

- راه‌اندازی ۶ تاسیسات تقویت فشار گاز در سال ۹۸
- ریزش چهره‌های تکراری، آغاز رویش‌های جدید
- موفقیت‌های بی‌سابقه و درخشان خط نهم

خرداد ۱۳۹۸، سال پنجم، شماره ۳۷
بسته فرهنگی الکترونیکی شرکت مهندسی و توسعه گاز ایران

گام‌های بلند تلاشگران توسعه گاز در غرب کشور

خط لوله نهم سراسری در اوج





مدیرعامل شرکت مهندسی و توسعه گاز ایران خبر داد:

راهاندازی ۶ تاسیسات تقویت فشار گاز در سال ۹۸

توربوکمپرسور به نتایج درخشانی رسیده و دو شرکت توانای داخلی به درجه‌ای از پیشرفت رسیده اند که قادرند تمام نیازهای ایستگاه‌های تقویت فشار را تامین کنند از این رو ما به واسطه حمایت‌های هدفمند و موثر از سازندگان داخلی، از سال ۸۶ به بعد در صنعت ساخت توربوکمپرسور به خودکفایی کامل رسیده‌ایم و کشور را از واردات این تجهیزات استراتژیک بی نیاز کردیم. صلواتی با بیان اینکه توفیقات مجموعه تحت مسئولیتش، ثمره دلسوزی و همکاری نزدیک بین پرسنل شرکت، مشاوران و پیمانکاران است، گفت: حجم زیادی از پروژه‌های خطوط انتقال، تاسیسات تقویت فشار، پالایشگاه، مخابرات، ابنیه و میادین ذخیره سازی گاز را پیش رو داریم که برای موفقیت در آنها و تحکیم جایگاه فعلی شرکت، نیازمند استمرار احساس مسئولیت در همه ارکان و اجزای پروژه‌ها هستیم.

دوراندیشی و درایت تصمیم گیران، این موانع به فرصتی برای تجلی استعداد ایرانی و ایجاد اشتغال مهندسان کشور تبدیل شد. مدیرعامل شرکت مهندسی و توسعه گاز ایران با اشاره به اینکه بهره برداری به هنگام از پروژه‌های تاسیسات تقویت فشار نقش حیاتی در انتقال گاز کشور دارد، گفت: فعالیت‌های چند پروژه به صورت همزمان و در مناطق جغرافیایی مختلف سال ۹۸ را به سالی پرکار برای همکاران طرح تاسیسات تقویت فشار بدل کرده است. صلواتی ادامه داد: براساس آمارهای موجود، قسمت اعظم کالاهای مورد نیاز پروژه‌ها با استفاده از توانمندی کارخانه‌ها و صنایع داخلی تامین می‌شود و این در حالیست که مذاکرات و تعامل با شرکت‌های سازنده برای ارتقای کیفیت، استفاده از فناوری‌های نو و بهینه در اجناس و اقلام پروژه‌ها ادامه دارد. وی تصریح کرد: انتقال تکنولوژی در زمینه

درسال جاری راه اندازی ۶ تاسیسات تقویت فشار گاز هدفگذاری شده و برای سال ۹۹ نیز اجرای ۵ تاسیسات در دستور کار قرار گرفته است. بهرام صلواتی، مدیرعامل شرکت مهندسی و توسعه گاز ایران با تاکید بر اینکه هیچ گونه دغدغه‌ای درباره تامین توربوکمپرسورهای مورد نیاز برای راه اندازی این تاسیسات وجود ندارد، تصریح کرد: برنامه‌های ما در حمایت از ارتقای توانمندی شرکت‌های ایرانی سبب شده که تاسیسات تقویت فشار با تجهیزات ساخت داخل و با تکیه بر ظرفیت‌های جوانان و متخصصان کشور ساخته شود. وی با اشاره به اهمیت حیاتی توربوکمپرسور در راه اندازی تاسیسات تقویت فشار گفت: با توجه به موانع تحریمی، در صورت عدم انعقاد قرارداد داخلی سازی با شرکت‌های ایرانی با مشکلات اساسی در مسیر راه اندازی به موقع پروژه‌ها مواجه می‌شدیم که خوشبختانه با



| | |
|----|---|
| ۳ | راهاندازی ۶ تاسیسات تقویت فشار گاز در سال ۹۸ |
| ۴ | خط لوله نهم سراسری در اوج |
| ۶ | گزارش تصویری احداث خط لوله نهم سراسری از قاب دوربین |
| ۸ | به جای چای، آب بنوشیم |
| ۸ | هنگام حادثه، خونسردی اصل اول است |
| ۹ | موفقیت‌های بی‌سابقه و درخشان خط نهم |
| ۹ | ریزش چهره‌های تکراری، آغاز رویش‌های جدید |
| ۱۰ | روش‌های مقابله با گرمادگی |
| ۱۲ | باید تجربیات‌مان را به نسل آینده منتقل کنیم |



مدیر مسئول:
بهرام صلواتی

مدیر اجرایی:
فاطمه هلیسایی

با سپاس فراوان از همکاری:
محمد رضا ولی پور و سید کیان مدنی





گام‌های بلند تلاشگران توسعه گاز در غرب کشور

خط لوله نهم سراسری در اوج

طرح خط لوله نهم سراسری گاز که از خطوط استراتژیک شبکه گاز کشور به‌شمار می‌آید به لحاظ اهمیتش در ایجاد زیرساخت‌های لازم برای صادرات و تقویت گازرسانی به استان‌های غرب و شمال‌غرب کشور و همچنین تغذیه صنایع مسیر بسیار حائز اهمیت است. با تکمیل و راه‌اندازی پروژه‌های این خط، پایداری کامل در انتهای کردستان و ورودی آذربایجان برقرار شده و کمبود گاز و افت فشار که سبب ایجاد مشکل برای هموطنان در شهرهای بانه، سقز، سردشت و بوکان در فصول سرد سال می‌شد به‌طور کامل برطرف می‌شود. با وجود کوهستانی بودن مناطق غربی کشور و وجود رودخانه‌ها و موانع متعدد، اما پروژه‌های این طرح با درایت و تلاش مدیران و کارکنانش یکی پس از دیگری به ثمر می‌رسند و افتخاراتی درخشان در کارنامه پربار صنعت گاز رقم می‌زنند. مهدی بازگانی، سرپرست طرح خط لوله نهم سراسری گاز در این مصاحبه موفقیت‌های اخیر این مجموعه را تشریح کرده است.

نَه‌فَت - درباره وضعیت پروژه‌های خط نهم سراسری توضیح دهید.

پروژه‌های طرح خط نهم سراسری از خطوط اولویت‌دار و مهم شرکت ملی گاز محسوب می‌شود. این خط لوله از بید بلند آغاز می‌شود و تا مرز بازرگان ادامه دارد که اکنون قطعه دهگلان - میاندوآب این خط به طول ۲۳۰ کیلومتر به پایان رسیده که ۵۵ کیلومتر انتهایی آن در دی ماه

سال ۹۷ تزریق گاز شد و مابقی نیز آماده تزریق گاز است. محدوده بید بلند-اهواز هم به طول ۹۸ کیلومتر مراحل انجام فعالیت‌های اجرایی را سپری می‌کند.

نَه‌فَت - کمی درباره برنامه‌های آتی طرح بگویید

۴ پروژه جمعا به طول ۴۰۰ کیلومتر از اهواز تا کوه‌دشت تعریف کرده‌ایم که در واقع فاز بعدی

در اجرای خط لوله نهم به‌شمار می‌آید و با اجرای آن محدوده بید بلند تا کوه‌دشت تکمیل می‌شود. **نَه‌فَت** - به‌غیر از پروژه‌های خط لوله نهم سراسری، چه پروژه‌هایی در دست اجرا دارید؟

پروژه ۵۶-اینچ رابط سایت ۱ و ۲ عسلویه تزریق گاز شده و در حال انجام مراحل تکمیلی است و با نصب لاینچر و رسیور تا آخر تیرماه به بهره‌برداری

کامل می‌رسد. پروژه ۴۰-اینچ اتان رابط سایت ۱ و ۲ که ارزش افزوده بالایی را نصیب کشور کرد نیز با حضور رییس جمهور افتتاح شد و با توجه به سرعت و کیفیت اجرا از شاهکارهای شرکت در سال گذشته محسوب می‌شود.

نَه‌فَت - خط لوله ۲۰ و ۳۰-اینچ بید بلند-گچساران چه مزیت‌هایی خلق می‌کند؟

این خط لوله علاوه بر گازرسانی به نیروگاه بهبهان، وظیفه تغذیه کارخانه سیمان بهبهان و همچنین گازرسانی به پتروشیمی گچساران را به عهده خواهد داشت. تامین گاز مورد نیاز پتروشیمی گچساران برای مسئولان این مجتمع اهمیتی حیاتی دارد و ما در تلاشیم طبق پیمان، پروژه را تا انتهای سال ۹۸ به پایان برسانیم.

نَه‌فَت - خط لوله بید بلند-اهواز چه وضعیتی دارد؟

حدود ۳۰ کیلومتر از این خط لوله تا انشعاب ماهشهر از اولویت اجرایی برخوردار است که مقرر شده ابتدای آبان ماه امسال تزریق گاز شود و ادامه خط نیز به طول ۶۸ کیلومتر باید براساس پیمان در خرداد ۹۹ خاتمه یابد.

نَه‌فَت - کمی درباره مراحل و سختی‌های کار توضیح دهید.

خط نهم در غرب کشور و استان خوزستان با مشکلات بسیاری مواجه است. ما در کریدور غرب از دهگلان تا میاندوآب با کوهستان‌هایی با شیب‌های تند و زمین‌هایی از جنس سنگ

سخت مواجه بودیم که کار کردن را دشوار و زمان‌بر می‌کرد اما سعی کردیم با افزایش منابع، ماشین‌آلات، تجهیزات و شیفت‌های کاری این موانع را جبران کنیم. طی زمان انجام پروژه‌ها در کردستان ۲ زمستان سخت و به ویژه زمستان ۹۷ که شدت سرمای آن در ۲۰ سال گذشته بی‌سابقه بود را پشت سر گذاشتیم.

نَه‌فَت - به غیر از کوهستان با چه موانع طبیعی دیگری مواجه شدید؟

تعداد عبور از موانع بسیار زیاد بود و در ۲ گستره دهگلان - میاندوآب مجموعاً ۴۵ مورد عبور از جاده آسفالت به‌صورت غلاف گذاری و ۵ مورد عبور از رودخانه‌های پرآب و دائمی داشتیم. به‌عنوان نمونه عبور از رودخانه قزل‌اوزن با عرض ۳۲۰ متر که یکی از پرآب‌ترین و عرض‌ترین رودخانه‌های مسیر بود، کاری بسیار دشوار اما در عین حال بسیار با کیفیت است.

نَه‌فَت - کمی هم از موانع تحصیل اراضی بگویید.

در استان کردستان و آذربایجان غربی (محدوده انتهای خط) از زمین‌های دارای ارزش بالا عبور کردیم که حل و فصل مسائل مرتبط را برای گروه تحصیل اراضی دشوار و زمان‌بر کرد. این اولین تجربه ما در واگذاری کامل امور تحصیل اراضی به پیمانکار بود که تبدیل به الگویی موفق و قابل بسط به دیگر پروژه‌ها شد. مشکل دیگری که در زمینه تحصیل اراضی داشتیم چالش مابین منابع طبیعی و معارضین بر سر ملی بودن یا نبودن

اراضی بود. مجموعه این موانع سبب دشواری شد اما در نهایت هیچ کدام از این محدودیت‌ها نتوانست در عزم همکاران ما خللی وارد کند و پروژه‌ها بدون رکود در زمان مورد نظر و حتی زودتر از موعد به بهره‌برداری می‌رسند. چنانچه قطعه دوم دهگلان - میاندوآب با وجود مشکلات تامین لوله، چند ماه زودتر از برنامه راه‌اندازی شد. لازم است عنوان کنم که مشکلات تحصیل اراضی منحصر به منطقه کردستان نیست و ما در پروژه‌های جاری و آتی در مناطق خوزستان، کرمانشاه و لرستان نیز با موانع مشابهی مواجه خواهیم شد. عبور از موانع مسیر در پروژه‌های آتی با عبور از رودهای مارون و کارون ادامه خواهد یافت که برای همه آنها برنامه ریزی و تمهیدات لازم اندیشیده شده است.

نَه‌فَت - در پایان اگر صحبتی دارید، بگویید

یکی از مشکلات عمده طرح خط لوله نهم سراسری کمبود منابع انسانی مورد نیاز در بخش‌های ساختمان و نصب و مهندسی است که با عنایت به تشدید این مورد با مشکل مربوط به سمت‌های سازمانی شرکت امیدواریم با مساعدت مدیرعامل محترم و مدیر محترم منابع انسانی برطرف، تا فعالیت‌های این طرح به ویژه در بخش‌های نظارتی و کنترلی با دقت نظر بیشتر و انگیزه قوی‌تر دنبال شود و شرکت، جهشی خوب را در این خط لوله راهبردی تجربه کند.



احداث خط لوله نهم سراسری از قاب دوربین



فرشته لطیفی پور، رییس بهداشت صنعتی

به جای چای، آب بنوشیم



مصرف کنیم. براساس یک باور و عادت نادرست ما ایرانی‌ها تمایل بسیاری به نوشیدن چای در هوای گرم داریم در حالی که چای مضر است و سبب دفع آب از بدن می‌شود. مصرف آب آشامیدنی به میزان ۶ تا ۸ لیوان در روز می‌تواند آب مورد نیاز بدن را به خوبی تامین کند و تا حد بسیاری با از دست رفتن آب بدن مقابله کند.

همزمان با فصل تابستان و افزایش سفرها موضوع بهداشت آب و مواد غذایی حساسیت ویژه‌ای می‌یابد. معمولاً در تابستان شیوع برخی بیماری‌ها مانند وبا بیشتر است و این قضیه اهمیت رعایت موارد بهداشتی مانند شست‌وشوی سبزیجات را بیشتر می‌کند. شست‌وشوی همیشگی دست با آب که یکبار به‌عنوان شعار سال سازمان بهداشت جهانی برگزیده شده بود نشان از اهمیت این مقوله دارد. شاید دقت در روش‌های شست و شو در نگاه اول امری پیش پا افتاده به‌نظر برسد اما همین موضوع می‌تواند عامل پیشگیرانه در جلوگیری از بسیاری بیماری‌ها به‌خصوص اسهال و استفراغ باشد که در فصل تابستان شیوع بیشتری دارد. بهتر است از صرف غذا در رستوران‌های بین‌راهی پرهیز کنیم به‌ویژه در شرایط اقتصادی کنونی، ممکن است برخی غذاهای غیر بهداشتی برای کاهش هزینه‌ها از کیفیت غذا کم کنند که طبیعتاً بهداشت آن نیز تحت‌تأثیر قرار خواهد گرفت. علاوه بر این موارد، یخ‌هایی که در مراکز فروش مختلف عرضه می‌شوند نیز بهداشتی نیستند و مناسب‌تر است که از آب معدنی استفاده کنیم. برای شست‌وشوی سبزیجات نیز در صورت نبود مواد ضدعفونی کننده می‌توانیم از سرکه، آب و نمک بهره ببریم. حتماً نیم ساعت قبل از قرار گرفتن در معرض نور خورشید از کرم ضدآفتاب استفاده و مصرف این ماده را هر ۳ یا ۴ ساعت یکبار تجدید کنیم. برای جلوگیری از گرم‌زدگی هم شایسته است که به جای چای، آب آشامیدنی

مهران محمودی، مسئول برنامه‌ریزی و کنترل پروژه

موفقیت‌های بی‌سابقه و درخشان خط نهم



طرح خط لوله نهم سراسری سال ۹۷ با اجرای ۴ پروژه با بهینه‌ترین فرآیند زمانی به یک رکورد فراموش ناشدنی و بی‌سابقه در تاریخ شرکت دست یافت و آماری کم نظیر در سطح وزارت نفت را به ثبت رساند. مهران محمودی، مسئول برنامه‌ریزی و کنترل پروژه در خط لوله نهم سراسری در تشریح موفقیت‌های حاصل شده در این مجموعه اجرایی می‌گوید: «قسمت‌های اول و دوم پروژه دهگلان - میان‌دوآب، زودتر از زمان پیش‌بینی شده و پروژه‌های اتان و ایستگاه کنترل فشار نائین مطابق برنامه به بهره‌برداری رسیدند. ناگفته نماند اگر تأخیر در فرآیند تحویل لوله‌ها ایجاد نمی‌شد، این پروژه حتی زودتر از این راه‌اندازی و دستاوردهایی به مراتب درخشان‌تر به ویتترین افتخارات شرکت افزوده می‌شد.» از جوان خوشفکر طرح نهم می‌خواهم کمی درباره عوامل مؤثر در کسب این موفقیت‌ها صحبت کند که به برنامه‌ریزی پروژه‌ها براساس منابع و راندمان کاری اشاره می‌کند و ادامه می‌دهد: «یکپارچگی لایه‌های مدیریتی در بخش‌های کارفرمایی، مشاوره و پیمانکار که در راستای تحقق یک هدف واحد هم‌قسم شده بودند، از عوامل اصلی در اجرای باکیفیت، هزینه بهینه و مطابق برنامه بود. ضمن آنکه توان فنی، تجهیزاتی، مدیریتی و نیروی انسانی پیمانکار و مشاور و تبحر تیم حقوقی در تحصیل اراضی و همچنین تامین مالی مناسب سبب توفیق این پروژه‌ها شد. محمودی در ادامه از تولید نرم‌افزاری جامع و کامل براساس خروجی پروژه‌های این طرح خبر می‌دهد و می‌افزاید: «با همکاری تیمی از دانشگاه تهران

موفق به توسعه یک نوع نرم‌افزار شده‌ایم که می‌تواند با در نظر گرفتن عوامل و شرایط پروژه، بهینه‌ترین حالت ممکن را به لحاظ زمان، هزینه و منابع ارائه دهد. این نرم‌افزار که با حمایت مدیریت برنامه‌ریزی تولید شده از این قابلیت برخوردار است که در آینده برای دیگر پروژه‌های شرکت نیز به اجرا در آید.»

عباس بیگلری، رییس ایمنی

هنگام حادثه، خونسردی اصل اول است



و بی‌هوش شده را با استفاده از همین کمک‌های اولیه نجات داد و اینجاست که ضرورت آموختن این اصل مشخص می‌شود. باید باور کنیم که حفظ خونسردی، اصل اول هنگام وقوع خطر است. ضمن آنکه افراد اهل ورزش که از آمادگی جسمانی بالا برخوردارند و جریان خون‌شان ایستایی ندارد، هنگام رانندگی دیرتر خسته می‌شوند. بهتر است در طول سفر هر ۱ یا ۲ ساعت یکبار از اتومبیل پیاده شویم و اندکی قدم بزنیم تا خون در بدن گردش پیدا کند و با برطرف شدن خستگی و کرحتی، با تمرکز و انرژی بیشتری پشت فرمان بنشینیم.

اگر بخواهیم از منظر اچ‌اس‌ای به سفرهای تابستانی نگاه کنیم، باید ابتدا ارزیابی ریسک انجام دهیم به این معنا که مخاطرات احتمالی را از قبل پیش‌بینی کنیم و راه‌های مؤثر برای پیشگیری از وقوع آن تدارک ببینیم. تصادفات جاده‌ای عمده‌ترین سانحه‌های است که در مسافرت‌ها به چشم می‌خورد. همه می‌دانیم که مدت زمان مجاز رانندگی ۹ ساعت در شبانه روز است به شرط آنکه قبل از آن ۸ ساعت استراحت کامل داشته باشیم. باید شرایط اضطراری را از قبل پیش‌بینی کنیم یعنی فکر کنیم که در صورت خرابی یا متوقف شدن احتمالی اتومبیل در جاده باید چه کارهایی انجام دهیم و چه عواملی می‌تواند تهدید کننده باشد. بهتر است از قبل وسیله نقلیه را به لحاظ فنی از سوی کارشناسان خبره کنترل و آن را مجهز به لوازمی مانند کپسول آتش‌نشانی کنیم تا در صورت لزوم بتوانیم از خود یا دیگران محافظت کنیم. آذوقه، مواد غذایی لازم و همچنین سوخت کافی را پیش‌بینی کنیم تا اگر به دلیل ترافیک یا علل دیگر سفر طولانی‌تر شد، با مشکل مواجه نشویم. هنگام عزیمت به سوی ساحل باید مکان‌هایی را انتخاب کنیم که تحت نظر نهادهای ذی‌ربط همچون سازمان جهانبندی اداره می‌شوند، مباحث ایمنی را با دقت رعایت می‌کنند و غریق نجات نیز در آن حضور دائمی دارد. توصیه‌های ایمنی سازمان‌های متولی را جدی تلقی کنیم و وارد نواحی ناشناخته اعم از رودخانه و دریا نشویم. اصولاً شنا در دریا را خطرناک می‌دانم چون تجربیات و حوادث نشان داده که هرچقدر افراد در شنا ماهر باشند باز هم طبیعت دریا غیرقابل پیش‌بینی و غافلگیر کننده است. با همه این موارد، گذراندن یک دوره آموزشی کمک‌های اولیه می‌تواند برای همه افراد راهگشا باشد. می‌توان فردی که در دریا حادثه دیده

محمد باقر پوررضا موحد، رییس ساختمان و نصب خطوط لوله

ریزش چهره‌های تکراری، آغاز رویش‌های جدید



سیستم، سازمان و جامعه زمانی رشد می‌کنند و ثمر می‌دهند که روند طبیعی ریزش و رویش در آنها جریان پیوسته و دائمی باشد نه موجی گذرا و ناپایدار. به اعتقاد من باید زمینه را برای ورود پیمانکاران جدید و تازه نفس در پروژه‌های شرکت فراهم کنیم تا مجموعه‌های خصوصی با انگیزه که برای اثبات توانایی‌شان از اشتیاق و انرژی پایان‌ناپذیری برخوردارند با حضور در فعالیت‌های شرکت، روحی تازه در سیستم بدمند و طرح‌های نو ارائه دهند. محمد باقر پوررضا موحد، رییس ساختمان و نصب خطوط لوله از همکاران آذربایجانی شرکت که سابقه ۳۰ سال فعالیت تخصصی در صنعت گاز در کارنامه اش دیده می‌شود معتقد است که درها باید برای استفاده از تفکرات جدید گشوده شود تا شاهد رویش‌های نو در شرکت باشیم. او می‌گوید: «باید در انتخاب پیمانکار وسعت دید داشته باشیم و با دريادلی، عرصه کار و فعالیت را به نیروهایی بسپاریم که حرف‌های نو برای گفتن داشته باشند و بتوانند با هزینه‌هایی به مراتب پایین‌تر و کیفیت بهتر پروژه‌ها را به سرانجام برسانند.» او ادامه می‌دهد: «روند شتابان رشد تکنولوژی‌های صنایع گاز در سال‌های اخیر و اجرای پروژه‌های ملی ایجاب می‌کند که فضا رقابتی‌تر شده و عرصه برای حضور همه شرکت‌ها حتی آنها که به‌ظاهر تجربه کمتری دارند، فراهم شود. این قضیه تنها در زمینه همکاران بخش خصوصی نیست و درباره کارفرما هم صادق است. ما در شرکت هم باید

بکوشیم تا از تجربه نیروهای باسابقه در امور مشاوره‌ای استفاده کنیم و نیروهای تازه نفس را به تدریج وارد عرصه کنیم. در آن صورت خواهیم دید که انرژی‌ها و تفکرات افرادی که شوقی سیری‌ناپذیر برای نشان دادن ظرفیت‌شان دارند چه تحولات و ثمرات مبارکی برای سیستم رقم خواهد زد. ضمن آنکه باید فرصت حتی برای افرادی که در مقاطعی کم‌فروغ بوده یا به دلایلی خارج از گود بوده‌اند نیز فراهم شود تا توانایی‌شان را در خدمت اهداف سازمان قرار دهند.»

روش‌های مقابله با گرمزدگی

هوا گرم است، ناگهان دچار خستگی شدید، سردرد و سرگیجه می‌شوید و احساس می‌کنید دارید از حال می‌روید. تا به حال این حس را در فصل گرم سال داشته‌اید؟

اینها همان علائم و نشانه‌های گرمزدگی است که بدن شما، در مقابل حرارت بالای محیط نشان داده است. علائم هشدار می‌دهد که باید جدی گرفته شود و اگر زودتر اقدام مناسبی برای آن انجام نشود ممکن است به اغماء و حتی مرگ منجر شود. گرمزدگی گرچه برای بیشتر ما لاقابل یک بار در طول عمرمان رخ داده است ولی نباید بگذاریم دوباره اتفاق بیفتد و باید با رعایت نکاتی از آن پیشگیری کنیم.

وقتی انسان در مقابل گرمای محیط بیش از ۴۰ درجه سانتی‌گراد، نور شدید آفتاب یا محیط خفه و گرم (مقابل کوره) قرار می‌گیرد بدن شروع به تعریق می‌کند. تعریق زیاد باعث می‌شود مقدار زیادی از پتاسیم، سدیم و املاح بدن از طریق عرق دفع شود. پس بتدریج بدن با کمبود آب مواجه می‌شود که ابتدا علائمی مانند خشکی دهان، خشکی اشک و احساس تنگی نفس برای فرد گرمزده به وجود می‌آید و نشانه‌ها با افزایش یافتن ضربان قلب و بی‌حالی ادامه می‌یابد. این افراد بشدت به آب نیاز پیدا می‌کنند و اگر اقدام مناسبی به عمل نیاید، حال بیمار رو به وخامت می‌رود. در حالت عادی وقتی مادر مقابل گرما قرار می‌گیرد مقدار زیادی از خون به عروق سطحی پوست وارد می‌شود و سیستم

گردش خون مانند یک کولر آبی عمل می‌کند. جریان خون وقتی به سمت پوست می‌آید مقدار زیادی از حرارت را با محیط مبادله می‌کند.

وقتی درجه حرارت بیرون بیش از درجه حرارت دمای بدن باشد، این مبادله بدرستی انجام نخواهد شد و درجه حرارت گرم بیرون را هم به خود جذب می‌کند و تبدیل درجه حرارت بالا به پایین مختل می‌شود. مسئول تنظیم حرارت در بدن، عضو کوچکی در مغز به نام هیپوتالاموس است که با گرمای زیاد دچار مشکل می‌شود.

علائم گرمزدگی

با پیدایش علائم اولیه، بیمار را باید بسرعت از ناحیه گرم خارج کرد تا گرمزدگی از حالت خفیف به سوی متوسط و شدید سوق پیدا نکند؛ زیرا درمان بیمار در مراحل بعدی بسیار دشوارتر بوده و حتی ممکن است در بیمارستان نیز بستری شود. در گرمزدگی شدید، تهوع، استفراغ، تشنج کاهش سطح هوشیاری و کما اتفاق می‌افتد، در این حالت قلب برای خونرسانی به کل بدن ضربان را بالاتر می‌برد. تا بتواند خون را به ارگان‌های مهمی چون کبد، مغز و کلیه‌ها برساند. اگر یکی از این اعضا مانند کلیه‌ها با کمبود خون و اکسیژن مواجه شود، آسیب جدی خواهد دید.

چه افرادی بیشتر گرمزده می‌شوند؟

کودکان، افراد مسن، کسانی که سابقه بیماری‌های مزمنی مانند دیابت، بیماری‌های قلبی، کبدی، ریوی و کلیوی دارند یا دچار سرطان هستند، در معرض خطرند. در برابر هر تغییر محیطی، بدن دفاعی از خود نشان می‌دهد. وقتی ایمنی بدن ضعیف شده و قدرت دفاعی چندانی ندارد نه تنها در مقابله با گرمزدگی، بلکه در برابر بسیاری از شرایط غیرعادی محیطی و بیرونی واکنشی متفاوت‌تر از یک فرد سالم نشان خواهد داد. مثلاً یک فرد مسن نمی‌تواند حالت ارتجاعی رگ‌ها و کولر طبیعی بدن را تنظیم کند یا یک کودک به دلیل این‌که قدرت بدنی کمی دارد و سیستم ایمنی‌اش هنوز تکامل نیافته و مهم‌تر از همه غدد عرقی به اندازه کافی وجود ندارد، بیشتر در معرض گرمزدگی قرار دارد و خانواده‌ها باید به این نکته توجه کافی داشته باشند و از کودکان در این فصل مراقبت کافی در برابر گرما و آفتاب به عمل آورند. کودکان خیلی زود دچار گرمزدگی شدید می‌شوند.

چطور آب از دست رفته را جبران کرد؟

وقتی با عرق کردن، آب زیادی از بدن دفع می‌شود یا در برخی بیماران به دلایلی کلیه‌ها خوب کار نمی‌کنند و آب زیادی از طریق کلیه‌ها دفع می‌شود و در دسته دیگری نیز اسهال و استفراغ باعث کاهش آب بدن می‌شود، آب موجود در رگ‌ها کاهش یافته و گلبول‌های قرمز غلیظ‌تر شده و شخص ابتدا علائم ظاهری نشان می‌دهد و در نهایت قدرت خونرسانی کاهش می‌یابد و مراکز حساس ضربه می‌بینند. اوایل بیماری، با دادن آب و آمیوه می‌توان اختلال ایجاد شده را بهبود بخشید. مایعات باید به آرامی و به طور مرتب به بیمار گرمزده خوراند شود. بهتر است برای جبران سدیم از دست رفته کمی داخل آمیوه نمک نیز اضافه کرد ولی بهترین درمان همان نوشیدن آب خنک است. اگر مراحل گرمزدگی پیشرفته بود باید به وسیله سرم کم‌آبی ایجاد شده را جبران کرد.

جلوگیری از گرمزدگی

افراد مسن، کودکان و کسانی که به یک بیماری مزمن دچارند از بیرون آمدن در ساعات گرم روز (ساعت ۱۰ صبح تا ۵ بعدازظهر) خودداری کنند و اگر مجبورند در این ساعات از خانه خارج شوند، سعی کنند در سایه راه بروند و به مدت طولانی در معرض آفتاب قرار نگیرند. اگر برخی افراد مجبورند در محیط بیرون باشند و کارشان به نوعی خارج از ساختمان است، مقدار کافی آب با خود به همراه داشته باشند و هر از گاهی حتی اگر تشنه هم نیستند مقداری از آن را بنوشند. ضمناً دقت کنند لباس و پوشش مناسبی داشته باشند. لباس‌های نخی گشاد با رنگ روشن، باعث حرکت جریان هوا روی سطح پوست شده و از بالا رفتن گرمای درونی بدن جلوگیری می‌شود. از ورزش کردن در ساعات گرم روز و زیر نور شدید آفتاب خودداری شود. ورزش باید در ساعات خنک روز یا در سالن‌های سرپوشیده و خنک انجام شود. به دلیل از دست رفتن کلسیم، فسفر، منیزیم، سدیم و پتاسیم ممکن است گرفتگی عضلات یا اسپاسم رخ دهد. راه‌حل نیز مانند دیگر موارد خوردن مایعات و غذای مناسب است. عضلات درگیر اغلب عضلات ساق پا و عضلاتی هستند که بیش از بقیه حرکت می‌کنند.

با بیمار گرمزده چگونه برخورد کنیم؟

اولین کار این است که بیمار را از محیط گرم خارج کنیم و به مکانی که دارای کولر یا پنکه است انتقال دهیم. حتی اگر بیمار دچار تهوع و استفراغ است آرام‌آرام به او آب بخورانیم و لباس‌هایش را سبک کنیم. می‌توانیم پاهای بیمار را در آب یخ قرار دهیم. در صورتی که تهویه نبود، به وسیله پارچه مرطوب و باد زدن مصدوم را خنک می‌کنیم و چنانچه گرمزدگی شدید بود، به هیچ وجه خود درمانی توصیه نمی‌شود و بیمار را باید سریع به مراکز فوریت‌های پزشکی انتقال داد.

تقی اسدی، مسئول خدمات اداری طرح دیسپچینگ:

باید تجربیات مان را به نسل آینده منتقل کنیم

سال ۶۴ وارد شرکت ملی گاز شد و پس از فعالیت در واحدهای صدور احکام، حقوق و دستمزد، ذخیره‌سازی، خطوط لوله استانی به طرح‌های مخابرات و دیسپچینگ پیوست و تا به امروز مسئولیت خدمات اداری این طرح را برعهده دارد. با تقی اسدی، مسئول خدمات اداری طرح دیسپچینگ که در آستانه بازنشستگی قرار دارد، گفت و گوی کوتاهی داشتیم که می‌خوانید.



زمان به ریزه‌کاری‌های فنی اشراف و تسلط داشتند. من فکر می‌کنم اگر تجربه با علم درآمیخته شود بسیار مفیدتر واقع می‌شود.

نوشت - اگر توصیه یا صحبتی با همکاران و جوانان دارید، بگویید.

از تمام همکاران شرکت می‌خواهم با توجه به ارزش پروژه‌های ملی و عظیم جاری، تمام هم و غم خود را به کار گیرند تا برنامه‌ها زودتر به ثمر برسند و هموطنان در گوشه و کنار کشور از این نعمت خدادادی بهره‌مند شوند. امیدوارم شرایطی فراهم شود تا تجربیات افراد در شرف بازنشستگی به طریقی به جوان‌ترها منتقل شود.

نوشت - اگر زمان به عقب برگردد، چه کارهایی می‌کنید؟

بسیار به کار در بخش حقوق و دستمزد علاقه داشتم و بهترین دوران خدمتم در این بخش سپری شد. اگر به عقب بازگردم باز هم همان کار را با عشق و علاقه بیشتر دنبال می‌کنم.

لحاظ رتبه‌های سازمانی و موارد مرتبط، کارکنان با مشکلات بسیاری مواجه‌اند که باعث کاهش انگیزه آنان خواهد شد. اعتقاد دارم که از همان ابتدا که مدیریت مهندسی تبدیل به شرکت مهندسی و توسعه گاز شد ساختارهای قوی برای پاسخگویی به نیازها و مطالبات صنفی و اداری همکاران شکل نگرفت.

نوشت - طی این سال‌ها شرکت مهندسی و توسعه را در چه جایگاهی دیدید؟

شرکت ما واقعا به مردم خدمت می‌کند. همکاران در گرما و سرما در کوه، دشت و بیابان، خطوط لوله احداث می‌کنند که جای تقدیر دارد. همکاران دیسپچینگ هم تاکنون صدها کیلومتر خطوط فیبر نوری احداث کرده‌اند که دستاورد ارزشمندی است.

نوشت - چه تفاوتی بین نسل شما و نسل کنونی وجود دارد؟

نسل نو بیشتر به تحصیلاتش اتکا دارد و به آن مفتخر است. اما نسل ما مهارت و تجربه داشت. حتی کارگرها هم در آن

نوشت - از اینکه به زودی به جرگه بازنشستگان وارد می‌شوید، چه احساسی دارید؟

احساس دوگانه‌ای دارم. از یکسو از فرا رسیدن بازنشستگی خوشحالم اما می‌دانم که از این پس کمتر توفیق ملاقات دوستان و همکاران را خواهم داشت و از این بابت ناخرسند هستم.

نوشت - سال‌های خدمت در شرکت چطور برای شما سپری شد؟

واقعیت این است که من زمان‌های قدیم را ترجیح می‌دهم. آن زمان‌ها احترام به بزرگ‌ترها بسیار پررنگ‌تر بود و تجربه و سابقه اصالت داشت. اکنون شرایط اما به گونه‌ای است که مشخص نیست منزلت، جایگاه و اعتبار بر چه اساسی به افراد تعلق می‌گیرد. نظم و انضباط در دوران ما حیاتی بود و بسیار جدی‌تر مسائل و ضوابط اداری را با همه جزئیات رعایت می‌کردیم. فکر می‌کنم که باید بنیه شرکت در زمینه مدیریت منابع انسانی تقویت شود. هم اکنون از