



جمعیة هلال احمر
جمهوری اسلامی ایران



راهنمای پزشکان در پیاده روی اربعین

ویراست اول

دبیرخانه دائمی کنگره بین المللی سلامت در اربعین حسینی
مرکز تحقیقات سلامت در تجمعات انبوه

گردآورندگان

دکتر پیرحسین کولیوند دکتر سیدعلی مرعشی دکتر پیمان صابریان
دکتر طاهر درودی دکتر نیلاضیاعی زهراکبیری دکتر حسین فضلی

ویراستاران

دکتر فرید افشارجو دکتر فرشید رضایی غلامحسین محمدی



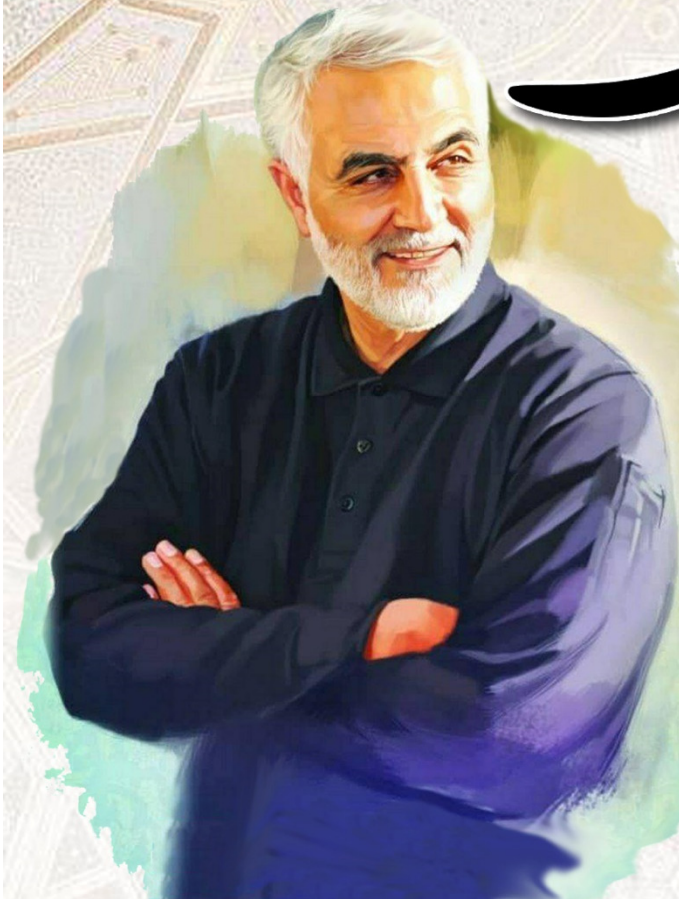


جمعیت هلال احمر
جمهوری اسلامی ایران



تقدیم بہ:

شہد کمالیہ روح ملکو



جمعیت حلال احمر
جمهوری اسلامی ایران



Hajj Medical Center
مرکز پزشکی حج و زیارت

راهنمای پزشکان در پیاده روی اربعین

ویراست اول

دبیرخانه دائمی کنگره بین المللی سلامت در اربعین حسینی
مرکز تحقیقات سلامت در تجمعات انبوه

گردآوردگان

دکتر پیرحسین کولیوند دکتر سیدعلی مرعشی دکتر پیمان صابریان
دکتر طاهر درودی دکتر لیلا ضیاعی زهرا کبیری دکتر حسین فضلی

ویراستاران

دکتر فرید افشارجو دکتر فرشید رضایی غلامحسین محمدی



جمعیت هلال احمر
جمهوری اسلامی ایران



فهرست

صفحه

عنوان

۲ مقدمه

۴ تنگی نفس

۶ تب حاد

۸ سیستم تنفسی

۱۱ درد شکم

۱۲ سیستم گوارشی

۱۴ سیستم ادراری - تناسلی

۱۶ سردرد

از مصباح‌الهدی و سنج‌النجاة

مقدمه

فرازهایی از فرمایشات مقام معظم رهبری در خصوص پیاده روی اربعین حسینی:

از جمله شاخه‌های شکر، یکی این است که این کار را برای کسانی که عاشق این کارند، آسان کنیم که مسئولیت این به عهده مسئولان بخش‌های مختلف کشور است. گاهی حوادثی پیش می‌آید؛ نگذارند این حوادث تکرار شود، پیشگیری کنند؛ این هم جزو شکر است. به هر حال این نعمت را قدر بدانیم، نعمت بزرگی است.

هر ساله پیاده‌روی عاشقان اهل بیت در اربعین سید و سالار شهیدان، رنگ و بویی منسجم‌تر و با شکوه‌تر می‌یابد و امروز در موارد متعدد ما شاهد آن هستیم که مهر و عشق به امام حسین (ع) و یارانش گاهی سبب شده که حتی مسیحیان نیز جهت پذیرایی از زائران اربعین به پیشواز ایشان بشتابند.

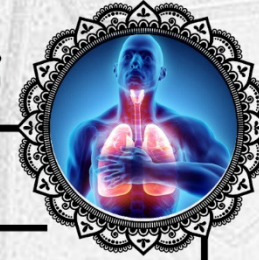
از سوی دیگر این حرکت الهی، به عنوان یک گردهمایی و تجمع انبوه، می‌تواند مخاطرات خاص خود را داشته و در طی آن زائرین با مسائل و مشکلاتی مواجه شوند که در اغلب موارد با آگاهی شرکت کنندگان و برنامه ریزی مسئولین و آمادگی تمامی دست اندکاران و تسهیل‌گران این سفر، قابل پیشگیری بوده و یا حداقل می‌توان میزان مخاطره را کاهش داد.

در سال‌های اخیر با ظهور و گسترش بیماری‌های نوپدیدى همچون کرونا، آبله میمونی و امثالهم اهمیت اتخاذ تدابیر نوین و ویژه در رویکردهای پزشکی در راهپیمایی اربعین حسینی، نمود عینی‌تری یافته است. اولین ویراست این کتاب راهنما؛ بر آن است تا مروری سریع بر علایم و نشانه‌های بیماری‌های شایعی که ممکن است زائران اربعین در حین پیاده‌روی با آن مواجه شوند، تشخیص‌های احتمالی و اقدامات پزشکی داشته باشد. امید است که در نسخه‌های آتی این محتوای آموزشی توسعه یافته و به عنوان مرجعی کامل در مخاطرات و تجمعات انبوه در حال حرکت یا مخاطرات ایستای مورد بهره‌برداری قرار گیرد. انشا...
پروردگارا ما را در زمره کسانی قرار ده که حضرت اباعبدالله... شفاعتشان خواهد نمود.

دکتر پیر حسین کولیوند

رئیس جمعیت هلال احمر جمهوری اسلامی ایران

تنگی نفس



۴

علائم

- ▶ تنگی نفس ناگهانی
- ▶ درد قفسه سینه پلوریتیک
- ▶ تاکی کاردی (ضربان < ۱۰۰ بار در دقیقه)
- ▶ تاکی پنه (تنفس < ۳۰ بار در دقیقه)
- ▶ سیانوز
- ▶ بی قراری
- ▶ علائم و نشانه‌های DVT
- ▶ ارتوپنه
- ▶ سرفه با خلط کف آلود
- ▶ احساس خفگی
- ▶ رال و ویز ریوی
- ▶ سیانوز
- ▶ شروع سریع تنگی نفس (در هنگام استراحت)
- ▶ تاکی پنه (تنفس < ۳۰ بار در دقیقه)
- ▶ بی قراری
- ▶ تاکی کاردی
- ▶ هیپرتانسیون

تشخیص احتمالی

آمبولی ریه

ادم حاد ریه

اقدامات درمانی

- ▶ پایدار کردن علائم حیاتی
- ▶ برقرار کردن IV Line و تجویز سرم با توجه به بیماری زمینه‌ای
- ▶ اکسیژن تراپی
- ▶ ارجاع به مرکز درمانی
- ▶ پایدار کردن علائم حیاتی
- ▶ برقرار کردن IV Line و تجویز سرم با توجه به بیماری زمینه‌ای
- ▶ اکسیژن تراپی با هدف $SpO_2 > 92\%$
- ▶ قراردادن بیمار در وضعیت نیمه‌نشسته (پاها از کنار تخت آویزان باشد)
- ▶ تزریق فورزماید وریدی با توجه به فشارخون بیمار
- ▶ تجویز NG زیر زبانی
- ▶ مورفین با دوز ۲-۴ میلی گرم
- ▶ ارجاع به مرکز درمانی



تنگی نفسی

اقدامات درمانی

- ▶ پایدار کردن علائم حیاتی
- ▶ برقرار کردن IV Line و تجویز سرم با توجه به بیماری زمینه‌ای
- ▶ اکسیژن تراپی
- ▶ قراردادن بیمار در حالت نیمه‌نشسته (پاها از کنار تخت آویزان باشد)
- ▶ ارجاع فوری به مرکز درمانی



تشخیص احتمالی

نارسایی قلب

علائم

- ▶ سوفل های قلبی
- ▶ رال ریوی
- ▶ سرفه
- ▶ نبض نامنظم
- ▶ درد قفسه سینه
- ▶ سیانوز
- ▶ ادم اندام تحتانی
- ▶ احساس پری شکم به علت احتقان کبد (تندرنس اپیگاستر)



تب حاد (کمتر از ۲ روز)



علائم

- سردرد
- سفتی گردن
- میالژی
- فتوفوبی
- تهوع و استفراغ
- راش‌های پتشی یا پورپورا
- شوک

تشخیص احتمالی

- مننژیت،
- عفونت
- مننگوکوکی

اقدامات درمانی

- پایدار کردن علائم حیاتی
- برقرار کردن IV Line و
- تجویز سرم با توجه به بیماری زمینه‌ای
- تجویز استامینوفن
- در صورتی که فاصله تا بیمارستان بیشتر از یک ساعت باشد، باید نمونه خون شخص برای کشت گرفته شود و برای او آنتی بیوتیک تجویز گردد:

سفتریاکسون ۲g انفوزیون وریدی

+

دگزامتازون ۰/۱۵mg/kg

- در بیماران بالای ۵۵ سال، باید ۲g آمپی سیلین وریدی نیز اضافه شود)
- ارجاع فوری به مرکز درمانی





تب حاد (کمتر از ۷ روز)

اقدامات درمانی

- پایدار کردن علائم حیاتی
- برقرار کردن IV Line و تجویز سرم با توجه به بیماری زمینه‌ای
- تجویز استامینوفن
- تجویز آنتی بیوتیک:
- سفتریاکسون ۲g انفوزیون وریدی
- یا
- سفازولین ۲۵۰mg
- عضلانی یا وریدی هر هشت ساعت
- ارجاع فوری به مرکز درمانی

۷

- تجویز استامینوفن
- تجویز آنتی بیوتیک:
- انتخاب اول:
- آموکسی سیلین ۱gr هر هشت ساعت
- یا
- کوآموکسی کلاو ۱gr
- یک عدد هر ۱۲ ساعت
- تا ۷ روز

تشخیص احتمالی

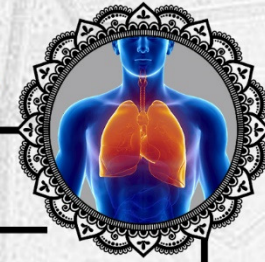
استنومیلیت،
آرتریت سپتیک

اوتیت مدیا

علائم

- حساسیت موضعی
- خودداری از حرکت دادن اندام درگیر
- خودداری از تحمل وزن
- مفصل گرم، حساس و متورم
- درد گوش
- کاهش شنوایی
- خروج چرک از گوش
- پرده گوش قرمز در معاینه با اتوسکوپ

سیستم تنفسی



علائم

علائم سرماخوردگی

سرفه

گلو درد

فقدان علائم سیستماتیک

حساسیت صورت به هنگام فشار بر

روی سینوس درگیر

ترشحات چرکی پشت حلق

تب بالا

سر درد یک طرفه

* تب با دو مورد از نشانه‌های زیر:

اگرودای سفید در حلق

لنفادنوپاتی قدامی گردن

قرمزی منتشر لوزه‌ها با نقاط پتشی

روی کام نرم (عدم وجود سرفه و

فقدان علائم کوریزا)

تشخیص احتمالی

سرماخوردگی

سینوزیت

گلودرد

استرپتوکوکی

اقدامات درمانی

تجویز استامینوفن یا ادولت کلد

شستشوی حلق و بینی با سرم شستشو

مصرف مایعات گرم

رنگ ترشحات بینی، دلیلی بر تجویز

آنتی‌بیوتیک نمی باشد.

تجویز استامینوفن

تجویز آنتی بیوتیک مناسب :

در صورتی که بیش از ۷ روز گذشته یا

درد شدید است یا تب و لرز دارد.

انتخاب اول:

آموکسی سیلین ۱gr هر ۸ ساعت

در صورت عدم پاسخ در ۴۸ ساعت:

کوآموکسی کلاو ۲gr هر ۱۲ ساعت

تجویز مسکن خوراکی مناسب

تجویز آنتی بیوتیک مناسب

یک نوبت بنزاتین پنی سیلین عضلانی

۱/۲ میلیون واحد پس از تست

مصرف مایعات گرم



سیستم تنفسی

اقدامات درمانی

- تجویز مسکن مناسب
- درمان علامتی

- تجویز آنتی بیوتیک مناسب:

بنزاتین پنی سیلین بعد از تست

- ارجاع فوری به مرکز درمانی

۹

- انجام Covid-PCR جهت رد کووید ۱۹

- تجویز استامینوفن خوراکی یا شیاف

- برقرار کردن Iv line و

تجویز سرم با توجه به بیماری زمینه‌ای

- تجویز آنتی بیوتیک مناسب:

سفترباکسون ۲g

به صورت انفوزیون وریدی

- اکسیژن تراپی در صورت نیاز

- ارجاع فوری به مرکز درمانی

تشخیص احتمالی

گلو درد

غیراسترپتوکوکی

تونسیلیت

عفونت

دستگاه

تنفس تحتانی

علائم

حساسیت موضعی

وجود دو مورد از نشانه های زیر:

آبریزش بینی، خشونت صدا، سرفه،

عطسه، قرمزی چشم

درد گوش

کاهش شنوایی

خروج چرک از گوش

قرمزی پرده گوش در معاینه با اتوسکوپ

تب و لرز

هیپوکسی

سرفه با یا بدون خلط

تاکی پنه

رال های ریوی

درد پلورتیک قفسه سینه

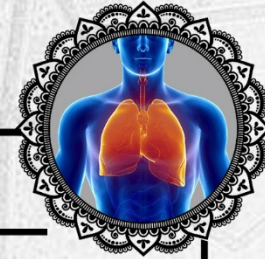
خستگی

سردرد

درد عضلانی

درد مفصلی

سیستم تنفسی



علائم

- سرفه خشک
- بدن درد
- سردرد
- گلودرد
- از دست دادن حس بویایی و چشایی
- دیس پنه ۱ هفته بعد از شروع علائم
- اسهال

تشخیص احتمالی

کووید ۱۹
(کرونا)

اقدامات درمانی

- در موارد خفیف:
- درمان علامتی
- در موارد متوسط تا شدید
- اکسیژن درمانی در صورت:
- تنگی نفس شدید در حالت استراحت
- یا احساس فشار در قفسه سینه
- یا $SpO_2 < 93\%$
- یا تعداد تنفس بالای ۳۰ بار در دقیقه
- تثبیت وضعیت همودینامیک
- ارجاع فوری به مرکز درمانی





درد شکم

اقدامات درمانی

- تثبیت علائم حیاتی
- برقرار کردن IV Line و تجویز سرم با توجه به بیماری زمینه‌ای
- NPO گذاشتن بیمار
- ارجاع فوری به مرکز درمانی و همراهی کردن بیمار

تشخیص احتمالی

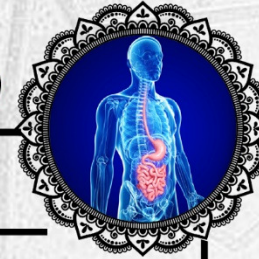
- شکم درد حاد
- یا دیگر
- مشکلات جراحی

علائم

- تندرس شکم همراه با:
- تب بیشتر از ۳۸ درجه
- ریباند
- گاردینگ
- توده شکمی
- فقدان صدای روده
- عدم توانایی نوشیدن
- رژیدیتی و سفتی شکم
- نبض بیش از ۱۱۰ بار در دقیقه
- زردی
- درد RUQ



سیستم گوارشی



علائم

- تب
- اسهال
- درد شکم

۱۲

تشخیص احتمالی

- عفونت
- دستگاه گوارشی

- دهیدراتاسیون شدید

اقدامات درمانی

- در صورت دهیدراتاسیون شدید:
 - تثبیت علائم حیاتی
 - برقرار کردن IV Line و تجویز سرم با توجه به بیماری زمینه ای
 - ارجاع فوری به مرکز درمانی
- در صورت عدم دهیدراتاسیون شدید:
 - تجویز آنتی بیوتیک مناسب
 - سیپروفلوکساسین ۵۰۰mg برای ۳ روز یا ۷۵۰mg تک دوز
 - برای خانم‌های باردار و افراد زیر ۱۶ سال آزیترومایسین ۱۰۰۰mg تک دوز
 - مصرف مایعات فراوان

- تثبیت علائم حیاتی
- برقرار کردن IV Line و تجویز سرم با توجه به بیماری زمینه ای
- تجویز آنتی بیوتیک مناسب
- ارجاع فوری به مرکز درمانی

اسهال همراه با:

- عدم وجود تب
- داشتن ۲ مورد از نشانه های زیر:
 - لتارژیک یا کاهش سطح هوشیاری
 - عدم توانایی نوشیدن یا نوشیدن ضعیف
 - گودافتادن چشم ها
 - پوست آهسته به حال طبیعی برمی گردد.



سیستم گوارشی

اقدامات درمانی

در صورت وجود اسهال خونی:

▶ ارجاع فوری به مرکز درمانی

▶ درمان کم آبی با ORS

▶ توجه بیمار در مورد اندیکاسیون های

مراجعه فوری

در صورت وجود اسهال خونی:

▶ ارجاع فوری به مرکز درمانی

▶ تجویز آنتی بیوتیک:

سیپروفلوکساسین ۱g تک دوز

برای خانم های باردار و افراد زیر ۱۶ سال

آزیترومایسین ۱۰۰۰mg تک دوز

▶ مصرف مایعات فراوان

▶ جایگزینی مایعات

ORS (با اسمولاریته پایین یا ORS بر پایه برنج)

در صورت دهیدراتاسیون شدید یا متوسط:

▶ تثبیت علائم حیاتی

▶ برقراری IV line و تجویز سرم

سیپروفلوکساسین ۱۰۰۰mg تک دوز

یا داکسی سایکلین ۳۰۰mg تک دوز

برای خانم های باردار و افراد زیر ۱۶ سال

آزیترومایسین ۱۰۰۰mg تک دوز

تشخیص احتمالی

دهیدراتاسیون

نسبی

(احتمال وبا)

بدون

دهیدراتاسیون

وبا

علائم

اسهال همراه با:

▶ عدم وجود تب

▶ داشتن ۲ مورد از نشانه های زیر:

گود افتادن چشم ها، تشنگی زیاد

پوست آهسته به حال طبیعی برمی گردد.

اسهال همراه با:

▶ عدم وجود تب

▶ نشانه های کافی برای طبقه بندی

▶ کم آبی شدید و نسبی را ندارد.

اسهال همراه با:

▶ عدم وجود تب

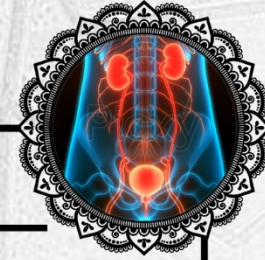
▶ درد بدن

▶ استفراغ

▶ اسهال شدید آبکی (که سریع حجیم می شود)

▶ بوی شبیه ماهی

سیستم ادراری - تناسلی



اقدامات درمانی

- ▶ ارجاع فوری به مرکز درمانی
- ▶ در صورتی که بیش از ۱ ساعت تارسیدن به بیمارستان فاصله داشته باشید:
- ▶ برقرار کردن IV Line و تجویز سرم باتوجه به بیماری زمینه‌ای

▶ سیستیت در زنان:

نیتروفوران توئین ۱۰۰mg

۲ بار در روز برای ۵ تا ۷ روز

▶ سیستیت و پروستاتیت در مردان:

سیپروفلوکساسین ۵۰۰mg

هر ۱۲ ساعت برای ۷ تا ۱۴ روز

(در موارد مشکوک به پروستاتیت باید قبل از شروع آنتی بیوتیک نمونه جهت کشت خون و ادرار گرفته شود).

▶ مصرف مایعات فراوان

▶ نکته:

در صورت وجود دیزوری برای همه به جز خانم‌های باردار فنازوپریدین روزی ۳ عدد تجویز شود.

تشخیص احتمالی

پیلونفریت

سیستیت،

یورتريت،

پروستاتیت،

سنگ مجاری ادراری

علائم

▶ سوزش ادرار

▶ تندرns و درد پهلوها

▶ تب و لرز

▶ تهوع و استفراغ

▶ سوزش ادرار

▶ درد زیر دل

▶ احساس سریع دفع ادرار

▶ تکرر ادرار

۱۴





سیستم ادراری - تناسلی

اقدامات درمانی

در واژینیت کاندیدیایی:

▶ تجویز آنتی بیوتیک

قرص فلوکونازول ۱۵۰mg

▶ ارائه توصیه های بهداشتی

در واژینیت باکتریایی:

▶ تجویز آنتی بیوتیک

مترونیدازول ۵۰۰mg

هر ۱۲ ساعت برای ۷ روز

تشخیص احتمالی

واژینیت

علائم

▶ جنس مونث

▶ ترشحات بدبو

▶ خارش و سوزش ناحیه تناسلی

۱۵



سردرد



علائم

- ضعف عملکرد بدن
 - علائم عصبی موضعی
 - سفتی گردن
 - سرگیجه حاد
 - ترومای اخیر سر
 - تشنج اخیر
 - فشار دیاستولیک بیش از ۱۲۰
 - سردرد طول کشیده بیش از ۲ هفته
 - اختلال سطح هوشیاری
 - شروع ناگهانی سردرد شدید
- سردردهای مکرر همراه با حداقل ۲ مورد از نشانه های زیر:
- سردرد یکطرفه
 - سردرد ضربان دار
 - تهوع و استفراغ
 - فتوفوبی و فونوفوبی
 - سردرد شدید



تشخیص احتمالی

- مشکلات عصبی جدی، سردرد ناشی از فشارخون
- میگرن، گلوکوم حاد

اقدامات درمانی

- برقرار کردن IV Line و تجویز سرم با توجه به بیماری زمینه‌ای
- ارجاع فوری به مرکز درمانی
- نکته: در صورت بروز تشنج اخیر، هنگام ارجاع دیازپام در دسترس باشد.
- تجویز مسکن مناسب خوراکی یا رکتال
- اخذ شرح حال مشکلات چشم پزشکی





سر درد

اقدامات درمانی

- ▶ کنترل علائم حیاتی
- ▶ کنترل بینایی
- ▶ کاهش استرس
- ▶ توصیه به ماساژ گردن
- ▶ تجویز مسکن مناسب

تشخیص احتمالی

سر درد تنشی
(سر درد تنشن)

علائم

- ▶ بدون نشانه های سردرد میگرنی یا
- ▶ علائم سردرد ناشی از مشکلات عصبی
- ▶ سردرد به صورت فشار باند دور سر
- ▶ درد مبهم دوطرفه



راهنمای پزشکان در پیاده روی اربعین

ویراست اول

دبیرخانه دائمی کنگره بین المللی سلامت در اربعین حسینی

مرکز تحقیقات سلامت در تجمعات انبوه



با دوربین تلفن همراه خود

کد بالا را اسکن کنید.

