

## İLK YARDIM NEDİR?

- Herhangi bir hastalık veya kaza sonucu sağlığı tehlikeye girmiş olan kişiye,
- Olay yerinde
- Sağlık personeli gelinceye kadar
- Durumun kötüleřmesini önlemek amacıyla
- Tıbbi araç gereç aranmaksızın eldeki olanaklar ile yapılan ilaçsız uygulamalardır.

## ACİL TEDAVİ NEDİR?

Acil tedavi ünitelerinde ya da olay yerinde, hasta/yaralıya doktor ve sağlık personeli tarafından yapılan tıbbi müdahalelerdir.

## ACİL TEDAVİ İLE İLK YARDIM ARASINDAKİ FARK NEDİR?

- **Acil tedavi** ; işin uzmanları tarafından yapılan her türlü ileri teknik ve ilaç kullanılarak yapılır.
- **İlkyardım** ; bu konuda eğitim almış herkesin, olayın olduğu yerde bulabildiği malzemeleri kullanarak yaptığı hayat kurtarıcı müdahaledir.



## İLK YARDIMI YAPACAK KİŞİNİN ÖNCELİKLİ AMAÇLARI

- ❖ Ortam güvenliğini sağlamak
- ❖ Hayati tehlikeyi ortadan kaldırmak
- ❖ Yaşamsal fonksiyonların sürdürülmesini desteklemek
- ❖ Hasta / yaralının durumunun kötüye gitmemesi için gereken önlemleri almak
- ❖ İyileştirmeyi kolaylaştırmak.



### ALTIN ZAMAN

0 - 1 DAKİKA : KALP DURMASI

0 - 4 DAKİKA : BEYİN HASARI YOK

4 - 6 DAKİKA : BEYİN HASARI BAŞLANGICI

6 - 10 DAKİKA : İLERLERİYEN BEYİN HASARI

10 DAKİKADAN FAZLA :  
GERİ DÖNÜŞÜMSÜZ BEYİN HASARI

## İlkyardımın ABC si

Bilinç kontrol edilmeli, bilinç kapalı ise aşağıdakiler hızla değerlendirilmelidir:

"Uluslararası standartlarda ABC harfleri İngilizce;

**A**irway ( **H**avayolu )

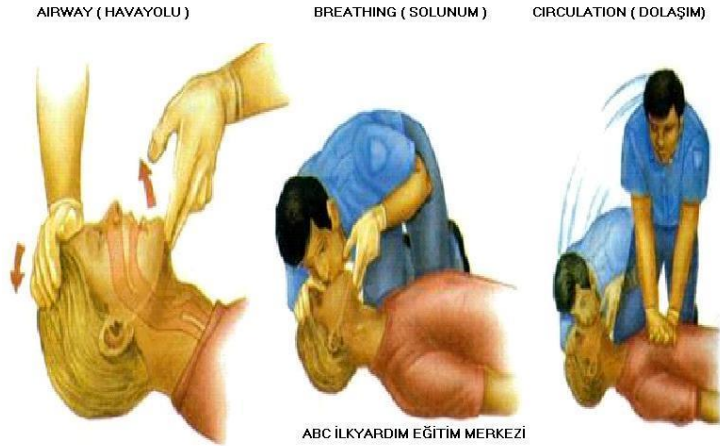
**B**reathing ( **S**olunum)

**C**irculation ( **D**olaşım ) sözcüklerinin baş harflerinden oluşmaktadır.

**A.** Hava yolu açıklığının değerlendirilmesi

**B.** Solunumun değerlendirilmesi (Bak-Dinle-Hisset)

**C.** Dolaşımın değerlendirilmesi (Şah damarından 5 saniye nabız alınarak yapılır)



## HAYAT KURTARMA ZİNCİRİ NEDİR?

Hayat kurtarma zinciri 4 halkadan oluşur.

Son iki halka ileri yaşam desteğine aittir ve ilkyardımcının görevi değildir.

- ❖ **1.Halka**.....112 ye haber verme
- ❖ **2.Halka**.....Olay yerinde yapılan **Temel Yaşam Desteği**
- ❖ **3.Halka**.....112 Ambulans ekiplerince yapılan müdahaleler
- ❖ **4.Halka**.....Hastane acil servisleridir.



## Temel Yaşam Desteği Nedir?:

Yaşam kurtarmak amacı ile hava yolu açıklığı sağlandıktan sonra, solunumu ve/veya kalbi durmuş kişiye yapay solunum ile akciğerlerine oksijen gitmesini, dış kalp masajı ile de kalpten kan pompalanmasını sağlamak üzere yapılan ilaçsız müdahalelerdir.

## Solunum Durması Nedir?:

Solunumun durması nedeniyle vücudun yaşamak için ihtiyacı olan oksijenden yoksun kalmasıdır. Hemen yapay solunuma başlanmaz ise bir süre sonra kalp durması meydana gelir.

## Kalp Durması Nedir?:

Bilinci kapalı kişide kalp atımının olmaması durumudur. Kalp durmasına kısa sürede müdahale edilmezse dokuların oksijenlenmesi bozulacağı için beyin hasarı oluşur. Solunumun olmaması, bilincin kapalı olması, hiç hareket etmemesi ve uyarılara cevap vermemesi kalp durmasının belirtisidir.



## YETİŞKİNLERDE TEMEL YAŞAM DESTEĞİ

1. Kendimizin ve hasta/yaralının güvenliği sağlanır,
2. Hasta/yaralının omuzlarına hafifçe dokunup, "iyi misiniz?" diye sorarak bilinç kontrol edilir,
3. Eğer bilinci yoksa; Çevreden yüksek sesle yardım çağrılır; 112 aratılır;
4. Hasta/yaralı sert bir zemin üzerine yatırılır,
5. Hasta/yaralının yanına diz çökülür,
6. Hasta/yaralının boynunu ve göğsünü saran giysiler açılır,
7. Ağız içi kontrol edilir, yabancı cisim varsa çıkarılır,
8. Hava yolunu açmak için bir el hasta/yaralının alnına, diğer elin iki parmağı çene kemiğinin üzerine yerleştirilir,
9. Çene kemiğinin uzun kenarı yere dik gelecek şekilde alından bastırılıp, çeneden kaldırılarak baş geriye doğru itilir; hastaya "Baş Geri-Çene Yukarı Pozisyonu" verilir,



**10.** Hasta / yaralının solunum yapıp yapmadığı

“Bak-Dinle-Hisset ” yöntemiyle 10 saniye süre ile kontrol edilir; Göğüs kafesinin solunum hareketlerine bakılır, Eğilip, kulağını hastanın ağzına yaklaştırarak solunum dinlenirken diğer el göğüs üzerine hafifçe yerleştirilerek hissedilir.

**11.** Hasta/ yaralının solunumu yok ise, çevrede başka kimse yok ve ilkyardımcı yalnız ise, kendisi 112’yi arar,

**12.** Kalp /Göğüs basısı uygulamak için göğüs kemiğinin alt ve üst ucu tespit edilerek alt yarısına bir elin topuğu yerleştirilir, diğer el bu elin üzerine yerleştirilir, her iki elin parmakları birbirine kenetlenir, ellerin parmakları göğüs kafesiyle temas ettirilmeden, dirsekler bükülmeden, göğüs kemiği üzerine vücuda dik olacak şekilde tutulur, göğüs kemiği 5 cm aşağı inecek şekilde (yandan bakıldığında göğüs yüksekliğinin 1/3’ü kadar) 30 göğüs basısı/kalp basısı uygulanır, bu işlemin hızı dakikada 100 bası olacak şekilde ayarlanır,



**13.** Baş geri çene yukarı pozisyonu tekrar verilerek hava yolu açıklığı sağlanır,

**14.** Alnın üzerine konulan elin baş ve işaret parmağını kullanarak hasta/ yaralının burnu kapatılır, normal bir soluk alınır, baş geri çene yukarı pozisyonunda iken hasta/yaralının ağzını içine alacak şekilde ağız yerleştirilir, hasta /yaralının göğsünü yükseltmeye yarayacak kadar her biri 1 saniye süren 2 (kurtarıcı) nefes verilir, havanın geriye çıkması için zaman verilir,

**15.** Hasta/ yaralıya 30 kalp masajı / göğüs basısından sonra 2 solunum yaptırılır, (30;2)

**16.** Temel yaşam desteğine hasta/yaralının yaşamsal refleksleri veya tıbbi yardım gelene kadar kesintisiz devam edilir.





## Solunum Yolu Tıkanıklığı Nedir?

Solunum yolunun, solunumu gerçekleştirmesi için gerekli havanın geçmesine engel olacak şekilde tıkanmasıdır. 2 tür solunum yolu tıkanıklığı vardır;

### Kısmi Tıkanma

Az da olsa, bir miktar hava geçişinin olduğu duruma kısmi tıkanma denir. Kişi öksürür, nefes alabilir, konuşabilir. İlk yardım olarak kişiye dokunulmaz ve öksürmeye teşvik edilir.

### Tam Tıkanma

Hava girişinin tamamen engellendiği duruma ise tam tıkanma denir. Kişi nefes alamaz, acı çeker gibi ellerini boynuna götürür, konuşamaz, rengi morarmıştır.

## Yetişkin ve Çocuklarda Tam Tıkanmada İlk Yardım

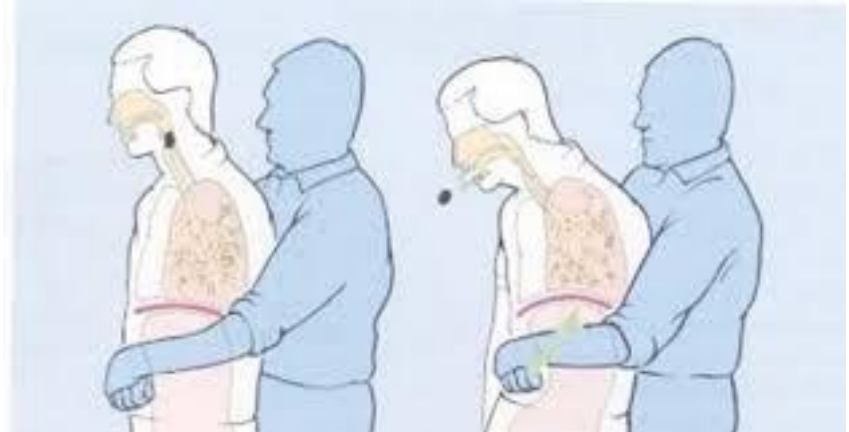
- 1- Hasta ayakta ya da oturur pozisyonda olabilir.
- 2- Bilinci kontrol edilir.
- 3- Sirtına iki kürek kemiği arasına 5 - 7 kez vurulur.
- 4- Cismin çıkıp - çıkmadığı ağız içerisinden kontrol edilir.



5- Çıkmadıysa, arkadan sarılarak gövdesi kavranır.

6- Bir el yumruk yapılarak, başparmak çıkıntısı midenin üst kısmına, göğüs kemiği altına gelecek şekilde konur. Diğer el ile yumruk yapılan el kavranır.

7- Kuvvetle arkaya ve yukarı doğru bastırılır. Bu hareket 5 - 7 kez yabancı cisim çıkıncaya kadar tekrarlanır.



## Yanığın tanımı

Herhangi bir ısıya maruz kalma sonucu oluşan doku bozulmasıdır.

## Yanık Çeşitleri

### 1. Derece yanıklar:

Alt deride ve derinin yüzeyinde, kızarıklık , ( pembe, kırmızı arası renk) şeklinde görülen doku hasarı vardır. Ağrı vericidir. Yanık bölgede ödem, hafif şişlik vardır. Genelde 48 saatlik süreç içinde iyileşir

### 2. Derece yanıklar:

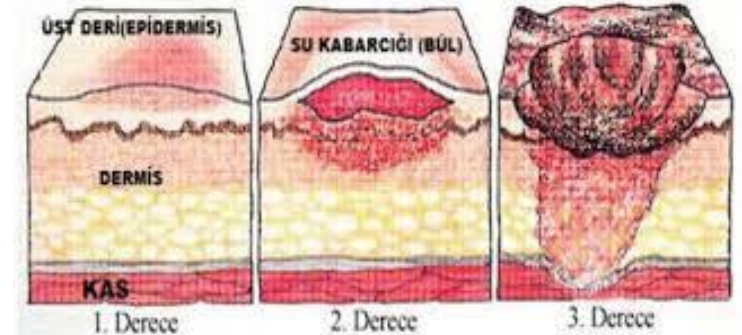
Derinin 1. ve 2. tabakasını etkiler. En bariz özelliği deride içi su dolu kabarcıklar ( bül ) oluşmasıdır. Derinin kendini yenilemesiyle kendiliğinden iyileşir. Çok ağrılıdır.

### 3. Derece yanıklar:

Derinin tüm tabakaları etkilenir. Kaslar, sinirler, damarlar üzerinde etkilidir. Beyaz kuru yaradan, siyah renge kadar aşamaları vardır. Ağrısızdır, çünkü bütün sinirler zarar görmüştür.

## Yanığın Vücutta Olumsuz Etkileri

Derinliğine, yaygınlığına ve oluştuğu bölgeye bağlı olarak, organ ve sistemlerde işleyiş bozukluğuna yol açar. Ağrı ve sıvı kaybına bağlı olarak şok meydana gelir.



## Isı ile oluşan yanıkta ilk yardım

- ❖ Kişi hala yanıyorsa, paniğe engel olunur, koşması engellenir.
- ❖ Hasta / yaralının battaniye vb. ile üzeri kapatılır ve yuvarlanması sağlanır.
- ❖ Hasta yaralının yaşamsal bulguları değerlendirilir.
- ❖ En az 20 dakika, soğuk su altında tutulur.
- ❖ Ödem oluşabileceğinden yüzük, bilezik vb. çıkarılır.
- ❖ Giysiler çıkarılır.
- ❖ Deri sabunlu su ile dikkatle temizlenir.
- ❖ Su toplayan yerler patlatılmaz.
- ❖ Yanık bölgelere birlikte bandaj yapılmaz.
- ❖ Yanık üzeri temiz bezle örtülür, yanık üzerine hiçbir madde sürülmez.
- ❖ Hasta / yaralı battaniye ile örtülür.
- ❖ Yanık geniş ve sağlık kurumu uzaksa, kusma yoksa bilinci açıksa hasta/yaralıya ağızdan sıvı verilerek sıvı kaybı engellenir.(1lt. su + 1 çay kaşığı karbonat + 1 çay kaşığı tuz)
- ❖ Tıbbi yardım istenir (112)



## Kimyasal yanıklarda ilk yardım

- ❖ Deriyle temas eden kimyasal maddenin en kısa sürede deriyle teması kesilmelidir.
- ❖ Giysiler çıkarılmalıdır.
- ❖ Bölge bol, tazyik siz suyla , en az 20-25 dk. yumuşakça yıkanmalıdır.
- ❖ Daha sonra Hasta/yaralı battaniye vb. ile örtülmelidir.
- ❖ Tıbbi yardım sağlanmalıdır.

## Elektrik yanıklarında ilk yardım

- ❖ Soğukkanlı ve sakin olunmalıdır.
- ❖ Hasta/yaralıya dokunmadan önce elektrik akımı kesilmelidir.
- ❖ Akımı kesme imkânı yoksa yalıtkan bir maddeyle kişinin elektrikle teması kesilmelidir.
- ❖ Hasta/yaralının yaşam bulguları değerlendirilmelidir.
- ❖ Hasta/yaralı kımıldatılmamalıdır.
- ❖ Hasar gören bölge örtülmelidir.
- ❖ Tıbbi yardım istenmelidir.



**Donmalar:** Aşırı soğuk nedeni ile soğuğa maruz kalan bölgeye yeterince kan gitmemesi ve dokularda kanın pıhtılaşması ile dokuda hasar oluşmasıdır.

### **Birinci derece donma belirtileri:**

- ❖ En hafif şeklidir.
- ❖ Deride solukluk, soğukluk hissi
- ❖ Uyuşukluk, halsizlik
- ❖ Daha sonra kızarıklık ve karıncalanma hissi

### **İkinci derece donma belirtileri:**

- ❖ Zarar gören bölgede gerginlik hissi,
- ❖ Ödem, şişkinlik, ağrı, içi su dolu kabarcıklar,
- ❖ Su toplanması iyileşirken, siyah kabuklara dönüşür.

### **Üçüncü derece donma belirtileri:**

- ❖ Dokuların geriye dönülmez biçimde hasara uğramasıdır.
- ❖ Canlı ve sağlıklı deriden kesin hatları ile ayrılan siyah bir bölge oluşur.

### **Donmalarda ilk yardım**

- ❖ Hasta/yaralı ılık bir ortama alınarak soğukla teması kesilir.
- ❖ Donmaya maruz kalan kişi sakinleştirilir.
- ❖ Kesin istirahat ettirilir hareket ettirilmez.
- ❖ Kuru giysiler giydirilir.
- ❖ Bilinci açık ise sıcak, şekerli içecekler verilir
- ❖ Su toplamış bölgeler asla patlatılmaz, üstü örtülür.
- ❖ Donuk bölge asla ovulmaz, kendiliğinden ısınması / çözünmesi sağlanır.
- ❖ El ve ayaklar doğal pozisyonda tutulur.
- ❖ Hala halsizlik varsa bezle bandaj yapılır.
- ❖ Tıbbi yardım istenir.



## Sıcak çarpmasında ilk yardım

- ❖ Hasta serin ve havadar bir yere alınır.
- ❖ Giysiler çıkarılır.
- ❖ Sırt üstü yatırılarak, kol ve bacaklar yükseltilir.
- ❖ Bulantı yoksa ve bilinci açıksa su ve tuz kaybını gidermek için su, tuz, karbonatla hazırlanan sıvı ya da soda içirilir.



## BİLİNÇ BOZUKLUKLARINDA İLK YARDIM

**Bayılma:** Beyne giden kan akışının azalması sonucu oluşan kısa süreli, yüzeysel ve geçici bilinç kaybıdır.

### Bayılma nedenleri:

Korku, aşırı heyecan, Sıcak, yorgunluk, Kapalı ortam, kirli hava, Aniden ayağa kalkma, Kan şekerinin düşmesi, Şiddetli enfeksiyonlar,

### Bayılma belirtileri:

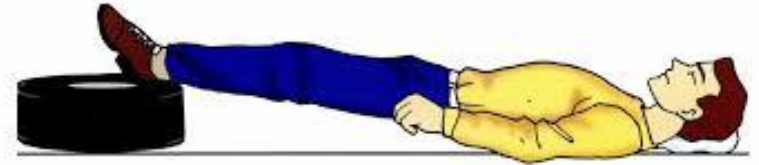
Baş dönmesi, baygınlık, yere düşme, Bacaklarda uyuşma, bilinçte bulanıklık, Yüzde solgunluk, Üşüme, terleme, Hızlı ve zayıf nabız.

### Kişi başının döneceğini hissederse;

Sırt üstü yatırılır, ayakları 30 cm. kaldırılır (Şok Pozisyonu), Sıkan giysiler gevşetilir, Kendini iyi hissedinceye kadar dinlenmesi sağlanır.

### Kişi bayıldı ise;

Etraftaki meraklılar uzaklaştırılır. Hasta/yaralı sırt üstü yatırılır ve ayakları 30 cm yukarı kaldırılır. Solunum yolu açıklığı kontrol edilir ve korunur. Sıkan giysiler gevşetilir. Kusma varsa yan pozisyonda tutulur.



BAYILMALARDA VERİLECEK POZİSYON



## Göze Yabancı Cisim Kaçmasında İlk Yardım

- ❖ Toz, kirpik gibi madde ise; Gözü ışığa çevrin, alt göz kapağına bakın. Gerekirse üst göz kapağına bakın. Nemli, temiz bir bezle çıkartın. Gözünü kırpıştırmasını söyleyin. Bol su ile yıkayın. Gözü ovmayın. Çıkmıyorsa sağlık kuruluşuna sevk edin.
- ❖ Metal veya batan bir cisimse; Gerekmedikçe hastayı kımıldatmayın. Göze hiçbir müdahale yapmayın. Hastanın göz uzmanlık dalı olan bir sağlık kuruluşuna gitmesini sağlayın. Her iki gözün kapatılması gerekir.



## Kulağa yabancı cisim kaçmasında ilk yardım

- ❖ Kesinlikle sivri ve delici bir cisimle müdahale edilmemelidir.
- ❖ Su değdirilmemelidir.
- ❖ Tıbbi yardım istenmelidir.

## Buruna yabancı cisim kaçmasında ilk yardım

- ❖ Burun duvarına bastırarak kuvvetli bir nefes verme ile cismin atılması sağlanır. Çıkılmazsa tıbbi yardım sağlanır.



Kulağa yabancı cisim kaçması



## Zehirlenme

Vücuda fizyolojik ve biyokimyasal mekanizmaları bozarak hasar yaratan ya da ölüme sebep olan kimyasal maddenin girmesi sonucu normal fonksiyonların bozulmasıdır.

### Zehirlenmeler üç yolla meydana gelir;

**Sindirim yolu ile:** Ev veya bahçede kullanılan kimyasal maddeler, zehirli mantarlar, bozuk besinler, aşırı ilaç ve alkol alınmasıdır.

**Solunum yolu ile:** Genellikle karbon monoksit gazı ( tüp kaçakları, şofben, sobalar ) lağım çukurunda biriken karbondioksit, klor, yapıştırıcılar, boyalar, ev temizleyicileri vb..

**Cilt yolu ile:** Zehirli madde vücuda deri yoluyla girer. İlaç enjeksiyonu, zehirli bitkilere temas, zirai ilaçlar, zehirli hayvanların ısırması ve sokması sonucu oluşur.

### Belirtiler

Sindirim Sistemi: Bulantı, karın ağrısı, kusma, ishal.

Sinir Sistemi: Rahatsızlık hissi, hareketlerde uyumsuzluk, havale, bilinç kaybı.

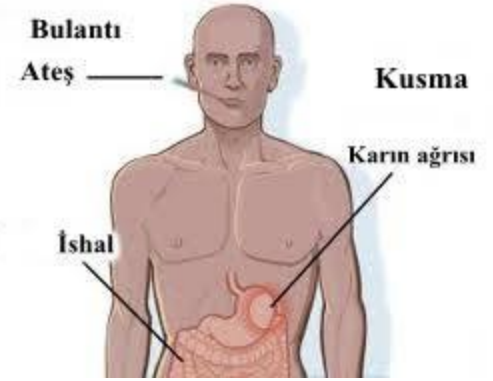
Solunum Sistemi: Nefes darlığı, morarma, solunum durması.

Dolaşım Sistemi: Nabız bozukluğu, kalp durması



## Sindirim yolu ile zehirlenmede ilk yardım

- ❖ Bilinç kontrolü yapılmalıdır.
- ❖ Sadece ağız zehirli maddeyle temas etmişse su ile çalkalanmalıdır.
- ❖ El ile temas etmişse el sabunlu su ile yıkanır.
- ❖ Yaşam bulguları değerlendirilir.
- ❖ Kusma, bulantı, ishal vb. belirtiler değerlendirilir.
- ❖ Özellikle yakıcı maddenin alındığı durumlarda hasta asla kusturulmaz!
- ❖ Bilinç kaybı varsa koma pozisyonu verilir.
- ❖ Üstü örtülür.
- ❖ 112 aranılır.
- ❖ Olayla ilgili bilgiler toplanarak kaydedilir. ( Zehirli maddenin türü, ilaç ya da uyuşturucu alıyor mu, hastanın bulunduğu saat, evde ne tür ilaçlar var )



## Solunum yoluyla zehirlenmelerde ilk yardım

- ❖ Olay yeri güvenliği sağlanır (Cam, kapı vb. açılarak ortam havalandırılır. Hasta temiz havaya çıkarılır).
- ❖ Yaşamsal belirtiler değerlendirilir.
- ❖ Rahat nefes alabilmesi için yarı oturur pozisyonda tutulur.
- ❖ Bilinci kapalı ise koma pozisyonu verilir. 112 aranır.

## Deri yolu ile zehirlenmelerde ilk yardım

- ❖ Olay yeri güvenliği sağlanır.
- ❖ Yaşam bulguları değerlendirilir.
- ❖ Ellerin zehirli madde ile teması önlenmelidir.
- ❖ Zehir bulaşmış giysiler çıkartılır.
- ❖ 15 - 20 dakika boyunca deri bol suyla yıkanmalıdır.
- ❖ 112 aranır.



Şekil 12.5



## Zehirlenmelerde genel ilk yardım

- ❖ Zehirlenmeye neden olan maddeyi uzaklaştırmak ( Zehirli madde vücuttan ne kadar çabuk uzaklaştırılırsa o kadar az miktarda emilir.).
- ❖ Hayati fonksiyonların devamını sağlanması.
- ❖ Sağlık kuruluşuna bildirme ( 112 ).
- ❖ Zehir danışma merkezi 114'ü arayın

## Şofben kazalarında ilk yardım

- ❖ Kişi ortamdan uzaklaştırılır,
- ❖ Hareket ettirilmez,
- ❖ Yaşam bulguları değerlendirilir,
- ❖ Havayolu açıklığı sağlanır,
- ❖ Tıbbi yardım istenir (112).
- ❖ Banyo içerden kilitlememeli,
- ❖ Şofben iyi çeken bir bacaya bağlanmalı,
- ❖ Şofbenin olduğu yere bol hava girişi sağlanmalı,
- ❖ Şofben ile tüp arasındaki hortum 125 cm'den uzun olmamalı,
- ❖ Banyodaki kişiler kontrol edilmeli.



## Kırık

Kemik bütünlüğünün bozulmasıdır. Kırıklar, darbe sonucu ya da kendiliğinden oluşur.

### Kırık çeşitleri

**Kapalı kırık:** Kemik bütünlüğü bozulmuştur. Ancak deri sağlamdır.

**Açık kırık:** Deri bütünlüğü bozulmuştur. Kemik uçları dışarı çıkabilir, beraberinde kanama ve enfeksiyon riski taşırlar.

**Parçalı kırık:** Kemik birden fazla yerden kırılmıştır.

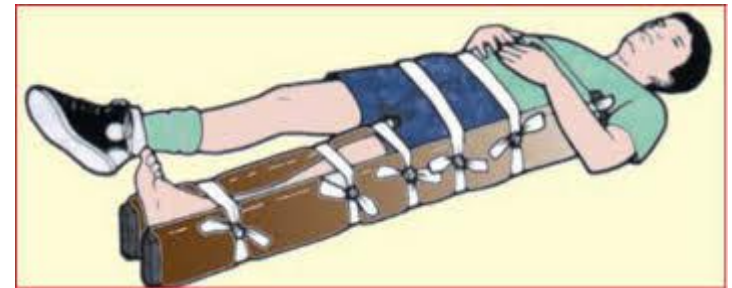
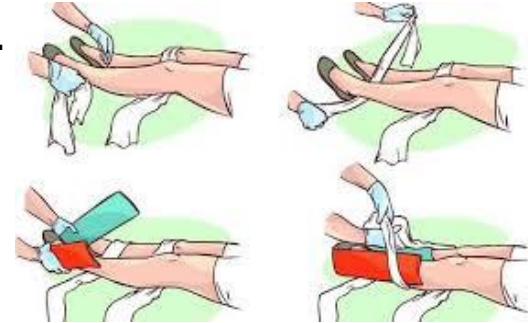
### Kırık belirtileri

Bölgenin hareket edilmesi ile artan yoğun ağrı  
Şekil bozukluğu (Diğer sağlam organ ile karşılaştırılır)  
Bölgede ödem ve kanama sonucu morarma  
İşlev kaybı  
Hareketlerde kısıtlama  
Şişlik



## Kırıklarda ilk yardım

- ❖ Yaşamı tehdit eden başka yaralanma varsa ona öncelik verilmelidir.
- ❖ Hasta/yaralı hareket ettirilmemelidir.
- ❖ Ani hareketlerden kaçınılmalı, kırık yerine konulmaya çalışılmamalıdır.
- ❖ Kırık kolda ise; ödem oluşacağından yüzük, saat vb. eşyalar çıkartılmalıdır.
- ❖ Kırık olan bölgede hareketi önlemek gerekmektedir.
- ❖ Açık kırık varsa; tespitten önce yara üzeri temiz bir bezle kapatılmalıdır.
- ❖ Kırık olan bölge, bir üst ve bir alt eklemi de içine alacak şekilde karton, tahta vb. sert cisimle tespit edilmelidir.
- ❖ Tespit edilen bölge yukarıda tutularak dinlenmeye alınmalıdır.
- ❖ Kırık bölgede sık aralıklarla nabız, derinin rengi kontrol edilmelidir.
- ❖ Hasta sıcak tutulmalıdır.
- ❖ Tıbbi yardım sağlanmalıdır.
- ❖ Kırık olan bölgenin hareket ettirilmesine izin verilmemelidir.





## Burkulma:

- ❖ Eklem yüzeylerinin anlık olarak ayrılmasıdır
- ❖ Burkulmada ilk yardım
- ❖ Sıkıştırıcı bir bandajla burkulan eklem dolaşımı engellemeyecek şekilde tespit edilir.
- ❖ Şişliği azaltmak için bölge yukarı kaldırılır.
- ❖ Soğuk uygulama yapılır.
- ❖ Hareket ettirilmez.
- ❖ Uzun süre geçmiyorsa, tıbbi yardım sağlanır.

## Çıkık

- ❖ Eklem yüzeylerinin kalıcı olarak ayrılmasıdır
- ❖ Çıkıkta ilk yardım
- ❖ Eklem bulunduğu şekilde tespit edilir.
- ❖ Çıkık yerine asla oturtulmaya çalışılmaz
- ❖ Hasta/yaralıya ağızdan hiçbir şey verilmez.
- ❖ Bölgede; nabız, deri rengi, ısı kontrol edilir.
- ❖ Tıbbi yardım sağlanır.



## YARALANMALARDA İLK YARDIM

### Yara çeşitleri

**Kesik Yara:** Cam Bıçak gibi kesici aletlerle olan yaralardır.

**Ezik Yara:** Taş, sopa, yumruk gibi sert bir cismin çarpması sonucu olan yaralardır.

**Delici Yara:** Uzun ve sivri aletlerle olan yaralardır.

**Enfekte Yara:** Derin ve kirli yaralar, ısırma, sokma sonucu olan yaralardır.

### Yaraların ortak belirtileri

- ❖ Ağrı
- ❖ Kanama
- ❖ Yara kenarlarının ayrılmasıdır.

### Yaralanmalarda İlk yardım

- ❖ Kanama varsa durdurulur.
- ❖ Batan cisim varsa çıkarılmaz
- ❖ Yaralının sağlık kuruluşuna gitmesi sağlanır.
- ❖ Yaralı tetanozdan korunmak için uyarılır.
- ❖ Delici göğüs yaralanmalarında yaralının bilinci yerindeyse yarı oturur şekilde oturtularak sırtı desteklenir ve ayakları 30 cm yükseltilerek şok pozisyonu verilir ve 112 acil servis aranır.
- ❖ Delici karın yaralanmalarında hasta sırt üstü yatırılır ve 112 acil servis aranır.



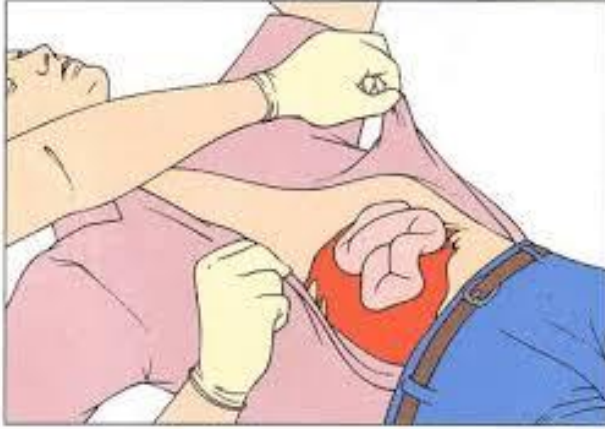
## Delici Göğüs Yaralanmalarında İlk Yardım

- ❖ Hasta/yaralının bilinç kontrolü yapılır ve hasta yaralının yaşam bulguları değerlendirilir,
- ❖ Yara üzeri tercihen plastik poşet vb. sarılmış bez ile kapatılır,
- ❖ Nefes alma sırasında yaraya hava girmesini engellemek, nefes verme sırasında havanın dışarı çıkmasını sağlamak için yara üzerine konan bezin bir ucu açık bırakılır,
- ❖ Bilinç açık ise hasta/yaralı yarı oturur pozisyonda tutulur,
- ❖ Hasta/yaralıya ağızdan hiçbir şey verilmez,
- ❖ Hasta/yaralının yaşam bulguları sık sık kontrol edilir,
- ❖ Tıbbi yardım istenir (112).



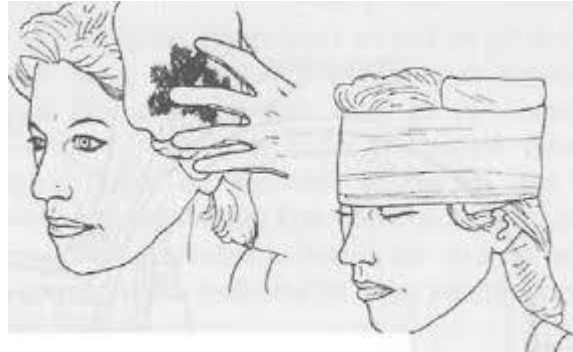
## Delici Karın Yaralanmalarında İlk Yardım

- ❖ Hasta/yaralının bilinç kontrolü yapılır,
- ❖ Hasta/yaralının yaşam bulguları kontrol edilir,
- ❖ Dışarı çıkan organlar içeri sokulmaya çalışılmaz, üzerine geniş ve nemli temiz bir bez örtülür,
- ❖ Bilinç yerinde ise sırt üstü pozisyonda bacaklar bükülmüş olarak yatırılır, ısı kaybını önlemek için hasta/yaralının üzeri örtülür,
- ❖ Ağızdan yiyecek ya da içecek bir şey verilmez,
- ❖ Yaşam bulguları sık sık izlenir,
- ❖ Tıbbi yardım istenir (112).



## Kafatası ve Omurga Yaralanmalarında İlk Yardım

- ❖ Bilinç ve diğer yaşam bulguları değerlendirilir,
- ❖ Tıbbi yardım için 112 aranır,
- ❖ Bilinci açıksa; hasta/yaralının hareket etmemesi sağlanır,
- ❖ Herhangi bir tehlike söz konusu ise ayaklarından tutularak düz pozisyonda sürüklenir.
- ❖ Hasta/yaralının olay yerinde, taşıma ve sevki sırasında; baş-boyun-gövde ekseninin bozulmamasına ve sarsıntıya maruz kalmamasına dikkat edilmelidir.
- ❖ Tüm yapılanlar ve hasta yaralı hakkındaki bilgiler kaydedilip, gelen ekibe bildirilmelidir.
- ❖ Hasta / yaralı asla yalnız bırakılmamalıdır.



**Kanama:** Damar bütünlüğünün bozulması sonucu kanın damar dışına ( vücut içine ya da dışına ) çıkmasına kanama denir.

### **Vücutta Kanın Aktığı Bölgeye Göre Kanamalar:**

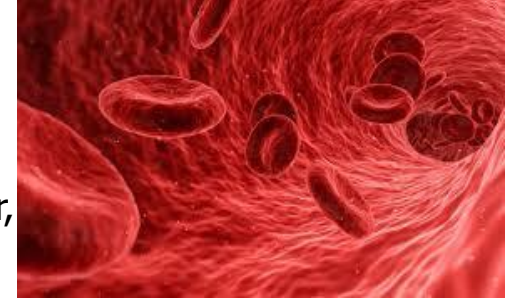
**Dış kanamalar:** Kanın vücut dışına doğru akmasıdır.

**İç kanamalar:** Kanın vücut içine akmasıdır.

**Doğal deliklerden olan kanamalar:** Kulak, burun, ağız, anüs(makat) ve üreme organlarından olan kanamalardır.

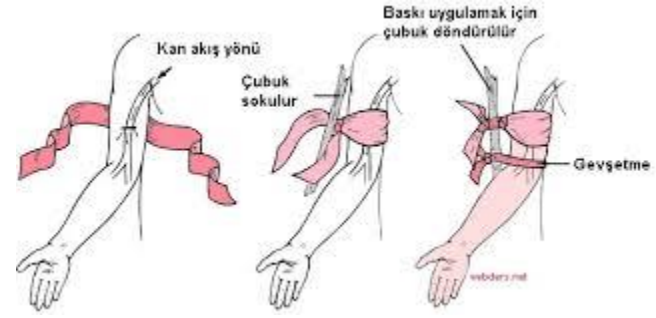
### **Dış kanamalarda ilk yardım**

- ❖ Yara üzerine direkt baskı yapılır,
- ❖ Kanama durmazsa ikinci bir bez konarak basınç artırılır,
- ❖ Gerekirse bandaj ile sarılarak kanlanmış bezler kaldırılmadan basınç artırılır,
- ❖ Kanayan bölgeye en yakın basınç noktasına baskı uygulanır,
- ❖ Kanayan bölge yukarı kaldırılır,
- ❖ Kanama kol veya bacaklardaysa ve kırık şüphesi yoksa kanama bölgesini kalp hizasından yukarıda tutulur,
- ❖ Şok pozisyonu verilir,
- ❖ Sık sık yaşam bulguları kontrol edilir ( 2-3 dk. arayla ).



## Turnike Uygulama Koşulları

- ❖ Uzun kopmuşsa,
- ❖ Tüm kanama durdurma uygulamaları yetersiz kalıyorsa,
- ❖ Hasta/yaralının uzun mesafede taşınması gerekiyorsa,
- ❖ Çok sayıda hasta/yaralının bulunduğu ortamda tek ilk yardımcı varsa uygulanır.



## İç kanmalarda ilk yardım

- ❖ Hasta/yaralının bilinci ve solunumu değerlendirilir.
- ❖ Üzeri örtülerek ayakları 30 cm. kaldırılır.
- ❖ Asla ağızdan yiyecek içecek VERİLMEZ.
- ❖ Kapalı kırık varsa, kan damarlarının yaralanmasını önlemek ve bir iç kanamaya sebep olmamak için hasta ya da yaralının hareketsiz kalması sağlanır.
- ❖ Hasta/yaralının Şok Pozisyonunda, yaşamsal değişimleri izlenir.
- ❖ 112 aranarak tıbbi yardım istenir



## İç kanama nedenleri nelerdir?

Bazen iç kanamaya neden olan şeyin tanımlanması kolaydır. Bir kazaya karışmış veya yeni bir yaralanma geçirdiyseniz iç kanama bu durumların sonucu olarak meydana gelebilmektedir. Aynı şekilde, mide iltihabı gibi iç kanamaya yol açabilecek bir durumun teşhisi konulduysa, nedeni teşhis etmek kolay olabilir. Bununla birlikte, her iç kanama vakası çok net değildir. Bir iç kanamanın kaynağını bulmak biraz zaman alabilir ve kapsamlı bir fizik muayene gerektirebilir.

## İç kanamada travma dışı meydana gelebilecek olan nedenler:

**Kan damarı hasarı:** Bir yaralanma iç kanama meydana gelebilir.

**Kanın pıhtılaşmaması:** Vücudumuz kesildiğinde veya yaralandığında vücudumuz yeterince pıhtılaşma faktörleri yapmazsa, iç kanamanın meydana gelebilmesi normaldir.

**Bazı ilaçlar:** Birtakım kan ilaçları , pıhtılaşmayı önleyebilir ve yaralandıysanız veya kaza geçirirseniz ciddi kanamalara yol açabilir. Aspirini de içeren bazı reçetesiz ilaçlar iç kanamaya sebep olabilir.

**Kronik yüksek tansiyon:** Yüksek tansiyon, kan damarı duvarlarını zayıflatır. Zayıf duvarlar, parçalanabilen ve kanayan anevrizmalar oluşturabilir.

**Kalıtsal kanama bozuklukları:** Hemofili , kanınızın düzgün bir şekilde pıhtılaşmasını engelleyen genetik bir durumdur. Doğru tedavi edilmezse küçük bir yaralanma ağır iç kanamaya neden olabilir.

**Gastrointestinal (GI) nedenler:** Karın veya karnınızdaki kanama birkaç **GI** durumundan kaynaklanabilir. Bunlar kolon polipleri , kolit , Crohn hastalığı , gastroenterit, özofajit , peptik ülserler ve daha fazlasını içerir.

**Yaşam tarzı faktörleri:** sigara ve yasadışı uyuşturucular iç kanama meydana gelmesine neden olabilir. Göğüs, karın veya uyluk gibi önemli miktarda kanın kaybedilebileceği yerlerde, bazı iç kanama vakalarında şok etkileri yaşamak mümkündür.



## Burun kanamasında ilk yardım

- ❖ Öncelikle sakin olunmalıdır.
- ❖ Hemen baş öne doğru eğilir. Mümkünse oturtulur.
- ❖ Burun kanatlarını sıkıştırarak iki parmakla sıkılır.
- ❖ Bu işlem yaklaşık 5 dakika kadar devam edilir.
- ❖ Kanamanın durmaması halinde hasta ya da yaralının en yakın sağlık kuruluşuna götürülmesi gerekir.



## Kulak Kanamasında İlk Yardım:

- ❖ Hafifse temiz bir bezle temizlenir.
- ❖ Ciddi ise;
- ❖ Kulak tıkanmadan gazlı bezle kapatılır.
- ❖ Hasta/yaralının hareketsiz olarak, kanayan kulak üzerine yan yatması sağlanır.
- ❖ Tıbbi yardım sağlanır.
- ❖ Unutulmamalıdır ki, kulak kanaması olası bir beyin kanamasının habercisi olabilir.



## Havale

- ❖ Adalelerin kontrol edilemeyen kasılmalarıdır.
- ❖ Sinir merkezindeki tahriş sonucu beyinde gerçekleşen elektriksel boşalmalardır.

## Havalenin Nedenleri

- ❖ Beyinde yaralanma,
- ❖ Beyinde enfeksiyon,
- ❖ Yüksek ateş,
- ❖ Bazı hastalıklar (sara krizi)

Ateş nedeni havale herhangi bir hastalık sonucu vücut sıcaklığının 38 C° nin üzerine çıkmasıyla oluşur. Genellikle 6 ay ve 6 yaş arasındaki çocuklarda rastlanır.

## Havale durumunda ilk yardım

- ❖ Öncelikle hasta ILIK SUYLA ıslatılmış, ıslak havlu ya da çarşafa sarılır.
- ❖ Ateş bu yöntemle düşmüyorsa oda sıcaklığında küvete sokulur, duş alması sağlanır.
- ❖ Ateş düşmezse tıbbi yardım istenir.



## Sara Krizi

### Sara krizi belirtileri

- ❖ Hastada var olmayan koku alma, adale kasılması vb. ön haberci denilen belirtiler olur.
- ❖ Bazen hasta bağırır, şiddetli ve ani bir şekilde bilincini kaybederek yığılır.
- ❖ Yoğun ve genel adale kasılması görülür. 10 - 20 sn kadar nefesi kesilir.
- ❖ Dudaklarda ve yüzde morarma gözlenir.
- ❖ Ardından kısa ve genel adale kasılması, sesli nefes alma, aşırı tükürük salgılanması, altına kaçırma görülebilir.
- ❖ Hasta dilini ısırabilir başını yere çarpıp yaralayabilir.
- ❖ Aşırı kontrolsüz hareketler gözlenebilir.
- ❖ Son aşamada hasta uyanır, şaşkındır, nerede olduğundan habersiz, uykulu hali vardır.

### Sara krizinde ilk yardım

- ❖ Olayla ilgili güvenlik önlemleri alınır.
- ❖ Kriz kendi sürecine bırakılır.
- ❖ Hasta bağlanmaya çalışılmamalıdır.
- ❖ Kilitlenmiş çene açılmaya çalışılmaz.
- ❖ Yabancı herhangi bir madde kullanılmaz ( soğan, kolonya vb. ).
- ❖ Kendini yaralamamasına dikkat edilir.
- ❖ Etraftaki zarar verebilecek malzemeler uzaklaştırılır.
- ❖ Sıkın giysiler gevşetilir.
- ❖ Kusma karşısında tetikte olunmalıdır.
- ❖ Düşme sonucu yaralanma varsa ilgilenilir.
- ❖ Tıbbi yardım istenir.



## Kan şekeri düşüklüğü

### Kan şekeri düşüklüğü nedenleri

Şeker hastalığına bağlı.

Uzun süren egzersizler sonrası.

Uzun süre aç kalma sonrası.

Mide - bağırsak ameliyatı olmuş kişilerde yemek sonrası.

### Kan şekeri düşmesi belirtileri. Ani kan şekeri düşme belirtileri;

- ❖ Terleme,
- ❖ Hızlı nabız,
- ❖ Titreme,
- ❖ Yorgunluk,
- ❖ Bulantı,
- ❖ Aniden acıkma hissi.

### Yavaş yavaş ve uzun sürede düşerse;

- ❖ Baş ağrısı,
- ❖ Konuşma güçlüğü,
- ❖ Görme bozukluğu,
- ❖ Uyuşukluk,
- ❖ Kafa karışıklığı,
- ❖ Şuur kaybı.

### Kan şekeri düşüklüğünde ilk yardım

- ❖ Hastanın genel durumu değerlendirilir.
- ❖ Bilinci yerindeyse; şekerli su verilir.
- ❖ Belirtiler 15 - 20 dakikada geçmiyorsa sağlık kuruluşuna başvurulur.
- ❖ Bilinci kapalı ise; Koma pozisyonu verilerek yardım çağrılır.
- ❖ Kan şekeri düşük ya da yüksek olsa da 2 kesme şekerinin alınması hayat kurtarıcı olabilir.



## Göğüste kuvvetli ağrı

### Nedenleri

Göğüste kuvvetli ağrı nedenleri arasında en sık kalp spazmı ve kalp krizi görülür. Her ikisi de kalp kasının belli bir yerine gönderilen kanın azalması sonucu oluşur.

Göğüste kuvvetli ağrı belirtileri

### Kalp Spazmı belirtileri:

- ❖ Sıkıntı veya nefes darlığı olur,
- ❖ Ağrı hissi; genellikle göğüs ortasında başlar, kollara, boyuna, sırtta ve çeneye doğru ilerler,
- ❖ Sıklıkla fiziksel hareket, fiziksel zorlanma, heyecan, üzüntü ya da fazla yemek yeme sonucu ortaya çıkar,
- ❖ Kısa sürelidir, ağrı yaklaşık 5–10 dakika kadar sürer,
- ❖ Ağrı, istirahat ile durur, istirahat halindeyken görülmesi ciddi bir durumu gösterir,
- ❖ Nefes alıp vermekle ağrının şekli ve şiddeti değişmez.



## **Kalp Krizi belirtileri:**

- ❖ Hasta ciddi bir ölüm korkusu ve yoğun sıkıntı hisseder, terleme, mide bulantısı, kusma gibi bulgular görülür,
- ❖ Ağrı; göğüs ya da mide boşluğunun herhangi bir yerinde, sıklıkla kravat bölgesinde görülür, omuzlara, boyuna, çeneye ve sol kola yayılır,
- ❖ Süre ve yoğunluk olarak kalp spazmı ağrısına benzemekle birlikte daha şiddetli ve uzun sürelidir,
- ❖ En çok hazımsızlık, gaz sancısı veya kas ağrısı şeklinde belirti verir ve bu nedenle bu tür rahatsızlıklarla karıştırılır (Bu tür gaz ya da kas ağrıları, aksi ispat edilinceye kadar kalp krizi olarak düşünülmelidir),
- ❖ Nefes alıp vermekle ağrının şekli ve şiddeti değişmez.

## **Göğüs ağrısında ilk yardım**

- ❖ Hastanın yaşamsal bulguları kontrol edilir,
- ❖ Hasta hemen dinlenmeye alınır, sakinleştirilir,
- ❖ Yarı oturur pozisyon verilir,
- ❖ Kullandığı ilaçları varsa almasına yardım edilir,
- ❖ Yardım istenerek (112) sağlık kuruluşuna gitmesi sağlanır,
- ❖ Yol boyunca yaşam bulguları izlenir.



**Hayvan ısırıkları:** Kedi köpek vb. hayvanların dişleri sivri ve keskindir. Ağızlarında ise daima mikrop vardır. Isırıkları halinde derindeki dokulara kadar mikropların ulaşmasını sağlarlar. Ayrıca birden fazla ısırıklarında ciddi yaralanmalara yol açabilirler.

### **Kedi - köpek ısırıklarında ilk yardım**

#### **HAFİF YARALANMALARDA;**

- ❖ 5 dakika süreyle sabun ve soğuk suyla yıkanmalıdır.
- ❖ Yaranın üzeri temiz bir bezle kapatılmalıdır.

#### **CİDDİ YARALANMA VE KANAMA VARSA;**

- ❖ Yaraya temiz bir bezle basınç uygulanarak kanama durdurulmalıdır.
- ❖ Derhal tıbbi yardım sağlanmalı ( 112 ) ve hasta kuduz aşısı için uyarılmalıdır.



### **Arı sokmasında ilk yardım**

- ❖ Yaralı bölge yıkanır.
- ❖ Derinin üzerinden arının iğnesi görünüyorsa çıkarılır.
- ❖ Soğuk uygulama yapılır ( soğuk su ). Amonyak vb. kullanılmamalıdır.
- ❖ Eğer ağızdan sokmuşsa, solunumu güçleştiriyorsa buz emmesi sağlanır.
- ❖ Ağız içi sokmalarında ve alerji hikayesi olanlar için tıbbi yardım istenir.





## Akrep sokmasında ilk yardım

- ❖ Sokmanın olduğu bölge hareket ettirilmez!
- ❖ Yatar pozisyonda tutulur,
- ❖ Yaraya soğuk uygulama yapılır,
- ❖ Kan dolaşımını engellemeyecek şekilde bandaj uygulanır,
- ❖ Turnike uygulanmaz
- ❖ Yara üzerine hiçbir girişim yapılmaz ( kesilmez, emilmez vb.).



## Yılan sokma / ısırıklarında ilk yardım

- ❖ Hasta sakinleştirilip, dinlenmesi sağlanır.
- ❖ Yara su ile yıkanır.
- ❖ Yaraya yakın bölgedeki baskı yapabilecek eşyalar çıkarılır ( yüzük, bilezik, saat vb.).
- ❖ Yaraya soğuk uygulama yapılır.
- ❖ Yaralanan bölgeye dolaşımı engellemeyecek şekilde bandaj yapılır.
- ❖ Turnike uygulanmaz.
- ❖ Yaralı mümkün olduğunca hareket ettirilmez.
- ❖ Yara üzerine hiçbir müdahale yapılmaz. ( Kesmek, emmek vb. )
- ❖ Yaşam bulguları izlenir.
- ❖ Tıbbi yardım istenir.
- ❖ Oturur pozisyonda yada yatarak sağlık kuruluşuna sevk edilmelidir.



## Deniz canlıları sokmasında ilk yardım:

- ❖ Kişi hareket ettirilmez.
- ❖ Etkilenen bölge ovulmamalıdır.
- ❖ Batan diken varsa ve görünüyorsa, çıkarılır.
- ❖ Bu hayvanların enzimleri sığağı karşı dayanıksızdır.
- ❖ Sıcak uygulama yapılır.
- ❖ Sağlık kuruluşuna sevk edilmelidir.



**112**  
Acil Çağrı



**İLK YARDIM  
ÖĞREN  
HAYAT  
KURTAR**