

# İLKYARDIM YÖNTEMLERİ

# KALP KRİZİNDE İLK YARDIM



Hastanın hayati bulgularını kontrol edin.

Dinlenmeye alınır ve sakinleştirilir.

Yarı oturur pozisyon verilir.

Kullandığı ilaçları varsa hastanın almasına yardım edin.

Tıbbi yardım sağlanır. 112

Yaşam bulguları takip edilir.

# ŞEKER DÜŞÜKLÜĞÜNDE İLK YARDIM



Hastanın güvenli bir yere oturmasını veya uzanmasını sağlayın.

Bilinç açık ve kusma yok ise ağızdan şeker şekerli içecekler verilir.

10-15 dakikada belirtiler düzelmez ise yardım çağrılır.

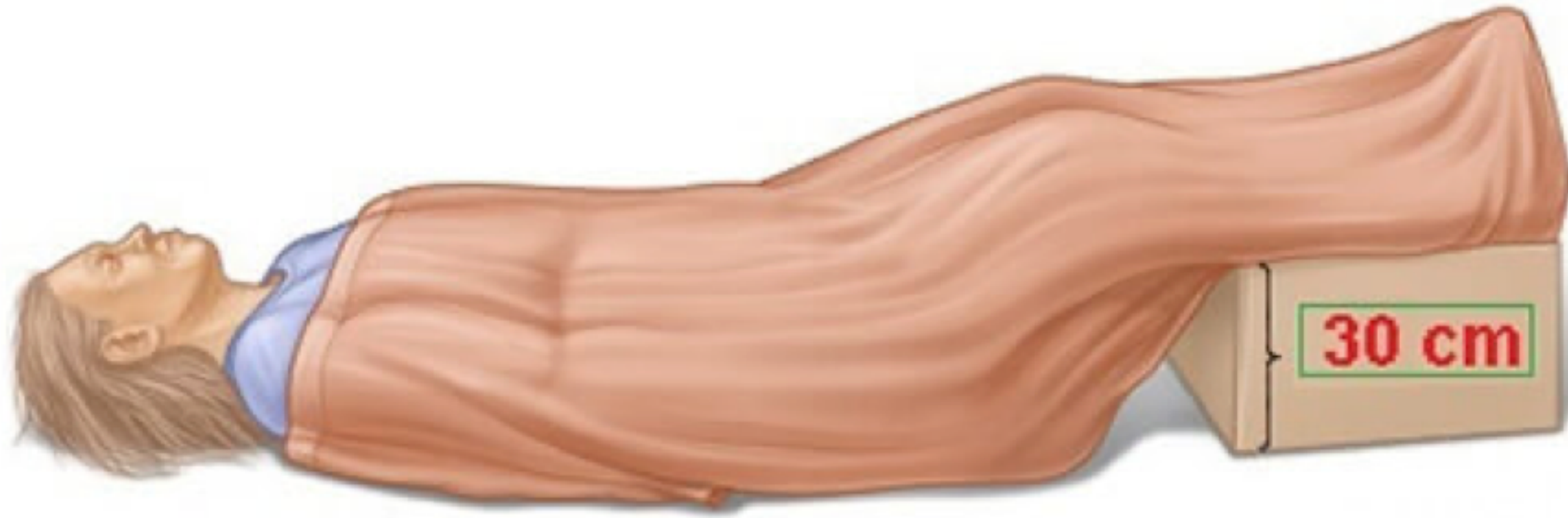
Bilinç kapalı solunum var ise  
Kurtarma pozisyonu verilir.

Bilinci kapalı solunumunda  
yoksa TYD başlanır.

Tıbbi yardım sağlanır. 112

# DIŞ KANAMALARDA İLK YARDIM

## Şok Pozisyonu



H/Y nın durumu değerlendirilir

Tıbbi yardım istenir.

Yara kanama değerlendirilir.

Kanayan yer üzerine temiz bez ile 5 dakika bastırılır

Kanama durmazsa ikinci bez ile 5 dakika daha bastırılmaya devam edilir

Pansumanı sabit tutmak için basınçlı bandaj uygulanır

Yaralanma bölgesinde saat, bilezik ve yüzük gibi takılar varsa çıkarın

Kanama durmuyorsa son çare turnike

Şok pozisyonu verilir

Yaşam bulguları 2-3 dakikada bir kontrol edilir.

# İÇ KANAMALARDA İLK YARDIM

## Şok Pozisyonu



H/Y nın durumu değerlendirilir

Üzeri örtülerek şok pozisyonu verilir.

Tıbbi yardım istenir. 112

Asla yiyecek içecek verilmez.

Hareket ettirilmez. (Özellikle kırık varsa.)

Yaşam bulguları incelenir.

Sağlık kuruluşuna sevki sağlanır

# DELİCİ GÖĞÜS YARALANMALARINDA İLK YARDIM



Bilinç değerlendirilir.

Yara üzeri naylon poşet sarılı bir bez ile kapatılır. 3 tarafı bantlanır bir tarafı açık bırakılır.

H/Y a bilinç açıksa yarı oturur pozisyon verilir.

Ağızdan hiçbir şey verilmez

Yaşam bulguları kontrol edilir

Tıbbi yardım sağlanır. 112

# KARIN YARALANMALARINDA İLK YARDIM



Bilinç değerlendirilir.

Dışarı çıkan organlar asla içeri sokulmaz. Geniş nemli bir bez ile örtülür nemli bezin üzerine naylon poşet yada streç film ile desteklenir.

H/Y a bilinç açıksa  
Sırt üstü bacaklar bükülür olarak  
yatırılır pozisyon verilir.

Isı kaybını önlemek için H/Y nın üzeri örtülür.

Ağızdan yiyecek içecek verilmez

Yaşam bulguları kontrol edilir

Tıbbi yardım sağlanır. 112

# ISI İLE OLUŞAN YANIKLARDA İLK YARDIM

Bilinç değerlendirilir.

Yanık bölge en az 20 dk tazyiksiz  
soğuk su ile yıkanır.

Yanan alan genişse suyla yıkanmaz  
ıslak kompres ile soğutma işlemi  
yapılır.

Ödem oluşabileceği için yüzük saat bilezik v.s çıkarılır.

Üzerindeki giysiler yapışan yerler kesilerek çıkarılır.

Su dolu kabarcıklar patlatılmaz. İlaç sürülmez

Isı kaybını önlemek için H/Y nın üzeri örtülür.

Hijyen ve temizliğe dikkat edilir

Tıbbi yardım sağlanır. 112

# KİMYASAL YANIKLARDA İLK YARDIM

Kimyasal maddenin deri ile teması kesilir.

Bölge bol tazyiksiz su ile en az 15-20 dk. yıkanır.

Kimyasal bulaşmış giysiler ve takılar çıkarılır.

Isı kaybını önlemek için H/Y nın üzeri örtülür.

Tıbbi yardım sağlanır. 112

# ELEKTRİK YANIKLARDA İLK YARDIM

H/Y a dokunmadan önce akım kesilir.

H/Y yı eğer herhangi bir tehlike söz konusu değil ise yerinden oynatmayın.

Temiz su kullanarak yanık yaralarını soğutun. Ancak soğutma işlemini sadece elektrik çarpma tehlikesi yoksa yapın ve akımın kapalı olduğundan da kesinlikle emin olun.

Yanığa 10-15 dakika veya yanıkların acı vermesini durdurana kadar su dökün.

Yanık yaralarını temiz pamuklu bir bezle örtün.

Hasta/yaralıyı sıcak tutun, ancak aşırı ısıtmayın

Mümkünse, yanmış olan elleri, bacakları veya ayakları yüksek konumda tutun

Tıbbi yardım sağlanır. 112

# SICAK YORGUNLUĞUNDA İLK YARDIM

Hasta/yaralının serin bir yere taşınmasına yardımcı olun.

Bacaklarını hafifçe kaldırmış bir vaziyette uzanmasını yardım edin.

Hasta/yaralıyı temiz bir bez veya sünger gibi bir malzemeyle silerek ya da serin bir duş almasını sağlayarak soğutun

Bol sıvı tüketmesini sağlayın

Hasta/yaralının dinlenmesini isteyin

112 acil yardım numarasını arayarak ya da aratarak yardım isteyin

Hasta/yaralının nefesini ve bilincini gözlemlemeye devam edin

# SICAK ÇARPMASINDA İLK YARDIM

Hasta/yaralının serin bir yere taşınmasına yardımcı olun

Nefesini ve bilincini kontrol edin

Bacakları hafifçe kaldırılmış bir vaziyette uzanmasına yardım edin

Soğutma işlemi uygulayın . Bol sıvı tüketmesini sağlayın

Hasta/yaralının dinlenmesini isteyin

112 acil yardım numarasını arayarak ya da aratarak yardım isteyin

Hasta/yaralının nefesini ve bilincini gözlemlemeye devam edin

# DONMALARDA İLK YARDIM

H/Y daha sıcak ve kapalı bir yere taşıyarak soğukla temasını kesin

Islak giysileri yavaşça çıkarın. Islak kıyafetleri ılık, kuru kaban, palto, ceket veya battaniye ile değiştirin

Yaralıyı hareket ettirmeyin, donan bölgeye masaj yapmayın

Bilinci yerindeyse yudum yudum olacak şekilde yavaşça ılık, tatlı ve alkolsüz içecekler verin.

Kollar ve bacaklar gibi uzuvları ısıtmaya çalışmayın

Hasta/yaralının sigara içmesine kesinlikle izin vermeyin

Tıbbi yardım sağlanır (112).

# BURKULMADA İLK YARDIM

Burkulan ekleme dolaşımı bozmayacak şekilde bandaj yapılması önerilir

Buzu bir bez veya havluya sarılarak yara yerine 20 dk soğuk uygulayın

Hasta/yaralının hareket etmesine izin vermeyin. Mutlaka dinlenmesini sağlayın

Tıbbi yardım sağlanır

# ÇIKIKLARDA İLK YARDIM

**Eklemleri hareket ettirmeyin. Yardım gelinceye kadar, etkilenen eklemi sabit pozisyonda tutun**

**Yerinden çıkmış bir eklemi hareket ettirmeye veya yerine oturtmaya çalışmayın.**

**Yaralı eklemin üzerine doğrudan cilde temas etmemesi için bir bez veya havluya sararak 20 dakika buz uygulayın**

**Tıbbi yardım sağlanır**

# KIRIKLARDA İLK YARDIM

Kırık olan bölge sabitleninceye kadar yaralıyı hareket ettirmemeye çalışın

Hasta/yaralıya güven verin ve sakinleştirmeye çalışın.

Tespit parmaklar açıkta kalacak şekilde yapılır.

Kırık bölgenin alt ve üstündeki eklemleri de içine alacak şekilde atel yapılır.

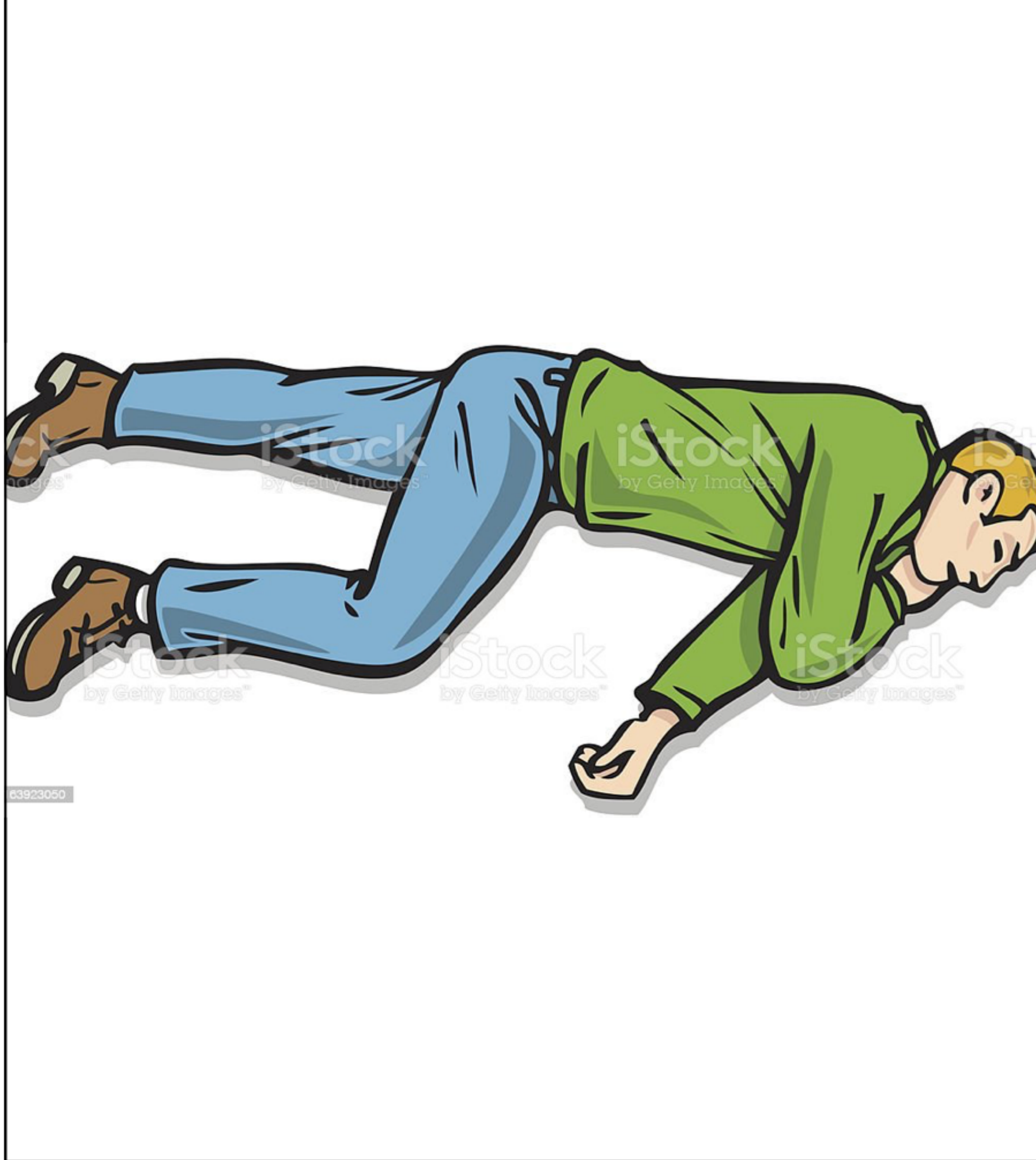
Kırık bölge asla düzeltilmeye çalışılmaz.

Şiddetli bir kanama varsa, kanamanın üzerine bastırın ya da basınçlı bandaj uygulaması yapın

Hasta/yaralıya su dahil kesinlikle herhangi bir yiyecek veya içecek vermeyin

Tıbbi yardım sağlanır (112).

# SARA KRİZİNDE İLK YARDIM



Hasta/yaralının üzerinde ve/veya çevresinde yaralanmasına neden olabilecek eşyalar varsa uzaklaştırın

Kendisine zarar vermemesi için dikkatli olun

Başını çarpmasını engellemek için başın altına yumuşak bir malzeme koyun

Nöbet süresini kaydedin

Hasta/yaralının yardım gelinceye ya da tamamen uyanık hale gelinceye kadar yanından ayrılmayın

Yaşamsal bulgu yoksa tıbbi yardım sağlanır. 112

# SİNDİRİM YOLU İLE ZEHİRLENMELERDE İLK YARDIM



H/Y bilinç değerlendirilir.

Eğer yapılabiliyorsanız zehirli maddenin ne olduğunu saptayın ve sağlık ekiplerine bilgi verin

Eğer zehirli madde ağız yoluyla alındıysa hastaya yiyecek veya içecek bir şey vermeyin. Kusturmaya çalışmayın, kusuyorsa engellemeyin

Eğer hasta/yaralının yaşamsal fonksiyonları bozuksa ve Temel Yaşam Desteği uygulaması gerekiyorsa, kendinizi koruyarak gerekli müdahaleyi yapın

Hastanın bilinci kapalı ancak yaşamsal fonksiyonları normalse hastayı kurtarma (iyileşme, derlenme) pozisyonuna getirin

Tıbbi yardım sağlanır 112- (114 UZEM)

# SOLUNUM YOLU ZEHİRLENMELERİNDE İLK YARDIM



Hasta/yaralıyı temiz havaya çıkarın veya pencere, kapı vs. açarak ortama temiz hava girmesi sağlayın.

Mutlaka maske veya ıslak bir bezle ağzınızı ve burnunuzu kapatın ve ortamdan mümkün olduğunca hızlı şekilde çıkın.

Bilinç açıksa yarı oturur pozisyon verilir.

Bilinç kapalı solunum varsa Kurtarma pozisyonu verilir

Tıbbi yardım sağlanır. 112

# CİLT YOLU İLE ZEHİRLENMELERDE İLK YARDIM

Yaşam bulguları değerlendirilir.

Ellerin zehirli madde ile teması önlenir.

Zehir bulaşmış giysiler çıkarılır.

20 dakika soğuk suyla yıkayın

Tıbbi yardım sağlanır. 112

# ENJEKSİYON YOLU İLE ZEHİRLENMELERDE İLK YARDIM

Yaşam bulguları değerlendirilir.

Mümkünse iğneyi çıkarın.

Tıbbi yardım sağlanır. 112

# GÖZE SIÇRAYAN BİR MADDE İLE ZEHİRLENMELERDE İLK YARDIM

Yaşam bulguları değerlendirilir.

Gözü oda sıcaklığında temiz su ile burun tarafından başlayarak dışa doğru yıkayın

Diğer göze yıkama suyunun kaçmamasına özen göstererek gözü 10 dakika boyunca yıkayın

Tıbbi yardım sağlanır. 112

# KEDİ-KÖPEK VS. HAYVAN ISIRMALARINDA İLK YARDIM

Yaşam bulguları değerlendirilir.

Yarayı 10-15 dakika su ve sabunla yıkayın

Ciddi yaralanma ve kanama varsa basınç yapılarak kanama durdurulur.

Yarayı kuru temiz bir bezle veya bandajla örtün

Tıbbi yardım sağlanır. 112

H/Y tetanoz ve kuduz aşısı için uyarılır.

# ARI SOKMALARINDA İLK YARDIM

Arının iğnesi görünüyorsa kart vb ile sıyrılarak çıkarılır.

Sokma yerini su ve sabun ile yıkayın

Soğuk uygulama yaparak ödem ve zehir emilimini azaltın

Ağız içi sokmalarında, alerji hikâyesi olanlarda ve tüm vücudu ilgilendiren (sistemik) bulgular gösterenlerde hemen 112 acil yardım numarasını arayarak ya da aratarak yardım isteyin

Nefes darlığı, dil, boğaz ve yüzde şişlikle ciddi alerjik bulguları olan hastaların reçete edilmiş ilacı (Epinefrin oto enjektör) varsa hastanın bacağı üzerinden kaslı bir bölgeye uygulayın

# YILAN SOKMALARINDA İLK YARDIM

Isırılan kişinin kanıyla temas etmemeye çalışın

Şişme nedeniyle kan akışını engelleyecek yüzük ve saat gibi takıları ve sıkı giysileri çıkarın

Yarayı temiz bir pamuklu bez veya bandajla örtün.

Isırık yeri kol ve bacaklarda ise yara üstünden dolaşımı engellemeyecek şekilde bandaj uygulayın

Yaralı uzvu hareket ettirmemeye çalışın ve mümkünse atel (tespit) uygulayın

112 acil yardım numarasını arayarak ya da aratarak  
yardım isteyin

Yaşamsal bulguları gözlemleyin

# KENE ISIRIKLARINDA İLK YARDIM

**Keneye asla çıplak elle dokunmayın ve eldiven giyin**

**Keneleri ince cımbız kullanarak (parmaklarla değil) çıkarın, gerekli kan testlerini yaptırtmak için en yakın sağlık kuruluşuna başvurun.**

**Keneyi mümkün olduğu kadar cilde yapıştığı yere en yakın yerden baş kısmından tutarak çok sıkmadan yukarı doğru çekerek çıkartın**

**Kenenin gövdesini sıkmayın, ezmeyin ve patlatmayın**

**Vazelin, alkol, benzin, mazot ve aseton gibi maddeler uygulamayın**

**Kene çıkarmakta güçlük çekerseniz veya keneyi çıkartma işlemini yapamayacağınızı düşünüyorsanız zaman kaybetmeden en yakın sağlık kuruluşuna başvurun**

# ÖRÜMCEK ISIRIKLARINDA İLK YARDIM

Isırılan bölgeyi su ve sabunla yıkayın ve ısırılan bölgeye soğuk uygulaması yapın

Kan dolaşımını engellemeyecek şekilde bandaj uygulayın

Örümceğin ısırıldığı bölgede kızarıklık ve ağrı artışına ilave olarak uyuşukluk başlarsa en yakın sağlık kuruluşuna hastayı yönlendirin

Hastada tüm vücudu ilgilendiren (sistemik) bulgular varsa hemen 112 acil yardım numarasını arayarak ya da aratarak yardım isteyin

# AKREP SOKMALARINDA İLK YARDIM

Hasta/yaralıyı sakinleştirin ve sokmanın olduğu bölgeyi hareket ettirmeyin

Sokulan yeri su ve sabunla nazikçe yıkayın

Sokulan yerin üzerine 15 dakika soğuk uygulama yapın

Kan dolaşımını engellemeyecek şekilde bandaj uygulayın

Sokulan yere kesme veya emme gibi herhangi bir işlem yapmayın

112 acil yardım numarasını arayarak ya da aratarak yardım isteyin

# DENİZANASI SOKMALARINDA İLK YARDIM

Kişinin sokulan bölgeyi ovmasını önleyin

Denizanasının dokunaçlarını çıkarın

Eğer dokunaçlar yapışık durumda ise; bunları kredi kartı gibi düz bir nesne kullanarak kazıyarak çıkarın

Denizanasının türünden emin değilseniz temas bölgesini sadece deniz suyu ile iyice yıkayın, sıcak uygulama yapın

Tatlı su uygulaması yapmayın. Tatlı su nematosistlerdeki zehrin açığa çıkmasına ve daha fazla zehirlenmeye neden olabilir

Ölümcül denizanası olan bölgelerde hemen 112 acil yardım numarasını arayarak ya da aratarak yardım isteyin

# DENİZ CANLILARI SOKMALARINDA İLK YARDIM

Yaralı bölge hareket ettirilmez.

Batan diken varsa görülüyorsa çıkarılır.

Etkilenen bölge ovulmaz.

Sıcak uygulama yapılır.

# BOĞULMALARDA İLK YARDIM

Olay yerinin sizin için güvenli olduğundan emin olun

Tek başına iseniz bağırın veya yardım çağırın ancak hasta/yaralıyı yalnız bırakmayın. Olaya yerindeki bir kişiden 112 acil yardım numarasını araması için yardım isteyin

Eğer hasta sırt üstü değilse, sırt üstü döndürün ve yanına diz çökün, Temel Yaşam Desteğine başlayın

Temel Yaşam Desteğine; hasta/yaralı uyanıncaya, hareket edinceye, gözlerini açıncaya ve normal nefes alma başlayıncaya kadar; yardım (deneyimli sağlık ekibi) gelinceye ve devralıncaya kadar; devam edemeyecek kadar yorgun hale gelinceye kadar devam edin.

Eğer yeterli bir eğitim ve deneyiminiz varsa hasta/yaralıya daha suyun içindeyken solunum desteği verin. Su içindeyken yapılan bu uygulama hasta/yaralının hayatta kalma şansını artırır

Suda boğulmalarda kafatası ve omurga hasarı olabileceğinden hasta/yaralıyı karaya çıkarırken, baş-boyun-gövde eksenini sarsmadan çıkarmaya çalışılır