

# قلب‌هایی که نمی‌ایستند

به بهانه بیهوش شدن ستاره تیم ملی دانمارک و وسط بازی، از رفتار تحسین برانگیز بازیکنان و تماشاگران حریف حفظ حریم خصوصی بیمار، نحوه احیای بیمار ایست قلبی و... خواهیم گفت

ZENDEGI - SALAM

ضمیمه روزنامه خراسان

دو شنبه ۲۴ خرداد ۱۴۰۰

۳ ذی القعدة ۱۴۴۲ • ۱۴ ژوئن ۲۰۲۱

شماره ۲۰۶۸۳

۱۹۰۳



پرونده

تنها ۳ دقیقه تا پایان نیمه اول بازی تیم ملی دانمارک و فنلاند در رقابت‌های یورو ۲۰۲۰ مانده بود که «کریستین اریکسن» بازیکن تیم ملی دانمارک و ستاره کنونی اینتر میلان ایتالیا هنگام دویدن در حاشیه لبه کناری زمین پس از پر تاب اوت برای تیم ملی کشورش، ناگهان بیهوش شد و روی زمین افتاد. این اتفاق تلخ به سرعت به یکی از پر بازدیدترین اخبار جهان تبدیل شد و البته چند عامل دیگر باعث شد تا بر اهمیت آن افزوده شود و بیشتر مورد توجه قرار بگیرد. واکنش بازیکنان دو تیم برای حمایت از بازیکن مصدوم، حلقه انسانی که به سرعت دور او تشکیل دادند، نمایش ندادن تصاویر تلخ در مان یک بازیکن بیمار روی زمین و حفظ حریم خصوصی او، تشویق تیم دانمارک از سوی بازیکنان تیم حریف و تماشاگران آن‌ها و... از اتفاقاتی بود که مورد توجه فوتبال دوستان در سراسر دنیا قرار گرفت و تحسین کاربران شبکه‌های اجتماعی را برانگیخت. در پرونده امروز زندگی‌سلام، علاوه بر روایت ۱۲ دقیقه هولناک این اتفاق از زبان پزشک تیم ملی دانمارک، از این گفتیم که چرا نشان ندادن تصاویر مداوی این بازیکن بد حال تصمیمی درست و کار بازیکنان برای حلقه زدن دور اریکسن انسانی و اخلاقی بود؟ همچنین از این گفتیم که در مواجهه با فردی که سکنه می‌کند، باید چه کنیم و چرا فوتبال در کنار بداخلاقی هایش، هنوز زیبایی هایش را دارد؟

## روایت ۱۲ دقیقه هولناک از زبان پزشک

### تیم ملی دانمارک

در حالی که بازی دانمارک و فنلاند در یورو ۲۰۲۰ روند طبیعی خود را طی می‌کرد، «کریستین اریکسن» بازیکن دانمارک بدون هیچ بر خوردی نقش بر زمین شد. سپس هم تیمی هایش به طرف او دویدند و با آمدن کادر پزشکی دورش حلقه زدند تا تماشاچیان صحنه تلخی را نبینند. یکی از بازیکنان انگشت خود را در دهان اریکسن کرد تا مطمئن شود او نفس می‌کشد یا باز جلوی حلق و مجرای تنفسی او را نگرفته است. پزشکان پس از ورود به زمین در میان حلقه‌ای از هم تیمی‌های اریکسن قلب این بازیکن را ماساژ و با فشار به او شوک دادند. کریستین دچار ایست قلبی شده بود و اگر چه پیش از خروج از زمین، احیا شد و چشم هایش را باز کرد اما باید تست‌های پزشکی را انجام می‌داد بنابر این به سرعت به بیمارستان منتقل شد. دقایقی که پزشک تیم در تلاش برای احیای او بود، تماشاگران فنلاندی فریاد می‌زدند: «کریستین» و دانمارکی‌ها جواب می‌دادند: «اریکسن». دکتر «مورتن بوکسن»، پزشک تیم ملی دانمارک می‌گوید: «هنگامی که بالای سر اریکسن رسیدم، احساس کردم که نبض این بازیکن در حال ایستادن است. بلافاصله عملیات CPR را آغاز کردم. شروع به ماساژ قلب او کردم و با فشار، به او شوک می‌دادم. لحظات بسیار سختی را پشت سر می‌گذاشتم و صدای گریه بازیکنان در اطرافم را می‌شنیدم. ۱۲ دقیقه طولانی و ترسناک از زمانی که اریکسن به زمین افتاد تا زمانی که او را از زمین بیرون بردند، طول کشید و من به همراه تیم پزشکی پیش از رساندن اریکسن به آمبولانس موفق شدیم که این بازیکن را به زندگی برگردانیم. کمک تیم پزشکی و بقیه کارکنان واقعا خیلی سریع انجام شد و گر نه آن اتفاق تلخ، الان افتاده بود.» همچنین طبق گفته پروفیسور «شارما»، متخصص قلب و عروق در تاتنهام، «کریستین اریکسن» احتمالاً در آن لحظه دچار ایست قلبی شده اما توانسته است آن را به خوبی پشت سر بگذارد. پروفیسور شارما معتقد است که تشنج اریکسن احتمالاً نتیجه نرسیدن اکسیژن به مغز او بوده است. او در این باره گفته،

لحظه‌ای را که فرد به زمین می‌خورد تا لحظه‌ای که دوباره قلب به کار بیفتد، به عنوان downtime یا زمان از کار افتادگی و ایست قلب می‌نامیم. هر قدر downtime بیشتر باشد، نتیجه و چشم انداز بهبودی بدتر خواهد بود. اگر بیمار CPR مناسبی دریافت نکند، برای هر دقیقه‌ای که نتوانند او را برگردانند، ۷ درصد شانس نجات کاهش می‌یابد که خوشبختانه برای این بازیکن فوتبال، سرعت عمل در احیا باعث شد تا زنده بماند.

## از انتخابش به عنوان بهترین

### بازیکن زمین تا پیام رونالدو

رفتارهای دلگرم کننده اهالی فوتبال و بازیکنان تیم ملی دانمارک و فنلاند در این بازی، فقط به حلقه زدن دور اریکسن در زمان انجام مراحل درمانی بر نمی‌گردد. بعد از این اتفاق با اعلام یوفا، بازی تیم‌های دانمارک و فنلاند به علت بیهوش شدن کریستین اریکسن به حالت تعلیق در آمد اما سپس قرار شد تا ادامه یابد. یوفا (اتحادیه فوتبال اروپا) اعلام کرد که پس از درخواست بازیکنان هر دو تیم با برگزاری ادامه مسابقه موافقت کرده است. بازیکنان دانمارک پس از بازگشت دوباره به زمین به دلیل تصمیم برای ادامه بازی از سوی رقبای خود و تماشاگران حریف تشویق شدند. همچنین بازیکنان فنلاند که در این بازی با نتیجه یک بر صفر پیروز شدند، بعد از گلزنی به احترام اریکسن خوشحالی چندانی نکردند. در پایان بازی هم با اعلام یوفا و به صورت نمادین، کریستین اریکسن به عنوان بهترین بازیکن دیدار دانمارک و فنلاند انتخاب شد. «وملو لو کاکو» مهاجم تیم ملی بلژیک که هم تیمی «کریستین اریکسن» در باشگاه اینتر میلان ایتالیا است، در دیگر بازی تیم‌های این گروه بین بلژیک و روسیه پس از گلزنی به روسیه به سمت دور بین نزدیک زمین رفت و با فریاد گفت: «کریس، کریس، دوست دارم» که مورد تحسین قرار گرفت. همچنین بسیاری از بازیکنان و مربیان بزرگ دنیا فوتبال به این اتفاق واکنش نشان دادند. به طور مثال کریستیانو رونالدو در پستی اینستاگرامی برای کریستین نوشت: «فکر و دعای مادر گیر کریستین اریکسن و خانواده‌اش است. دنیای فوتبال در کنار یکدیگر به امید شنیدن اخبار خوب هستند. امیدوارم خیلی سریع تورا در زمین فوتبال ببینم. قوی باش.» لو کاکو مودریچ، گری لینه که مجری مشهور انگلیسی، اکانت رسمی باشگاه بارسلونا و... هم با پیام‌هایی دلگرم کننده به او امید دادند.

## حس خوب اتحاد بعد از اتفاقی تلخ

در فرهنگ هواداری فوتبال ما، طرفدار هر تیمی باشی حصاری دور خودت پیچیده‌ای که تور از بقیه هواداران فوتبال دور می‌کند؛ بر خلاف هواداران فنلاند و دانمارک

سید سورنا ساداتی | روزنامه نگار

کریستین اریکسن نزدیک لب خط شد تا توپ را از بازیکن خودی بگیرد، ستاره تیم ملی دانمارک و اینتر اما قبل از تکمیل یک دو با بازیکن خودی روی زمین افتاد، گزارشگریکی از تلویزیون‌های اینترنتی کشورمان گفت اریکسن بر خورد دشتنی با بازیکن حریف داشت، تصویر اهسته چیزی را نشان نداد، اما خب تعبیر گزارشگر جوان هم از افتادن روی زمین دور از ذهن نبود. به هر حال ما عادت داریم در فوتبال کشورمان بازیکنان بی دلیل و بادلیل با هم برخورد خشن داشته باشند. برای فوتبال ما که از نظر فنی چیزی برای عرضه ندار دهیجان در همین خشونت‌ها و درگیری‌ها خلاصه می‌شود؛ خیلی از بازیکنان مطرح فقط و فقط بازن بازیکن حریف و حاشیه‌سازی، محبوب هواداران می‌شوند و گر نه از نظر فنی تمام شده‌اند. جالب بود که دانمارکی‌ها هیچ اعتراضی به فنلاندی‌ها نداشتند و اصلاً خطای بدون توپ یا پر تاب‌شی‌ء خارجی به ذهن‌شان متبادر نشد و در اولین اقدام فقط روی سر بازیکن خودی‌آمند. فنلاندی‌ها هم از این صحنه عجیب که در یک دقیقه اول کمی مبهم بود تصور تمارض و وقت کشی نداشتند. بعد هم که هر دو تیم صبر کردند تا از وضعیت هافبک توانمند دانمارک کی‌خابری برسد. تماشاگران هر دو کشور اسم کریستین اریکسن را صدا می‌زدند و در شروع دوباره بازی هم فنلاندی‌ها به بازیکنان دانمارکی روحیه می‌دادند. راستش چنین صحنه‌هایی برای فوتبال ما کمی عجیب است. در فوتبال ما ممکن است بازیکنی روی زمین بیفتد و تیم حریف به تصور تمارض هیچ توجهی نکند. ممکن است بازیکنی روی زمین بیفتد و حتی اگر کسی مقصر نباشد اما همین زمین خوردن جرقه درگیری دو تیم شود و لحظات حساس در درمان و نجات جان یک انسان هدر برود. شاید هم کم‌کم بازیکنان و کادرفنی و تماشاگران ما آن قدر به درجه‌ای از بلوغ رسیده باشند که یک اتفاق زمینه‌درگیری آن‌ها فراهم نکند. امیدواریم برای درک این موضوع در موقعیتش قرار بگیریم، اما آن چه امروز از رفتار فوتبالی‌ها در جایگاه‌های مختلف، اعم از هوادار و بازیکن تا کادرفنی و پیش‌کسوت در کشورمان می‌بینیم کمی نگران‌کننده است. اشکال کار این است که فاصله کمی بین احساسات ما و رفتارهای مان وجود دارد. اگر از باخت تیم محبوب‌مان ناراحت شویم در جیح می‌دهیم یا این حس ناگامی را نادیده بگیریم و بگویم فوتبال ایرانی ارزش تماشا ندارد یا آن ناراحتی را بایک رفتار اشتباه بروز دهیم؛ از توهین به تیم خودی تا داور و حریف یا حتی بحث‌های فرسایشی با هواداران رقیب در فضای مجازی. ما همیشه احساس می‌کنیم تماشای فوتبال چیزی فراتر از لذت بردن است و برای همین وقت پیروزی به حریف طعنه می‌زنیم تا به قولی لعش را در بیابوریم. موقع شکست زمین و زمان را به هم می‌دوزیم تا باخت را به انواع علل زمینی و آسمانی ربط دهیم. اصولاً بسیاری از نامی توانیم ضمن توجه و بهر سمت شناختن احساس، با مدیریت آن، اجازه ندهیم احساس شادی و غمی که نتیجه فوتبال است تبدیل به رفتارهای اشتباه شود. برای همین است که هوادار هر تیمی باشم تنها می‌مرز بین خودمان و حریف می‌کشیم، ما و ماتم تیم‌هایی که حریف نه، در حقیقت دشمن هستند و هواداران‌شان. شاید حس خوب اتحاد بازیکنان و هواداران دو تیم دانمارک و فنلاند که بعد از آن اتفاق تلخ رخ داد باعث شود ما هم در نوع هوادار بودن مان تجدید نظر کنیم.

## چگونه یک بیمار ایست قلبی را احیا کنیم؟

مهین رضائی | روزنامه نگار

همان طور که گفته شد اریکسن دچار ایست قلبی شده بود. حمله قلبی می‌تواند تنها به صورت یک حمله در دقیقه سینه باشد که اگر کمتر از ۲۰ دقیقه طول بکشد چون سبب مرگ عضله قلب نمی‌شود دیگر به آن سکنه قلبی اطلاق نمی‌شود و در این شرایط به حمله قلبی، آنژین صدری ناپایدار می‌گویند. در مواردی که آنژین صدری ناپایدار باشد چون احتمال تبدیل این حملات به سکنه قلبی وجود دارد، باید بیمار در بخش CCU بستری شود و از داروهایی که جلوی تشکیل

### عکس العمل درست بازیکنان

بعد از این اتفاق و ورود تیم پزشکی به داخل زمین، بازیکنان دور مصدوم و کادر درمان حلقه زدند تا دور بین‌هانتوانند این صحنه را ثبت کنند و تماشاگران مسابقه از تلویزیون صحنه احیای قلبی را ببینند. در نگاه اول شاید این حرکت بازیکنان به مذاق عده‌ای از مخاطبان خوش نیامد که مانع پخش مراحل درمان شدند ولی در واقع بازیکنان با این کار خود درس بزرگی به ورزشکاران دیگری که در چنین موقعیتی قرار می‌گیرند، رسانه‌ها و مردم جهان دادند؛ نمایش ندادن صحنه‌های تأثیر بر انگیز. بیشتر رسانه‌های دنیا چهره مصدومان و فوت شده‌های حوادث و سوانح را نمایش و انتشار نمی‌دهند یا هنگام پخش این صحنه‌ها یا حتی فیلم‌های ساخته‌شده در این باره، با احتیاط، مخاطب را متوجه موضوع می‌کنند. بازیکنان تیم ملی دانمارک با این حرکت خود علاوه بر این که مانع نمایش این صحنه‌ها شدند، همبستگی خود را برای روحیه دادن به هواداران تیم، مردم کشورشان و از همه مهم‌تر خانواده مصدوم نشان دادند. همان‌طور که بلافاصله کاپیتان تیم به کنار زمین رفت تا همسر این بازیکن را تسکین بدهد.

### چرا نباید این تصاویر پخش شود؟

بدیهی است که نمایش صحنه‌های خشن و حاوی اتفاقات دردآور تا ناخوشایندی روی اعصاب و روان بیننده می‌گذارد. با وجود این، عده‌ای به تماشای چنین صحنه‌هایی علاقه دارند؛ از دیدن فیلم‌های سینمایی پر از زد و خورد و خون‌ریزی گرفته تا مستندهای تهنوع‌آور و حتی عکس‌ها و فیلم‌های واقعی که از حوادث و جنایت‌های ترسناک گرفته شده است. روان‌شناسان

جوانان را بیشترین قشری می‌دانند که به تماشای صحنه‌های فجیع تمایل نشان می‌دهند. دلیل آن را هم این‌گونه بیان می‌کنند که در سنین جوانی باید احساسات بروز پیدا کند، اما اگر راهی برای تخلیه این هیجان پیدا نشود، جوان یا به سمت خشونت در رفتار و گفتار می‌رود یا می‌خواهد این احساسات خود را با دیدن صحنه‌های خشن ارضا کند. بسیاری از درگیری‌هایی که در جامعه اتفاق می‌افتد، نتیجه



همین کنترل نشدن و سوق ندادن روحیه جوان‌ها در مسیر درست است. روان‌شناسان معتقدند، اثر این‌گونه صحنه‌ها در ذهن و فکر افراد باقی می‌ماند و به شکل کابوس، استرس و اضطراب نمایان می‌شود. کارشناسان می‌گویند تماشای مکرر صحنه‌های خشونت‌بار، انسان را به تدریج سنگدل می‌کند، چرا که دیدن چنین مناظری برای او عادی می‌شود. بنابر این تأکید دارند افراد، به‌خصوص کودکان و نوجوانان از دیدن چنین صحنه‌هایی اجتناب کنند. انسان‌ها ذاتاً به رفتارهای خشونت‌آمیز گرایش دارند اما دیدن تصاویر خشن آن‌ها را در چرخه خشونت قرار می‌دهد. پس باید از هر آن چه این چرخه را تقویت می‌کند دوری کرد. برای نوشتن این بخش، از سایت انتخاب کمک گرفته شده است.

نخستین گامی که در احیای قلبی انجام می‌شود باز کردن راه تنفس است. یکی دود کمه از لباس فرد را در ناحیه گلو باز کنید،

کفیک دستتان (مثلاً دست راست) را روی پیشانی شخص بگذارید و سرش را به سمت عقب ببرید و با نوک چهار انگشت دست دیگر که زیر چانه‌وی قرار داده‌اید، قسمت فک و دهان را به سمت بالا هدایت کنید. در این مرحله شیب یا زاویه‌ای از ابتدای چانه تا انتهای سر برقرار می‌شود.

از فرد بخواهید شروع به سرفه کند و قبل از هر سرفه یک نفس عمیق بکشد، سرفه باید عمیق و طولانی باشد مثل زمانی که می‌خواهید خلط را از سینه خود خارج کنید.

نفس عمیق باعث ورود اکسیژن به داخل ریه‌ها و سرفه نیز باعث می‌شود به قلب فرد فشار وارد شود و همین موضوع سبب چرخش خون و برگشت ریتم طبیعی قلب می‌شود.

از دادن هر نوع خوراکی مایع مانند آب و... خودداری کنید زیرا می‌تواند باعث خفگی شود.

۴

۵

۶

۷