٥ - المناولة .. الرمى .. التجديف .. السباحة

وهنا نتعرض بالتفصيل للأربعة أجزاء الأولى من شعار الإنقاذ ، وهى المناولة والرمى والتجديف والسباحة فى المواقف التى يتعرض لها المنقذ بصفة عامة .

الإنقاذ من الشاطىء

أدوات المناولة

تعتبر أدوات المناولة هى الوسيلة الأساسية التى تعتمد عليها عمليات الإنقاذ بدون تلاحم . فالمنقذ يكون دائما فى وضع آمن بينما يمد يده بالأداة لمساعدة الشخص المعرض للغرق . وفى جميع عمليات المناولة يجب اتباع المبادىء التالية :

* استعمال شيىء خفيف الوزن يسهل مده نحو المصاب (يفضل ألا تكون الأداة منشفة أو قطعة ملابس) ويكون هذا الشيىء جاهزا فى متناول اليد .
* التحدث مع المصاب محاولا تهدئته وارشاده .
* اتخاذ وضع آمن عند حافة الماء ومركز الجاذبية منخفض بقدر الامكان أو الامساك بشيىء ثابت .
* يسحب الشخص بالتدريج مستخدما حركة ثابتة مستمرة مع تجنب الشد المفاجىء الذى قد يتسبب فى انفلات قبضة المصاب .
* تأمين وضع المصاب ، تأكد من أن المصاب فى وضع آمن مستقر سواء على الشاطىء أو جانب المسبح أو السقالة . ساعد المصاب من الماء إذا وضح أنه غير قادر على الخروج منه .

الأدوات الطافية

(عصا إنقاذ ، مجداف ، مضرب ، لوح خشبى ، جاكت نجاة ... الخ) .

إن العصا أو المجداف وما شابه ذلك يعتبر أداة مناولة ممتازة لأنها عادة تكون خفيفة الوزن وقوية ويسهل توجيهها إلى المصاب ومناولتها بدقة . وعند مناولة أى أداة فعلى المنقذ أن يجعل مركز جاذبيته منخفضا بقدر الامكان لتجنب احتمال جذبه إلى الماء . وحين مد عصا الإنقاذ فانه على المنقذ أن ينحنى أو يتخذ وضع جلوس الجثو بعيدا قليلا عن الحافة إذا سمح طول العصا بذلك وإلا فوضع الانبطاح هو الأفضل . ويلاحظ تجنب مد العصا تجاه وجه المصاب أو عينه ، ثم تسحب العصا بتبادل يد فوق الأخرى تدريجيا تجاه حافة الماء .

وعند مناولة أداة صغيرة ، فعلى المنقذ أن يتخذ وضع إنبطاح وجسمه بزاوية ٤٥° من الحافة مع فتح الرجلين ، وهو وضع يوفر ثباتا واتزانا ضد الانزلاق أو لف الجسم ، وتكون إحدى الكتفين فوق السقالة أو جانب المسبح بحيث يسمح الوضع بحرية حركة أداة المناولة لأطول مسافة ممكنة .

الأدوات غير الطافية

حين استعمال منشفة أو قطعة من الملابس أو مجرد مد الذراع للمصاب ، فإنه على المنقذ أن ينبطح أرضا بسرعة فى زاوية ٤٥° من جانب المسبح أو السقالة مع فتح القدمين . وحينئذ يمد وسيلة السحب أو تطوح ناحية المصاب . ومن الواضح أن هذا النوع من الأدوات يصعب مده بسبب طبيعته اللينة وتلزمه حركة تطويحية . وفى بعض الحالات الغير عادية حين لا يتوفر شيىء ، يمكن للمنقذ أن يمد يده للشخص مباشرة مع القبض جيدا على حافة المسبح أو السقالة أو أحد الأعمدة .

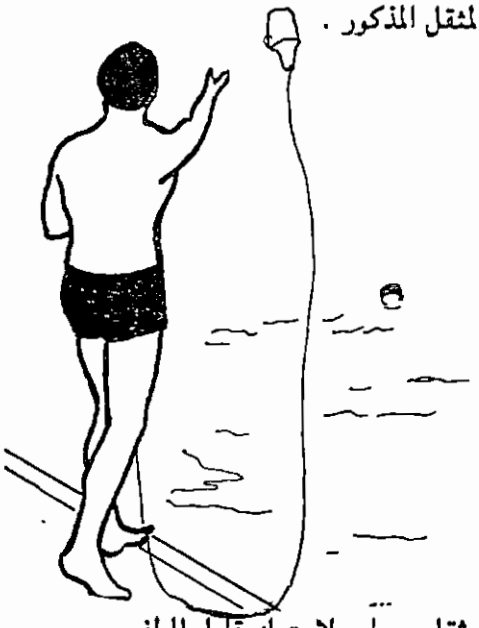
أدوات الرمى

أدوات الرمى المتصلة بحبل

يمكن استعمال لفة من الحبال (يفضل النوع الطافى) كأداة رمى . فإذا كان الحبل ملفوفا فى حلقات دائرية يحمل فى يد ممتدة عند مستوى الوسط بينما تحمل عدة لفات باليد الأخرى لترمى من أسفل إلى الأمام ولأعلى .

أما الطرف الثابت من الحبل فيجب تثبيته بأن يربط فى شيىء ثابت أو وضع القدم فوق الحلقة المعقودة فى نهايته . ويرمى الحبل تجاه المصاب الذى سيتعلق به ، وحينئذ يتخذ المنقذ وضع الانحناء أو نصف الجثو ويبدأ فى سحب الحبل بتبادل يد فوق الأخرى حتى يصل الشخص إلى الأمان .

ومن أجل مزيد من الدقة ، يفضل ربط شيىء طاف قليل الوزن فى نهاية الحبل (كرة فى شبكة أو وعاء بلاستيك كالمستعمل فى حفظ السوائل نصف ملآن) . وفى هذه الحالة لا تختلف خطوات الرمى عما سبق ، فبعد تثبيت أحد الطرفين ، تترك لفات الحبل على الأرض مع بقاء اللفات الأمامية فوق الخلفية أو يحملها المنقذ فى يده . يمسك الحبل على بعد حوالى ٤٠ سم من الثقل ويرمى من أسفل إلى أعلى والأمام ، أو يطوح الثقل عدة دوائر ليترك الحبل ليطير تجاه المصاب بالقصور الذاتى (شكل ١٢) . ويلاحظ أن يكون الهدف هو سقوط الأداة خلف المصاب وعلى خط مستقيم معه ، حتى أنه إذا سقطت بعيدا غنه فيمكن للمصاب الإمساك بالحبل ، وهذا أفضل من سقوط الأداة على مسافة أمامه بحيث لا يستطيع الوصول إليها . وحلقات الإنقاذ تفضل على أى أداة أخرى لأنها توفر استنادا كاملا وسهولة فى الإمساك بها ، إلا أنه لا يمكن رميها لمسافة كبيرة مثل الحبل المثقل المذكور .



شكل ١٣ ـ رمى ثقل بوعاء بلاستيك قابل للطفو

وإذا لم يكن الحبل ملفوفا في حلقات بالطريقة التى تضمن امتداده بدون عرقلة ، فعلى المنقذ أن يثبت أى طرف ثم يرمى الحبل : المثقل من الطرف الآخر تجاه المصاب بدون إضاعة وقت فى محاولة فك عقده .

وفى حالات الاضطرابات الهوائية والمائية ، أو طول المسافة أو الرمى غير الموفق ووقع نهاية الحبل بعيدا عن متناول المصاب ، فإن اختيار وسيلة أخرى يعتمد على عدة متغيرات هى طول المسافة وحالة المصاب والإجراء البديل المحتمل . فالمنقذ الذى ينقصه التدريب على خطوات الاقتراب فى الماء لا مفر له من شد الحبل وإعادة الرمى . أما المنقذ المدرب فلن يضيع وقتا بل سيقفز إلى الماء ويدفع بالأداة تجاه الشخص .

وحين يجذب حبل من أجل إعادة رميه فيجب ألا يعاد لفه لعدم إضاعة الوقت ، بل يسحب بسرعة بيد فوق الأخرى مع ترك الحبل يسقط فوق بعضه على الأرض . مع الاحتفاظ بنهاية الحبل تحت قدم المنقذ .

أدوات الرمى بدون حبل

إن أى أداة طافية يمكن للمصاب القبض عليها ستوفر المساعدة له للبقاء على سطح الماء . ومن الأشياء التى تصلح لهذا الغرض صديرية النجاة أو صناديق أدوات صيد السمك أو خزان (تانك) البنزين أو صندوق التبريد البلاستيك أو لعب الأطفال المنفوخة وهى أشياء تتوفر عادة فى المصائف والقوارب وتؤدى الغرض . ويجب أن ترمى مباشرة إلى يد المصاب لمساعدته وقتيا حتى تتوفر مساعدة أفضل .

الإنقاذ فى المياه الضحلة

لا تختلف خطوات الانقاذ فى المياه الضحلة عن العميقة فى اتباع خطوات الأمن والسلامة . فالمناولة من خارج الماء هو الاختيار الأول ، إلا أنه فى المياه الضحلة يمكن المناولة من داخل الماء . فيمشى المنقذ على رجليه فى الماء ويدير جانبه للمصاب مع فتح الرجلين وثنى الركبتين قليلا . وحين يمسك الشخص

بالأداة يتحرك المنقذ نحو الشاطىء متجنبا التلاحم بدنيا مع المصاب حتى يصل إلى الأمان .

فإذا انفلتت قبضة المصاب من أداة الطفو بسبب موجة أو حفرة أو سحب المصاب إلى منطقة عميقة ، فعلى المنقذ أن يسبح لسحب الشخص مرة أخرى إلى المياه الضحلة . لذا يجب التدريب جيدا على مهارة السحب .

السلسلة البشرية مع أداة مناولة

يمكن لأكثر من سباح مدرب تكوين سلسلة بشرية بأن يقبض كل منهم على معصم الآخر . والمنقذ الأقرب من المصاب هو الذى يناول الأداة المساعدة ويشير إلى زملائه ببدء التحرك تجاه الشاطىء ويجب مراعاة مايلى :

١ ـ على كل فرد فى السلسلة أن يعلم دوره جيدا .

٢ ـ يتخذ فرد واحد دور القيادة .

٣ ـ إذا تغير العمق بسبب الموج أو امتداد فى القاع فهناك مخاطرة إضافية قد تؤدى إلى انقطاع السلسلة . لذلك يجب أن يتدرب المنقذون فى دور الاعداد على هذا الأسلوب .

الإنقاذ فى الماء العميق مع البقاء متصلا بالشاطىء

إذا لم يمكن الوصول إلى المصاب من الأرض ، فلا مفر للمنقذ من الدخول فى الماء العميق لمناولته أداة مساعدة إن أمكنه المحافظة على قبضة محكمة على حافة المسبح أو السقالة أثناء عملية الانقاذ . وفى هذه الحالة فإن هناك احتمال المخاطرة بالتلاحم البدنى المباشر . وعلى المنقذ أن يتجنب التلاحم إلا إذا كان مدربا على مهارات الدفاع إذا ما حاول المصاب الإمساك به .

الإنقاذ باستعمال القوارب

إن استعمال القوارب وما شابهها (قوارب التجديف ، الكانو ، البريسوار ، القارب البخارى والشراعى) فى عملية الإنقاذ هو الوسيلة المثالية فى حالات

بعد المسافة . وسنتعرض فيما يلى لأنواع القوارب الشائع استعمالها حول الشاطىء .

أنواع القوارب

° قارب التجديف

يمتاز قارب التجديف بثباته وسهولة توجيهه . وأفضلها هو القارب المسطح القاع حيث يحتمل إجراء عملية التنفس الصناعى للمصاب قبل رفعه إلى القارب . كذلك فإنه فى حالة المصاب الذى لم يفقد شعوره فإنه يسهل مساعدته لتسلق القارب .

قارب الكانو

إذا لم يكن المنقذ مدربا على استعمال «الكانو» فلا ينصح له باستعماله ، والسبب هو صعوبة التحكم فيه إذا لم يكن ماهرا فى استعماله ، كما أنه قليل الثبات . وفى حالة الإنقاذ فإنه يصعب رفع المصاب إلى الكانو خاصة أثناء التقلبات الجوية .

القارب البخارى (ذو المحرك)

إن القوارب ذات المحركات الخارجية الخفيفة (١٠ ـ ٢٥ حصان) توفر قوة محركة مناسبة لعمليات الإنقاذ لسرعة الوصول إلى المصاب خاصة إذا طالت المسافة . وعلى السائق أن يوجه القارب إلى الوضع السليم قريبا من المصاب ثم يوقف المحرك لتجنب خطر الاصابة . وعلى المنقذ الذى يستعمل هذا النوع من القوارب أن يكون على دراية بالقوانين واللوائح التى تحكم استعمالها .

القارب الشراعى

يمكن استعمال القارب الشراعى فى عملية الإنقاذ إذا كان الذى يستعمله ملاح ماهر على دراية وخبرة بكيفية قيادته وتوجيهه . وللوصول إلى النقطة التى يمكن منها مساعدة المصاب ، فعلى المنقذ أن يوجه القارب مباشرة فى طريق الرياح لإيقاف حركته للأمام مما يساعد على التصرف . وفى معظم الحالات يرفع المصاب إلى القارب من مقدمة القارب .

نقل المصاب إلى الشاطىء

بعد اختيار أفضل وسيلة متوفرة بالنسبة لحالة المياه والطقس ، يتوجه المنقذ مباشرة إلى الشخص المزمع إنقاذه . وقبل الوصول إلى موقع الشخص تماما ، فعلى سائق القارب أن يتخذ قرارا بالوضع الذى سيتم فيه الاتصال بالمصاب . وعادة يفضل الاتجاه إلى جانب المصاب فى الناحية التى هى ضد اتجاه الريح لتجنب احتمال تحرك القارب فوق المصاب . فإذا كان المنقذ بمفرده وتوقف عن التجديف أو القيادة ثم تسببت الرياح فى تحريك القارب بعيدا عن المصاب ، فقد يفضل أن يتخذ وضعا للقارب فى جانب الرياح ويساعد الشخص حال دفع الرياح للقارب تجاهه .

ويجب مراعاة نفس مبادىء الأمن والسلامة والحرص أثناء الانقاذ من القارب كما هو من الأرض . فحين الاقتراب من المصاب يمد إليه شيىء يتعلق به (باستعمال مجداف أو حبل) . كذلك يمكن أن يرمى إليه صديرية للنجاة أو حلقة نجاة أو وسادة القارب أو أى شيىء طاف قبل أن يقترب منه لمباشرة عملية الإنقاذ . والهدف دائما هو توفير أسرع وسيلة حسب الظروف الحاضرة .

وأثناء سحب المصاب ناحية القارب ، يوجه المنقذ إليه عبارات لتشجيعه وطمأنته . ومن غير المعتاد أن ينزل قارب من شيىء للمناولة . وفى حالة عدم توفر أى شيىء يمكن استعمال تلاعم مباشر باليد . وفى هذه الحالة فإنه على المنقذ أن يكون متزنا وثابتا فى القارب بأن يجعل مركز ثقله منخفضا بقدر الامكان مع القبض على الحافة باليد الحرة .

أما إذا حدث وغطس المصاب تحت سطح الماء خلال الاقتراب فلا مفر من بدء المنقذ فورا فى إجراءات البحث لاستعادة الشخص . كذلك يمكن البدء فورا فى التنفس الإنقاذى والمصاب فى الماء على جانب القارب .

ومتى تم تأمين الشخص الذى يتنفس عاديا إلى جانب القارب ، فيجب تشخيص حالته الشعورية كأساس لأى تصرف لاحق . فإذا كان الشخص غير متعب فيمكن سحبه إلى الشاطىء . أما إذا كانت المسافة بعيدة نحو الأمان أو

كان الماء شديد البرودة ، أو كان المصاب فى حاجة إلى اسعاف طبى أو أن القارب ذو محرك فيجب رفع الشخص إلى القارب ، وفى هذه الحالة يجب على المنقذ أن يكون حريصا . فرغبة المصاب الشديدة للصعود إلى القارب بالإضافة إلى حالته الشعورية قد تتسبب فى إنقلاب القارب إذا كان عنيفا أو كانت المياه مضطربة . فالصعود إلى القارب يفضل أن يكون من المؤخرة سواء كان قاربا للتجديف أو شراعيا . ويمكن للمنقذ أن يتحرك إلى مؤخرة القارب لمساعدة المصاب إذا أمكن المحافظة على توزيع الثقل لضمان الاتزان ، أو يتجه إلى المقدمة للمحافظة على اتزان قارب صغير . فإذا لم تكن مؤخرة القارب مربعة فيمكن أن يصعد المصاب من الجانب بينما يمد المنقذ نفسه تجاه الجانب الآخر للمحافظة على التوازن مع بقاء وزن المنقذ والمصاب منخفضا بقدر الإمكان داخل القارب . أما فى حالة إستعمال «الكانو» فهى عملية معقدة جدا تتطلب تدريبا خاصا للمنقذ .

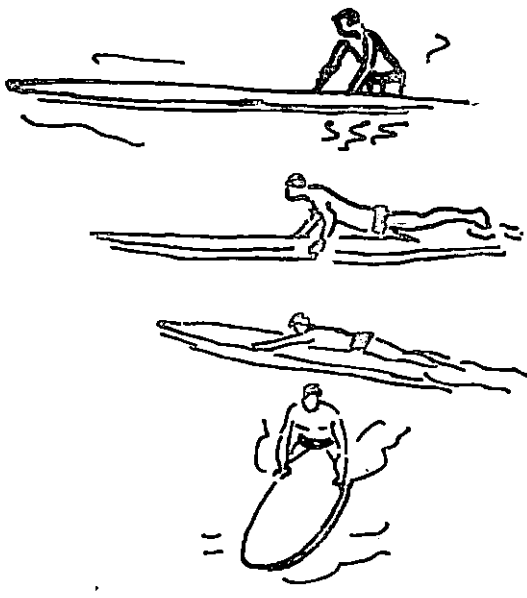
لوحة التبديل[1] كوسيلة إنقاذ

أصبح استعمال لوحة التبديل «البريسوار» من الرياضات الواسعة الانتشار على الشواطىء . كما أنها أصبحت وسيلة ممتازة للإنقاذ فى المسافات القصيرة لسرعتها وسهولة التحكم فيها . فاللوحة ذات قابلية جيدة للطفو تكفى لشخصين . وعيبها هو عدم القدرة على توفير التدفئة أو تجفيف جسم المصاب حتى يصل إلى الشاطىء .

ويقوم المنقذ بالتبديل تجاه المصاب مباشرة باستعمال ذراعيه بطريقة الفراشة أو الزحف ، وتوقف اللوحة على جانب المصاب والمنقذ ممتطيا إياها ورجليه فى الماء (شكل ١٣) . ويبدأ المنقذ فورا فى عملية التنفس الصناعى إن لزم الأمر مستعملا للوحة كأداة طفو واستناد مساعدة . أما إذا كان المصاب واعيا ويتنفس طبيعيا فيساعد على الاستلقاء على اللوحة ويتوجه به المنقذ إلى الشاطىء .

---

(١) Paddle Board.



شكل ١٤ ـ الامساك والدفع والتبادل ثم التوقف فى استعمال لوحة التبديل

ولمساعدة شخص على أرتقاء اللوحة يقوم المنقذ بقلب اللوحة متخذا وضعا مقابلا للمصاب على الجهة الأخرى من اللوحة ممسكا بيديه أو معصميه ويشدها تجاهه من فوق اللوحة ، ثم يستعمل المنقذ ركبته لعدل اللوحة مرة أخرى يعلوها المصاب فى هذه المرة . ويمكن الاستمرار فى النفس الصناعى من هذا الوضع . ومن أجل السباحة بالمصاب نحو الشاطىء ، يقوم المنقذ بإدارة المصاب بحيث يستلقى بطول اللوحة ثم يقوم بالتبديل دافعا اللوحة على سطح الماء «ذلك فى حالة ما إذا كان المصاب يتنفس طبيعيا» .

السباحة لمناولة أداة طفو

إذا كانت المسافة إلى المصاب بعيدة أو أن أداة الطفو كبيرة لدرجة يصعب قذفها إليه ، فمن الضرورى فى هذه الحالة أن يدخل المنقذ الماء ويسبح بالأداة تجاه الشخص . وهذا هو بند «اسبح» من شعار الإنقاذ . وعلى المنقذ الصغير السن أو ذو الخبرة القليلة بالإنقاذ وسحب المصاب أن يدفع بالأداة المساعدة تجاه الشخص حريصا على عدم الاقتراب منه أكثر من اللازم مع توجيهه بأن يتعلق بها مشجعا له بأن يضرب برجليه الماء .

وأمام المنقذ فى هذه الحالة طريقتين :

١ ـ العودة سباحة إلى الشاطىء وطلب مساعدة من يستطيع إجراء عملية السحب ، أو

٢ ـ إبقاء المصاب تحت نظره مع المحافظة على مسافة آمنة وتشجيعه على الحركة تجاه الشاطىء إلى أن يستطيع الوقوف على قدميه ، وحينئذ يساعده على المشى نحو الأمان .

وفى هذا الأسلوب من الانقاذ خطورة الاعتماد على حالة المصاب العقلية وقدرته على المحافظة على الامساك بوسيلة الطفو (وهذا لا ينطبق بطبيعة الحال على المصاب الفاقد للوعى) ، وكذلك فإن تقديم وسيلة للطفو إن هو إلا مجرد خطوة لمنع المصاب من الغرق إلا أنه لازال فى وضع خطر .