

بررسی تأثیر آموزش و تجهیزات بر کیفیت امداد و نجات کوهستانی

مصطفی سرور^۱

تاریخ دریافت: ۱۴۰۰/۱۲/۲۹ تاریخ چاپ: ۱۴۰۱/۰۱/۲۹

چکیده

امروزه ورزش کوهنوردی و گردش دسته جمعی در کوهستان بسیار مورد توجه قرار گرفته است و با توجه به حوادث احتمالی پیش رو برای این ورزش و اهمیت ایمنی، وجود نیروی ویژه دوره دیده را در این امر بسیار مهم جلوه می دهد و نیاز به امداد در کوهستان را الزامی می کند همانطور که از اسم امداد در کوهستان مشخص است یک فعالیت امدادی در محیط کوهستان است که همین موضوع ایجاب می کند امدادگران از نظر توان جسمانی و ورزشی در حد مطلوبی بوده و با ورزش کوهنوردی نیز آشنا شوند. این نوع کمک رسانی بخاطر حساس بودن موقعیت از نظر مکان و دسترسی و محدودیت امکانات موجود بسیار حائز اهمیت و مورد توجه است. به این دلیل این مقاله به بررسی تأثیر آموزش مهارت های امداد و نجات کوهستانی و تجهیزات بر کیفیت کوهنوردی و امنیت جان کوهنوردان پرداخته است. مطالعه مروری حاضر از طریق جمع آوری اطلاعات مورد نیاز تحقیق با استفاده از جستجو در پایگاههای دادهای داخلی و روش کتابخانه ای و با مراجعه به منابع معتبر، کتب و مقالات و تجربیات واقعی گرد آوری شده است.

واژگان کلیدی

امداد، ورزش کوهنوردی، کوهستان، امداد کوهستان

۱. کارشناس سازمان آتش نشانی رشت.

مقدمه

جمعیت هلال احمر و سازمان آتش نشانی سالهاست که به عنوان متولیان اصلی امداد و نجات در سطح کشور فعالیت دارند. هلال احمر در فعالیتهای برون شهری و آتش نشانی در داخل شهرها عموماً در کنار سازمانهایی چون اورژانس به نیازهای مردم در حوادث رسیدگی می نمایند. طبیعی است این سازمان ها باید از امکانات پیشرفته ای بهره مند شوند. از جمله وظایف این سازمانها به منظور برنامه ریزی در امر امداد و نجات کشور و تعیین ردیف بودجه سازمانی ایشان، ارائه آمار حوادث با مشخص نمودن کلیه جزئیات می باشد. بدیهی است ارائه آمار نقش مهمی در برنامه ریزی آینده این نهادها دارد.

گذشته از اینکه هیچکدام از این سازمانها بر اساس آنچه در اساسنامه خود آورده اند وظیفه مشخصی در امداد و نجات کوهنوردان و حوادث کوهستانی ندارند، اما به فراخور نیازهای جامعه از این امر فروگذار نبوده و بنابر نیاز جامعه همواره در خدمت کوهنوردان و گردشگران کوهستان بوده اند. در بحث حوادث کوهستان، بدلیل حساسیت موضوع و فنی بودن کار، در اکثر مواقع بهره گیری از نیروهای کوهنورد در عملیات های جستجو و نجات اجتناب ناپذیر بوده و در بیشتر مواقع عدم حضور کوهنوردان، شاید غیر قابل تصور باشد. کوهنوردان بدلیل تجربیات بالا در ورزش کوهنوردی و کسب آموزشهای فنی لازم، معمولاً در اکثر عملیات های جستجو و نجات در کوهستان در کنار نیروهای امدادی فعالیت داشته و در این خصوص کمک شایانی را به حادثه دیدگان ارائه می دهند.

امروزه در جهان، روند بررسی و رفع مشکلات و عوامل اصلی حوادث با گذر زمان برای هر کدام از این عوامل راهکارهایی اندیشیده شده که در هنگام بروز حوادث، کمترین خسارت را به بار آورد؛ از جمله آموزش و بالا بردن سطح آگاهی افراد کوهنورد در خصوص عملیات امداد و نجات کوهستانی ضروری و یک روش مقابله با خطرات در پیش رو می باشد. ورزش کوهنوردی، با خطر همراه است، معمولاً بخشی از هر کتاب آموزش کوهنوردی، اختصاص به شناخت خطرهای کوهستان و راه های مقابله با آن دارد. همچنین، در بیشتر شماره های هر مجله کوهنوردی، اخباری از حادثه های مرگبار یا دردناک به چشم می خورد. لذا در این خصوص نیاز به دانستن و آشنایی با مفاهیم مربوطه می باشد. فراگیری درست تکنیکها و روشهای مناسب در کوهنوردی باعث ارتقا سطح کیفی کوهنوردی میگردد و تنها در یک نظام هدفمند و با رعایت سلسله مراتب آموزش متناسب با سطح تجربه شاگردان میتوان انتظار بهبود کیفیت بهینه را داشت. متأسفانه منابع اطلاعاتی و آگاهی از این وسایل در ایران محدود می باشد و لازم است محققان و کاوشگران به بررسی و مطالعه و تحقیق در خصوص این وسایل پردازند و سپس آنها را به ورزشکاران معرفی نمایند کتاب برف و بهمن و روش های کنترل آن در بخش پایانی کتاب به معرفی و نقش برخی از تجهیزات فردی مورد نیاز کوهنوردان و اسکی بازان پرداخته است (احمدی، حسن و همکاران، ۱۳۹۴). به طور کلی مردم ایران ورزش های کوه نوردی و اسکی بازی را جز ورزش های گران قیمت در نظر خود تجسم می کنند و تنها عده محدودی از مردم به این ورزش های شاد و مفرح به صورت حرفه ای علاقمند هستند. همین موضوع باعث شده است که در مجامع علمی و تخصصی نیز مسائل مربوط به ایمنی کوهنوردان و اسکی بازان در مناطق کوهستانی و برف گیر کمتر مورد توجه و بررسی قرار گیرد. در ادامه این مقاله مهم

ترین و اساسی ترین آموزش های مقدماتی و وسایل و تجهیزات فردی یک کوهنورد یا اسکی بازان که در کوهستان و مناطق برفی مورد نیاز است را مورد بررسی قرار می دهیم.

تاریخچه جستجو و نجات

در خصوص شکل گیری کمیته پزشکی، جستجو و نجات فدراسیون که به شکل رسمی فعالیت خود را از ابتدای سال ۱۳۹۴ آغاز نمود و در ابتدای امر با تعیین نفرات این کمیته در حوزه های مربوطه شامل ریاست، دبیر، مسئول آموزش، مسئول ایمنی، مسئول ستاد اطلاع رسانی و روابط عمومی و تعیین آیین نامه های داخلی و تعیین آیین نامه های استانی و در ادامه تدوین طرح درسها در سه حوزه مبانی جستجو و نجات، نجات فنی و نجات برف شکل گرفت. پس از آن با برگزاری کلاسهای متعدد آموزشی اقدام به پرورش مربی و مدرس در هر سه حوزه نموده و کلاسهای عمومی آموزشی از سال ۱۳۹۵ تا کنون به شکل رسمی اجرا گردید. در حوزه های دیگر نیز فعالیت های چشم گیری در خصوص ایمنی در کوهستان و برقراری ستاد های اطلاع رسانی در نقاط پرحادثه کوهستانهای سراسر کشور با کمک هیات های استانی و کمیته های جستجو نجات انجام شد. با پیگیری این کمیته نشستهای سالیانه کمیته جستجو و نجات استانهای سراسر کشور با هدف ارائه گزارش و طرح مشکلات و موانع موجود و معرفی کمیته برتر برگزار می گردد. با پیگیری های پی در پی بالاخره در تابستان ۱۳۹۸ عقد تفاهم نامه سازمان امداد و نجات هلال احمر و فدراسیون کوه نوردی به سرانجام رسید که پیامدها خوش آیندی به دنبال داشت که از جمله مهمترین آنها با تصویب مجلس شورای اسلامی متولی امداد و نجات کوهستان هلال احمر شناخته شد و فدراسیون کوه نوردی به عنوان پشتیبان در کنار هلال احمر قرار گرفت. همچنین در خصوص امداد و نجات کوهستان کلیه خدمات لجستیک و ترابری و امکانات هلال احمر جهت امداد در کنار کوه نوردان امدادگر به کار گرفته خواهد شد و در نهایت در خصوص مباحث بیمه و حقوقی در عملیات های امداد و نجات با حمایت هلال احمر انجام می گیرد. با امید به پیشرفت های روز افزون کمیته های جستجو و نجات و کاهش حوادث کوهستان. (کمیته پزشکی جستجو و نجات فدراسیون کوه نوردی زمستان ۱۳۹۸)

تعاریف مفاهیم:

حادثه:

عبارتست از یک اتفاق پیشبینی نشده و خارج از انتظار در یک محدوده کوچک که سبب صدمه و آسیب گردد و اغلب توسط نیروها یا تیم های تک ماموریتی در محل مانند هلال احمر، اورژانس و آتش نشانی قابل کنترل است

خطر:

هر پدیده طبیعی و یا غیر طبیعی یا شرایطی که بالقوه بتواند آسیب به مردم، اموال، سیستمهای خدماترسان یا محیط وارد کند را خطر گویند.

بحران:

یک وضعیت اضطراری که نیاز آنی به پاسخ داشته و می تواند در سیاست، اقتصاد، اجتماع یا هر روند برنامه ریزی شده وزیر بنایی جامعه، اختلال جدی ایجاد کند؛ مانند خشکسالی، کودتا، بحران اقتصادی و

مدیریت بحران:

مجموعه فعالیتهای صورت گرفته برای کنترل شرایط اضطراری و فراهم آوردن شرایطی برای کمک به افراد در معرض خطر یابازایی اثرات ناشی از بحران را مدیریت بحران گویند.

پیشگیری:

مجموعه اقداماتی است که با هدف جلوگیری از وقوع مخاطرات یا کاهش آثار زیان بار آنها انجام می شود.

مصدوم:

به معنای آسیب دیده می باشد که در اثر برخورد شیئی با فرد و یا بلعکس شخص دچار جراحت شده و مصدوم می گردد.

تعریف جستجو و نجات:

پیدا کردن و امداد رسانی به افرادی که در مخاطره افتاده اند و تسکین آلام و جراحات وارده بر آنها و یا عبارتست از بررسی دقیق یک عمل یا منطقه به منظور یافتن افراد گم شده و یا آسیب دیده.

امداد و نجات:

کلیه اقداماتی را که در جهت خارج شدن از شرایط بحرانی و قرار گرفتن در شرایط طبیعی و عادی انجام می شود، امداد و نجات گویند.

ارگانهای امدادی:

به تشکیلات دارای سازمان که برحسب وظایف قانونی مسئولیت ارائه خدمات امداد و نجات را عهده دار میباشند، گویند. مثل اورژانس، آتشنشانی، جمعیت هلال احمر.

نجات:

به مجموعه اقداماتی از قبیل دسترسی و دستیابی، تثبیت و رهاسازی، ارائه کمک ها و خدمات اولیه پزشکی و انتقال فرد آسیب دیده به مراکز درمانی اطلاق می شود.

اصول جستجو و نجات در هر شرایطی شامل مراحل ذیل است:

پیش طراحی: چگونگی دسترسی به مصدوم و مجسم کردن صحنه حادثه در ذهن.

آگاهی از حادثه: چگونگی وقوع حادثه و احتمال وقوع دیگر حوادث.

تدبیر و برنامه ریزی: استفاده صحیح از تجهیزات موجود و مورد نیاز احتمالی.

تاکتیک ها و راهبردها: هدایت نیروهای عملیاتی و تقسیم وظایف برحسب توانایی و تبحر افراد در موارد خاص.

تعلیق: مرحله ایست که نه عملیات به پایان رسیده و نه نجاتگر از صحنه حادثه خارج شده است.

انتقاد: انتقاد صحیح از افراد نجات گر پس از اتمام عملیات به صورت عملی و منطقی برای بهبود در روند کار جستجو نجات.

مشخصات کلی یک امدادگر عملیات جستجو و نجات:

مهارت، تواضع، توانایی، صلاحیت، دانش فنی، اشتیاق، توان بدنی بالا، قدرت تحمل زندگی در شرایط سخت

نکته ای که اینجا است در عملیات جستجو باید از کلمه ما بجای کلمه من استفاده کرد و خطا که باعث سرخوردگی و تصمیمات عجولانه می شود.

تقدمها در عملیات های جستجو:

در عملیات جستجو و نجات، سه نکته بر همه چیزهای دیگر اولویت دارد:

۱- ابتدا حفظ سلامت و جان نجاتگر و امدادگر

۲- حفظ سلامت و جان گروه دوستان نجاتگر و امدادگر

۳- حفظ سلامت و جان زخمیان و مصدومین

تیم جستجو و نجات در کوهستان:

تیم سازماندهی شده جستجو و نجات در کوهستان وسایر محیط های طبیعی مانند کویر، جنگل، غار و دره، برف و کولاک، سنگ، دیواره و فضای معلق، تیمی می باشد که دانش، مهارت و توانایی لازم در جهت پاسخگویی به حوادث و سوانح کوهستان را دارا می باشد و در این جهت آموزش دیده است.

ساختار تیم جستجو و نجات در سوانح کوهستان:

فرمانده-نجاتگر ایمنی-نجاتگر فنی-نجاتگر تدارکات-نجاتگر مستند سازی

ماموریت:

ارائه خدمات جستجو و نجات برای افراد یا گروه های حادثه دیده در کوهستان و سایر محیط های طبیعی مانند کویر، جنگل، غار و دره، برف و کولاک، سنگ، دیواره و فضای معلق و انجام سایر عملیات جستجو و نجات بنابر صلاحدید مسئولین.

رعایت اصول زیر از سوی کوهنوردان و گردشگران مناطق کوهستانی، در همه فصول سال الزامی

است:

۱- همراه داشتن پوشاک کافی، اضافی و مناسب فصل.

۲- آگاهی یافتن از وضعیت آب و هوایی کوهستان، قبل از صعود به ارتفاعات.

۳- حساس بودن و توجه به روند تغییرات سریع یا آهسته؛ در وضعیت آب و هوای کوهستان.

۴- به همراه داشتن وسایل ضروری کوهستان، شامل: داروهای شخصی، آب و مواد غذایی کافی، فلاسک آب جوش، وعده غذایی اضافه، کیسه زباله انفرادی، چراغ پیشانی همراه با باتری اضافه، سوت، آینه، قطب نما، نقشه منطقه کوهستان، کیف کمک های اولیه، چاقو، کبریت، کارت شناسایی، کیت بقاء، تلفن همراه و...

۵- استفاده از مسیرهای مشخص و پاکوب شده؛ جهت صعود و فرود

۶- خودداری از صعود انفرادی. همراه بودن با گروه و افراد مجرب الزامی است

۷- خودداری از رفتن به ارتفاعات؛ تا ۷۲ ساعت پس از بارش برف (به لحاظ احتمال ریزش بهمن).

۸- فراگیری آموزش های کوه نوردی در مراجع ذیصلاح و معتبر.

۹- همراه داشتن شماره تماس نزدیک ترین ارگان های امداد رسان منطقه (اورژانس، هلال احمر و نیروی انتظامی) و

.....

ازجمله آسیب هایی که به افراد کوهنورد وارد می شود و باعث آسی دیدگی گی گردد عبارتند از: شروع فصل زمستان و شیوع مشکلی به نام سرما زدگی:

آسیب به اندام های انتهایی مثل انگشتان پاها، دست ها، بینی و گوش است. یکی از روش های دفاعی بدن انسان در مقابله با سرمای محیط این است که رگ های محیطی تنگ می شود تا حرارت بدن حفظ شود. برای جلوگیری از آسیب اندام های انتهایی هر چند دقیقه یکبار رگ ها باز می شود تا خون جریان یابد و دوباره بسته می شود. اولین اقدام درمانی برای این بیماران رساندن سریع آنان به محیط گرم است. اقدام بعدی گرم کردن آرام اندام های یخ زده است. در این مرحله آنچه که اهمیت اساسی دارد، این است که هرگز نباید اندام یخ زده را در معرض گرمای شدید و مستقیم قرار دهیم، زیرا گرم شدن اندام یخ زده قبل از برقراری جریان خون باعث مرگ سلول های عضو مبتلا می شود.

فرودهای پر حادثه:

بیشتر از ۸۰ درصد آسیبهای کوهنوردی، در هنگام فرود اتفاق می افتد. تجربیات ما از حوادث سالهای اخیر کوهنوردی و همایالیانوردی هم همین مسئله را نشان میدهد، چه در کوهنوردان آماتور و چه در کوهنوردان حرفه ای.

کمکهای اولیه یک وسیله ضروری برای هر کوهنورد:

مزیت این کیت دارا بودن داروهای لوازم تخصصی و مورد نیاز در ورزش کوهنوردی و بیماریهای ارتفاع است. برخی از لوازم و داروهای موجود در این کیت عبارتند از:

- باند سه گوش
- باند ساده ۱۰ سانت
- چسب کاغذی ضد حساسیت
- گاز استریل
- بتادین
- چسب ساده زخم بندی
- برخی داروهای ساده همچون: استامینوفن - متوکلوپرامید - استازولامید - پرل - TNG دیفنوکسیلات - دگزامتازون.
- دفترچه راهنمای داروهای مصرفی
- قیچی و پنس
- چوب های کوچک مخصوص آتل بندی
- تب سنج
- پماد سوختگی
- پماد و قرص ضد حساسیت

➤ الکل ضد عفونی

➤ وسایل ادوات و وسایل مورد نیاز به تشخیص کوهنورد

آشنایی با برخی از روشهای حمل و نقل مصدوم:

جابه جایی یا انتقال مصدوم به روش مناسب از محلی به محل دیگر را حمل مصدوم می گویند. ایمنی و راحتی حمل از اولین ملاحظات است که باید در مورد مصدوم رعایت شود، توجه داشته باشید بی دقتی و عدم رعایت شرایط لازم در حمل باعث وخیم شدن وضع مصدوم خواهد شد.

مهمترین تجهیزات فردی مورد نیاز در مناطق کوهستانی و برف گیر:

چنانچه می دانیم در کنار زیبایی و نشاط کوهنوردی خطرات مرگ آفرین مهیبی نیز وجود دارد. بهمن، سقوط از ارتفاع، سرمازدگی و... از جمله این خطرات می باشند. پیشرفت علم و تکنولوژی در زمینه ورزش و تجهیزات ورزشی نیز کم نبوده است و امروزه وسایل و تجهیزات پیشرفته ای به کمک و یاری ورزشکاران آمده تا ایمنی آنها را افزایش دهد و باعث کاهش صدمات و تلفات شود. به طور کلی تجهیزات مورد استفاده در مناطق کوهستانی و برف گیر برای یک فرد به سه گروه عمده تقسیم می شوند:

➤ وسایلی که جهت صعود و اسکی بازی و انجام فعالیت های مختلف استفاده می شود و در واقع وسایل ورزشی هستند؛ مانند لباس، کفش، چوب اسکی.

➤ وسایلی که در هنگام بروز حادثه به کار می آیند و جهت کمک به ورزشکار و کاهش تاثیرات حادثه به کار می آیند؛ مانند بالشتک هوا، طناب، چکش.

➤ وسایلی که بعد از بروز حادثه به کمک ورزشکار می آیند مانند فرستنده های نجات، وسایل ارتباطی، ردیاب ها.

لباس مخصوص

اولین موردی که شما در یک منطقه برف گیر و سرد کوهستانی حتماً لازم است مورد توجه قرار دهید و بدون توجه به آن سایر فعالیت ها و تجهیزات شما و استفاده از آنها مختل خواهد شد یک لباس مخصوص و مناسب می باشد. لباسی که هم به شما اجازه انجام فعالیت های ورزشی و حرکات مورد نظر را بدهد و هم اینکه شما را در برابر سرما و یخ زدگی محافظت کند. معمولاً معمولاً لباس های مخصوص مناطق برفی از سه لایه تشکیل شده اند: لایه زیرین که با پوست ورزشکار در تماس است. یک لایه عایق که در واقع محافظت کننده حرارت است و مانع خروج گرما و حرارت بدن ورزشکار می شود و از او در مقابل سرما دفاع می کند. این لایه به عنوان لایه پایه شناخته می شود و می بایست سبک و معمولاً معمولاً از جنس ابریشم یا ابریشم مصنوعی و یا پشم است؛ و نباید از جنس کتان باشد.

دستکش

مسلماً یکی از ضروری ترین وسایل پوششی در ورزش های کوهستانی دستکش می باشد. در بسیاری از مقالات و نوشتارهای تخصصی در خصوص تجهیزات فردی مورد نیاز در مناطق کوهستانی هنگامی که به مطالعه آنها می پردازید و دقت می کنید اغلب از ذکر دستکش به عنوان مهمترین ابزار انفرادی غافل مانده اند؛ و شاید آن را به همراه لباس مخصوص اسکی و کوه نوردی می دانند. دستکش های مخصوص کوه نوردی و اسکی بازی می بایست ضد آب،

چسبنده به دست و دارای قابلیت انعطاف بسیار زیاد جهت سهولت در انجام اموری از قبیل گره زدن، اسکی، گرفتن طناب و کشیدن آن و مهار کردن و ... باشند. همچنین می بایست در مقابل هوای سرد، طوفانی، یخ و ... مقاوم و عایق باشند. مهمترین نکته در خصوص دستکش این است که دست ها را خشک و گرم نگه دارند. خیس شدن و مرطوب شدن دست در مناطق کوهستانی و دمای زیر صفر درجه سانتیگراد یک مشکل رنج آور خواهد بود

کلاه

یکی دیگر از وسایل مورد نیاز در مناطق کوهستانی کلاه می باشد اگر در سر به مناطق برف گیر و کوهستانی کلاه به همراه نداشته باشید پس از مدت زمانی تقریباً فعالیت شما مختل خواهد شد کلاه با توجه به فعالیت گرم و پشمی و پوشاننده سر و گردن و یا محافظ سر مس باشد.

جوراب

همانطور که دست ها و صورت به پوشش گرم نیاز دارند تا باعث افزایش و کار آمدی ورزشکاران و مسافران مناطق کوهستانی و برف گیر شوند، پا ها هم نیازمند جوراب های مناسب می باشند. اگر پاهای شما در مناطق کوهستانی گرم و خشک نباشند مسلماً در مناطق سرما دچار رنجش و مشکل خواهید شد. جوراب های مناسب از ضروریات می باشد

کفش مناسب

کفش مناسب با نوع فعالیت اسکی یا کوهنوردی انتخاب می شود؛ و یک وسیله مشخص و معین می باشد که برای انجام اسکی یا کوهنوردی کفایت به فروشگاههای تجهیزات ورزشی بروید و جهت خرید آن اقدام کنید؛ و مانند یک کفش معمولی نیازمند آن نیست که به فروشگاههای مختلف بروید. این کفش ها مناسب برف های عمیق می باشند و در زمین های شیب دار می توانید از آنها استفاده کنید. معمولاً ممکن است یک پوشش و یا دو پوشش باشند. محکم و غیر قابل انعطاف هستند. انتخاب یک کفش مناسب جهت کوهستان از ضروریات می باشد؛ و عدم استفاده از کفش مناسب ریسک خطرناکی خواهد بود.

عینک کوهنوردی

عینک باید از چشمان در مقابل نور آفتاب و برف و بازتاب نور و اشعه محفظت کند.

همچنین وسایل مهم دیگر عبارتند از

کرامپون- انواع کرماها - بیلچه برف روبی - کلنگ- چراغ قوه - کیف کمک های اولیه - کوله پشتی - جعبه ابزار- تجهیزات خوراکی- شیب سنج- فرستنده پیام- طناب بهمن- بالشتک هوا- چوب دستی- وسایل تجهیزات شخصی

نتیجه گیری

امروزه ورزش های کوهستانی و برفی طرفداران بسیاری دارند؛ اما این ورزش های مفرح همواره خطرات بسیاری را نیز به دنبال خود داشته اند. خطراتی نظیر سقوط، مدفون شدن در برف و بهمن، ماندن در مناطق برفی صعب العبور و مواردی از قبیل. از طرف دیگر پیشرفت علم و تکنولوژی تکنولوژی در این زمینه هم کم نبوده است آشنایی و آگاهی از وسایل و تجهیزات پیشرفته دنیا تاثیر به سزایی در استفاده از پیشرفت های صورت گرفته دارد. متأسفانه در کشور ایران به دلیل عدم اطلاع و آگاهی از این پیشرفت های صورت گرفته، بسیاری از کوهنوردان و اسکی بازان از وجود چنین وسایل ایمنی

پیشرفته حتی اطلاع نیز ندارند. امید است با تحقیقات و مطالعات بیشتر در این زمینه کشور ما نیز از وجود و نحوه استفاده از وسایل پیشرفته در خصوص ورزش ها و فعالیت های مرتبط با مناطق کوهستانی و برف گیر اطلاع و آگاهی بیشتری حاصل کند. همچنین بالا بردن اطلاعات و آگاهی از موارد کوهنوردی و کارهای امدادی در کوهنوردی و به همراه داشتن شماره های اضطراری در مواقع ضروری و توان بالا و روحیه ی ورزشی بالا از مواردی می باشد که قبل از کوهنوردی باید به آن توجه کرد؛ و به این ورزش با توجه به موقعیت استراتژیکی و کوه های فراوان در اطراف ایران به چشم ورزش تخصصی نگاه کرد؛ و جایگاه ویژه ای برای آن قائل شد. آموزش درست و استفاده از امکانات و تجهیزات پیشرفته در امر کوهنوردی و امداد نجات کوهستانی تأثیر به سزایی دارد. امید است که هیأت کوهنوردی در این خصوص و با استفاده از کوهنوردان دوره دیده و امدادگران با تجربه و در اختیار قرار دادن تجهیزات مناسب کوهنوردی به تیم کوهنوردان مشکل به انزوا کشیده شدن ورزش کوهنوردی را حل نماید.

منابع

- سایت رسمی فدراسیون کوهنوردی و صعودهای ورزشی اسلامی
- وبلاگ آوای کوهستان
- وبلاگ گروه کوهنوردی گیلانا
- سایت انجمن کوهنوردان ایران
- دستورالعمل تیم های عملیاتی جمعیت هلال احمر جمهوری اسلامی ایران آذر ۹۵
- کوهنوردی، فدراسیون. جزوه مقدماتی کوهپیمایی- تهران. فدراسیون کوهنوردی و صعودهای ورزشی ۱۳۹۲
- حلبچی دکتر فرزین، طب کوهستان، تهران- هیأت پزشکی ورزشی استان تهران ۱۳۹۴
- تئوری امداد و نجات - فرامرز فرجی
- نجات و امداد- جزوه هلال احمر
- جزوه تخصصی کار آموزی آتش نشانی تهران
- خسروی نژاد، طناز؛ دادخواه، منوچهر. (بهمن ۱۳۹۷). ناشر دانشگاه تهران. انتخاب کوله پشتی مناسب. فصلنامه کوه، شماره ۸۴
- دادخواه، منوچهر (۱۳۹۷). بهمن. ناشر دانشگاه تهران.

Investigating the effect of training and equipment on the quality of mountain rescue

Mostafa Sorour 1

Date of Receipt: 2022/03/17 Date of Issue: 2022/04/18

Abstract

Today, the sport of mountaineering and group hiking in the mountains has received a lot of attention, and considering the possible accidents ahead for this sport and the importance of safety, the presence of trained special forces in this matter is very important and the need for relief in the mountains. It is required that, as the name of mountain relief is clear, it is a relief activity in the mountain environment, which requires that rescuers be at a desirable level in terms of physical and sports strength, and also become familiar with mountaineering sports. This type of assistance is very important due to the sensitivity of the situation in terms of location and access and limited facilities available. For this reason, this article examines the effect of training in mountain rescue and equipment skills and equipment on the quality of mountaineering and the safety of climbers' lives. The present review study has been collected by collecting the information required for the research using search in internal databases and library method and by referring to reliable sources, books and articles and real experiences.

Keywords

Relief, mountaineering sport, mountain, mountain relief

1. Expert of Rasht Fire Department.