

BİRLİKTE GÜVENLİ YAŞAM

İLK YARDIM Pratik Rehber



Acil bir durumda hızlı düşünmek ve hareket etmek gerekir. Bu nedenle etkili ilkyardım müdahalesi yapabilmek için her zaman hazır olmalıyız. İlkyardım uygulamada yararlanabileceğiniz bu ilkyardım rehberi kolayca taşıyabileceğiniz boyutlarda ve içerikte hazırlanmıştır.

İlkyardım çantanızda, Ofisinizde, Otomobilinizde, Mutfağınızda, Çantanızda

istediğiniz herhangi bir yerde rahatlıkla bulundurulabilirsiniz.

Sizin için hazırlanan ilkyardım pratik rehberini, içindeki bilgileri ve ilkyardımın önemini sevdiğinizinize aktarın, onlarla paylaşın.

Ailenizle, Çocuk Bakıcınızla, Öğretmenlerinizle, Arkadaş ve Komşularınızla Sağlıklı olun



"Bu yayının içeriğinden sadece
Uluslararası Mavi Hilal İnsani Yardım ve Kalkınma Vakfı
sorumludur".



ULUSLARARASI MAVİ HİLAL İNSANİ YARDIM ve KALKINMA VAKFI

Bostancı Mahallesi Cami Sokak Cesur Apt. No: 11/3 Bostancı / İSTANBUL

Tel/Phone: +90.216. 464 68 81 • Faks/Fax: +90.216. 361 57 45

Web: www.bluecrescent.net • E-mail: info@bluecrescent.net



İLK İLKYARDIM EĞİTİM MERKEZİ

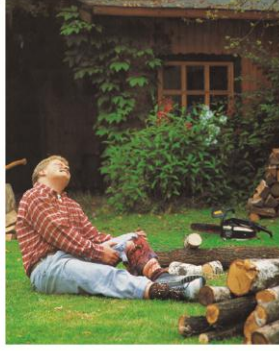
Cinnah Caddesi 72 / 1 Çankaya / ANKARA

Tel/Phone: +90.312. 440 44 39 • Faks/Fax: +90.312. 440 98 91

Web: www.ilkyardimokulu.org • E-mail: info@bluecrescent.net

BİRLİKTE GÜVENLİ YAŞAM

İLK YARDIM Pratik Rehber



BİRLİKTE ÖĞRENELİM



PRATİK İLKYARDIM RENBERİ



İLKYARDIM TEMEL UYGULAMALARI

İlkyardım:

Hastalık ya da kaza sonucu hayatı tehlikeye girmiş kişiye

- ◆ Durumun kötüleşmesini önlemek amacıyla
- ◆ Olayın olduğu yerde
- ◆ Sağlık personeli gelinceye kadar
- ◆ Eldeki imkanlarla
- ◆ İlaçsız olarak yapılan müdahaledir.

İlkyardımcı:

İlkyardım bilgi ve becerisine sahip olup ilkyardımcı sertifikası olan kişidir.

İlkyarımda üç temel uygulama KBK dır.

KORUMA

K

Olay yerinin değerlendirilerek çevre güvenliğinin sağlanmasıdır

BİLDİRME

B

112 numaralı telefonu arayarak acil yardım istenmesidir

KURTARMA

K

Hasta yaralıları değerlendirilerek uygun ilkyardım müdahalesinin yapılmasıdır

HASTA / YARALI DEĞERLENDİRME

İlk yardım gerektiren bir olayda kendimizin ve çevrenin güvenliğini sağladıktan sonra hasta/yaralıların değerlendirilmesi yapılmalıdır.

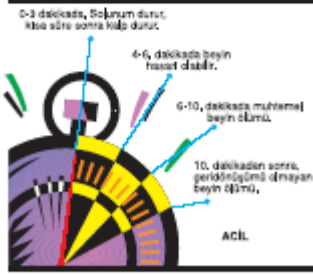
Hasta/yaralı değerlendirmenin amaçları

- ◆ Yaşam belirtileri ve yaralanma düzeyinin belirlenmesi
- ◆ İlk yardımda önceliklerin belirlenmesi
- ◆ Yapılacak ilk yardım müdahalesinin belirlenmesi
- ◆ Doğru ilk yardım uygulanması



Neler değerlendirilir?

- ◆ Bilinç durumu
- ◆ (A) Solunum yolu açıklığı
- ◆ (B) Solunum
- ◆ (C) Dolaşım



Acil durumlarda, hayatı tehlike varsa zaman çok önemlidir. Eğer dakikalar içerisinde beyin oksijenlenmesi olmazsa, beyin hasarı veya ölüm olur. Bunun için Hasta-Yaralıyı hızlı değerlendirerek uygun ilk yardım müdahalesi yapılması önemlidir.

BURUN KANAMASI

Ne yapılır

- ✦ Burnu kanayan kişi sakinleştirilir
- ✦ Oturtularak başı öne eğilir
- ✦ Her iki burun kanadına 5 dakika baskı uygulanır
- ✦ Kanama durmaz ise tıbbi yardım alınması sağlanır



Hangi durumlarda 112 aranır

- ✦ Durdurulamayan kanamalar
- ✦ Kemik, kas vb. dokuların görüldüğü derin yaralanma ile oluşan kanamalar
- ✦ Büyük yaralanmalar ile oluşan kanamalar
- ✦ Derin ve içine yabancı cisim batmış yaralardaki kanamalar
- ✦ İnsan ve hayvan ısırtıkları ile oluşan kanamalar
- ✦ Yüz yaralanmalarındaki kanamalar

YANIKLAR



Yanık, herhangi bir ısıya maruz kalma nedeni ile dokularda meydana gelen bozulmalardır. Ateş, kaynar su, sıcak yağ, kimyasal maddeler, elektrik çarpması ve güneş etkisiyle oluşabilir.

ISI İLE OLUŞAN YANIKLAR

Ne görülür

- ✦ Deride kızarıklık
- ✦ İçi su dolu kabarcıklar
- ✦ Ağrı

Ne yapılır

- ✦ Yanığa neden olan etken ortadan kaldırılır
- ✦ Yanan bölge bol soğuk su ile yıkanır
- ✦ Yanık üzeri kuru, temiz bir bezle örtülür
- ✦ İçi su dolu kabarcıklar patlatılmaz
- ✦ El ve ayak parmaklarındaki yanıklarda yanık bölgeler bir arada bandajlanmamalı parmak aralarına temiz bez koyarak kapatılmalıdır.



ARAÇ İÇİNDEN HASTA / YARALI TAŞIMA (RENTEK MANEVRASI)

Ne zaman uygulanır

- ✦ Hasta/yaralının bilinci, solunumu ve dolaşımı yoksa, temel yaşam desteği yapmak için
- ✦ Patlama, yangın tehlikesi varsa

Nasıl uygulanır

- ✦ Kendimiz ve çevrenin güvenliğinden emin olunur
- ✦ Hasta/yaralının ABC si değerlendirilir
- ✦ Ayakları pedala sıkışmışsa kurtarılır, emniyet kemeri çözülür
- ✦ Hasta yaralıya yan tarafından yaklaşılır
- ✦ İlk yardımcı kollarını hasta/yaralının koltuk altlarından geçirir
- ✦ Bir eliyle hasta /yaralının kolu, diğer eliyle çenesi tutularak boynu desteklenir
- ✦ Baş- boyun gövde hizası korunarak araçtan dışarı çekilir. Sedyeye yada yere yavaşça yerleştirilir

