

ÖZEL
REŞHA
MESLEKİ VE TEKNİK ANADOLU LİSELERİ

**İLK YARDIMI
ÖĞRENELİM?**

AYRINTILI BİLGİ İÇİN

444 23 18

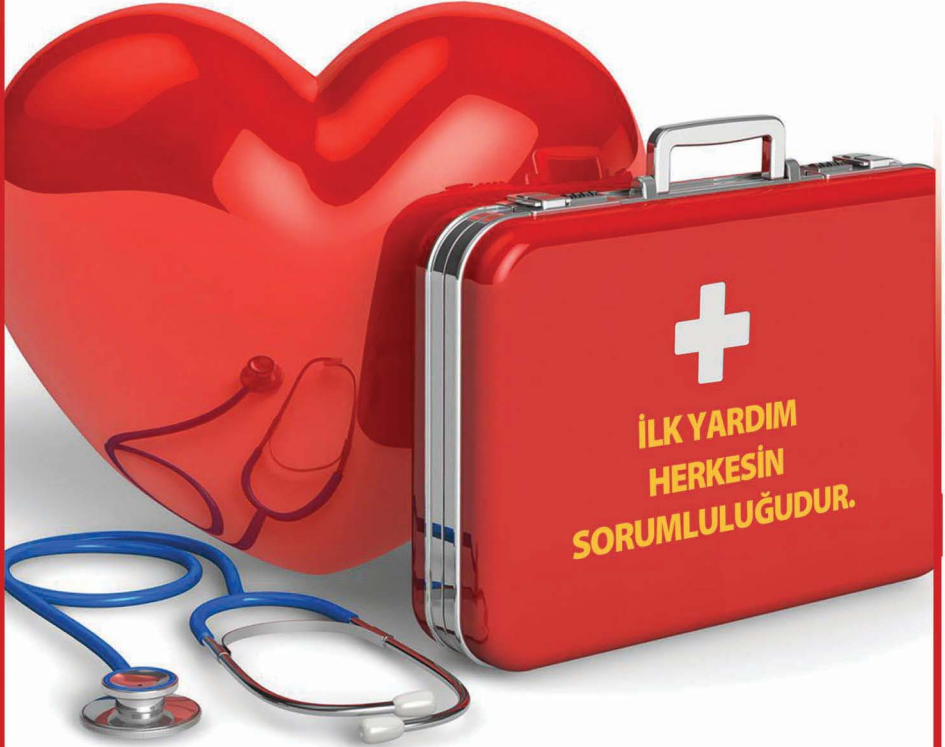
www.reshasaglikmesleklisesi.com / www.reshaokullari.com

İlk Yardım Nedir ?

Hasta ya da yaralı kişiye, hastalanması veya yaralanmasından hemen sonra sağlık görevlileri gelinceye kadar hayatını kurtarmak için yerinde ve zamanında ilaç kullanılmadan yapılan yardıma İLK YARDIM denir.

İLK YARDIMDA AMAÇ NEDİR?

- Yaşamı koruma ve sürdürülmesini sağlama
- Durumun kötüleşmesini engelleme
- İyileşmesini kolaylaştırma





İlk Yardımın İlkeleri

1-Teşhis (tanı)

İlk yardım uygulayacak kişi, hasta ya da yaralının hikayesini öğrenir. Hastanın hikayesi tanı ve tedavi için önemlidir. Örneğin, kaza geçiren kişinin kaza sırasında kafasını çarpıp çarpmadığı, göğsünün bir yere sıkışıp sıkışmadığı gibi durumların önceden belirlenmesi gerekir. Teşhiste yapılacak ikinci uygulama belirtilerin tespit edilmesidir. Bu amaçla hasta ya da yaralının;

- Ağrısının olup olmadığı sorulur. Ağrının belli bir bölgede mi yoksa vücudun her yerinde mi olduğu belirlenir.
- Üşüme, titreme ve terlemesinin olup olmadığı belirlenir. Bulantı ve kusmasının olup olmadığına bakılır.
- Teşhiste yapılacak son uygulama ise bulguların tespit edilmesidir. Bu amaçla hasta ya da yaralının bütün vücudu muayene edilerek yara, morluk, kanama kırık vb. durumları belirlenir.

2-Tedavi

Bu aşamada yaralı ya da hasta için en uygun olan ilk yardım uygulanır. Kazazedenin durumuna göre uygulanacak ilk yardım kuralları ilerleyen konularda yeri geldikçe açıklanacaktır.

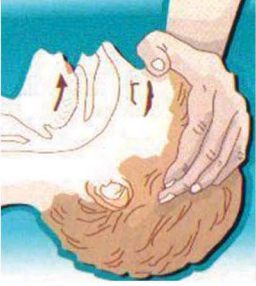
3-Taşıma

Teşhis ve tedavisi yapılmış hasta ya da yaralının en yakın sağlık kuruluşuna taşınması ilk yardımın üçüncü ilkesidir. Taşıma sırasında kazazedelerin durumuna göre öncelikli olan taşınmalıdır. Hasta ya da yaralının taşınması sırasında da ilk yardım uygulamasına ara verilmeden devam edilmelidir.

İLK YARDIMIN ABC'Sİ NEDİR?

- **A**irway (Hava yolu) Soluk yolunun açıklığının saptanması
- **B**reathing (Solunum) Solunum varlığının saptanması
- **C**irculation (Dolaşım) Nabzın varlığının saptanması





İLK YARDIM UYGULAMALARI ?



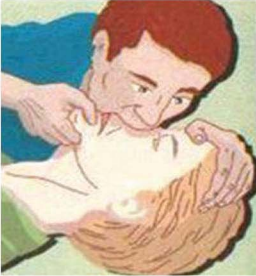
Hava Yolu Nasıl Açılır?

- Ağzıda toz toprak, kırık takma diş ve yabancı cisimler varsa çıkarılır.
- **Bilinci kapalı kişilerde dil arkaya düşüp havayolunu tıkayabilir. Bu durumda baş geriye itilip çene yukarı kaldırılarak soluk yolu açılır.**



Yapay Solunum Nasıl Yapılır?

- Hasta sert bir zemine yatırılır.
- **Ağız içi temizlenerek varsa yabancı cisimler çıkarılır.**
- Çenesi yukarı kaldırılarak baş hafifçe arkaya itilir.
- **Ağızdan ağıza solunum yapılacaksa burun kapatılır. Burundan solunum yapılacaksa ağız kapatılır.**
- Derin bir soluk alınıp, solunum yaptırılacak kişinin ağızına ya da burnuna ağız yerleştirilir.
- **Hastanın göğsünün kabarmasına yetecek şiddette soluk verilir.**



Dolaşımın Etkinliği Nasıl Sağlanır?

- Kalp durmuşsa hemen kalp mesajına başlanır.
- **Hasta sert bir zemine yatırılır ve bir yanına diz çökülür. Yara içindeki yabancı cisim, kemik, parçası vs. çıkarılmamalıdır.**
- Göğüs kemiğinin üçte bir alt ucuna bir elin ayası sıkıca yerleştirilir, diğer elin ayası bunun üstüne konur. Parmaklar hastaya temas etmemelidir.
- **Kollar dik tutularak (Bilek ve dirsekler bükülmeden) sabit ve ritmik bir şekilde göğüse 4-5 cm bastırılır.**
- Arada nabız kontrol edilerek dakikada 60 kez olmak üzere dolaşım başlayıncaya kadar devam edilir.



Bayılmalarda İlk Yardım

- Elbiseleri boyundan, göğüsten ve karından gevşetilir.
- **Hastanın beynine kan gitmesini sağlamak için düz bir yerde sırtüstü yatırılarak, ayakları yukarı kaldırılır ve sonunda şok pozisyonunda bekletilir. Kesinlikle başının altına yastık konmaz.**
- Hastaya uyarıcı kokular kokatılır. (Amonyak vb.)
- **Hastanın zorlanmaksızın kendine gelmesi beklenir.**
- Kendine geldiğinde su, çay gibi içecekler azar azar verilmelidir.

Göğüs Yaralanmalarında İlk Yardım

- Yaralı,yarı oturur duruma getirilir.
- **Havanın akciğerler dolmasına engel olmak için açık olan yara yerine temiz bir bez kapatıp basınç yapmadan sarılır.**
- Kaza zedenin ısı kaybı önlenir.

Karın Yaralanmalarında İlk Yardım

- Hastaya ağızdan yiyecek içecek verilmez.
- **Yaralı başı hafif yüksek, dizlerinin altına rulo edilmiş bir battaniye konularak sırt üstü yatırılır.**
- Herhangi bir organ dışarı çıkmış ise asla el sürülmez. Geniş bir gaz bezi varsa serum fizyolojik ile ıslatılarak basınç yapmadan organların üzerine örtülür.
- **Yaralı zaman geçirmeden sevk edilir.**

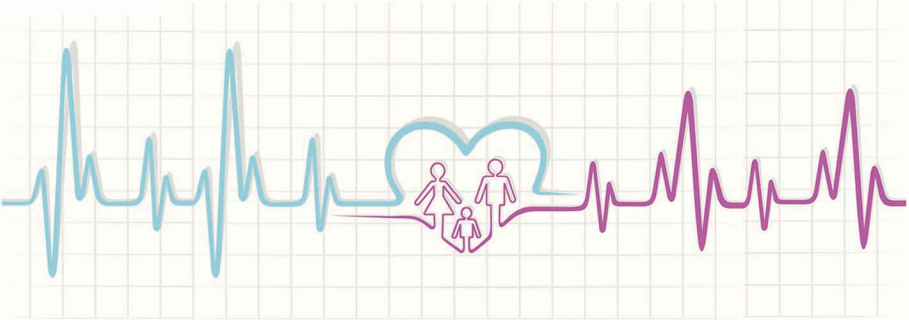


Egzos Zehirlenmelerinde İlk Yardım

- Hasta derhal temiz havaya çıkarılır.
- **Şuuru tam kapalı olmayanlar temiz havada derin solunum yaptırılır.**
- Şuuru kapalı veya solunum yapmakta güçlük çeken hastalara suni solunum tatbik edilir.
- **Beden ısısının düşmesini engellemek için üstü örtülür.**
- Hasta en seri şekilde sağlık merkezine gönderilir.

Sindirim Yolu Zehirlenmelerinde İlk Yardım

- Zehirin sulanması ve emilimin yavaşlaması için hastalara; süt, yumurta akı, nişasta solisyonlu su içirilir.
- **Hastanın Kusmasına yardım edilir. Ancak Asitle olan zehirlenmelerde, hasta hiçbir zaman kusmaya zorlanmaz. Su ve süt yumurta akı karıştırılarak içirilir.**
- Alkali ile olan zehirlenmelerde, 1/4 oranında sirke ile hazırlanmış 500ml. su veya limon suyu içirilir.



Kanamalarda İlk Yardım

- Kanayan uzuv (kol, bacak vs.) yükseltilir.
- **Yara üzerine temiz gazlı bez, mendil veya çamaşır parçası konur ve sıkıca bastırılır.**
- Kanama durmazsa kanayan yerin 5 cm yukarı kısmına bandaj uygulanır.

Burun Kanamasında İlk Yardım

- Burnu kanayan kişinin başı hafifçe öne eğilir.
- **Hasta burun üzerine basınç yapar.**
- Bu sırada ağızdan soluk alıp verir ve asla sümkürmez.
- **Burun kanamasında hastanın başı geriye doğru kaldırılmaz.**



Elektrik Çarpmalarında İlk Yardım

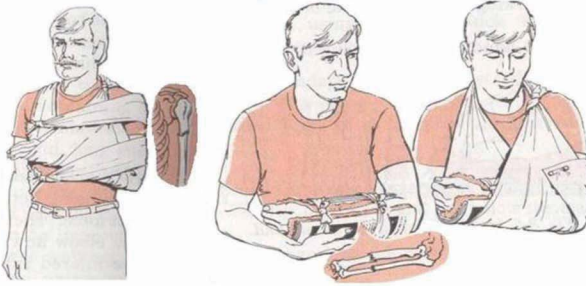
- Önce ilk yardımcı kendi güvenliğini sağlar.
- **Elektrik akımının yaralı ile teması kesilir. Bu yapılmadan önce yaralıya dokunulmaz.**
- Kuru tahta parçası ve lastik gibi elektrik geçirmeyen maddelerle hasta çekilerek veya kablo itilerek akımdan kurtarılır.
- **Solunum durmuşsa yapay solunuma, kalp durmuşsa kalp mesajına başlanır.**
- Yanık varsa soğuk su ile yıkanır.



Kırıklarda İlk Yardım

- Hasta sarsılmaz ve hareket ettirilmez.
- **Kanama varsa durdurulur.**
- Hasta taşınmadan önce kırık bölgesi hareketsiz hale getirilir.(Bunun için tahta gibi sert cisimler kullanılabilir.)
- **Açık kırık varsa (kırık uçları görülüyorsa) kırık kemik parçalarına kesinlikle dokunulmaz ve bunlar yerleştirilmeye çalışılmaz. Yara üzerine temiz bir gazlı bez kapatılır.**

KIRIKLARDA DESTEKLEME (ATELLEME)



Yanıklarda İlk Yardım

- Soğuk musluk suyu ile ağrı azaltılır.
- **Hastanın takıları çıkartılır. Çünkü daha sonra oluşabilecek şişler nedeniyle çıkarmak zorlaşabilir.**
- Oluşan kabarcıklar patlatılmaz.
- **Yanan kısımların üzeri temiz gazlı bezle kapatılır hiçbir şey sürülmez.**
- Hastanın bilinci yerinde ise bol su içirilir.
- **Yanık yüzeyine diş macunu, salça, yoğurt gibi maddeler kesinlikle sürülmez.**



Yaralanmalarda İlk Yardım

- Kanama varsa kontrol edilir.
- **Yaranın kirlenmesi önlenir.**
- Varsa kopan parça korunur.(Islak bir gazlı beze sarılıp bir naylon torbaya konulur,bu torba da içi buz dolu başka bir torbaya konulur.)



Suda Boğulmada İlk Yardım

- Boğulmakta olan kişiye ilk önce can yeleği, can simidi gibi suda batmayan bir cisim veya yüzme aracı atılması gerekir. Bunlar bulunamıyorsa uzun bir sopa ya da kayık küreği gibi araçlarla da yardım edilebilir. Havuz ya da denizde çırpınmakta olan kişiye suda kurtarma eğitimi almamış kişiler, yüzme bilseler dahi yaklaşmamalıdır.
- **Sahile ya da tekneye çıkarılan kazazedenin soluk yolunun açık olup olmadığı, düzenli solunum yapıp yapmadığı ve kalp atışları kontrol edilir.**
- Kazazedenin ağızındaki takma dişler veya yabancı cisimler derhal çıkarılmalı ve boğazı temizlenmelidir.
- **Başı iyice arkaya yatırılarak, alt çenesi iki elle kavranıp geriye doğru çekilmelidir.Ensenin altına katlanmış giysiler konabilir.**
- Eğer solunum durmuş ise; bir el kazazedenin alnına, diğer elin işaret ve baş parmakları burnu kapatacak şekilde yerleştirilmelidir. Kurtarıcı, derin nefes aldıktan sonra dudaklarını kazazedenin dudaklarına bitiştirerek güçlü bir nefes vermelidir. Soluk verilmesinin ardından, kazazedenin soluk vermesini sağlamak için ağız açık tutulmalıdır.
- **Kalp atışları durmuş ya da çok yavaşlamışsa; bu suni solunum işlemleri 2 kere tekrarlandıktan sonra, göğüs kafesine bastırılarak kalp masajına başlanmalıdır. Kazazedenin yanı başına diz çökerek, bir el göğüs kemiğinin alt bölümüne, diğer el ise sırtına yerleştirilerek göğüs kemiği üzerine omuz ile vücudun ağırlığı gelecek ve 30-40 kilogramlık bir güç oluşturacak şekilde güçle bastırılıp, sonra hızla bırakılmalıdır.**



- Akciğerlere dolan suyun boşaltılmasına çalışılarak zaman kaybedilmemeli, derhal yapay solunuma başlanmalıdır.
- **Kazazedeyi baş aşağı getirerek çıkarılan suyun çoğunun akciğerlerden değil mideden geldiği bilinmelidir.**
- Taşıma sırasında yapay solunum ve kalp masajı imkanı varsa kazazede hemen hastaneye kaldırılmalıdır. Eğer taşıma esnasında müdahale etme imkanı yoksa solunum ve kan dolaşımı düzelmeden kazazedeyi hastaneye taşımaya çalışmak yerine öncelikle solunumu ve kan dolaşımını düzenlemek daha yararlıdır.
- **Suya dalma ya da düşme esnasında boyun kırıkları, karaciğer ve dalak yırtılmaları olabileceği unutulmamalıdır.**

Hayvan Isırığı, Arı, Yılan ve Akrep Sokmalarında İlk Yardım

Hayvan Isırığı

Bir tahrik olmaksızın saldırarak ısıran kedi ya da köpeğin kuduz olmasından şüphe edilmelidir. Kuduz mikrobu ısırılmış bölgeden vücuda girer. Bu nedenle ısırık yeri hemen bol su ve sabun ile iyice yıkanarak mikrobun bulaşma ihtimali azaltılmaya çalışılır. Kazazede vakit kaybetmeden ve yürütülmeden bir sağlık kuruluşuna nakledilmelidir. Isıran hayvanın da gözlem altına alınması gerekir.

Arı Sokması

İğnenin girdiği yerde kızarıklık, ağrı, kaşıntı, şişme olabilir. İğne hala ciltte ise düzgünce çıkarılır. İğne yerine buz koyarak soğutma yapılır. Alerjisi olanlar, astımlılar, ağızdan sokulanlar, çok sayıda arı tarafından sokulanların hemen nakli gerekir.



• Yılan Sokması

Yılan zehirlenmelerinde ısırık yerinde ağrı, şişlik, morluk, hassasiyet vardır. Sokulan yer hareket ettirilmeden yıkanır. Isırılan yerin birkaç cm yukarısına boğucu sargı uygulanır. Isırık yeri 0.5 cm kesilerek ve elle sıvazlanarak zehrin kısmen çıkması sağlanır. Yaranın emilmesi etkili değildir ve zararlı olabileceği için uygulanmamalıdır. Isırık yerine buz uygulanabilir. Kişinin yatarak nakli sağlanır.



• Akrep Sokması

Akrep sokmasında yara yerinde ağrı ve uyuşukluk olur. Solunum bozulabilir. Sokulan bölge yıkanır, buzla soğutulur, sokulan kol veya bacakla vücut arasına boğucu sargı uygulanılarak akrep antiserumu bulunabilecek bir merkeze yatarak nakledilir.

Donmalarda İlk Yardım

Aşırı soğuk ortamda uzun süre kalınması sonucu donma ortaya çıkar. Kazazede halsiz, uykuludur. Donuk vücut bölümleri beyaz, sert, soğuktur. Henüz donmamış kısımlar kızarıklık olabilir. Hareketleri ağır ve ağrılıdır. Ciltte su dolu keseler görülebilir. Donmuş kısımlarda duyu kaybı vardır. Karla ovuşturmak, masaj yapmak, kumaş parçaları sürterek ısıtmaya çalışmak, sıcak odaya ya da sıcak suya sokmak, bandaj yapmak, cilde ilaçlar sürmek, alkol ya da sigara vermek sakıncalıdır. İlk yardımcı önce kazazedenin ıslak giysilerini çıkartıp kurumasını sağlamalıdır. Donmuş bölgeler temas, sürtünme, doğrudan ısıdan korunmalı, yüksekte tutularak bir battaniye ile sarılmalıdır. Isıtma işlemi yavaş ve aşamalı olarak yapılmalıdır. Ilık su bu amaçla kullanılabilir. Kazazedeye ılık içecekler ve şekerli sıvı gıdalar verilebilir.



