش باز است. اما اگر صدای تنفس غیرطبیعی مانند خرخرمی شنوید، احتمالاً راه هوایی مسدود بوده و باید بررسی شود و مشکل وی برطرف گردد.



اگر مصدوم عادی صحبت می‌کند یا گریه می‌کند، راه هوایی اش باز است اما اگر صدای تنفس غیرطبیعی می‌شنوید، ابتدا داخل دهان مصدوم را نگاه کنید. اگر جسم خارجی که عامل انسداد باشد را در دهان دیدید، با یک انگشت از گوشه دهان وارد کرده و به صورت جارویی آن را خارج نمایید

اگر مصدومی به پشت خوابیده و بی‌هوش است به دلیل احتمال انسداد راه هوایی باید به پهلو خوابانده شود البته با توجه به احتمال آسیب ستون فقرات باید سرو تنه همزمان با هم به پهلو چرخانده شده تا خون یا محتویات موجود در راه هوایی خارج شده و ستون فقرات نیز دچار جابجایی و آسیب بیشتر نشود

برای اطمینان از وجود تنفس، به مدت ۱۰ ثانیه به قفسه سینه مصدوم نگاه کنید. در صورت وجود تنفس، قفسه سینه بالا و پایین می‌رود. اگر بیمار تنفس ندارد، در صورتی که مهارت تنفس دهان به دهان را بلد بودید و تمایل به انجام آن داشتید، آن را انجام دهید.

برای اطمینان از این‌کار می‌توان تیغ مج دست یا نیغ کردن را بررسی نمود. همچنین می‌توان از روش ساده‌تر بسترناخن استفاده نمود. برای این کار بستریکی از ناخن‌های دست سالم را فشار دهید تا سفید رنگ شود. حال ناگهان آن را رها کنید، در صورت گردش خون موثر، بسترناخن باید حداکثر در ۲ ثانیه به رخن و به رنگ صورتی درآید.

آیا مصدوم نفس می‌کشد؟

آیا گردش خون برقرار است؟

