



BURSA TEKNİK ÜNİVERSİTESİ
İŞ SAĞLIĞI VE GÜVENLİĞİ KOORDİNATÖRLÜĞÜ



İLK YARDIM

Dr. M. Serhat YAMALI

İlkyardım nedir?

- Herhangi bir kaza veya yaşamı tehlikeye düşüren bir durumda, sağlık görevlilerinin yardımı sağlanıncaya kadar, hayatın kurtarılması ya da durumun kötüye gitmesini önleyebilmek amacı ile
- olay yerinde,
- **tıbbi araç gereç aranmaksızın**,
- mevcut araç ve gereçlerle yapılan
- **ilaçsız** uygulamalardır.

Acil tedavi nedir?

- Acil tedavi ünitelerinde, hasta/yaralılara doktor ve sağlık personeli tarafından yapılan tıbbi müdahalelerdir.

İlkyardımanın öncelikli amaçları nelerdir?

- Hayati tehlikeyi ortadan kaldırmak,
- Yaşamsal fonksiyonların sürdürülmesini sağlamak,
- Hasta/yaralının durumunun profesyonel tıbbi yardım gelene kadar kötüleşmesini önlemek,
- İyileşmeyi kolaylaştırmak.

Hayat kurtarma zinciri nedir?

- Hayat kurtarma zinciri 4 halkadan oluşur. Son iki halka ileri yaşam desteğine aittir ve ilkyardımcının görevi değildir.
- **1.Halka** - Sağlık kuruluşuna haber verme
- **2.Halka** - Olay yerinde yapılan **Temel Yaşam Desteği**
- **3.Halka** - Ambulans ekiplerince yapılan müdahaleler
- **4.Halka** - Hastane acil servisleridir

İlkyardımcının bilmesi gereken vücut sistemleri

- **Hareket sistemi**
- **Dolaşım sistemi**
- **Solunum sistemi**
- **Sinir sistemi**
- **Boşaltım sistemi**
- **Sindirim sistemi**

Nabız:

- Kalp atımlarının atardamara yaptığı basınca nabız denir. Normal nabız, yetişkin bir kişide,
- dinlenme halinde dakikada **60-100** dür.



Kan Basıncı:

- Normali; 120/80 mm Hg dir.

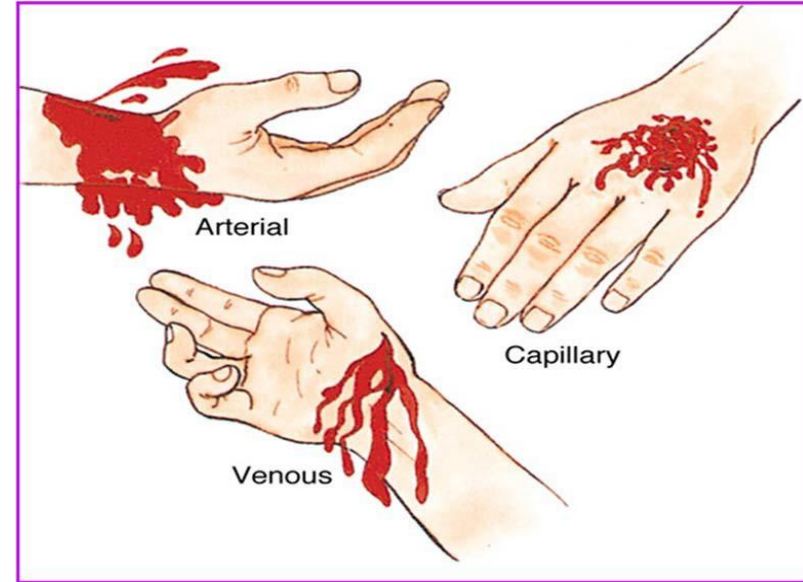
Vücut Isısı:

- Normali 36.5 c' dir.
- Normal değerin üstünde olması yüksek ateş, altında olması düşük ateş olarak ifade edilir.

Kanama nedir?

- Damar bütünlüğünün bozulması sonucu kanın damar dışına (vücudun içine veya dışına doğru) doğru akmasıdır.

- **Kanamalar üç çeşittir.**
 - Atardamar kanaması
 - Toplardamar kanaması
 - Kılcal damar kanaması



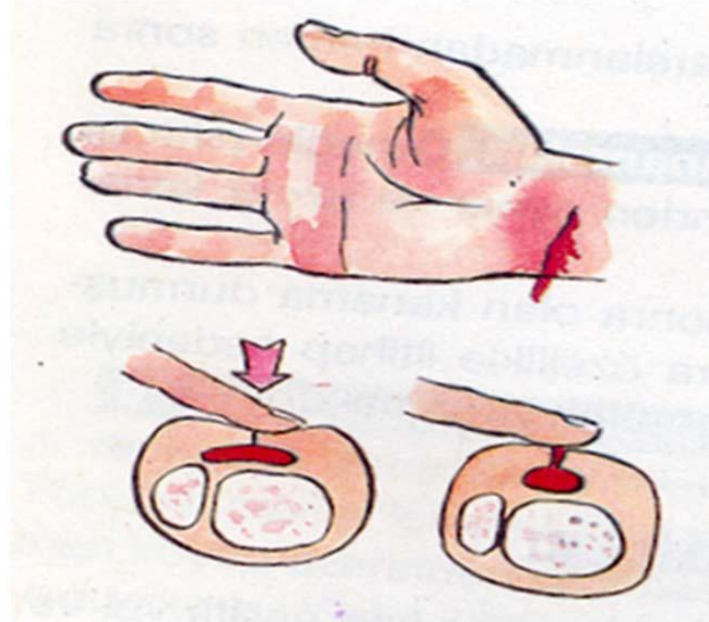
- **Dış kanamalar:** Kanama yaradan vücut dışına doğru olur.
- **İç kanamalar:** Kanama vücut içine olduğu için gözle görülemez.
- **Doğal deliklerden olan kanamalar:** Kulak, burun, ağız, makat , üreme organlarından olan kanamalardır.

Kanamalarda ilkyardımda uygulamaları nelerdir?

Dış kanamalarda ilkyardımda:

1. Hasta/yaralının durumu değerlendirilir. **(AB), (A=havayolu B=Solunum C=Dolaşım)**
2010 yılındaki düzenlemeler sonucunda C kaldırılmıştır!!!
2. Tıbbi yardım istenir **(112),**
3. Yara yada kanama değerlendirilir,
4. Yara üzerine doğrudan baskı uygulanır.
5. Kanayan yer üzerine temiz bir bezle bastırılır,

6. Kanama durmazsa ikinci bir bez koyarak basıncı arttırılır,
7. Gerekirse bandaj ile sararak basınç uygulanır,
8. Kanayan bölge yukarı kaldırılır,
9. Kanayan yere en yakın basınç noktasına baskı uygulanır,



- 10.Şok pozisyonu verilir,
- 11.Sık aralıklarla (2-3dakikada bir) yaşam bulguları değerlendirilir,
- 12.Kanayan bölge dışarıda kalacak şekilde hasta/yaralının üstü örtülür,
13. Hızla sevk edilmesi sağlanır.

İç kanamalarda ilkyardım:

İç kanamalar, şiddetli travma, darbe, kırık, silahla yaralanma nedeniyle oluşabilir.

Hasta/yaralıda şok belirtileri vardır. İç kanama şüphesi olanlarda aşağıdaki uygulamalar yapılmalıdır.

1. Hasta/yaralının bilinci ve **AB** si değerlendirilir,
2. Üzeri örtülerek ayakları 30 cm yukarı kaldırılır,

3. Tıbbi yardım istenir **(112)**,
4. Asla yiyecek ve içecek verilmez,
5. Hareket ettirilmez (özellikle kırık varsa),
6. Yaşamsal bulguları incelenir,
7. Sağlık kuruluşuna sevki sağlanır.

Doğal deliklerden çıkan kanamalarda ilkyardımdı:

Burun Kanaması:

- Hasta/yaralı sakinleştirilir, endişeleri giderilir,
- Oturtulur, Başı hafifçe ne eđilir,
- Burun kanatları **5 dakika süre ile sıkılır**,
- Uzman bir doktora gitmesi sağlanır.



Kulak kanaması:

- Hasta/yaralı sakinleştirilir, endişeleri giderilir,
- Kanama hafifse kulak temiz bir bezle temizlenir,
- Kanama ciddi ise, kulağı tıkamadan temiz bezlerle kapanır,
- Bilinci yerinde ise hareket ettirmeden sırt üstü yatırılır, bilinçsiz ise **kanayan kulak üzerine yan yatırılır,**

Kulak kanaması, kan kusma, makat, üreme organlarından gelen kanamalarda hasta/yaralı uzman bir doktora sevk edilir.

Şok nedir?

Kalp-damar sisteminin yaşamsal organlara uygun oranda kanlanma yapamaması nedeniyle ortaya çıkan ve tansiyon düşüklüğü ile seyreden bir ani dolaşım yetmezliğidir.



Şok belirtileri nelerdir?

1. Kan basıncında düşme
2. Hızlı ve zayıf nabız
3. Hızlı ve yüzeysel solunum
4. Ciltte soğukluk, solukluk ve nemlilik
5. Endişe, huzursuzluk
6. Baş dönmesi,
7. Dudak çevresinde solukluk ya da morarma
8. Susuzluk hissi
9. Bilinç seviyesinde azalma



Şokta ilkyardım uygulamaları nelerdir?

Kendisinin ve çevrenin güvenliği sağlanır,

1. Hava yolunun açıklığı sağlanır,
2. Hasta/yaralının mümkün olduğunca temiz hava soluması sağlanır,
3. Varsa kanama hemen durdurulur,
4. Şok pozisyonu verilir,
5. Hasta/yaralı sıcak tutulur,
6. Hareket ettirilmez,
7. Hızlı bir şekilde sağlık kuruluşuna sevki sağlanır **(112)**,
8. Hasta/yaralının endişe ve korkuları giderilerek psikolojik destek sağlanır.

YARA NEDİR?

Bir travma sonucu deri yada mukozanın bütünlüğünün bozulmasıdır.

Kaç çeşit yara vardır?

- **Kesik yaralar**
- **Ezikli yaralar**
- **Delici yaralar**
- **Parçalı yaralar**
- **Kirli yaralar**

Yaralanmalarda ilkyardımda nasıl olmalıdır?

- Yaşam bulguları değerlendirilir **(AB)**,
- Yara yeri değerlendirilir,
- Oluş şekli
- Süresi
- Yabancı cisim varlığı
- Kanama vb.
- Kanama durdurulur,
- Üzeri kapatılır,
- Sağlık kuruluşuna gitmesi sağlanır,
- **Tetanos konusunda uyarıda bulunulur, Yaradaki yabancı cisimlere dokunulmamalıdır!**

Ciddi yaralanmalarda ilkyardım nasıl olmalıdır?

- Yaraya saplanan **yabancı cisimler çıkarılmaz,**
- Yarada kanama varsa durdurulur,
- Yara içi kurcalanmamalıdır,
- Yara temiz bir bezle örtülür (nemli bir bez),
- Yara üzerine bandaj uygulanır,
- Tıbbi yardım istenir **(112).**

Delici karın yaralanmalarında ilkyardım nasıl olmalıdır?

- 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 üzeri örtülür,
- Ağızdan yiyecek ya da içecek bir şey verilmez,
- Yaşam bulguları sık sık izlenir,
- Tıbbi yardım istenir **(112)**.

Kafatası ve omurga yaralanmalarında ilkyardım nasıl olmalıdır?

- Bilinç kontrolü yapılır,
- Yaşam bulguları değerlendirilir,
- Hemen tıbbi yardım istenir **(112)**,
- Bilinci açıksa hareket etmemesi sağlanır,
- Her hangi bir tehlike söz konusu ise düz pozisyonda sürüklenir,
- Baş-boyun-gövde eksenini bozulmamalıdır,

Yanık nedir?

- Herhangi bir ısıya maruz kalma sonucu oluşan doku bozulmasıdır.

Kaç çeşit yanık vardır?

- 1- Fiziksel yanıklar
- 2- Kimyasal yanıklar

Yanıklar nasıl derecelendirilir?

- 1. derece yanık:** Deride kızarıklık, ağrı, yanık bölgede ödem vardır. Yaklaşık 48 saatte iyileşir.
- 2. derece yanık:** Deride içi su dolu kabarcıklar vardır. Ağrılıdır.
- 3. derece yanık:** Derinin tüm tabakaları etkilenmiştir. Sinirler zarar gördüğü için ağrı yoktur.

Isı ile oluşan yanıklarda ilkyardımdı işlemleri nedir?

- Kiři hala yanıyorsa paniğe engel olunur, koşması engellenir.
- Hasta/yaralının üzeri battaniye ya da bir örtü ile kapatılır ve yuvarlanması sağlanır,
- Yaşam belirtileri değerlendirilir **(AB)**,
- Yanık bölge en az 20 dakika çeşme suyu ile yıkanır,
- Ödem (şişlik) oluşabileceği düşünülerek yüzük, bilezik, saat gibi eşyalar çıkarılır,

- Su toplamış yerler patlatılmaz,
- Yanık üzerine ilaç ya da yanık merhemi gibi maddeler de sürülmemelidir,
- Yanık bölgeler birlikte bandaj yapılmamalıdır,
- Yanık geniş ve sağlık kuruluşu uzaksa hasta / yaralının kusması yoksa bilinçliyse ağızdan sıvı *verilerek sıvı kaybı önlenir*,
- Tıbbi yardım istenir (112)

Elektrik arpmasında ilkyardım

Soğukkanlı ve sakin olunmalıdır,

Hasta/yaralıya dokunmadan önce elektrik akımı kesilmelidir, akımı kesme imkanı yoksa tahta çubuk ya da ip gibi bir cisimle elektrik teması kesilmelidir,

Hasta/yaralının **AB**'si değerlendirilmelidir,

Hasta/yaralıya kesinlikle su ile müdahale edilmemelidir,

Hasta/yaralı hareket ettirilmemelidir,

Hasar gören bölgenin üzeri temiz bir bezle örtülmelidir, Tıbbi yardım istenmelidir **(112)**

Kırık nedir?

Kırık, kemik bütünlüğünün bozulmasıdır.

Kaç çeşit kırık vardır?

Kapalı kırık

Açık kırık

Kırıklarda ilkyardımdır

Hasta/yaralı hareket ettirilmez,
sıcak tutulur,
Kol etkilenmişse yüzük ve saat gibi eşyalar çıkarılır,

Kırık şüphesi olan bölge,
ani hareketlerden kaçınılarak,
bir alt ve bir üst eklemleri de içine alacak şekilde
tespit edilir.

Açık kırıklarda, tespitten önce yara temiz bir bezle kapatılmalıdır,

Kırık bölgede sık aralıklarla nabız, derinin rengi ve ısı kontrol edilir,

Kol ve bacaklar yukarıda tutulur, Tıbbi yardım istenir **(112)**

Burkulma nedir?

Eklem yüzeylerinin anlık olarak ayrılmasıdır.
Zorlamalar sonucu oluşur.

Burkulma belirtileri:

Burkulan bölgede ağrı,
Kızarma, şişlik, morarma
İşlev kaybı.

Burkulmada ilkyardım:

Sıkıştırıcı bir bandajla burkulan eklem tespit edilir,
Şişliği azaltmak için bölge yukarı kaldırılır,
Hareket ettirilmez,

Çıkık

Eklem yüzeylerinin kalıcı olarak ayrılmasıdır.

Çıkık belirtileri:

- Yoğun ağrı,
- Şişlik ve kızarıklık,
 - İşlev kaybı,
- Eklem Bozukluğu

Çıkıkta ilkyardım

Eklem aynen bulunduğu şekilde tespit edilir,
Çıkık yerine oturtulmaya çalışılmaz,
Hasta / yaralıya ağızdan hiçbir şey verilmez,
Bölgede nabız, deri rengi ve ısı kontrol edilir,
Tıbbi yardım istenir **(112)**

Bayılma (Senkop):

Kısa süreli, yüzeysel ve geçici bilinç kaybıdır.

Koma:

Dışarıdan gelen uyarılara karşı tepkinin azalması ya da yok olması ile ortaya çıkan uzun süreli bilinç kaybıdır.

Eğer kişi bayıldıysa;

Sırt üstü yatırılarak ayakları 30 cm kaldırılır,
Solunum yolu açıklığı kontrol edilir ve açıklığın korunması sağlanır,
Sıkan giysiler gevşetilir,
Kusma varsa yan pozisyonda tutulur,
Solunum kontrol edilir,
Etraftaki meraklılar uzaklaştırılır.

Bilinç kapalı ise:

Hasta/yaralının yaşam bulguları değerlendirilir **(AB)**,

Hasta/yaralıya koma pozisyonu verilir, Yardım

çağrılır **(112)**,

Sık sık solunum ve nabız kontrol edilir,

Yardım gelinceye kadar yanında beklenir.

Koma pozisyonu nasıl verilir?

Sesli veya omzundan hafif sarsarak, uyarı verilerek bilinç kontrol edilir,

Sıkan giysiler gevşetilir,

Ağız içinde yabancı cisim olup olmadığı kontrol edilir,

Bak, dinle, hisset yöntemi ile kontrol edilir,

Hasta/yaralının döndürüleceği tarafa diz çökülür,

Hasta/yaralının karşı tarafta kalan kolu, karşı omzunun üzerine konur,

Karşı taraftaki bacağı dik açı yapacak şekilde kıvrılır.



Koma pozisyonu nasıl verilir?-2

İkyardımcıya yakın kolu baş hizasında omuzdan yukarı uzatılır

Karşı taraf omuz ve kalçasından tutularak bir hamlede çevrilir

Üstteki bacak kalça ve dizden bükülerek öne doğru destek yapılır



Koma pozisyonu nasıl verilir?-3

Alttaki bacak hafif dizden bükülerek arkaya destek yapılır,

Başı uzatılan kolun üzerine yan pozisyonda hafif öne eğik konur,

Tıbbi yardım **(112)** gelinceye kadar bu pozisyonda tutulur,

3–5 dakika ara ile solunum ve nabız kontrol edilir.



Zehirlenme nedir?

Vücuda zehirli bir maddenin girmesi sonucu normal fonksiyonların bozulmasıdır.

Zehirlenmelerde genel ilkyardım kuralları

- Zehirlenmeye neden olan maddenin uzaklaştırılması,
- Hayati fonksiyonların devamının sağlanması,
- Sağlık kuruluşuna bildirilmesi **(112)**.

Kedi- köpek gibi hayvan ısırmasında ilkyardım

Hasta/yaralı yaşamsal bulgular yönünden değerlendirilir **(AB)**,

Hafif yaralanmalarda yara 5 dakika süreyle sabun ve soğuk suyla yıkanır,

Yaranın üstü temiz bir bezle kapatılır,

Ciddi yaralanma ve kanama varsa yaraya temiz bir bezle basınç uygulanarak kanama durdurulmalıdır,

Derhal tıbbi yardım istenmeli **(112)**,

Göze yabancı cisim kaçmasında ilkyardım



Toz gibi küçük madde ise;

- Göz ışığa doğru çevrilir ve alt göz kapağı içine bakılır,
- Bol su ile yıkanır,
- Nemli temiz bir bezle çıkarılmaya çalışılır,
- Göz ovulmamalıdır,
- Çıkmıyorsa sağlık kuruluşuna gitmesi sağlanır.

Göze cisim batması varsa ya da metal cisim kaçmışsa;

Gerekmedikçe hasta yerinden oynatılmaz,
Göze hiçbir şekilde dokunulmaz,
Tıbbi yardım istenir **(112)**,
Hastanın göz uzmanı olan bir sağlık kuruluşuna gitmesi sağlanır.



Kulađa yabancı cisim kaçmasında ilkyardım

- Kesinlikle sivri ve delici bir cisimle müdahale edilmez,
- Su deđdirilmez,
- Tıbbi yardım istenir **(112)**.

Buruna yabancı cisim kaçmasında ilkyardım

Burun duvarına bastırarak kuvvetli bir nefes verme ile cismin atılması sağlanır,

Boğulma

Boğulma, vücuttaki dokulara yeterli oksijen gitmemesi sonucu dokularda bozulma meydana gelmesidir.

Suda boğulanlarda özellikle soğuk havalarda 20–30 dakika geçse bile yapay solunum ve kalp mesajına başlanmalıdır.(ilkyardım eğitimi almış ilkyardımcılar tarafından)

Boğulmalarda genel ilkyardım işlemleri

Boğulma nedeni ortadan kaldırılır,
Bilinç kontrolü yapılır,
Hastanın yaşamsal bulguları değerlendirilir,
Temel yaşam desteği sağlanır,
Derhal tıbbi yardım istenir **(112)**,
Yaşam bulguları izlenir.

Acil taşıma kuralları

Genel bir kural olarak, hasta/yaralının yeri değiştirilmemeli ve dokunulmamalıdır.

Olağanüstü bir tehlike söz konusuysa, taşıdığı her türlü riske rağmen acil taşıma zorunludur.





BURSA TEKNİK ÜNİVERSİTESİ
İŞ SAĞLIĞI VE GÜVENLİĞİ KOORDİNATÖRLÜĞÜ



İLK YARDIM

TEŞEKKÜRLER

Dr. M. Serhat YAMALI