**GENEL İLKYARDIM BİLGİLERİ**

**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.

**İlkyardımcı kimdir?**İlkyardım tanımında belirtilen amaç doğrultusunda hasta veya yaralıya tıbbi araç gereç aranmaksızın mevcut araç gereçlerle, ilaçsız uygulamaları yapan eğitim almış kişi ya da kişilerdir.

**İlkyardım ve acil tedavi arasındaki fark nedir?**Acil tedavi bu konuda ehliyetli kişilerce gerekli donanımla yapılan müdahale olmasına karşın, ilkyardım bu konuda eğitim almış herkesin olayın olduğu yerde bulabildiği malzemeleri kullanarak yaptığı hayat kurtarıcı müdahaledir.

**İlkyardımın öncelikli amaçları nelerdir?**

|  |  |
| --- | --- |
| http://www.ilkyardimegitim.com/images/ilk_yardim_ok.gif | Hayati tehlikeyi ortadan kaldırmak, |
| http://www.ilkyardimegitim.com/images/ilk_yardim_ok.gif | Yaşamsal fonksiyonların sürdürülmesini sağlamak, |
| http://www.ilkyardimegitim.com/images/ilk_yardim_ok.gif | Hasta/yaralının durumunun. kötüleşmesini önlemek, |
| http://www.ilkyardimegitim.com/images/ilk_yardim_ok.gif | İyileşmeyi kolaylaştırmak. |

**İlkyardımın temel uygulamaları nelerdir?**İlkyardım temel uygulamaları Koruma, Bildirme, Kurtarma (KBK) olarak ifade edilir.

**Koruma:**Kaza sonuçlarının ağırlaşmasını önlemek için olay yerinin değerlendirilmesini kapsar. En önemli işlem olay yerinde oluşabilecek tehlikeleri belirleyerek güvenli bir çevre oluşturmaktır.

**Bildirme:**Olay / kaza mümkün olduğu kadar hızlı bir şekilde telefon veya diğer kişiler aracılığı ile gerekli yardım kuruluşlarına bildirilmelidir. Türkiye'de ilkyardım gerektiren her durumda telefon iletişimleri, 112 acil telefon numarası üzerinden gerçekleştirilir.

**Kurtarma (Müdahale):**Olay yerinde hasta / yaralılara müdahale hızlı ancak sakin bir şekilde yapılmalıdır.
 **112’nin aranması sırasında nelere dikkat edilmelidir?**

|  |  |
| --- | --- |
| http://www.ilkyardimegitim.com/images/ilk_yardim_ok.gif | Sakin olunmalı yada sakin olan bir kişinin araması sağlanmalıdır. |
| http://www.ilkyardimegitim.com/images/ilk_yardim_ok.gif | 112 merkezi tarafından sorulan sorulara net bir şekilde cevap verilmelidir; |
| http://www.ilkyardimegitim.com/images/ilk_yardim_ok.gif | Kesin yer ve adres bilgileri verilirken, olayın olduğu yere yakın bir caddenin yada çok bilinen bir yerin adı verilmelidir, |
| http://www.ilkyardimegitim.com/images/ilk_yardim_ok.gif | Kimin, hangi numaradan aradığı bildirilmelidir, |
| http://www.ilkyardimegitim.com/images/ilk_yardim_ok.gif | Hasta/yaralı(lar)ın adı ve olayın tanımı yapılmalıdır, |
| http://www.ilkyardimegitim.com/images/ilk_yardim_ok.gif | Hasta/yaralı sayısı ve durumu bildirilmelidir, |
| http://www.ilkyardimegitim.com/images/ilk_yardim_ok.gif | Eğer herhangi bir ilkyardım uygulaması yapıldıysa nasıl bir yardım verildiği belirtilmelidir, |
| http://www.ilkyardimegitim.com/images/ilk_yardim_ok.gif | 112 hattında bilgi alan kişi, gerekli olan tüm bilgileri aldığını söyleyinceye kadar telefon kapatılmamalıdır. |

**İlkyardımcının müdahale ile ilgili yapması gerekenler nelerdir?**

|  |  |
| --- | --- |
| http://www.ilkyardimegitim.com/images/ilk_yardim_ok.gif | Hasta / yaralıların durumunu değerlendirmek (ABC) ve öncelikli müdahale edilecekleri belirlemek |
| http://www.ilkyardimegitim.com/images/ilk_yardim_ok.gif | Hasta/yaralının korku ve endişelerini gidermek |
| http://www.ilkyardimegitim.com/images/ilk_yardim_ok.gif | Hasta/yaralıya müdahalede yardımcı olacak kişileri organize etmek |
| http://www.ilkyardimegitim.com/images/ilk_yardim_ok.gif | Hasta/yaralının durumunun ağırlaşmasını önlemek için kendi kişisel olanakları ile gerekli müdahalelerde bulunmak |
| http://www.ilkyardimegitim.com/images/ilk_yardim_ok.gif | Kırıklara yerinde müdahale etmek |
| http://www.ilkyardimegitim.com/images/ilk_yardim_ok.gif | Hasta/yaralıyı sıcak tutmak |
| http://www.ilkyardimegitim.com/images/ilk_yardim_ok.gif | Hasta/yaralının yarasını görmesine izin vermemek |
| http://www.ilkyardimegitim.com/images/ilk_yardim_ok.gif | Hasta/yaralıyı hareket ettirmeden müdahale yapmak |
| http://www.ilkyardimegitim.com/images/ilk_yardim_ok.gif | Hasta/yaralının en uygun yöntemlerle en yakın sağlık kuruluşuna sevkini sağlamak (112) (Ancak, ağır hasta/yaralı bir kişi hayati tehlikede olmadığı sürece asla yerinden kıpırdatılmamalıdır.) |

**İlkyardımcının özellikleri nasıl olmalıdır?**
Olay yeri genellikle insanların telaşlı ve heyecanlı oldukları ortamlardır. Bu durumda ilkyardımcı sakin ve kararlı bir şekilde olayın sorumluluğunu alarak gerekli müdahaleleri doğru olarak yapmalıdır. Bunun için bir ilkyardımcıda aşağıdaki özelliklerin olması gerekmektedir:

|  |  |
| --- | --- |
| http://www.ilkyardimegitim.com/images/ilk_yardim_ok.gif | İnsan vücudu ile ilgili temel bilgilere sahip olmak, |
| http://www.ilkyardimegitim.com/images/ilk_yardim_ok.gif | Önce kendi can güvenliğini korumak, |
| http://www.ilkyardimegitim.com/images/ilk_yardim_ok.gif | Sakin, kendine güvenli ve pratik olmak, |
| http://www.ilkyardimegitim.com/images/ilk_yardim_ok.gif | Eldeki olanakları değerlendirebilmek, |
| http://www.ilkyardimegitim.com/images/ilk_yardim_ok.gif | Olayı anında ve doğru olarak haber vermek (112’yi aramak), |
| http://www.ilkyardimegitim.com/images/ilk_yardim_ok.gif | Çevredeki kişileri organize edebilmek ve onlardan yararlanabilmek, |
| http://www.ilkyardimegitim.com/images/ilk_yardim_ok.gif | İyi bir iletişim becerisine sahip olmak. |

**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

**İlkyardımın ABC'si nedir?**Bilinç kontrol edilmeli, bilinç kapalı ise aşağıdakiler hızla değerlendirilmelidir:
A. Hava yolu açıklığının değerlendirilmesi
B. Solunumun değerlendirilmesi ( Bak-Dinle-Hisset)
C. Kan dolaşımın sağlanması (Kalp masajının yapılma

**A. Havayolu açıklığının değerlendirilmesi:**

|  |  |
| --- | --- |
| http://www.ilkyardimegitim.com/images/ilk_yardim_ok.gif | Özellikle bilinç kaybı olanlarda dil geri kaçarak solunum yolunu tıkayabilir yada kusmuk, yabancı cisimlerle solunum yolu tıkanabilir. Havanın akciğerlere ulaşabilmesi için hava yolunun açık olması gerekir. |
| http://www.ilkyardimegitim.com/images/ilk_yardim_ok.gif | Hava yolu açıklığı sağlanırken hasta/yaralı baş, boyun, gövde ekseni düz olacak şekilde yatırılmalıdır. |
| http://www.ilkyardimegitim.com/images/ilk_yardim_ok.gif | Bilinç kaybı belirlenmiş ise ağız içi önce göz ile kontrol edilmeli, daha sonra ağız içinde yabancı cisim varsa işaret parmağı yandan ağız içine sokularak bir çengel gibi kullanılarak diğer yandan çıkartılmak suretiyle çıkartılmaya çalışılır, |
| http://www.ilkyardimegitim.com/images/ilk_yardim_ok.gif | Daha sonra bir el hasta/yaralının alnına konarak, diğer elin 2-3 parmağı ile çene tutularak baş geriye doğru itilip Baş-Çene pozisyonu verilir. Bu işlemler sırasında sert hareketlerden kaçınılmalıdır. |

**B. Solunumun değerlendirilmesi:**İlkyardımcı, başını hasta/yaralının göğsüne bakacak şekilde yan çevirerek yüzünü hasta/yaralının ağzına yaklaştırır, Bak-Dinle-Hisset yöntemi ile solunum yapıp yapmadığını 5 saniye süre ile değerlendirir.

|  |  |
| --- | --- |
| http://www.ilkyardimegitim.com/images/ilk_yardim_ok.gif | Solunum hareketini gözler. |
| http://www.ilkyardimegitim.com/images/ilk_yardim_ok.gif | Solunum sesini dinler. |
| http://www.ilkyardimegitim.com/images/ilk_yardim_ok.gif | Yanağında hasta/yaralının nefesini hissetmeye çalışır. |

Solunum yoksa derhal yapay solunuma başlanır.

İlk değerlendirme sonucu hasta/yaralının bilinci kapalı fakat solunum varsa derhal koma pozisyonuna getirerek diğer yaralılar değerlendirilir.

**C. Dolaşımın Sağlanması**
Kalp masajı yapılarak hayati öneme sahip organların oksijen alması sağlanır.

|  |  |
| --- | --- |
|

|  |
| --- |
| **BOĞULMALARDA İLKYARDIM** |

 |

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

**Boğulma nedenleri nelerdir?**

 Bayılma ve bilinç kaybı sonucu dilin geriye kayması

 Nefes borusuna sıvı dolması

 Nefes borusuna yabancı cisim kaçması

 Asılma

 Akciğerlerin zedelenmesi

 Gazla zehirlenme

 Suda boğulma (\*)
(\*) Suda boğulmalarda, boğulma sırasında nefes borusu girişinin kasılmasına bağlı olarak çok az miktarda su akciğerlere girer. Suda boğulanlarda özellikle soğuk havalarda 20-30 dakika geçse bile yapay solunum ve kalp mesajına başlanmalıdır. Suda boğulmalarda, ağızdan ağıza ya da ağızdan buruna solunumun suda yaptırılması mümkündür ve bu uygulamaya su içerisinde iken başlanmalıdır. Bu uygulama derin sularda mümkün olmayabilir, bu nedenle hasta/yaralının hızla sığ suya doğru çekilmesi gerekir. Suya atlama sonucu, boğulma riskinin yanısıra genel vücut travması ya da omurga kırıkları da akla gelmelidir. Bu nedenle suda, başın çok fazla arkaya itilmemesi gereklidir.

**Boğulmalarda genel belirtiler nelerdir?**

 Nefes almada güçlük

 Gürültülü, hızlı ve derin solunum

 Ağızda balgam toplanması ve köpüklenme

 Yüzde, dudaklarda ve tırnaklarda morarma

 Genel sıkıntı hali, cevaplarda isabetsizlik ve kararsızlık

 Bayılma

**Boğulmalarda genel ilkyardım işlemleri ne olmalıdır?**

 Boğulma nedeni ortadan kaldırılır,

 Bilinç kontrolü yapılır,

 Hastanın yaşamsal bulguları değerlendirilir (ABC),

 Temel yaşam desteği sağlanır,

 Derhal tıbbi yardım istenir (112),

 Yaşam bulguları izlenir.

**TEMEL YAŞAM DESTEĞİ**

**Solunum ve kalp durması nedir?**
**Solunum durması:**Solunum hareketlerinin durması nedeniyle vücudun yaşamak için ihtiyacı olan oksijenden yoksun kalmasıdır. Hemen yapay solunuma başlanmaz ise bir süre sonra kalp durması meydana gelir. Kalp durmasına 5 dakika içinde müdahale edilmezse dokuların oksijenlenmesi bozulacağı için beyin hasarı oluşur.

**Temel Yaşam Desteği nedir?**Hayat 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.

* Kendisinin ve hasta/yaralının güvenliğinden emin olma
* Hasta/yaralıyı sert bir zemine yatırma
* Hasta/yaralının yanına diz çökme
* Hasta/yaralının omuzlarına hafifçe dokunarak ve “iyi misiniz?” diye sorarak bilincini kontrol etme eğer bilinci yok ise;
* Hasta/yaralının kravat kemer ve yakasını açma

Temel yaşam desteğine başlarken eğer çevrede biri varsa hemen 112 aratılmalıdır. Bebeklerde, çocuklarda ve erişkinlerde (sadece boğulmalarda) ilkyardımcı yalnız ise 30/2 göğüs basısını 5 tur uygulamasından sonra kendisi yardım çağırmalıdır. Bebeklerde (0-1 yaş) , ilkönce 5 solunum yapılır,30/2 göğüs basısının 5 tur uygulaması ardından 112 aranır. Hava yolunu açmak için Baş-Çene pozisyonu nasıl verilir? Bilinci kapalı bütün hasta/yaralılarda solunum yolu kontrol edilmelidir. Çünkü dil geriye kayabilir yada herhangi bir yabancı madde solunum yolunu tıkayabilir. Ağız içi kontrol edilerek temizlendikten sonra hastaya baş-çene pozisyonu verilir. Bunun için ;

* Bir el alına yerleştirilir,
* Diğer elin iki parmağı çeneye yerleştirilir,
* Baş geriye doğru itilir.
* Böylece dil yerinden oynatılarak hava yolu açıklığı sağlanmış olur.