



* Koma nedeni, bulunduğu ortamla ilgili ise (gazla zehirlenmişse) hasta/yaralıyı derhal bulunduğu yerden alarak temiz hava bulunan emniyetli bir yere taşıyınız ya da kapıları-pencereleri açarak ortamı havalandırınız.



* Solunumunun rahatlatılması için, ağız içinin kontrolünü yapınız, bir madde varsa temizleyiniz. Solunum yolunu açınız ve açık tutmaya devam ediniz.

Yaşamsal bulgularını sık aralıklarla gözleyiniz. Yaşamsal bulguların alınmaması halinde yapay solunum ve kalp basısı uygulayınız.

Solunumunun hırıltılı - gürültülü olması, ağızdan balgam gelmesi halinde güvenli yan yatış (koma) pozisyonuna getiriniz.

Kafa yaralanmalarında hasta/yaralıyı sırt üstü ve düz olarak yatırınız.

Hasta/yaralıyı battaniye gibi bir örtü ile sarınız. Sıcak uygulama yapmayınız.

Sıvı ya da katı yiyecek-icecek vermeyiniz.

Hasta/yaralıyı yalnız bırakmayınız.

En kısa zamanda güvenli yan yatış (koma) pozisyonunda sarsmadan tıbbî tedavinin yapılabileceği bir hastaneye ulaştırınız.

YANIKLARDA İLK YARDIM

Kişi yanmaya devam ediyorsa, baş kısmından başlayarak battaniye, çarşaf, elbise gibi (mümkünse ıslatarak) sıkıca örtünüz ve yangını söndürünüz.

Yanmış ve vücuda yapışmış kısımları kavlatmadan, etrafından makasla kesmek suretiyle yanmış giysileri çıkarınız.

Kolundaki, bileğindeki ve parmağındaki takıları (bilezik, saat, yüzük gibi) çıkarınız.

Yanık yüzeyi büyük değilse, yanmış olan bölgeyi en az 20 dakika süreyle soğuk su altına tutarak derhal soğutulmasını sağlayınız. Yanık genişse ya da deri bütünlüğü bozulmuşsa soğuk su uygulaması yapmayınız.



Etkilenen bölgeyi steril gazlı bez, yoksa temiz bir bezle örtünüz.

* Su toplanmış yerlere kesinlikle zarar vermeyiniz, patlatmayınız. Eğer patlamışsa steril pansumanla, yoksa temiz bir bezle örtünüz.

* Yanık üzerine ilaç dahil, yoğurt, salça, diş macunu gibi herhangi bir maddeyi hiçbir şekilde sürmeyiniz.

* Yanık olan bölgeyi steril gazlı bez, yoksa çok temiz bir bezle (çarşaf, yastık kılıfı ...gibi) örtünüz.

* Alev, buhar ve sıcak su gibi yüksek ısı ile meydana gelen göz yanıklarında, yanık bölgeyi steril gazlı bezlerle yoksa temiz bezlerle kapatarak hastaneye ulaştırınız.

* Yanık büyükse ve yanıklının sağlık kuruluşuna ulaştırılması vakit alacaksa, sıvı kaybı olacağından, bilinci yerindeyse ve kusması yoksa hasta/yaralıya bol miktarda sıvı gıda veriniz ya da tuzlu ve karbonatlı su (1 litre suya + 1 çay kaşığı karbonat + 1 çay kaşığı tuz karıştırılarak hazırlanan) içiriniz.

KIRIK, ÇIKIK VE BURKULMALARDA İLK YARDIM

* Hasta/yaralıyı kesinlikle hareket ettirmeyiniz ve yerinden kıpırdatmayınız.

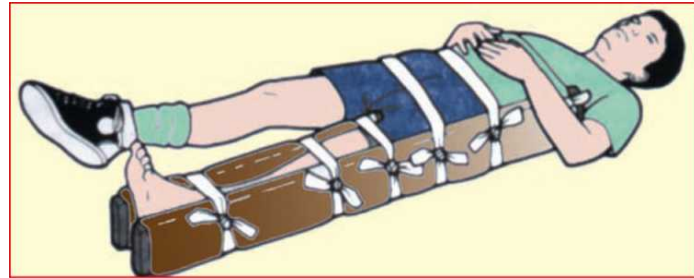
* Kırığı, çıkığı yerine getirmeye çalışmayınız.

* Açık kırıklarda tespit uygulamasını yapmadan önce kanaması varsa durdurunuz. Yara var ise temiz bir bez ile kapatınız.

* Hasta/yaralıyı taşımadan önce kırık, çıkık bölgesini bulunduğu konumda, yakınındaki eklemleri de içine alacak şekilde her iki taraftan sert atellerle (tahta, sopa gibi) tespit ediniz ve hareketsiz hale getiriniz.

* Tespit edilen bölgeyi kalp seviyesinden yukarı kaldırarak dinlenmeye alınız.

* Kırık yerin üzerine havluya veya beze sarılı buz uygulaması yapınız.



* Şoka karşı gereken önlemleri alınız.

* Kırık olan bölgede kopmuş kemik parçaları varsa, temizlemeye çalışmayınız.

* Kırığı olan hasta/yaralıya ağızdan yiyecek-icecek vermeyiniz.

ZEHİRLENMELERDE İLK YARDIM

Sindirim (Ağız) Yolu İle Zehirlenmelerde Genel İlk Yardım

* Hasta/yaralıya bilinç kontrolü yapınız. Bilinci yerinde ise kendisinden bilgiler alarak, değilse ortamda araştırma yaparak zehirlenmenin kaynağını tespit ediniz.

* Bilinci yerinde değilse hasta/yaralının yaşamsal bulgularını değerlendiriniz ve gerekli müdahaleleri yapınız.

* Zehir Danışma Merkezini (114), Acil Servisi (112) arayarak yardım isteyiniz.

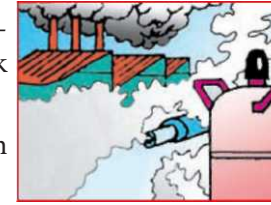
* Bilinci yerinde olan, kısa bir süre önce ilaçla zehirlenenler ile diğer maddelerle zehirlenmiş olup, durumunu bildirerek yardım istediğiniz kişiyi, sağlık kurumundaki yetkililerin istemeleri halinde kusturunuz. Aksi halde kusturmayınız. Ağızdan yiyecek-icecek vermeyiniz.

* Bilinci kapalı hasta/yaralıyı güvenli yan yatış pozisyonuna getiriniz. Üstünü örterek sıcak tutunuz. Bir sağlık kuruluşuna vakit geçirmeden ulaştırınız.

Solunum Yolu İle Olan Zehirlenmelerde İlk Yardım

* Hasta/yaralıyı temiz havaya çıkarınız ya da kapı ve pencereleri açarak ortamı havalandırınız.

* Hasta /yaralıyı vakit geçirmeden sağlık kuruluşuna ulaştırınız.



Deri Yolu İle Zehirlenmelerde İlk Yardım

* Giysilere zehirli madde bulaşmışsa çıkarınız.

* Hasta/yaralıyı zehirli maddelerin bulunduğu bölgeden uzaklaştırınız.

* Her türlü zehirlenmede 15-20 dakika boyunca deriyi bol suyla yıkayınız.



LÜTFEN
OKUDUKTAN
SONRA SAKLAYINIZ



TÜRKİYE BÜYÜK MİLLET MECLİSİ
Destek Hizmetleri Başkanlığı

İLK YARDIM



İLK YARDIM

Herhangi bir kaza ya da yaşamı tehlikeye düşüren durumda, sağlık görevlilerinin yardımı sağlanıncaya kadar, hasta/yaralının hayatının kurtarılması, durumunun kötüye gitmesinin önlenmesi ya da iyileştirmesini kolaylaştırmak amacıyla, olay yerinde eldeki mevcut malzemelerle, ilaç kullanılmadan yapılan uygulamalara “ İlk Yardım” denir.

İnsan yaşamı boyunca İlk Yardımı gerektiren durumlarla her an ve her ortamda karşılaşabilir. Zamanında yapılacak basit ve etkili bir İlk Yardımla hasta/yaralının hayatı kurtarılabilir.

Bu nedenle İlk Yardım konuları öğrenilmeli, becerileri kazanılmalıdır.

İlk Yardımı Gerektiren Bir Durumla Karşılaşılması Halinde

- 1- Olay yeri değerlendirilmeli, gerekli tedbirler alınarak güvenli bir ortam oluşturulmalıdır. (KORUMA)
- 2- En yakın sağlık, güvenlik birimlerine ve 112'ye olayla ilgili tam ve açık bilgi verilerek yardım istenmelidir. (BİLDİRME)
- 3- Olay yerinde hayatı tehlikeye düşürecek olağanüstü bir durumun olması halinde, hasta/yaralı bulunduğu yerden zarar verilmeden çıkarılmalı, emniyetli bir yere alınmalıdır. (KURTARMA)
- 4- Hasta/yaralıların yaşamsal bulguları (bilinç düzeyi, solunum, dolaşım, vücut ısısı...) değerlendirilmeli, görüşme yapılarak ve muayene edilerek tanı konulmalıdır. (TANI/TEŞHİS)
- 5- Hasta/yaralılara en uygun olan müdahale, olay yerinde vakit geçirilmeden, hızlı ancak sakın bir şekilde, zarar vermeden yapılmalıdır. (TEDAVİ)
- 6- Birden çok hasta/yaralının olması halinde öncelikli olanlar belirlenmelidir. (AYIRMA/TRİYAJ)
- 7- Hasta/yaralının tanısı konulup, tedavisi yapıldıktan sonra bulunduğu yerden alınarak, bir sağlık kurumuna taşınması sağlanmalıdır. (TAŞIMA)

SOLUNUM VE KALP DURMASINDA İLK YARDIM

Solunumu veya kalbi durmuş hasta ile karşılaşıldığında önce 112 Acil Servisi aranmalı ve anında hastayı bulan kişi tarafından aşağıdaki ilk yardıma başlanmalıdır.

Solunum ve dolaşımın yeniden canlandırılması işlemine solunumun durmasından sonra hemen başlanmalıdır.

Hasta/yaralıyı sert ve düz bir yere sırt üstü yatırınız. Sesli ve fiziki uyarılarla bilinç durumunu değerlendiriniz.



Ağız içi kontrolü yapınız ve yabancı maddeler varsa (protez diş gibi) temizleyiniz, görünmeyen veya çok ileri gitmiş yabancı cisimlere elinizle müdahale etmeyiniz.

Çenesi yukarı gelecek şekilde başını geriye çekerek solunum yolunu açınız.

Hasta/yaralının bilinci kapalı ve solunum yapmıyorsa

112 Acil Servisinden yardım isteyiniz.

Hastanın yanıt verip vermediğini değerlendiriniz.(Hastaya uyarı veriniz konuşunuz)

Yanıt vermeyen, solunumu olmayan veya iç çeker (hırıltı şeklinde) tarzda solunumu olan her hastaya 30 göğüs basısı, 2 solunum olacak şekilde temelyaşam desteğine başlayınız. Alnına koyduğunuz elinizin baş ve işaret parmakları ile burnun yumuşak kısmını sıkıştırarak kapatınız ve bu şekilde soluk veriniz.

Kalp masaj bölgesi göğüs kemiğinin ortasıdır. Bu noktaya el ayanızı koyunuz. Diğer elinizin topuğunu bu elin üzerine yerleştiriniz.

Her iki elinizin parmaklarını birbirine geçiriniz. Parmakları ve avuç içini göğse değdirmeyiniz.

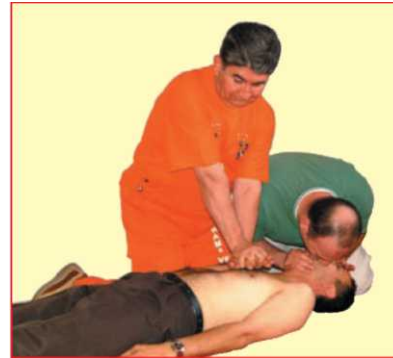
Elinizin topuğu, dirsek ve omzunuz, hasta/yaralının vücuduna dik açı yapacak şekilde pozisyon alınız.

Gerektiği kadar güç ile göğüs kafesini 4-5 cm. çöktürecek şekilde ve belli bir ritim ile 30 kez göğüs basısını uygulayınız.

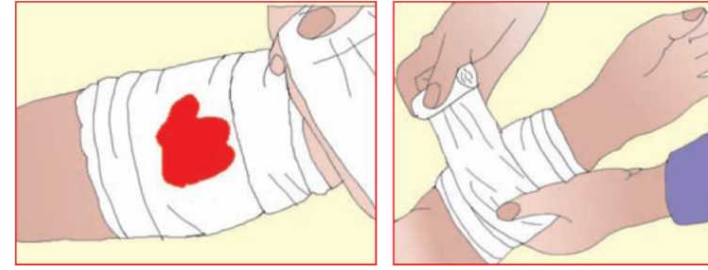
Ardı ardına 2 soluk 30 kalp masajı uygulamasına (tıbbi yardım sağlanıncaya kadar ya da hasta/yaralı yaşam belirtileri gösterinceye kadar) devam ediniz.

Soluk vermek istemiyorsanız, dakikada en az 100 bası olacak şekilde kalp masajı yapınız.

Gerekli olmadığı sürece göğüs basılarını kesmeyiniz.



KANAMALARDA İLK YARDIM



Vücuttaki kanın 1/5'i kaybedilirse ve kan nakli yapılamaz ise, hasta/yaralı da ölümcül şok gelişebilir. Bu nedenle kanamalar derhal durdurulmalıdır. Fıskırır biçimde akan açık kırmızı renkli kanama çok tehlikelidir.

* Kol, bacak veya başta olan kanamalarda, o organda kırık şüphesi yoksa, bu bölgeyi kalp seviyesinden yukarı olacak şekilde kaldırınız ve hareketsiz tutunuz.

* Kanayan yerin üzerine parmağınız (yara genişse parmaklarınız) ile doğrudan baskı uygulayınız.

* Yaranın üzerini varsa steril bir gazlı bez, yoksa temiz bir bezle olabildiğince çabuk kapatınız. Onun üzerine elle baskı yapınız. Sonra varsa sargı bezini hafifçe gerek bez üzerinden baskı yapacak şekilde sarınız.

* Kanayan bölgenin en yakınındaki atardamar üzerine baskı yaparak kanamayı durdurunuz.

YARALANMALARDA İLK YARDIM

* Yara üzerindeki giysileri keserek veya yırtarak çıkarınız.

* Kirli yaraları ve ısırıkları bol su ve sabunla yıkayınız.

* Hasta/yaralının yaşamsal bulgularını değerlendiriniz.

* Kanama varsa, durdurunuz.

* Yaranın derinliğini anlamak için asla karıştırmayınız. Yara içindeki yabancı cisimleri çıkarmayınız.

* Yarayı steril bir gazlı bezle el değmeden, yoksa mikropsuz temiz bir bezle kapatınız ve sargı bezi ile sarınız.

* Yaralı kısmın üzerine beze veya havluya sarılı buz uygulaması yapınız.

* Yara temizliğinde pamuk gibi yara içinde kalabilecek malzemeler kullanmayınız.

* Yara üzerine kesinlikle tentürdiyot, antiseptik sıvı ve herhangi bir ilaç sürmeyiniz.

ŞOKTA İLK YARDIM



* Dokuların ihtiyacı olan oksijenin sağlanabilmesi için bulunduğu yeri havalandırınız.

* Şok nedenlerine göre gerekli önlemleri alınız ve müdahaleleri yapınız.

* Hasta/yaralıyı sırt üstü yatırınız. Ayaklarının altını destekleyiniz ve bacaklarını 30 cm. kaldırarak şok pozisyonu veriniz.

* Hasta/yaralı soluk almakta güçlük çekiyorsa, baş ve göğüs kısmını hafifçe yükseltiniz.

* Hasta/yaralının üşümesini önlemek için üzerini bir battaniye gibi bir örtü ile sarınız. Ancak terletmeyiniz.

* Büyük yanıklar, aşırı ishal, aşırı kusma, çok fazla idrar çıkarma gibi aşırı sıvı kaybına bağlı şok durumlarında hasta/yaralının bilinci yerinde ise, göğüs ve karın yaralanması yoksa, ağızdan bol sıvı veriniz. Aksi halde ağızdan yiyecek ve içecek vermeyiniz.

* Hasta/yaralıda bilinç kaybı ya da bilinç kaybına doğru giden bir durum bulunuyorsa, güvenli yan yatış pozisyonuna getiriniz, sık aralıklarla yaşamsal bulgularını değerlendiriniz ve gerekli müdahaleleri yapınız. Bir sağlık kuruluşuna ulaştırılmasını sağlayınız.

BİLİNÇ (ŞUUR) KAYBINDA İLK YARDIM

* Herhangi bir şey içirmeye çalışmayınız.

* En yakın sürede 112 Acil Servisi arayınız.