



T.C.
MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI
DESTEK HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ
İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ
DAİRE BAŞKANLIĞI



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

İLK YARDIM YENİLEME EĞİTİMİNE HOŞ GELDİNİZ.

Sağlık Bakanlığı "İlk Yardım Uygulamaları Beceri Rehberi ve İlk Yardım Eğitim Kitabı" kapsamında düzenlenmiştir. Eylül, 2025.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

BEKLENTİLER

- İlk yardım uygulama değerlendirmelerinde **%85** başarının sağlanması,
- Zamana uyulması,
- Cep telefonunun sessize alınması,
- Isınma oyunlarına ve diğer grup çalışmalarına aktif katılım,
- Eğitim araç gereçlerinin temiz ve düzgün kullanılması.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

GENEL AMAÇ

Katılımcıların; ilk yardım konusunda **bilgi, beceri** ve **tutum** kazanmalarını sağlamak.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

GENEL İLK YARDIM BİLGİLERİ





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

İLK YARDIM

Ani olarak ortaya çıkan hastalık veya yaralanma durumunda; kişinin hayatını korumak, sağlık durumunun kötüleşmesini önlemek ve iyileşmesine destek olmak amacıyla **olay yerindeki mevcut imkânlarla uygulanan hızlı ve etkili müdahalelerdir.**



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

İLK YARDIMCI

Bakanlıkça belirlenen standartlara uygun eğitim alan ve aldığı eğitim çerçevesinde uygulamalar yapabilen, ilk yardımcı yetki belgesine sahip olan kişidir.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

İLK YARDIMCININ ÖZELLİKLERİ

- **Önce kendi can güvenliğini korumalı,**
- **Sakin, kendine güvenli ve pratik olmalı,**
- **Olayı anında ve doğru olarak haber verebilmeli (112'yi aramak/aratmak),**
- **Çevredeki kişileri organize edebilmeli ve onlardan yararlanabilmeli.**





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ACİL DURUM

Sağlık, yaşam, mülk veya çevre için acil risk oluşturan durumları ifade eden ve çoğu zaman kötüleşmeyi önlemek için **acil müdahale gerektiren** durumlardır.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ACİL DURUM İLE BAŞA ÇIKMA

Acil durumun ne olduğu fark edildiğinde aşağıdaki uygulamalar gerçekleştirilir.

1. Olay yerinin güvenli hale getirilmesi (Olay yeri değerlendirme),
2. Hasta/yaralının durumunun değerlendirilmesi,
3. Yardım çağrısı (112 acil yardım numarasının aranması),
4. İlk yardımın sağlanması.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

OLAY YERİNİN GÜVENLİ HALE GETİRİLMESİ

- İlk yardımcı, hasta/yaralıya müdahale etmeden önce olay yerinin; kendisi, hasta/yaralı ve çevredeki insanlar açısından risk taşıyıp taşımadığını mutlaka kontrol etmelidir.
- İlk yardımcı kendi **can güvenliğinin** her zaman önce geldiğini unutmamalıdır.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

OLAY YERİNİN GÜVENLİ HALE GETİRİLMESİ

- Olayın ne olduğu anlamaya çalışın.
- Olay yerinde **trafik, yangın, gaz kaçağı, elektrik kabloları** vb. yönünden bir tehlike olup olmadığını değerlendirin ve risk varsa gerekli önlemleri alın.
- Olay yeri güvenli hale getirilemiyorsa ortamdan uzaklaşın/uzaklaştırın.
- Olay yeri güvensiz veya kendinizi tehlikeye atmadan ilk yardım uygulamak mümkün değilse **112** acil yardım numarasını arayın/aratın.
- Genel bir kural olarak **hasta/yaralı zorda kalmadıkça hareket ettirilmemelidir.**



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

OLAY YERİNİN GÜVENLİ HALE GETİRİLMESİ

Trafik kazasına müdahale ediyorsanız

- Tüm müdahalelerinizi trafik kurallarına uyarak yapın.
- Olay yerinde başka kişiler varsa trafikteki sürücü ve yayaları uyarmalarını isteyin.
- Kazanın ön ve arkasına şehir içi **en az 30 metre**, şehirlerarası ise **en az 150 metre** mesafeye uyarı işaretleri yerleştirin.
- 112'yi arayın/aratın.
- Araçların motorlarını kapatın, el frenlerini çekin.
- Lastiklere takoz benzeri bir engel koyun.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

HASTA/YARALININ DURUMUNUN DEĞERLENDİRİLMESİ

Hasta/yaralının değerlendirilmesi belli bir sırada ve üç adımda yapılmalıdır.

1. Birincil kontrolün gerçekleştirilmesi

Yanıtın (Bilincin) değerlendirilmesi

- Yanıt veren hasta/yaralı
- Yanıt vermeyen hasta/yaralı

2. Tüm vücudun baştan sona yeniden değerlendirilmesi

3. Hasta/yaralının hikâyesinin alınması



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

BİRİNCİL KONTROLÜN GERÇEKLEŞTİRİLMESİ

Birincil kontrol **ilk izlenim** ile başlar ve aşağıdaki sorulara yanıt aranır.

- Kişi hasta mı, yaralı mı?
- Yanıt veriyor mu, vermiyor mu?
- Yeterli nefes alıyor mu? Kişi konuşabiliyorsa nefes alıyordur.
- Kanama belirtileri var mı? İç kanama olasılığını da değerlendirin.
- Kan veya diğer vücut sıvılarına temas etme ihtimali var mı?
- İlk yardımcı, hasta/yaralı veya çevredekiler için tehlike var mı?



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

YANITIN (BİLİNCİN) DEĞERLENDİRİLMESİ

Hasta/yaralı hareketsiz ise hafifçe omuzlarına dokunun ve uyuyan bir kimseyi uyandırabilecek kadar yüksek bir sesle “İyi misiniz?” diye sorun.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

YANIT VEREN HASTA/YARALIDA İZLENECEK ADIMLAR

“İyi misiniz?” sorusuna cevap veren, inleyen veya hareket eden hasta/yaralıyı **yanıtlı** olarak kabul edin.

Yanıt alınmasına rağmen acil durum varlığında veya şüphesinde 112’yi arayarak/aratarak yardım isteyin.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

YANIT VEREN HASTA/YARALIDA İZLENECEK ADIMLAR

- Hasta/yaralının bilinci yerinde ise kendinizi tanıttın ve adını sorun.
- İlk yardım eğitiminizin olduğunu söyleyin.
- Ne yapacağınızı açıklayın ve ilk yardım için rıza alın.
- **Hatırlama yeteneğini değerlendirmek için**
 - Nerede olduğunuzu biliyor musunuz?
 - Bulunduğumuz ay ve yıl nedir?
 - Size ne oldu? gibi sorular sorun.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

YANIT VEREN HASTA/YARALIDA İZLENECEK ADIMLAR

- Gerekli ise 112'yi arayın/aratin.
- Hasta/yaralının hareket ettirilmesinde sakınca yoksa **rahat edebileceği uygun bir pozisyona** getirin.
- Kanama varlığını ve ciddiyetini değerlendirin.
- Solunumu değerlendirin. Anormal solunum seslerini (hırıltılı solunum) ve solunum hızını kontrol edin.
- Gerekli ise hasta/yaralıya derlenme pozisyonu verin.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

YANIT VERMEYEN HASTA/YARALIDA İZLENECEK ADIMLAR

“İyi misiniz?” sorusuna cevap vermeyen, inlemeyen veya hareket etmeyen hasta/yaralıyı **yanıtsız** olarak kabul edin.

- 112 arayın/aratin.
- Solunumu değerlendirmek için hasta/yaralının **göğsüne bakarak yükselme ve alçalma hareketlerini** kontrol edin.
- Solunum varsa derlenme pozisyonu verin.
- Solunum yoksa zaman kaybetmeden temel yaşam desteğine başlayın.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

TÜM VÜCUDUN BAŞTAN SONA YENİDEN DEĞERLENDİRİLMESİ

Birincil kontrolü takiben hasta/yaralının tüm vücudu baştan sona yeniden değerlendirilmeli ve hayatı tehdit eden bir durum saptanması durumunda hemen gerekli ilk yardım uygulamaları yapılmalıdır.

Baş-boyun yaralanması olan bir kişinin aksi kanıtlanmadıkça omurga yaralanması olduğu da varsayılmalıdır.

Yaralanmanın ciddi olduğunu düşündüren bilgiler dikkate alınmalı ve 112 aranmalı/aratılmalıdır.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

HASTA/YARALININ HİKÂYESİNİN ALINMASI

Yaralanma nedenini belirlemek için, hasta/yaralıdan neler olduğunu ayrıntılı olarak açıklamasını isteyin.

Hasta/yaralıya

- “Sorun nedir?”,
- “Size ne oldu? ”,
- “Herhangi bir yerin incindi mi?” sorularını sorun.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

112 ACİL YARDIM NUMARASININ ARANMASI

112 acil yardım numarası aşağıdaki sorulardan herhangi birinin yanıtı “evet” ise veya cevap şüpheliyse aranmalıdır.

- Durum yaşamı tehdit ediyor mu?
- Durum daha da kötüleşebilir mi?
- Hasta/yaralının hareket ettirilmesi daha fazla yaralanmaya neden olur mu?





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

112'NİN ARANMASININ ÖNERİLDİĞİ KOŞULLAR

Yaralanmanın ciddi olduğunu düşündüren durumlar

- Kişinin boyunun 3 katından daha yüksekten düşmesi,
- Yüksekten baş üstü düşmesi,
- Araç çarpışmalarında fırlama, motosiklet vb. ile çarpışma,
- Aynı araçta nefes alamayan kişinin olduğu çarpışmalar,
- Aracın yayalara çarpması,
- Bilinç değişikliğine neden olan baş yaralanmaları,
- Baş, göğüs veya karın yaralanmaları,





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

112'NİN ARANMASININ ÖNERİLDİĞİ KOŞULLAR

- Dinlenmekle düzelmeyen nefes almada zorluk,
- Ani ve/veya şiddetli göğüs veya sırt ağrısı,
- Nefes darlığı veya bayılma hissi ile ilişkili çarpıntı,
- Denge kaybı, bulanık görme, yüzde simetri kaybı, kollarda güçsüzlük, konuşma güçlüğü ya da bozukluğu,
- Bayılma veya yanıt vermeme, bilinç bozukluğu,
- Ani, şiddetli baş dönmesi,





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

112'NİN ARANMASININ ÖNERİLDİĞİ KOŞULLAR

- Zihinsel durum değişiklikleri, olağan dışı davranışlar veya yürüme güçlüğü,
- Ani körlük veya görme değişiklikleri,
- Doğrudan bası ile durmayacak bir yaranın kanaması,
- Alerjik reaksiyona bağlı nefes almada zorluk,
- Açık kemik kırıkları,
- Suda boğulma,
- Büyük yanık yarası,





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

112'NİN ARANMASININ ÖNERİLDİĞİ KOŞULLAR

- Vücut sıcaklığındaki normal olmayan değişimler,
- Zehirlenme veya aşırı doz ilaç alımı,
- Ani veya şiddetli ağrı,
- Şiddetli veya tekrarlayan kusma ya da ishal,
- Öksürme veya kusma ile ilişkili kanama,
- Kendine veya başkasına zarar vermek gibi davranışsal acil durumlar.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

112'NİN ARANMASINDA DİKKAT EDİLECEK NOKTALAR

- Sakin ve net bir şekilde konuşun.
- Öncelikle kendinizi tanıtın.
- Olayın ne olduğuna dair bir açıklama yapın.
- Yardıma ihtiyacı olan **hasta/yaralı sayısı** ve özel koşulları söyleyin.
- Hasta/yaralının durumunu açıklayın ve yapmış olduğunuz ilk yardım uygulamalarını söyleyin.
- Adres (konum) bilgisini olay yerini tam olarak belirtecek şekilde verin.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

İLK YARDIMIN SAĞLANMASI

- Hasta/yaralıya ismi ile hitap edin, nasıl yardım edeceğinizi açıklayıp güven verin.
- Hasta/yaralıyı dinleyin.
- Ne olduğunu ve neler olabileceğini açıklayın.
- Ağır yaralı, bulantı hissi, uykuya meyil ve bilinç kaybı varsa **kesinlikle yiyecek, içecek vermeyin.**
- Soğuktan ve aşırı sıcaktan koruyun.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

DERLENME POZİSYONU (KURTARMA, SABİT YAN YATIŞ)

Bilinci kapalı ve nefes alan hasta/yaralıya derlenme pozisyonu verilir.

Bilinci kapalı hasta/yaralıda kaslar gevşer, dil hava yolunun tıkanmasına neden olabilir. Hasta/yaralının derlenme pozisyonuna getirilmesi ile hava yolu açıklığı sağlanır, kan veya kusma nedenli boğulma riski de önlenmiş olur.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

YETİŞKİN VE ÇOCUKTA DERLENME POZİSYONU UYGULAMASI

- Hasta/yaralı ve kendi güvenliğinizi sağlayın.
- Hasta/yaralının bilinci kapalı ancak normal nefes alabildiğinden emin olun.
- 112 acil yardım numarasını arayın ya da aratarak yardım isteyin.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

YETİŞKİN VE ÇOCUKTA DERLENME POZİSYONU UYGULAMASI

- Hasta/yaralıyı yere yatırın.
- Çevrilmek istenilen tarafına diz çökün.
- Her iki bacağının da uzanmış olduğundan emin olun.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

YETİŞKİN VE ÇOCUKTA DERLENME POZİSYONU UYGULAMASI

- Hasta/yaralının diz çöktüğünüz taraftaki kolunu vücuduna dik açı yapacak şekilde yerleştirin.
- Ön kolunu ise avuç içi yukarı bakacak şekilde yukarı doğru bükün.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

YETİŞKİN VE ÇOCUKTA DERLENME POZİSYONU UYGULAMASI

- Diğer kolunu göğsünün üzerine, elini ise el arkası diz çöktüğünüz taraftaki yanakta olacak şekilde yerleştirin ve bir eliniz ile bu konumda tutun.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

YETİŞKİN VE ÇOCUKTA DERLENME POZİSYONU UYGULAMASI

- Diğer serbest elinizle, hasta/yaralının vücudunun diğer tarafındaki bacağını diz seviyesinden tutarak ve ayak yerde kalacak şekilde bükerek kaldırın.
- Bükülerek kaldırılan bu bacağı kendinize doğru çekerek hasta/yaralıyı döndürün.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

YETİŞKİN VE ÇOCUKTA DERLENME POZİSYONU UYGULAMASI

- Hasta/yaralının üst bacağı kalça ve diz dik açılarda olacak şekilde yerleştirin.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

YETİŞKİN VE ÇOCUKTA DERLENME POZİSYONU UYGULAMASI

- Hava yolunu açık tutmak için hasta/yaralının kafasını arkaya doğru eğin.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

YETİŞKİN VE ÇOCUKTA DERLENME POZİSYONU UYGULAMASI

- Hasta/yaralıyı gözlemlemeye ve solunumunu izlemeye devam edin.
- Solunumu durursa temel yaşam desteğine başlayın.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

BEBEKLERDE DERLENME POZİSYONU

Bebegi başı aşağı bakacak şekilde kollarınızın arasına alın.



T.C. MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

VÜCUT SİSTEMLERİ

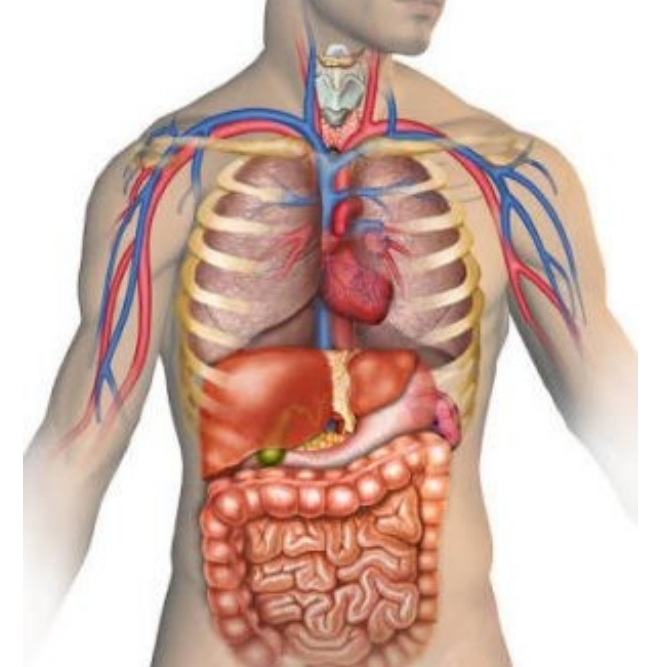




MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

İNSAN VÜCUDUNU OLUŞTURAN SİSTEMLER

- Dolaşım sistemi,
- Solunum sistemi,
- Sinir sistemi,
- Kas-iskelet sistemi,
- Sindirim sistemi,
- Boşaltım sistemi,
- Cilt.



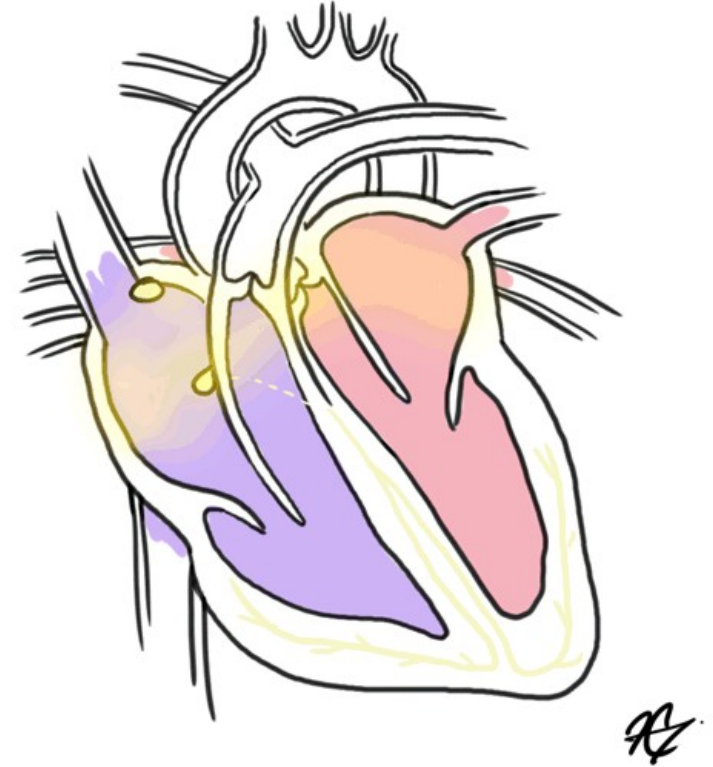


MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

DOLAŞIM SİSTEMİ

Sistemde yer alan yapılar

- Kalp,
- Damarlar,
 - Atardamar
 - Toplardamar
 - Kılcal damarlar
- Kan.

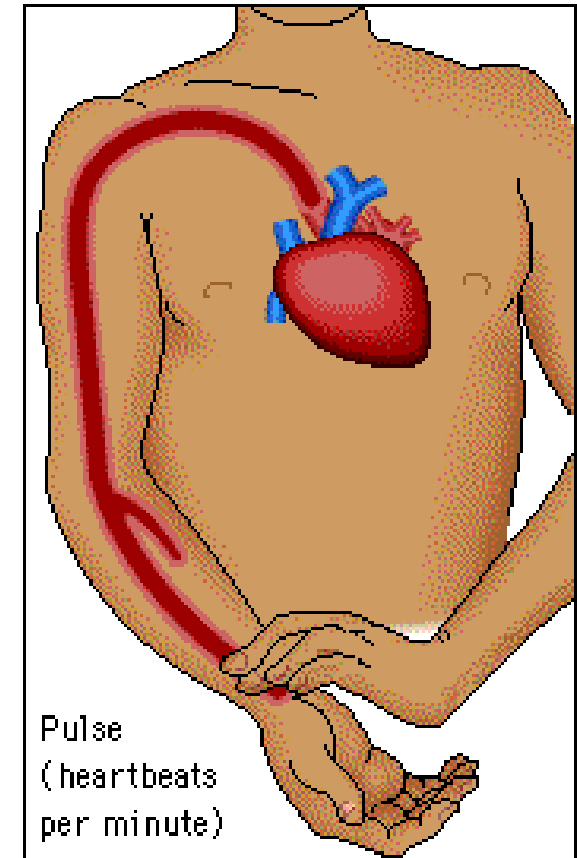




MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

DOLAŞIM SİSTEMİ

Kalp göğüs kafesinin ortasında bulunur. Yerleşim olarak kalbin önünde göğüs kemiği arkasında omurga yer alır.



Pulse
(heartbeats
per minute)

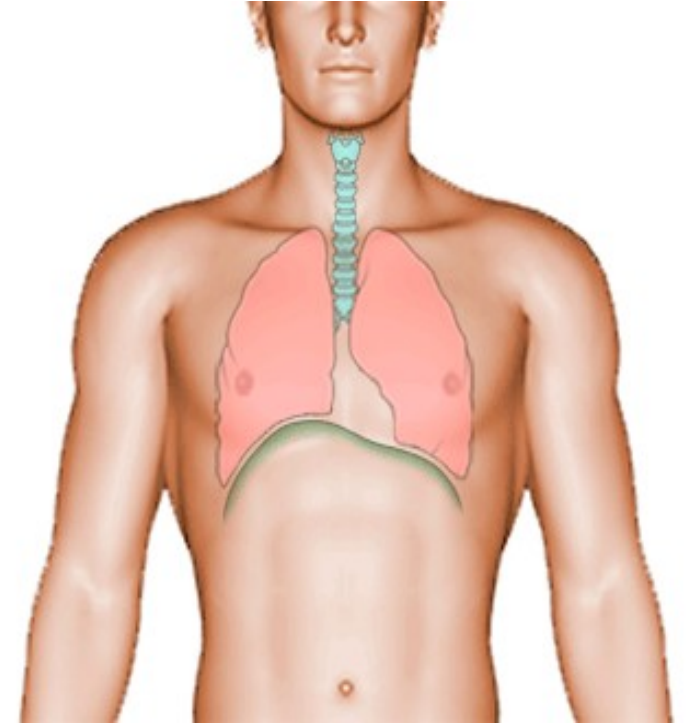


MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

SOLUNUM SİSTEMİ

Sistemde yer alan yapılar

- Solunum yolları,
- Akciğerler.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

SİNİR SİSTEMİ

Sistemde yer alan yapılar

- Beyin,
- Omurilik.

Beyin oksijensizliğe herhangi bir hasarlanma olmadan en fazla **4-6 dakika** dayanabilir.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

KAS-İSKELET SİSTEMİ

Sistemde yer alan yapılar

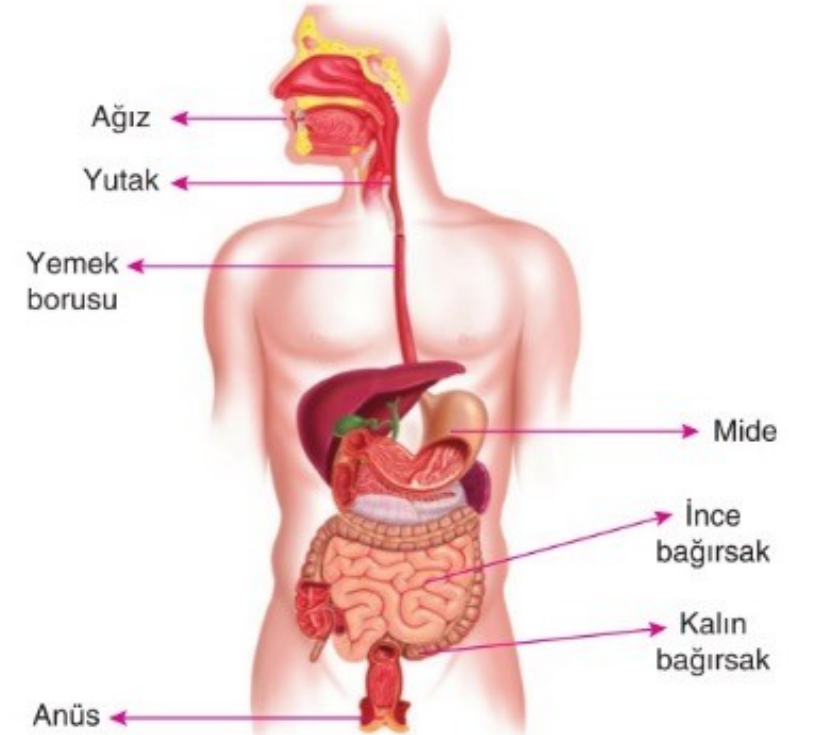
- Kemikler,
- Kaslar,
- Bağlar,
- Eklemler.



SİNDİRİM SİSTEMİ

Sistemde yer alan yapılar

- Ağız,
- Yutak,
- Yemek borusu,
- Mide,
- Bağırsaklar,
- Pankreas,
- Karaciğer.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

BOŞALTIM SİSTEMİ

Sistemde yer alan yapılar

- Böbrekler,
- İdrar kanalları,
- İdrar torbası.

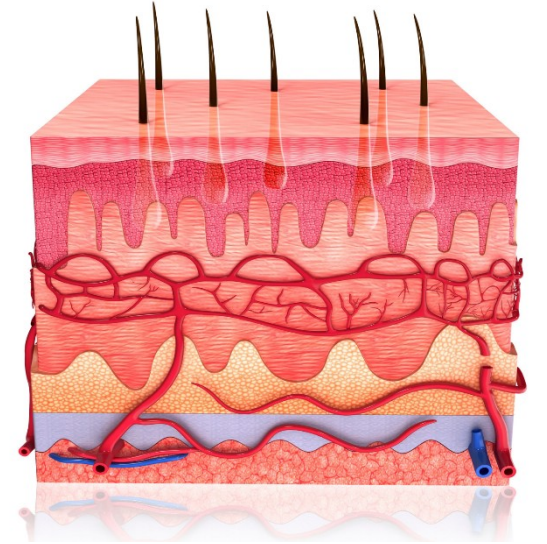




MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

CİLT

Derin dokuları yaralanmalardan, mikroplardan korur ve ısı kaybını önler. Terleme yolu ile sıvı ve tuz dengesinin korunmasına da yardımcı olur.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ACİL TAŞIMA TEKNİKLERİ





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

NAKİL SIRASINDA UYULMASI GEREKEN TEMEL KURALLAR

- İlk yardımcı gereksiz zorlama ve yaralanmalardan kaçınmalı kendi güvenliğini riske atmamalıdır. Öncelikle yardım istemeli ve ekip halinde hareket etmelidir.
- **Gerekli olmadığı sürece hasta/yaralı hareket ettirilmemelidir.**
- Hasta/yaralı ekip halinde taşınıyorsa baş-boyun-gövde eksenini esas alınarak en az altı destek noktasından kavranmalıdır.



T.C. MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ARAÇ İÇERİSİNDEKİ HASTA/YARALININ TAŞINMASI (RENTEK MANEVRASI)

Patlama, yangın ya da solunumun durması gibi hayati tehdit oluşturan bir durum söz konusu ise araç içerisindeki hasta/yaralının özellikle **omurgasını koruyarak** tahliye edilmesini sağlayan yöntemdir.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

RENTEK MANEVRASI

- Hasta/yaralı ve kendi güvenliğinizi sağlayın.
- Kazaya karışan araçlar çalışmıyor olsa bile **kontağını kapatın** ve hareket etmelerini önlemek için **el frenini** çekin.
- Lastiklere takoz gibi bir engel koyun.
- Olay yerinde sigara içilmesine izin vermeyin.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

RENTEK MANEVRASI

- Hasta/yaralının omuzlarına hafifçe dokunarak “İyi misiniz?” diye sorarak bilinç değerlendirmesi yapın.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

RENTEK MANEVRASI

- Ortamda başka birileri varsa **112**'yi aramalarını isteyin yoksa kendiniz arayın.
- **Göğüs hareketlerini gözlemleyerek** hasta/yaralının nefes alıp almadığı kontrol edin.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

RENTEK MANEVRASI

- Hasta/yaralının **ayaklarının pedala sıkışmadığından** emin olun ve **emniyet kemerini** açın.
- Hasta/yaralıya hafif hareketlerle yan tarafından yaklaşın.
- Hasta/yaralının dış taraftaki elini diğer koltuk altından geçirin. Mümkünse diğer eli de pantolon veya kemerinin içine yerleştirin.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

RENTEK MANEVRASI

- Bir elinizi hasta/yaralının koltuk altından geçirin ve çenesini kavrayın. Yanağınızı hasta/yaralının yanağına dayayarak destek alın. Diğer elinizi de hasta/yaralının uzakta olan koltuk altından geçirerek elini kavrayın.
- Hasta/yaralıyı **baş-boyun ve omurga hizasını bozmadan aynı düzlem üzerinde araçtan dışarı çekin.**
- Hasta/yaralıyı yavaşça yere veya sedyeye yerleştirin.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

TEK KİŞİLİK TAŞIMA TEKNİKLERİ



Sürükleme Yöntemi



**Kucakta Taşıma
(Önde Beşik Yöntemi)**



**Omuzdan Destek Alarak Taşıma
(Yan Koltuk Desteği)**



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

TEK KİŞİLİK TAŞIMA TEKNİKLERİ



Sırtta Taşıma
(Denk Kayışı)



Omuzda Taşıma
(İtfaiyeci Yöntemi)



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

BİRDEN FAZLA KİŞİ İLE YAPILAN TAŞIMA TEKNİKLERİ

İki Kişi ile Ellerin Üzerinde Taşıma (Altın Beşik Yöntemi)



İki Elle



Üç Elle



Dört Elle



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

BİRDEN FAZLA KİŞİ İLE YAPILAN TAŞIMA TEKNİKLERİ



Sandalye ile Taşıma



**Kollar ve Bacaklardan Tutarak Taşıma
(Teskereci Yöntemi)**



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

HASTA/YARALININ SEDYEYE AKTARILMASI



Kaşık Tekniği



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

HASTA/YARALININ SEDYEYE AKTARILMASI



Köprü Tekniği



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

HASTA/YARALININ SEDYEYE AKTARILMASI



Karşılıklı Durarak Kaldırma



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

HASTA/YARALININ SEDYEYE AKTARILMASI



Kütük Yuvarlama Tekniği



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

HASTA/YARALININ SEDYEYE AKTARILMASI



Kütük Yuvarlama Tekniği



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

SEDYENİN İKİ-DÖRT İLK YARDIMCI TARAFINDAN TAŞINMASI



T.C. MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI



T.C. MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

SEDYE İLE TAŞIMA YÖNTEMİ



Bir Battaniye ve İki Kirişle Geçici Sedye Oluşturma



Bir Battaniye ile Geçici Sedye Oluşturma



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

OTOMATİK EKSTERNAL DEFİBRİLATÖR (OED)





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

OED

- OED, bir defibrilatör türüdür ve defibrilatörler **kalbe şok uygulaması yapmaya yarayan** cihazlardır.
- OED, ani kalp durması sırasında göğse yapıştırılan pedler (elektrotlar) vasıtası ile kalbe şok verilmesini sağlayan hafif, kullanımı kolay ve taşınabilir bir cihazdır.
- Bu cihazlar OED kullanımını kapsayan ilk yardım eğitimi almış herkes tarafından kullanılabilir.



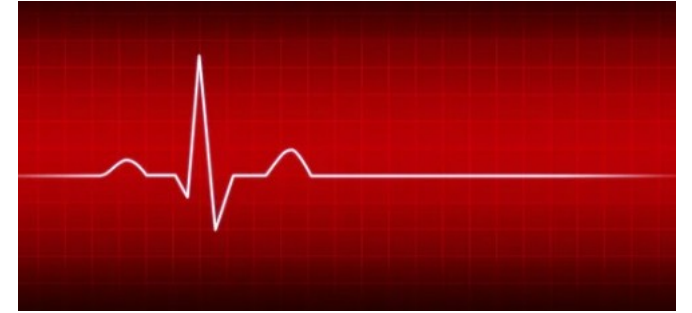


MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

OED

Ani kalp durması; kalpte aniden ortaya çıkan işlev bozukluğunda ve kalp beklenmedik bir şekilde atmayı bıraktığında ortaya çıkar. Birkaç dakika içinde tedavi edilmediği takdirde hızla ölüme yol açar.

Kalbin hızlı bir şekilde bu durumdan kurtarılması için kalbe şok uygulanması gerekir. Ani kalp durmasından sonraki 3-5 dakika içinde uygulanabilen şok, sağ kalıma % 50-70 oranında olumlu katkı sağlar.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

OED ÇEŞİTLERİ

➤ Tam otomatik OED

Kalpdeki düzensiz ritmi tanıyan ve şok uygulaması için ilk yardımcının herhangi bir düğmeye basmasına gerek olmayan cihazlardır.

➤ Yarı otomatik OED

Kalpdeki düzensiz ritmi tanıyan ve şok uygulaması için ilk yardımcının cihaz üzerindeki şok düğmesine basması gereken cihazlardır.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

OED KULLANILAN DURUMLAR

OED kullanımı “Temel Yaşam Desteği” uygulaması içerisinde yer alır ve hayatı tehdit eden kalp ritimlerinin geri döndürülmesinde kullanılır.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

OED KULLANIMI SIRASINDA DİKKAT EDİLMESİ GEREKEN GENEL İLKELER

- OED hasta/yaralının **solunumunu** değerlendirmez.
- Olay yeri değerlendirilmeli ve güvenlik önlemleri alınmalıdır.
- Pedlerin yapışacağı bölgenin **kuru** olması gerekir. Hasta/yaralının göğsünde ıslaklık varsa pedler yerleştirilmeden önce göğüs kurulanmalıdır.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

OED KULLANIMI SIRASINDA DİKKAT EDİLMESİ GEREKEN GENEL İLKELER

- Hastanın göğsünün kılıklı olması, boyun ve/veya göğüste takı vb. şeylerin bulunması pedlerin iletiminde sorun yaratır. Bu durumlarda cihazın yanında bulunan ilk yardım kiti içerisindeki makas, eldiven, tıraş bıçağı vb. malzemeler kullanılabilir.
- Takı ve benzerleri ayrı bir poşet içerisinde muhafaza edilmelidir.

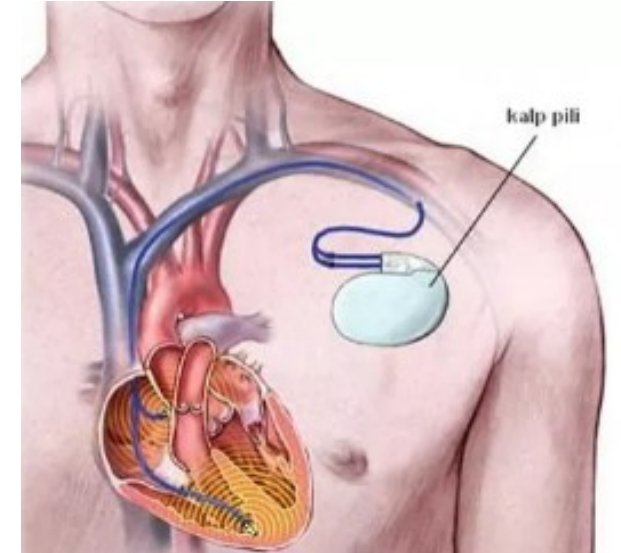




MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

OED KULLANIMI SIRASINDA DİKKAT EDİLMESİ GEREKEN GENEL İLKELER

- Pedlerin yapıştırılacağı bölgede **açık yara** varsa pedler yara üzerine yapıştırılmamalıdır. Ayrıca göğüs bölgesinde yapıştırılmış ilaç bantları varsa öncelikle bantlar çıkartılmalı ve sonra pedler yapıştırılmalıdır.
- **Gebeler ve kalp pili** olduğu bilinen hastalarda OED kullanılabilir. Ped kalp pili üzerine yapıştırılmamalı, 2,5 cm uzağına yapıştırılmalıdır.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

OED KULLANIMI SIRASINDA DİKKAT EDİLMESİ GEREKEN GENEL İLKELER

- OED, kalp ritmi analizi yaparken ve şok verirken hasta/yaralıya dokunulmamalıdır.
- İlk yardımcı, aynı zamanda hasta/yaralıya dokunulmaması gerektiğini çevredekilere yüksek sesle söylemelidir.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

OED KULLANIMI SIRASINDA DİKKAT EDİLMESİ GEREKEN GENEL İLKELER

- OED ve “Temel Yaşam Desteği” uygulamasından sonra yaşam belirtisi gösteren hasta/yaralıya **derlenme pozisyonu** verilmelidir.
- **Kesinlikle OED kapatılmamalı ve pedler çıkartılmamalıdır.** Bu şekilde cihaz analiz yapmaya devam edecek ve ilk yardımcısı sesli ve/veya görsel komutlar ile yönlendirebilecektir.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

OED KULLANILMAMASI GEREKEN DURUMLAR

- OED; yağmur altında, ıslak ve metal zeminde olan hasta/yaralıya uygulanmamalıdır. Bu durumda hasta/yaralı kuru bir zemine çekilerek, göğüs kafesi kurulandıktan sonra pedlerin ve göğüs kafesinin tekrar ıslanmaması sağlanabiliyorsa kullanılmalıdır.
- Yangın ve patlama tehlikesi olan **yanıcı gazların bulunduğu ve yoğun oksijenin olduğu ortamlarda** kullanılmamalıdır. Bunun yanı sıra sürekli oksijen verilen bir hastada müdahale sırasında oksijen kaynağı kesilmeli veya uzaklaştırılmalıdır.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

YETİŞKİNLERDE OED UYGULAMASI

- OED'yi hasta/yaralının yanına uygun şekilde (yatay konumda) yerleştirin.
- OED kapağı açıldığında otomatik olarak açılan bir model değilse açma düğmesine basarak cihazı çalıştırın.
- Cihazın yaptığı sesli ve/veya görsel komutları takip ederek yetişkin hasta pedlerini paketinden çıkarın.
- Pedler OED'ye takılı değil ise takın.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

YETİŞKİNLERDE OED UYGULAMASI

- Pedler göğsün neresine yerleştirilmesi gerektiğini gösteren bir şema ile birlikte gelir. Buna göre; **pedlerden birini göğüs kemiğinin sağına, köprücük kemiğinin hemen altına ve sağ meme başının üstüne, diğer pedi ise göğsün sol tarafına, meme başının soluna ve alt kaburga sınırının üzerine yerleştirin.**





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

YETİŞKİNLERDE OED UYGULAMASI

- **İki ilk yardımcı varsa** biri göğse pedleri yerleştirirken diğeri TYD uygulamasına devam etmelidir.
- Pedlerin hasta/yaralının göğsünde **birbirine değmediğinden** emin olun.
- Pedleri çıplak göğse **sıkıca yapıştırın**.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

YETİŞKİNLERDE OED UYGULAMASI

- OED kalp ritmini analiz ederken hasta/yaralıya **dokunmayın ve kimsenin dokunmasına izin vermeyin.** Bununla ilişkili olarak cihazın sesli yönlendirmesi size komut verecektir.
- Çevredekileri hasta/yaralıya dokunmamaları için yüksek sesle uyarın.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

YETİŞKİNLERDE OED UYGULAMASI

- **Şok verilecek ise**
 - Hasta/yaralıya dokunmayın ve kimsenin de dokunmasına izin vermeyin. Bununla ilişkili olarak cihaz size komut verecektir.
 - Çevredekileri hasta/yaralıya dokunmamaları için yüksek sesle tekrar uyarın ve hiç kimsenin hastaya dokunmadığından emin olun.
 - OED tam otomatik ise şoku kendisi verir, yarı otomatik ise sizin bir düğmeye basmanız istenir. Cihazın yönlendirmelerini takip edin.
 - Şok sonrası temel yaşam desteğine başlayın.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

YETİŞKİNLERDE OED UYGULAMASI

- **Şok gerekli değil ise**
 - Cihazın sesli yönlendirmelerini takip edin. TYD'ye başlayın.
 - OED ve temel yaşam desteği uygulamasından sonra yaşam belirtisi (hareket, öksürük veya normal soluk alıp verme, gözlerin açılması gibi) gösteren hasta/yaralıya derlenme pozisyonu verin.
 - **Kesinlikle cihazı kapatmayın ve pedleri çıkarmayın.** Bu şekilde cihaz analiz yapmaya devam edecek ve ilk yardımcıyı sesli ve/veya görsel komutlar ile yönlendirebilecektir.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ÇOCUK (1-8 YAŞ ARASI) VE BEBEKLERDE (29 GÜN-1 YAŞ ARASI) OED UYGULAMASI

OED ve ped seçimini doğru yapın.

- Sekiz yaşından büyük çocuklarda standart yetişkin OED'ler ve pedler kullanın.
- 1-8 yaş arası çocuklarda pediatrik pedler ve çocuk özelliği olan OED kullanılır. Yoksa yetişkin OED ve pedler kullanılabilir.
- OED'yi hastanın yanına uygun şekilde, yatay konumda yerleştirin.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ÇOCUK VE BEBEKLERDE OED UYGULAMASI

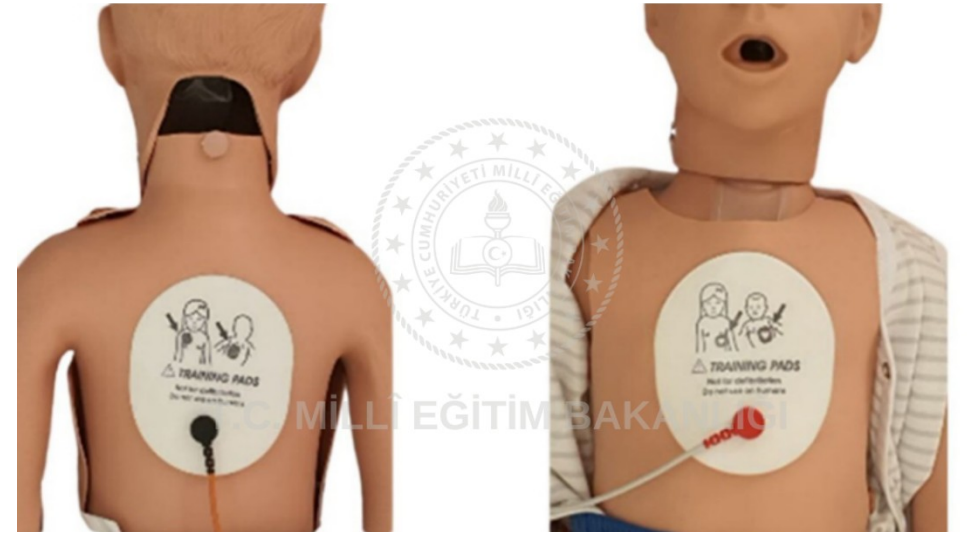
- OED cihazını çalıştırın.
- OED'nin yaptığı sesli ve/veya görsel komutları takip ederek pedleri paketinden çıkarın.
- Pedler OED'ye takılı değil ise takın.
- Pedler göğsün neresine yerleştirilmesi gerektiğini gösteren bir şema ile birlikte gelir. Çocuk 8 yaşın üzerinde ise pedlerden birini göğüs kemiğinin sağına, köprücük kemiğinin hemen altına ve sağ meme başının üstüne, diğer pedi ise göğsün sol tarafına, meme başının soluna ve alt kaburga sınırının üzerine yerleştirin.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ÇOCUK VE BEBEKLERDE OED UYGULAMASI

- Çocuk 8 yaşın altında ve pedler çok büyükse birbirine değme riski varsa **ön-arka pozisyonu** kullanın. Pedlerden birini üst arkaya (kürek kemikleri arasına) ve diğer pedi ise göğsün ön kısmına yerleştirin (mümkünse hafifçe sola).





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ÇOCUK VE BEBEKLERDE OED UYGULAMASI

- **İki ilk yardımcı varsa** birisi göğse pedleri yerleştirirken diğeri “Temel Yaşam Desteği” uygulamasına devam etmelidir.
- Pedlerin çocuğun göğsünde birbirine değmediğinden emin olun.
- Pedleri çıplak göğse sıkıca yapıştırın.
- OED kalp ritmini analiz ederken hasta/yaralıya dokunmayın ve kimsenin de dokunmasına izin vermeyin. Bununla ilişkili olarak cihazın sesli yönlendirmesi size komut verecektir. Çevredekileri çocuğa dokunmamaları için yüksek sesle uyarın.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ÇOCUK VE BEBEKLERDE OED UYGULAMASI

➤ Şok verilecek ise

- Çocuğa dokunmayın ve kimsenin de dokunmasına izin vermeyin. Bununla ilişkili olarak cihaz size komut verecektir. Çevredekileri çocuğa dokunmamaları için yüksek sesle tekrar uyarın ve hiç kimsenin hastaya dokunmadığından emin olun.
- OED tam otomatik ise şoku kendisi verir, yarı otomatik ise sizin bir düğmeye basmanız istenir. Cihazın yönlendirmelerini takip edin.
- Şok sonrası “Temel Yaşam Desteğine” başlayın.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ÇOCUK VE BEBEKLERDE OED UYGULAMASI

- **Şok gerekli değil ise**
 - Cihazın sesli yönlendirmelerini takip edin.
 - “Temel Yaşam Desteğine” başlayın.
 - OED ve Temel Yaşam Desteği uygulamasından sonra yaşam belirtisi (bebekler ve çocuklar için; hareket, öksürük veya normal soluk alıp verme, gözlerin açılması gibi) gösteren bebek/çocuğa derlenme pozisyonu verin. Kesinlikle cihazı kapatmayın ve pedleri çıkarmayın. Bu şekilde cihaz analiz yapmaya devam edecek ve ilk yardımcıyı sesli ve/veya görsel komutlar ile yönlendirebilecektir.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

TEMEL YAŞAM DESTEĞİ (TVR)





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

TANIMLAR

- **Yenidoğan bebek:** Yenidoğmuş-28 gün arasındaki bebek,
- **Bebek:** 29 gün-1 yaş arasındaki bebek,
- **Çocuk:** 1 yaş-ergenlik dönemi arası çocuk,
- **Ergenlikteki çocuk:** Kızlarda meme gelişimi, erkeklerde koltuk altı kıllanması olan çocuk,
- **Erişkin:** Ergenlik bulguları olan ve sonrası yaş grubu.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

TEMEL YAŞAM DESTEĞİ

Erişkinlerde ani kalp durmasında **kalp kaynaklı** nedenler ilk sırada yer alır.

Çocuklarda ise kalp durmasının en sık nedeni **oksijen kullanımının aksamasına** (oksijensiz kalma veya kan oksijen seviyesinin düşmesi) yol açan nedenlerdir. Ancak çocuklarda kalp durmasının kalp kaynaklı da olabileceği unutulmamalıdır.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

TEMEL YAŞAM DESTEĞİ

Kan akımının durmasından sonraki ilk 4-6 dakika önemlidir. Çünkü bu süre aşıldıktan sonra beyinde geri dönüşümsüz hasarlanmalar meydana gelmeye başlar.

Kalp durmasında başta beyin olmak üzere diğer **hayati organlardaki kan dolaşımının sağlanması için** temel yaşam desteği ve OED kullanımına mümkün olan en erken dönemde başlanması kişinin sağlıklı bir birey olarak hayatta kalma şansını artırır.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

YAŞAM ZİNCİRİ





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

YAŞAM ZİNCİRİ

- Ani kalp durmasının hızlıca tanınması ve **112**'nin aranması,
- Erken dönemde **göğüs basısına** başlanması,
- **OED** ile erken dönemde defibrilasyon yapılmasını içerir.

Yaşam zincirindeki her halka son derece önemli ve gereklidir.

Halkaların herhangi birinde olan eksiklik veya gecikme temel yaşam desteği başarısını azaltarak hastanın hayatta kalma şansını azaltır.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ERİŞKİNLERDE TYD UYGULAMASI

Güvenlik

- Hasta/yaralı ve kendi güvenliğinizi sağlayın.
- Gerekli ve mümkünse uygulama başlamadan önce hasta/yaralıyı güvenli bir alana taşıyın.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ERİŞKİNLERDE TYD UYGULAMASI

Yanıtın (Bilincin) değerlendirilmesi ve 112'nin aranması

- Hasta/yaralının omuzlarına hafifçe dokunup yüksek sesle “İyi misiniz?” diye sorarak yanıtı kontrol edin.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ERİŞKİNLERDE TYD UYGULAMASI

Hasta/yaralı yanıtlı (bilinci yerinde) ise

- Hasta/yaralının bilinci açık, konuşabiliyor ve hareket edebiliyorsa 112'yi arayın/aratın.
- Arama sırasında mümkünse telefonunuzun hoparlörünü açarak telefondaki sağlık görevlisinin direktiflerini dinleyin.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ERİŞKİNLERDE TYD UYGULAMASI

- Hasta/yaralının yanına diz çökün.
- Hasta/yaralının boyun ve göğsünü saran **sıkı giysileri gevşetin.**
- 112 acil yardım ekibi gelinceye kadar tehlike yaratmadığı müddetçe hasta/yaralıyı bulunduğu pozisyonda bırakın ve düzenli aralıkla kontrol edin.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ERİŞKİNLERDE TYD UYGULAMASI

**Hasta/yaralı yanıtız (bilinci yerinde değil) ise
Tek başınıza iseniz**

- Hemen etrafınıza seslenin ve yardım isteyin.
- Yardım çağrınıza karşılık veren birisi olursa 112'yi aramasını ve OED cihazını getirmesini isteyin.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ERİŞKİNLERDE TYD UYGULAMASI

- Yardım çağrınıza karşılık veren birisi yoksa 112'yi kendiniz arayın.
- Arama sırasında mümkünse telefonunuzun hoparlörünü açarak telefondaki sağlık görevlisinin direktiflerini dinleyin.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ERİŞKİNLERDE TYD UYGULAMASI

Hasta/yaralı yanıtız ve iki veya daha fazla ilk yardımcı varsa

- İlk yardımcılarından biri hasta/yaralıya yardım ederken ikincisi 112'yi arar ve OED cihazını getirir.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ERİŞKİNLERDE TYD UYGULAMASI

Hava yolu açıklığının değerlendirilmesi

- Hasta/yaralının ağız içini kontrol edin.
- **Görünen bir yabancı cisim varsa** katı bir cisimse ve çıkarabileceğinizden emin iseniz parmak süpürme hareketi ile tek hamlede çıkarmaya çalışın.
- Emin değilseniz dokunmayın ve kesinlikle arkaya doğru itmeyin. Rastgele parmak süpürme hareketini kullanmaktan kaçının.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ERİŞKİNLERDE TYD UYGULAMASI

- Hava yolu açıklığını **baş geri-çene yukarı pozisyonu** ile; bir elinizle başın alın bölgesini hafifçe geriye iterken, diğer elinizle işaret ve orta parmaklarınızı kullanarak çeneyi yukarı kaldırarak sağlayın.
- Çene altındaki yumuşak dokuya basınç uygulamayın.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ERİŞKİNLERDE TYD UYGULAMASI

Solunumun değerlendirilmesi

- Hasta/yaralının nefes alıp almadığını ve **göğüs kafesinin hareket edip etmediğini** kontrol edin.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ERİŞKİNLERDE TYD UYGULAMASI

Solunum varsa

- Hasta/yaralıyı bilinci yoksa derlenme pozisyonuna getirin.
- 112 hala aranmamışsa arayın ya da aratın.

Solunum yoksa

- Temel yaşam desteğine başlayın.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ERİŞKİNLERDE TYD UYGULAMASI

Göğüs basısının uygulanışı

Göğüs basısı yerinin tespiti

- Her iki elin işaret parmakları ile iman tahtasının alt ve üst ucunu tespit edin.
- İşaret parmaklarınızı dikkate alarak başparmaklarınız ile iman tahtasını **iki eşit** parçaya bölün.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ERİŞKİNLERDE TYD UYGULAMASI

- Altta kalacak olan elinizin topuğunu iman tahtasının $\frac{1}{2}$ **alt yarısına** iman tahtasının alt ucunda yer alan çıkıntıdan uzak duracak şekilde yerleştirin.
- Avuç içi ve parmaklarınızı göğüs kafesi ile temas ettirmeyin.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ERİŞKİNLERDE TYD UYGULAMASI

- Elinizin iman tahtasının tam üzerinde olduğundan emin olun.
- Diğer eli alttaki elin üzerine gelecek şekilde yerleştirin ve parmaklarınızı kilitleyin.
- Kollarınızı dirseklerden bükmeyin ve dik tutun.
- Gövde ile kollar arasında **90 derecelik bir açı** oluşturun.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ERİŞKİNLERDE TYD UYGULAMASI

Göğüs basısı tekniği

- Göğüs basısı esnasında iman tahtası üzerine aşağı ve dik bir şekilde kuvvet uygulayın.
- Göğüs basısı sırasında iman tahtasının alt ucunda yer alan çıkıntıdan uzak durun.
- Bası derinliğini iman tahtası **en az 5 cm ve en fazla 6 cm** çökecek şekilde ya da **göğüs ön arka çapının 1/3 oranında çöktürülmesi** şeklinde ayarlayın.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ERİŞKİNLERDE TYD UYGULAMASI

- Her bası sonrası ellerinizi iman tahtasından ayırmaksızın **göğüs kafesinin eski haline dönmesine izin verin**. Bu kalbin yeniden yeterince kan ile dolabilmesi için gereklidir.
- Göğüs basısı sırasında ellerin göğüs kafesinden hiçbir şekilde ayrılmamasına, sağa veya sola doğru yer değiştirmemesine dikkat edin.
- Göğüs basıları arası kesinti yapmayın. Zorunlu hallerde yapılacak kesintilerde süre olarak **10 saniyeyi** aşmayın.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ERİŞKİNLERDE TYD UYGULAMASI

Göğüs basısı hızı

Yalnızca göğüs basısı

- Dakikada 100-120 göğüs basısı olacak şekilde bir ritim sağlayın ve 2 dakika boyunca uygulayın.
- Hasta/yaralıyı her 2 dakikada bir yeniden değerlendirin.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ERİŞKİNLERDE TYD UYGULAMASI

Göğüs basısı ve solunum desteği birlikte

- 30 göğüs basısı-2 solunum desteği olacak şekilde uygulama yapın.
- Uygulamayı 5 kez tekrarladıktan sonra hasta/yaralıyı kontrol edin.



30:2





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ERİŞKİNLERDE TYD UYGULAMASI

- Göğüs basısı uygularken tek ilk yardımcıysanız OED cihazı geldiğinde cihazı bağlayın ve komutları takip edin.
- İkinci bir ilk yardımcı varsa göğüs basısına ara vermeksizin ikinci ilk yardımcının OED cihazını hasta/yaralıya bağlamasına izin verin.
- OED cihazının sesli ve/veya görsel komutlarına uyun.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ERİŞKİNLERDE TYD/OED UYGULAMASI





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ERİŞKİNLERDE TYD UYGULAMASI

Solunum desteği uygulaması

- Baş geri-çene yukarı pozisyonu vererek hava yolu açıklığını sağlayın.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ERİŞKİNLERDE TYD UYGULAMASI

Ağızdan ağıza soluk verme yöntemi

- **Baş geri-çene yukarı pozisyonunda** iken alın üzerine konulan elin baş ve işaret parmağını kullanarak hasta/yaralının burnunu kapatın.
- Normal bir soluk alın, hasta/yaralının ağzına ağzınızı yerleştirin ve **göğüs kafesi yeterince kalkıncaya kadar bir saniye** içerisinde üfleyin.
- Baş geri-çene yukarı pozisyonu korunarak nefesin boşalmasını bekleyin. Ardından 2. solunum desteğini uygulayın.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ERİŞKİNLERDE TYD UYGULAMASI

Ağızdan buruna soluk verme yöntemi

- Baş geri-çene yukarı pozisyonunda iken hasta/yaralının çenesinden destekleyerek **ağzını kapatın**.
- Normal bir soluk alın, hasta/yaralının burnuna ağzınızı yerleştirin ve **göğüs kafesi yeterince kalkıncaya kadar bir saniye** içerisinde üfleyin.
- Baş geri-çene yukarı pozisyonu korunarak nefesin boşalmasını bekleyin. Ardından 2. solunum desteğini uygulayın.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ERİŞKİNLERDE TYD UYGULAMASI

Sonlandırma

- Temel yaşam desteğine hasta/yaralı nefes almaya başlayıncaya, yardım gelinceye kadar devam edin.
- Hasta/yaralı nefes almaya başlarsa derlenme pozisyonuna getirin.
- Hasta/yaralıyı yalnız bırakmayın, durumunu gözlemlemeye devam edin.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ÇOCUKLARDA TEMEL YAŞAM DESTEĞİ



T.C. MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ÇOCUKLARDA TYD UYGULAMASI

Güvenlik

- Hasta/yaralı ve kendi güvenliğinizi sağlayın.
- Gerekli ve mümkünse uygulama başlamadan önce çocuğu güvenli bir alana taşıyın.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ÇOCUKLARDA TYD UYGULAMASI

Yanıtın (Bilincin) değerlendirilmesi ve 112'nin aranması

- Çocuklarda omuzlara hafifçe dokunup yüksek sesle “İyi misiniz?” diye sorarak yanıtı kontrol edin.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ÇOCUKLARDA TYD UYGULAMASI

Çocuk yanıtı (bilinci yerinde) ise

- Çocuğun bilinci açık, konuşabiliyor ve hareket edebiliyorsa 112'yi arayın/arattırın.
- Arama sırasında mümkünse telefonunuzun hoparlörünü açarak telefondaki sağlık görevlisinin direktiflerini dinleyin.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ÇOCUKLARDA TYD UYGULAMASI

- Çocuğun yanına diz çökün.
- Çocuğun boyun ve göğsünü saran **sıkı giysileri gevşetin.**
- 112 acil yardım ekibi gelinceye kadar tehlike yaratmadığı müddetçe çocuğu bulunduğu pozisyonda bırakın ve düzenli aralıklarla kontrol edin.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ÇOCUKLARDA TYD UYGULAMASI

Çocuk yanıtız (bilinci yerinde değil) ise

Tek başınıza iseniz

- Hemen etrafınıza seslenin ve yardım isteyin.
- Yardım çağrınıza karşılık veren birisi olursa **112'yi aramasını ve OED cihazını getirmesini isteyin.**
- Yardım çağrınıza karşılık veren birisi yoksa 112'yi kendiniz arayın. Arama sırasında mümkünse telefonunuzun hoparlörünü açarak telefondaki sağlık görevlisinin direktiflerini dinleyin.



T.C. MİLLİ EĞİTİM BAKANLIĞI



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ÇOCUKLARDA TYD UYGULAMASI

Çocuk yanıtı ve iki veya daha fazla ilk yardımcı varsa

- İlk yardımcılarından biri çocuğa yardım ederken ikincisi 112'yi arar ve OED cihazını getirir.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ÇOCUKLARDA TYD UYGULAMASI

Hava yolu açıklığının değerlendirilmesi

- Çocuğun ağız içini kontrol edin.
- **Görünen yabancı cisim var** ve çıkarabileceğinizden eminseniz çıkarın (yiyecek parçası gibi.).
- Yabancı cisim görmüyorsanız elinizi körlemesine çocuğun ağız içine sokmayın.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ÇOCUKLARDA TYD UYGULAMASI

- Hava yolu açıklığını sağlayın.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ÇOCUKLARDA TYD UYGULAMASI

Solunumun değerlendirilmesi

- Hava yolu açıklığını sağlayıp aynı anda **“10 saniye”** süreyi aşmayacak şekilde solunum kontrolünü yapın.
- Solunum kontrolü için çocuğun nefes alıp almadığını ve **göğüs kafesinin hareket edip etmediğini** kontrol edin.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ÇOCUKLARDA TYD UYGULAMASI

Solunumu varsa

- Çocuğu derlenme pozisyonuna getirin.
- 112 hala aranmamışsa arayın/arattın.

Solunum yoksa

- Temel yaşam desteğine başlayın.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ÇOCUKLARDA TYD UYGULAMASI

Göğüs basısı uygulaması

Göğüs basısı yerinin tespiti

- Her iki elin işaret parmakları ile iman tahtasının alt ve üst ucunu tespit edin.
- İşaret parmaklarınızı dikkate alarak başparmaklarınız ile iman tahtasını **iki eşit parçaya bölün.**





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ÇOCUKLARDA TYD UYGULAMASI

- Göğüs basısı için çocuğun durumuna göre **1 veya 2 el tekniğinden** uygun olanına karar verin.
- Elinizin topuğunu iman tahtasının $\frac{1}{2}$ alt yarısına iman tahtasının **alt ucundaki çıkıntıdan uzak duracak** şekilde yerleştirin.
- Avuç içi ve parmaklarınızı göğüs kafesi ile temas ettirmeyin.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ÇOCUKLARDA TYD UYGULAMASI

- Elinizin iman tahtasının tam üzerinde olduğundan emin olun.
- Çift el kullanacaksanız diğer eli alttaki elin üzerine gelecek şekilde yerleştirin ve parmaklarınızı kilitleyin.
- Dirseklerinizi bükmeyin ve dik tutun.
- Gövde ile kol/kollar arasında **90 derecelik bir açı** oluşturun.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ÇOCUKLARDA TYD UYGULAMASI

Göğüs basısı tekniği

- Göğüs basısı esnasında iman tahtası üzerine aşağı ve dik bir şekilde kuvvet uygulayın.
- Göğüs basısı sırasında iman tahtasının alt ucundaki çıkıntıdan uzak durun.
- Bası derinliğini iman tahtası **çocuklar için 5 cm**, ergenler için en az 5 cm, en fazla 6 cm çökecek şekilde ayarlayın. Bası derinliği göğüs ön arka çapının 1/3 oranında çöktürülmesi şeklinde de ayarlanabilir.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ÇOCUKLARDA TYD UYGULAMASI

- Her bası sonrası ellerinizi iman tahtasından ayırmaksızın göğüs kafesinin eski haline dönmesine izin verin.
- Göğüs basısı sırasında ellerin göğüs kafesinden hiçbir şekilde ayrılmamasına, sağa veya sola doğru yer değiştirmemesine dikkat edin.
- Basılar arası kesinti yapmayın. Zorunlu hallerde yapılacak kesintilerde süre olarak **10 saniyeyi aşmayın.**



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ÇOCUKLARDA TYD UYGULAMASI

Göğüs basısı hızı

Yalnızca göğüs basısı

- Dakikada 100-120 göğüs basısı olacak şekilde ritim sağlayarak 2 dakika boyunca uygulayın.
- Hasta/yaralıyı her 2 dakikada bir yeniden değerlendirin.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ÇOCUKLARDA TYD UYGULAMASI

Göğüs basısı ve solunum desteği birlikte

- Tek ilk yardımcı iseniz **30 göğüs basısı-2 solunum**,
- İki veya daha fazla ilk yardımcı iseniz **15 göğüs basısı-2 solunum** olacak şekilde uygulama yapın.
- Uygulamayı iki dakika içinde 5 kez tekrarladıktan sonra çocuğu kontrol edin.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ÇOCUKLARDA TYD UYGULAMASI

- Göğüs basısı uygularken tek ilk yardımcıysanız OED cihazı geldiğinde cihazı bağlayın ve komutları takip edin.
- İkinci bir ilk yardımcı varsa göğüs basısına ara vermeksizin ikinci ilk yardımcının OED cihazını hasta/yaralıya bağlamasına izin verin.
- OED cihazının sesli ve/veya görsel komutlarına uyun.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ÇOCUKLARDA TYD UYGULAMASI

Solunum desteği uygulaması

Hava yolu açıklığını baş geri-çene yukarı pozisyonu vererek sağlayın.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ÇOCUKLARDA TYD UYGULAMASI

Ağızdan ağıza soluk verme yöntemi

- Baş geri-çene yukarı pozisyonunda iken alın üzerine konulan elin baş ve işaret parmağını kullanarak çocuğun **burnunu kapatın**.
- Normal bir soluk alın, çocuğun ağızına ağızınızı yerleştirin ve **göğüs kafesi yeterince kalkıncaya kadar bir saniye** içerisinde üfleyin.
- Baş geri-çene yukarı pozisyonu korunarak nefesin boşalmasını bekleyin. Ardından 2. solunum desteğini uygulayın.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ÇOCUKLARDA TYD UYGULAMASI

Ağızdan buruna soluk verme yöntemi

- Baş geri-çene yukarı pozisyonunda iken çocuğun çenesinden de destekleyerek **ağzını kapatın.**
- Normal bir soluk alın, çocuğun **burnuna ağzınızı yerleştirin** ve **göğüs kafesi yeterince kalkıncaya kadar bir saniye** içerisinde üfleyin.
- Baş geri-çene yukarı pozisyonu korunarak nefesin boşalmasını bekleyin. Ardından 2. solunum desteğini uygulayın.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ÇOCUKLARDA TYD UYGULAMASI

Sonlandırma

- Temel yaşam desteğine çocuk nefes almaya başlayıncaya, yardım gelinceye kadar devam edin.
- Çocuk nefes almaya başlarsa derlenme pozisyonuna getirin.
- Çocuğu yalnız bırakmayın, durumunu gözlemlemeye devam edin.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

BEBEKLERDE TEMEL YAŞAM DESTEĞİ





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

BEBEKLERDE TYD UYGULAMASI

Güvenlik

- Hasta/yaralı ve kendi güvenliğinizi sağlayın.
- Gerekli ve mümkünse uygulamaya başlamadan önce bebeği güvenli bir alana taşıyın.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

BEBEKLERDE TYD UYGULAMASI

Yanıtın (Bilincin) değerlendirilmesi ve 112 acil yardım numarasının aranması

- Bebeğin gözleri ile takip etmesini ve sesli uyarı yönüne dönüp dönmediğini kontrol edin.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

BEBEKLERDE TYD UYGULAMASI

Bebek yanıtı (bilinci yerinde) ise

- Bebekler ayına uygun agulama yapabiliyorsa göz takibi ve ses takibi varsa 112'yi arayın/arattın.
- Arama sırasında telefonunuzun hoparlörünü açarak telefondaki sağlık görevlisinin direktiflerini dinleyin.



T.C. MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

BEBEKLERDE TYD UYGULAMASI

- Bebeğin yanına diz çökün.
- Bebeğin boyun ve göğsünü saran **sıkı giysileri gevşetin.**
- 112 acil yardım ekibi gelinceye kadar tehlike yaratmadığı müddetçe bebeği bulunduğu pozisyonda bırakın ve düzenli aralıkla kontrol edin.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

BEBEKLERDE TYD UYGULAMASI

Bebek yanıtız (bilinci yerinde değil) ise

Tek başınıza iseniz

- Hemen etrafınıza seslenin ve yardım isteyin.
- Yardım çağrınıza karşılık veren birisi olursa **112'yi aramasını ve OED cihazını getirmesini isteyin.**
- Yardım çağrınıza karşılık veren birisi yoksa 112'yi kendiniz arayın. Arama sırasında telefonunuzun hoparlörünü açarak telefondaki sağlık görevlisinin direktiflerini dinleyin.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

BEBEKLERDE TYD UYGULAMASI

Bebek yanıtız ve iki veya daha fazla ilk yardımcı varsa

- İlk yardımcılarından biri bebeğe yardım ederken ikincisi 112'yi arar ve OED cihazını getirir.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

BEBEKLERDE TYD UYGULAMASI

Hava yolu açıklığının değerlendirilmesi

- Bebeğin ağız içini kontrol edin.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

BEBEKLERDE TYD UYGULAMASI

- Hava yolu açıklığını sağlayın.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

BEBEKLERDE TYD UYGULAMASI

Solunumun değerlendirilmesi

- Hava yolu açıklığını sağlayıp aynı anda **“10 saniye”** süreyi aşmayacak şekilde solunum kontrolü yapın.
- Solunum kontrolü için bebeğin nefes alıp almadığını ve **göğüs kafesinin hareket edip etmediğini** kontrol edin.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

BEBEKLERDE TYD UYGULAMASI

Solunumu varsa

- Bebeği derlenme pozisyonuna getirin.
- 112 hala aranmamışsa arayın/arattın.

Solunum yoksa

- Temel yaşam desteğine başlayın.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

BEBEKLERDE TYD UYGULAMASI

Göğüs basısı uygulaması

İki parmak ile göğüs basısı yerinin tespiti

- Tek kurtarıcının hem solunum hem göğüs basısı yapması gerektiği durumlarda tercih edilir.
- İki meme çizgisi arasından çizilen hayali çizginin ortasına, iman tahtası üzerine işaret ve orta parmaklar yan yana yerleştirilir.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

BEBEKLERDE TYD UYGULAMASI

İki başparmak ile göğüs basısı yerinin tespiti

- İki ilk yardımcı varlığında önerilen tekniktir.
- İki meme çizgisi arasından çizilen hayali çizginin ortasına, iman tahtası üzerine başparmaklar yerleştirilir.
- Ellerini bebeğin gövdesine sarar.



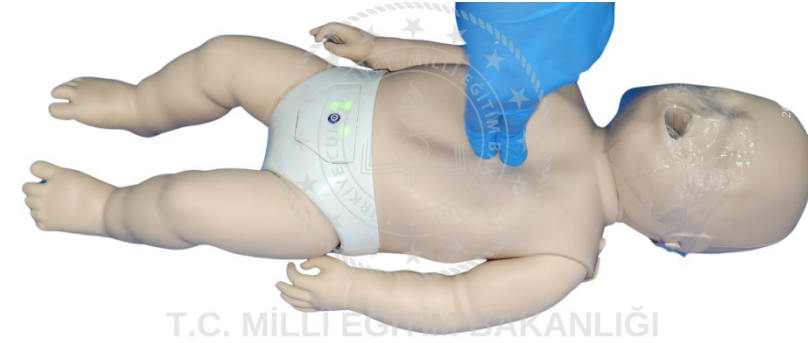


MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

BEBEKLERDE TYD UYGULAMASI

Göğüs basısı tekniği

- Göğüs basısı esnasında iman tahtası üzerine aşağı ve dik bir şekilde kuvvet uygulayın.
- Göğüs basısı sırasında iman tahtasının alt ucunda yer alan çıkıntıdan uzak durun.
- Bası derinliğini iman tahtası **bebekler için 4 cm** çökecek şekilde ya da göğüs ön arka çapının **1/3 oranında çöktürülmesi** şeklinde ayarlayın.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

BEBEKLERDE TYD UYGULAMASI

- Her bası sonrası parmaklarınızı iman tahtasından ayırmaksızın **göğüs kafesinin eski haline dönmesine izin verin.**
- Göğüs basıları arası kesinti yapmayın. Zorunlu hallerde yapılacak kesintilerde süre olarak **10 saniyeyi aşmayın.**



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

BEBEKLERDE TYD UYGULAMASI

Göğüs basısı hızı

Yalnızca göğüs basısı

- Dakikada 100-120 göğüs basısı olacak şekilde ritim sağlayarak 2 dakika boyunca uygulayın.
- Hasta/yaralıyı her 2 dakikada bir yeniden değerlendirin.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

BEBEKLERDE TYD UYGULAMASI

Göğüs basısı ve solunum desteği birlikte

- Tek ilk yardımcı iseniz **30 göğüs basısı-2 solunum**,
- İki veya daha fazla ilk yardımcı iseniz **15 göğüs basısı-2 solunum** olacak şekilde uygulama yapın.
- Uygulamayı iki dakika içinde 5 kez tekrarladıktan sonra bebeği kontrol edin.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

BEBEKLERDE TYD UYGULAMASI

- Göğüs basısı uygularken tek ilk yardımcıysanız OED cihazı geldiğinde cihazı bağlayın ve komutları takip edin.
- İkinci bir ilk yardımcı varsa göğüs basısına ara vermeksizin ikinci ilk yardımcının OED cihazını hasta/yaralıya bağlamasına izin verin.
- OED cihazının sesli ve/veya görsel komutlarına uyun.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

BEBEKLERDE TYD UYGULAMASI

Solunum desteği uygulaması

Hava yolu açıklığını baş geri-çene yukarı pozisyonu vererek sağlayın.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

BEBEKLERDE TYD UYGULAMASI

Ağızdan ağız ve burnuna soluk verme yöntemi

Küçük bebeklerde kullanılır.

- Normal bir soluk alın, baş geri-çene yukarı pozisyonunda iken **bebeğin ağız ve burnuna** ağzınızı yerleştirin ve **göğüs kafesi yeterince kalkıncaya kadar** bir saniye içerisinde üfleyin.
- Baş geri-çene yukarı pozisyonu korunarak nefesin boşalmasını bekleyin. Ardından 2. solunum desteğini uygulayın.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

BEBEKLERDE TYD UYGULAMASI

Sonlandırma

- Temel yaşam desteğine bebek nefes almaya başlayıncaya, yardım gelinceye kadar devam edin.
- Bebek nefes almaya başlarsa derlenme pozisyonuna getirin.
- Bebeği yalnız bırakmayın, durumunu gözlemlemeye devam edin.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

HAVA YOLU TIKANIKLIĞINDA İLK YARDIM



T.C. MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

HAVA YOLU TIKANIKLIĞI

Hava yolu tıkanıklığı iki şekilde görülebilir.

Kısmi tıkanma: Hava yoluna kaçan yabancı cismin, hava geçişinde azalmaya neden olması sonucu ortaya çıkar. Kısmi tıkanmada az da olsa bir miktar hava geçişi vardır.

Tam tıkanma: Hava yoluna kaçan yabancı cismin hava geçişini tamamen engellemesi sonucu ortaya çıkar. Tam tıkanmada hava geçişi yoktur.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

YETİŞKİNLERDE KISMİ HAVA YOLU TIKANIKLIĞI BELİRTİLERİ

- Kişi konuşabilir.
- Kuvvetli öksürebilir.
- Az da olsa nefes alabilir.
- Nefes alırken ıslık sesi duyulabilir.
- Tıkanıklık devam ederse cilt mavimsi/grimsi renge dönebilir.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

YETİŞKİNLERDE KISMİ HAVA YOLU TIKANIKLIĞINDA İLK YARDIM

- Kişi kuvvetli öksürüyorsa ve nefes alabiliyorsa kısmi hava yolu tıkanıklığı kabul edin.
- **Öksürmeye devam etmesini söyleyin** ve başka bir şey yapmayın.
- Tam hava yolu tıkanıklığı gelişebileceğinden normal şekilde tekrar nefes alıncaya kadar kişiyle birlikte kalın.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

YETİŞKİNLERDE KISMİ HAVA YOLU TIKANIKLIĞINDA İLK YARDIM

- Kişinin solunum ve öksürüğü belirgin şekilde zayıflarsa ya da kaybolursa, morarma saptanırsa **tam hava yolu tıkanıklığı** olarak kabul edilerek derhal buna göre müdahale edin.
- Kişide hava yolu tıkanıklığı **doğrudan tam tıkanma** şeklinde de ortaya çıkabilir.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

YETİŞKİNLERDE TAM HAVA YOLU TIKANIKLIĞI BELİRTİLERİ

- Kişi konuşma çabası içindedir, ancak konuşamaz. Sorulara baş hareketleriyle cevap verir.
- Öksüremez veya çok zayıf öksürmeye çalışır.
- Nefes alamaz.
- Panik hâlinedir.
- Acı çeker ve ellerini boynuna götürür (Evrensel boğulma işareti).
- Ciltte mavi veya grimsi görünüm vardır.

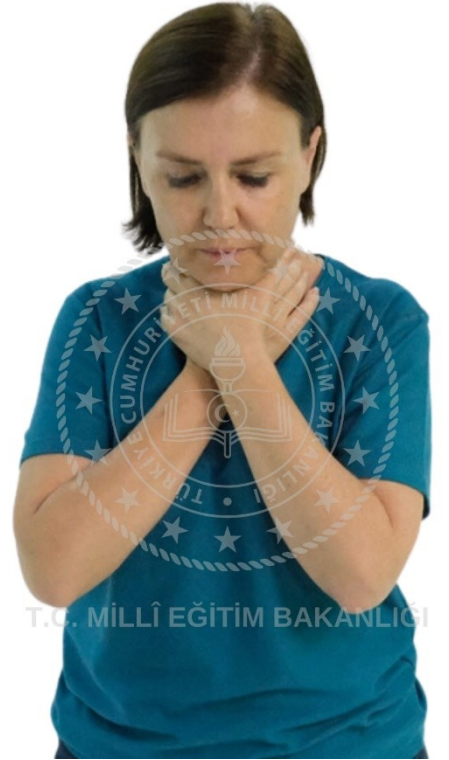


MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

YETİŞKİNLERDE TAM HAVA YOLU TIKANIKLIĞINDA İLK YARDIM

Kişinin bilinci açıksa

- Kişi konuşamıyor, öksüremiyor veya zayıf öksürüyor, mücadele ediyor ve nefes alamıyorsa tam hava yolu tıkanıklığı kabul edin.
- Hemen etrafınıza seslenin ve yardım isteyin.
- Yardım çağrınıza karşılık veren birisi olursa 112'yi aramasını isteyin.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

YETİŞKİNLERDE TAM HAVA YOLU TIKANIKLIĞINDA İLK YARDIM

- Yardım çağrınıza karşılık veren birisi yoksa 112'yi kendiniz arayın ve arama sırasında mümkünse telefonunuzun hoparlörünü açarak telefondaki sağlık görevlisinin direktiflerini dinleyin.
- Yardım çağırma ve ilk yardım basamaklarını eş zamanlı olarak yürütün.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

YETİŞKİNLERDE TAM HAVA YOLU TIKANIKLIĞINDA İLK YARDIM

Sırt vurusu uygulaması

- Kişinin yan tarafında ve biraz arkasında durun.
- Göğsünü bir elinizle destekleyin ve kişiyi öne doğru eğin.
- Diğer elinizin topuğuyla kişinin sırtına kürek kemiklerinin arasına yönü ileri doğru **5 defa sert** şekilde vurun.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

YETİŞKİNLERDE TAM HAVA YOLU TIKANIKLIĞINDA İLK YARDIM

- Cismın çıkıp çıkmadığını ve kişinin tekrar nefes alıp almadığını kontrol edin.
- Ağız içinde görünen bir yabancı cisim katı ve çıkarabilecek durumda ise parmak süpürme hareketi ile tek hamlede çıkarmaya çalışın.
- Çıkarılabilecek durumda değil ise dokunmayın.
- Rastgele parmak süpürme hareketini kullanmaktan kaçının.
- 5 defa uygulanan sırt vurusu ile cisim çıkmadıysa karın basısı uygulayın.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

YETİŞKİNLERDE TAM HAVA YOLU TIKANIKLIĞINDA İLK YARDIM

Karın basısı uygulaması

- Kişinin arkasında durun ve her iki kolunuzu da karnın üst kısmına yerleştirin.
- Kişiyi öne doğru eğin.
- Bir elinizi yumruk yapın.



T.C. MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

YETİŞKİNLERDE TAM HAVA YOLU TIKANIKLIĞINDA İLK YARDIM

- Yumruğunuzun başparmak tarafını göbük deliğı ile iman tahtasının ucu arasına yerleştirin.
- Bu eli diğerk elinizle kavrayın ve yumruğunuzu sıkıca içeri (kendinize doğru) ve yukarı doğru keskin bir şekilde çekin.
- Bu işlemi **5 defa** tekrarlayın.

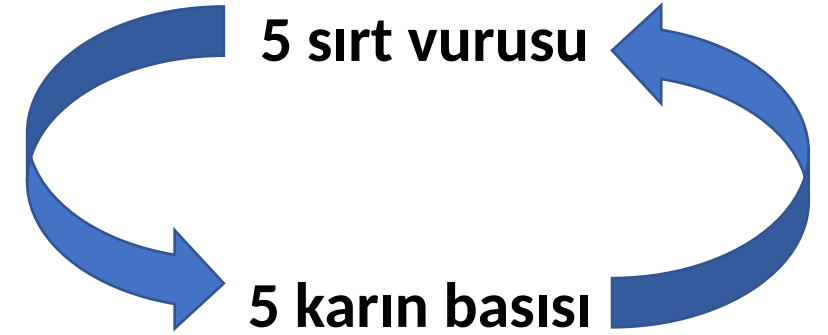




MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

YETİŞKİNLERDE TAM HAVA YOLU TIKANIKLIĞINDA İLK YARDIM

- Tıkanıklık hala devam ediyorsa 5 sırt vurusu ve 5 karın basısı ile **dönüştümlü** olarak devam edin.
- Cisim çıkıncaya veya kişi bilincini kaybedinceye kadar bu işlemleri tekrarlayın.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

YETİŞKİNLERDE TAM HAVA YOLU TIKANIKLIĞINDA İLK YARDIM

Aşırı şişman (obez) yetişkinler ve hamile kadınlarda
Karnını kuşatamadığınız aşırı şişman yetişkinler ve hamileliğin geç (20. hafta ve sonrası) dönemlerinde karın basısı yerine **göğüs basısını** uygulayın.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

YETİŞKİNLERDE TAM HAVA YOLU TIKANIKLIĞINDA İLK YARDIM

- 5 sırt vurusu uygulayın.
- Cisim çıkmadıysa göğüs basısı uygulayın.



T.C. MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

YETİŞKİNLERDE TAM HAVA YOLU TIKANIKLIĞINDA İLK YARDIM

Göğüs basısı uygulaması

- Kişinin arkasında durun, kollarınızı koltukaltlarından geçirerek göğsünü sarın.
- Bir elinizi yumruk yapın ve yumruğun başparmak tarafını **göğüs kemiğinin alt yarısına** yerleştirin.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

YETİŞKİNLERDE TAM HAVA YOLU TIKANIKLIĞINDA İLK YARDIM

- Yumruğu diğer elinizle kavrayın.
- Yumruğu hızlı bir hareketle kendinize doğru çekerek **hızlı bir içe doğru itme kuvveti verin.**



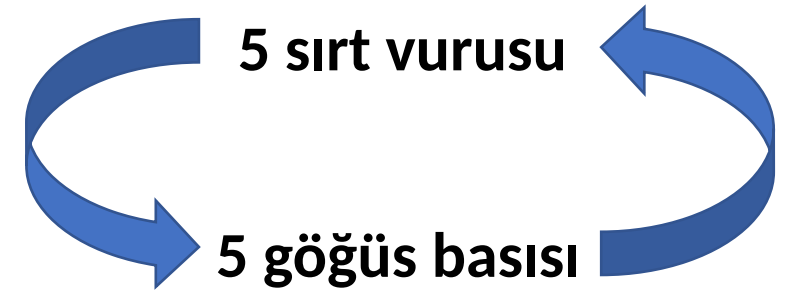
T.C. MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

YETİŞKİNLERDE TAM HAVA YOLU TIKANIKLIĞINDA İLK YARDIM

- Cisim çıkıncaya veya kişi bilincini kaybedinceye kadar bu işlemleri tekrarlayın.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

YETİŞKİNLERDE TAM HAVA YOLU TIKANIKLIĞINDA İLK YARDIM

Hava yolunun hem kısmi hem de tam tıkanıklığında kişi bilincini kaybedebilir.

Kişinin bilinci kapanırsa/kapalı halde bulunursa

- Kişiyi dikkatlice yere yatırın.
- Hemen etrafınıza seslenin ve yardım isteyin.
- Yardım çağrınıza karşılık veren birisi olursa 112 hala aranmamış ise aratın.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

YETİŞKİNLERDE TAM HAVA YOLU TIKANIKLIĞINDA İLK YARDIM

- Yardım çağrınıza karşılık veren birisi yoksa 112'yi arayın, mümkünse telefonunuzun hoparlörünü açarak telefondaki sağlık görevlisinin direktiflerini dinleyin.
- Temel yaşam desteğine başlayın.

Kişi tekrar normal nefes almaya başlasa bile en yakın sağlık kuruluşuna acilen ulaşmasını sağlayın. Çünkü yabancı cisim üst ya da alt solunum yollarında kalabilir ve istenmeyen sonuçların ortaya çıkmasına yol açabilir.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ÇOCUKLARDA TAM HAVA YOLU TIKANIKLIĞINDA İLK YARDIM

Bir yaşından büyük çocuklarda hava yolu tıkanıklığında ilk yardım uygulamaları yetişkinlerdeki gibi yapılır.

Çocuk tekrar normal nefes almaya başlasa bile en yakın sağlık kuruluşuna acilen ulaşması sağlanır.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ÇOCUKLARDA TAM HAVA YOLU TIKANIKLIĞINDA İLK YARDIM





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

BEBEKLERDE KISMİ HAVA YOLU TIKANIKLIĞI BELİRTİLERİ

- Zorlanarak nefes alma,
- Öksürme (Boğulur tarzda),
- Ağlama,
- Yaşıyla uyumlu sesler çıkarma,
- Korku, heyecan ve çırpınma (panik tarzı el-kol hareketleri),
- Öğürme.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

BEBEKLERDE KISMİ HAVA YOLU TIKANIKLIĞINDA İLK YARDIM

- Bebeğin kendi kendine solumasına ve **öksürmesine** izin vererek takip edin.
- Bebeği kucağınıza alıp başını yükseltin ya da omzunuza yaslayın.
- **Kendi çabası ile yabancı cismi çıkarmasını bekleyin.**



T.C. MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

BEBEKLERDE TAM HAVA YOLU TIKANIKLIĞI BELİRTİLERİ

- Öksüremez.
- Ağlayamaz.
- Ses çıkaramaz.
- Yanıt veremez.
- Rengi morarmaya başlar.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

BEBEKLERDE TAM HAVA YOLU TIKANIKLIĞINDA İLK YARDIM

Bebeğin bilinci açıksa

- Hemen etrafınıza seslenin ve yardım isteyin.
- Yardım çağrınıza karşılık veren birisi olursa 112'yi aramasını isteyin.
- Yardım çağrınıza karşılık veren birisi yoksa 112'yi kendiniz arayın ve arama sırasında mümkünse telefonunuzun hoparlörünü açarak telefondaki sağlık görevlisinin direktiflerini dinleyin. Yardım çağırma ve ilk yardım basamaklarını eş zamanlı olarak yürütün.
- **Sırt vurusuna başlayın.**



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

BEBEKLERDE TAM HAVA YOLU TIKANIKLIĞINDA İLK YARDIM

Sırt vurusu için

- Bebeğin düşmesini önlemek ve yabancı cismin çıkarılmasına yardımcı olmak için oturur veya diz çökmüş pozisyonda iken uyluklarınızdan destek alın.
- Bebeğin yüzü yere bakacak ve başı gövdesinden daha aşağıda olacak şekilde ön kolunuz boyunca yatırın.
- Bu esnada bebeğin başı aşağı ve yüzüstü pozisyonda olduğundan emin olun.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

BEBEKLERDE TAM HAVA YOLU TIKANIKLIĞINDA İLK YARDIM

- Bir elin başparmağını alt çenenin bir yanına ve diğer parmakları çenenin öbür tarafına yerleştirerek çeneyi kavrayın. Bebeğin başını destekleyin.
- Baş desteği yaparken çenenin altındaki yumuşak dokuları sıkıştırmayın, **boğazına bastırmayın** ve bebeğin **ağzını kapatmayın**.
- Serbest elinizle, avucunuzun tabanı ile bebeğin kürek kemikleri arasına aşağı ileri yöne doğru **5 defa sert sırt vurusu** yapın.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

BEBEKLERDE TAM HAVA YOLU TIKANIKLIĞINDA İLK YARDIM

- Bebeği diğer kolunuzun üzerine sırt üstü ve başı hafif aşağıda olacak şekilde tek hamlede çevirin.
- Çevirme işlemi sırasında sırt vurusu yapan elinizi bebeğin başının arkasına yerleştirerek başı desteklemeyi unutmayın.
- Cismin çıkıp çıkmadığını ve bebeğin nefes alıp alamadığını **kontrol edin**.
- Cismi görüyorsanız katı bir cisimse ve çıkarabileceğinizden emin iseniz parmak süpürme hareketi ile tek hamlede almaya çalışın. Emin değilseniz dokunmayın.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

BEBEKLERDE TAM HAVA YOLU TIKANIKLIĞINDA İLK YARDIM

5 defa uygulanan sırt vurusu ile cisim çıkmadıysa

- 5 defa olacak şekilde **göğüs basısı** yapın.
- Bebeğe baş aşağı ve sırtüstü pozisyon verin.
- **Meme çizgisinin yaklaşık bir parmak altında** bebeğin göğüs kemiğinin ortasına işaret ve orta parmaklarınızı yerleştirin.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

BEBEKLERDE TAM HAVA YOLU TIKANIKLIĞINDA İLK YARDIM

- Göğüs ön arka çapının yaklaşık 1/3'ü kadar çökmeye neden olacak şekilde **göğüs basısı** yapın.
- Göğüs basılarını temel yaşam desteğindeki basılara benzer ancak daha keskin ve daha yavaş bir hızda içeri ve yukarı doğru iterek uygulayın.
- Göğüs basısını peş peşe 5 defa tekrarlayın.

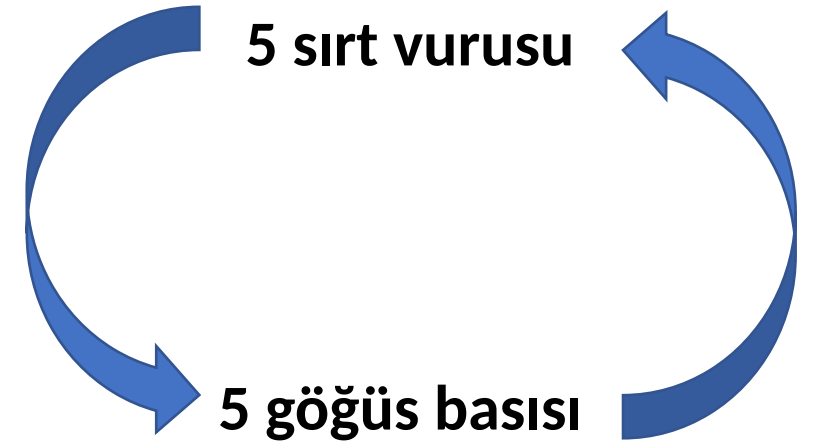




MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

BEBEKLERDE TAM HAVA YOLU TIKANIKLIĞINDA İLK YARDIM

- Yabancı cismin çıkıp çıkmadığını kontrol edin.
- Yabancı cisim çıkana kadar ya da bebek bilincini kaybedene kadar 5 göğüs basısını ve 5 sırt vurusunu **dönüşümlü** olarak yapmaya devam edin.
- Bebek tekrar normal nefes alsa bile **en yakın sağlık kuruluşuna acilen ulaşmasını sağlayın.**





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

BİLİNÇ BOZUKLUKLARI VE CİDDİ HASTALIK DURUMUNDA İLK YARDIM





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

BİLİNÇ BOZUKLUĞUNUN DEĞERLENDİRİLMESİ

Bilinç bozukluğunun değerlendirilmesinde **USAY** (AVPU) ölçeği kullanılır.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

BİLİNÇ DURUMU DEĞERLENDİRİLMESİ (USAY/AVPU)

U (Uyanıklık/Alert): Uyanıktır ve sizinle normal şekilde konuşur. Sorduğunuz sorulara mantıklı cevaplar verir.

S (Sesli uyaranlara cevap/Verbal): Sorduğunuz sorulara cevap verir. Sorulara doğru ve net (kişileri tanıma, yeri/zamanı bilme) cevap verip vermediğine dikkat edilmelidir.

A (Ağrılı uyaranlara cevap/Pain): Uyanık değildir. Ağrılı uyarı verildiğinde uygulanan yeri çekmeye çalışır, yüzünü buruşturur. İki kaşın ortasına veya göğüs kemiği üzerine bastırarak ağrılı uyaran verilebilir.

Y (Yanıtsız/Unresponsive): Bilinci tamamen kapalıdır. Sesli ya da ağrılı hiçbir uyarana cevap vermez.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

BAYILMA BELİRTİLERİ

- Baş dönmesi,
- Bulantı, halsizlik,
- Terleme, soğuk cilt,
- Çarpıntı,
- Bulanık görme,
- Kulaklarda uğultu, çınlama.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

BAYILMADA İLK YARDIM

- Düz bir zemine sırt üstü uzanmasını sağlayın.
- Sıkı giysileri gevşetin.
- **Şok pozisyonuna** getirin.
- 20. hafta ve sonrası hamilelerde hasta/yaralıyı **sol tarafına yatırın.**
- İyileşme belirtilerini gözlemleyin.
- Yaşam bulguları yoksa 112'yi arayın/arattırın ve temel yaşam desteğine başlayın.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

BAYILMA DURUMUNDA DİKKAT EDİLMESİ GEREKEN NOKTALAR

- Hasta/yaralıyı sandalye veya yüksek bir zemine oturtmayın.
- Kolonya gibi kokulu maddeler koklatmayın.
- Yiyecek, içecek vermeyin.
- Üzerine su dökmeyin.
- Tokat atmayın.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

BAYILMA ÖNCESİ DURUM BELİRTİLERİ

- Halsizlik,
- Baş dönmesi,
- Bulantı, kusma,
- Karın ağrısı,
- Solukluk,
- Terleme,
- Üşüme, titreme,
- Bulanık görme,
- Göz kararması,
- Bilinç bulanıklığı.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

BAYILMA ÖNCESİ DURUMDA İLK YARDIM

Bayılmayı engellemek için **üst ve alt fiziksel karşı basınç manevralarını** uygulayın.

- Her iki el birbirine kenetlenir ve kollar zıt yönlerde var gücüyle çekilir.
- Elinde bir nesne olsun ya da olmasın yumruklar var gücüyle sıkılır.
- Boyun öne doğru eğilir ve çene göğse değdirilmeye çalışılır.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

BAYILMA ÖNCESİ DURUMDA İLK YARDIM

- Çömelme pozisyonu alınır.
- Yatarken veya ayakta dururken bacak, karın ve kalça kasları gerilir ve bacaklar çapraz duruma getirilir.



T.C. MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI



T.C. MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

BAYILMA ÖNCESİ DURUMDA İLK YARDIM

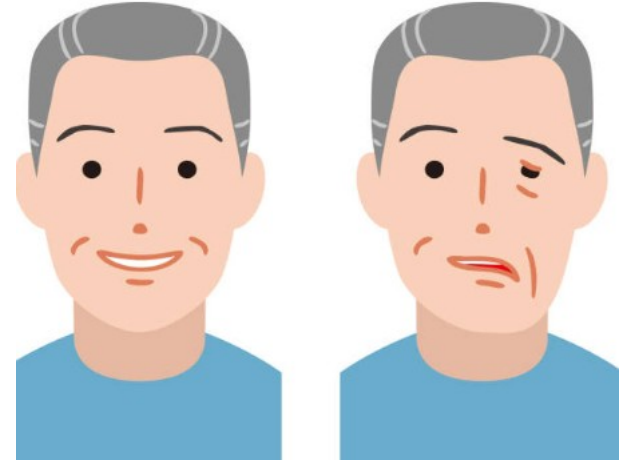
- Tüm müdahalelere rağmen bayılma gerçekleşirse hasta/yaralıyı **derlenme pozisyonuna** getirin.
- Yaşam bulguları yoksa 112'yi arayın/arattırın.
- Solunum yoksa temel yaşam desteğine başlayın.
- Kişinin bayılma öncesi durumda olduğundan emin değilseniz, farklı belirtiler varsa (göğüs ağrısı vb.), kaza geçirmiş ya da kanaması varsa fiziksel karşı basınç manevralarını yaptırmayın.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

İNME BELİRTİLERİ

- Aniden başlayan uyuşma, kuvvet kaybı,
- Görmede bulanıklık, görme kaybı,
- Konuşmada zorlanma,
- Aniden başlayan şiddetli baş ağrısı,
- Baş dönmesi, düşme,
- Ani gelişen bilinç kaybı.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

İNME HASTASININ DEĞERLENDİRİLMESİ

- İnme belirtilerini tanımak için **FAST** ölçeğini kullanın.
- Hasta/yaralıyı komutlardan herhangi birini yapmakta zorlanıyorsa inme olarak kabul edin, hızla sağlık kuruluşuna nakledilmesini sağlayın.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

İNMEDE İLK YARDIM

- Hasta/yaralıyı durumuna göre rahat edebileceği bir pozisyona getirin.
- Oturamıyorsa **derlenme pozisyonu** verin.
- 112'yi arayın/aratin.
- İnme geçiren hastaya **yiyecek, içecek vermeyin**.
- Yardım gelinceye kadar yanından ayrılmayın.
- Bilinci ve solunumu takip edin.
- Solunum yoksa temel yaşam desteğine başlayın.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

SARA NÖBETİ BELİRTİLERİ

- Nöbet öncesinde normalde olmayan kokuları alma veya kas kasılmaları gibi **ön belirtiler** olabilir.
- **Tüm vücutta yaygın kasılmalar** görülebilir.
- Ağızdan dışarı tükürükler çıkabilir.
- İdrar ve dışkı kaçırmaları görülebilir.
- Nöbet sonrası hasta/yaralı uyanabilir, şaşkındır. Nerede olduğundan habersiz, uyku halinde ya da derin bir uykuya dalabilir.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

SARA NÖBETİNDE İLK YARDIM





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

SARA NÖBETİNDE İLK YARDIM

Nöbet sırasında

- Hasta/yaralının yaralanmasına neden olabilecek eşyalar varsa uzaklaştırın.
- Başını çarpmasını engellemek için başın altına yumuşak bir malzeme koyun.
- Nöbet süresini kaydedin.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

SARA NÖBETİNDE İLK YARDIM

Nöbet sonrasında

- Gerekli ise 112'yi arayın/arattın.
- **Derlenme pozisyonuna** getirin.
- Hasta/yaralının yaşam bulgularını takip edin, yanından ayrılmayın.
- Solunum yoksa temel yaşam desteğine başlayın.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

NÖBET GEÇİREN HASTA/YARALIDA DİKKAT EDİLECEK NOKTALAR

- **Nöbeti durdurmaya çalışmayın.**
- Yiyecek, içecek vermeyin.
- Nöbet sırasında çeneyi açmaya veya bir cisim koymaya çalışmayın.
- Üzerine su dökmeyin.
- Başka bir alana taşımaya çalışmayın. Bunun yerine bulunduğu ortamı güvenli hale getirin.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

SARA NÖBETİNDE 112'NİN ARANMASI GEREKEN DURUMLAR

- İlk defa nöbet geçiriyorsa,
- Nöbet **5 dakikadan fazla** sürdüyse,
- Tekrarlayan nöbetler geçiriyorsa,
- Nöbet sırasında yaralanmaya maruz kaldıysa,
- Nöbet sonrasında bilinç açılmıyorsa,
- Yaşam bulguları yoksa.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ÇOCUKLUK ÇAĞINDA ATEŞE BAĞLI NÖBET BELİRTİLERİ

- Yüksek ateş,
- Kaslarda sertleşme,
- Yüz, kollar ve bacaklarda kontrolsüz kasılmalar,
- Gözlerde yukarı doğru kayma,
- İdrar ve dışkı kaçırma,
- Dudak, kulak, tırnaklar ve yüzde morarma,
- Bilinç kaybı.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ÇOCUKLUK ÇAĞINDA ATEŞE BAĞLI NÖBETTE İLK YARDIM

Çocukluk çağı nöbetinde 112 mutlaka aranmalıdır.

- Çocuğun giysilerini çıkarın.
- Etrafını güvenli duruma getirerek yaralanmasını engelleyin.
- Çocuğu derlenme pozisyonuna getirin.
- **Oda sıcaklığında su** ve temiz havlu ile vücut sıcaklığını düşürmeye çalışın.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

KAN ŞEKERİ DÜŞÜKLÜĞÜ BELİRTİLERİ

- Halsizlik,
- Dikkat eksikliği,
- Konuşmada bozulma,
- Titreme,
- Çarpıntı,
- Bulantı,
- Sıcaklık hissi, terleme,
- Görme bulanıklığı,
- Uykuya meyil,
- Bilinç kaybı.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

KAN ŞEKERİ DÜŞÜKLÜĞÜNDE İLK YARDIM

Bilinci açık ve kusmuyorsa

- Şeker/şekerli içecek verebilirsiniz. **10-15 dakika** bekleyin.
- Şekerli gıdalarla hastanın belirtileri düzeliyorsa şeker vermeye devam edin.
- 112'yi arayın/aratın.

Bilinci kapalı ise

- Hasta/yaralıyı derlenme pozisyonuna getirin.
- Yaşam bulgularını takip edin.
- 112'yi arayın/aratın.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

KAN ŞEKERİ DÜŞÜKLÜĞÜNDE DİKKAT EDİLECEK NOKTALAR

- İnsülin yapmayın.
- Bilinci kapalı ya da nöbet geçiriyorsa yiyecek, içecek vermeyin.
- Kan şekeri düşüklüğü ve yüksekliği belirtileri çoğu zaman birbirine benzeyebilir ve ayırt edilemeyebilir. Bu durumda **hastaya şeker verilmelidir**. Çünkü kan şekeri düşüklüğü hastayı hızlı bir şekilde ölüme götürebilir.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

KAN ŞEKERİ AŞIRI YÜKSEKLİĞİ BELİRTİLERİ

- Bulantı, kusma,
- Bulanık görme,
- **Nefeste çürük elma (aseton) kokusu,**
- Susuzluk belirtileri (susama hissi, cildin kuruması gibi),
- Çarpıntı, hızlı nefes alıp verme,
- Bilinç kaybı.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

KAN ŞEKERİ AŞIRI YÜKSEKLİĞİNDE İLK YARDIM

- Hasta/yaralının reçeteli ilacını alıp almadığını sorun.
- Bilinci açıksa su içmeye teşvik edin.
- 112'yi arayın/aratin.
- Yardım gelinceye kadar yaşam bulgularını takip edin.
- Bilinci kapalı ve solunumu varsa derlenme pozisyonuna getirin.
- Solunum yoksa temel yaşam desteğine başlayın.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ŞİDDETLİ ALERJİ BELİRTİLERİ

- Dudaklar, göz kapakları, dilde şişme,
- Vücutta yaygın kızarıklık, döküntü,
- Hırıltılı solunum, solunum zorluğu,
- Sürekli öksürük,
- Karın ağrısı, kusma, ishal,
- Ses kısıklığı, konuşma güçlüğü,
- Boğazda şişme hissi,
- Baş dönmesi,
- Bayılma,
- Bilinç bulanıklığı veya kaybı.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ŞİDDETLİ ALERJİDE İLK YARDIM

- Hasta/yaralının bilinci açıksa rahat nefes alıp verebileceği **pozisyonu almasına** yardım edin.
- 112'yi arayın/aratın.
- Yaşam bulgularını takip edin.
- 112 acil yardım ekibi gelinceye kadar kişinin yanından ayrılmayın.
- Hasta/yaralının ilacı varsa kendisinin uygulamasına yardım edin.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ASTIM BELİRTİLERİ

- Nefes almakta zorlanma,
- Öksürük,
- Hızlı nefes alıp verme,
- Nefes verirken ıslık sesi duyulması,
- Göğüste sıkışma, ağrı hissi.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

DURUMUNUN KÖTÜLEŞTİĞİNİ GÖSTEREN BELİRTİLER

- Belirtilerde hızla kötüleşme,
- İlaçlarını kullandığı halde belirtilerin artması,
- Şiddetli nefes darlığı,
- Konuşmanın bozulması, cümle kuramama,
- Solukluk, terleme,
- Endişe, panikleme,
- Dudakların ve tırnakların gri/mavi olması,
- Bilinç kaybı.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ASTIM ATAĞINDA İLK YARDIM

- Sakin olun ve hastaya güvende olduğunu anlatın.
- Hastanın rahat nefes alacağı/oturur pozisyonu almasına yardım edin.
- **Zorla yatırmaya çalışmayın.**
- Pencereleeri açın ve sıkı giysileri gevşetin.
- Hastanın kendisine ait ilaçlarını (inhaler) ve mümkünse oksijen almasına yardım edin.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ASTIM ATAĞINDA İLK YARDIM

- **İlaçlarını aldıktan sonra 5 dakika** içinde durumda düzelme olmazsa 112'yi arayın/aratın.
- Bilinci kapalı ve solunum varsa derlenme pozisyonuna getirin.
- Solunumunu sürekli kontrol edin.
- 112 acil yardım ekibi gelinceye kadar hastanın yanından ayrılmayın.
- Solunum yoksa temel yaşam desteğine başlayın.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

KOAH BELİRTİLERİ

Belirtiler astıma benzer

- Nefes verirken ıslık ya da hışıltı sesi duyulması,
- Nefes darlığı,
- Öksürük,
- Dışardan oksijen desteği ihtiyacının olması.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

KOAH ATAĞINDA İLK YARDIM

- Hastanın **rahat olduğu pozisyonu/oturur pozisyonu** almasına yardım edin.
- Zorla yatırılmaya çalışmayın.
- Kendisine ait ilaçları (inhaler) ve varsa oksijen almasına yardım edin.
- İlaçları aldıktan sonra **5 dakika içinde** düzelmezse 112'yi arayın/aratin.
- Salgılarını atabilmesi için öksürmeye teşvik edin.
- 112 acil yardım ekibi gelinceye kadar hastanın yanından ayrılmayın ve yaşam bulgularını takip edin.
- Solunum yoksa temel yaşam desteğine başlayın.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ÇOK HIZLI NEFES ALIP VEREN KİŞİDE BELİRTİLER

- Nefes darlığı,
- Eller, ayaklar, ağız çevresinde karıncalanma ve uyuşma,
- Baş dönmesi,
- Sersemlik hissi şeklinde belirtiler ortaya çıkabilir.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ÇOK HIZLI NEFES ALIP VEREN KİŞİDE İLK YARDIM

- Kişiyi güven verin.
- Sakin bir yerde oturmasını sağlayın.
- Karın kaslarını kullanarak burundan yavaşça nefes almasını, aldığı nefesi bir iki saniye içinde tutmasını ve daha sonra dudaklarını büzerek ağzından yavaşça vermesini söyleyin.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

KANAMALAR





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

KANAMA

Damar bütünlüğünün bozulması sonucu kanın damar dışına akmasıdır.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

DIŞ KANAMALARDA İLK YARDIM

- Hasta/yaralıyı sakinleştirmeye çalışın.
- Hasta/yaralıyı düz bir zemine **sırt üstü yatırın**.
- Yaralanma hafifse ve yaralı oturarak rahat edecekse oturtun.
- Hasta/yaralının solunum ve dolaşımını değerlendirin.
- Hayatı tehdit eden ve müdahale ile durduramadığınız kanamalarda hemen 112'yi arayın/aratın.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

DIŞ KANAMALARDA İLK YARDIM

- Yaralıyı mümkün olduğunca hareket ettirmeyin.
- Yaralanma bölgesindeki saat, yüzük gibi takıları varsa çıkarın.
- Kanama bölgesini göremiyorsanız kıyafetleri çıkararak veya keserek yarayı açığa çıkarın.
- Temiz bir bezi yaranın üzerine yerleştirin, **doğrudan bası uygulayın.**



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

DIŞ KANAMALARDA İLK YARDIM

Doğrudan bası uygularken

- Yara üzerine en az **5 dakika** boyunca sabit ve kesintisiz bası uygulayın.
- Kanama üzerindeki ilk bez ıslanırsa yerinden kaldırmadan üzerine ikinci bezi koyarak basıya devam edin.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

DIŞ KANAMALARDA İLK YARDIM

- Kanama **10 dakika içinde durmazsa** yerleştirilen bezlerin üzerine daha fazla bez ekleyin. Daha geniş bir alana daha sıkı bir şekilde bastırın.
- Doğrudan basıda kullanılan bezleri sabit tutmak için **basınçlı bandaj** uygulayın.



T.C. MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

DIŞ KANAMALARDA İLK YARDIM

Basıncı bandajı uygularken

- Yaraya yerleştirilen bezlerin üzerinden bir kumaşla uzvu sıkıca sarın.
- Dolaşımı kesecek kadar sıkı uygulamayın.
- Bandajı uyguladığınız bölgede ağrı, uyuşma, karıncalanma, ciltte renk değişikliği gibi belirtileri takip edin.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

DIŞ KANAMALARDA İLK YARDIM

Basınçlı bandaj uygulamak

- 112 hala aranmadıysa aramanıza,
- Hastanın başından kısa süreliğine de olsa ayrılmanıza,
- Başka hasta/yaralı varsa onlara da müdahale etmenize fırsat verir.
- Hasta/yaralının nakli sırasında da kolaylık sağlar.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

DIŞ KANAMALARDA İLK YARDIM

Turnike uygulanan durumlar

- Doğrudan bası ve basınçlı bandaj ile durdurulamayan hayatı tehdit eden uzuv kanamalarında,
- Uzuv kopması olan yaralanmalarda,
- Tek ilk yardımcı iseniz ve müdahale edilecek çok sayıda hasta/yaralı varsa.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

DIŞ KANAMALARDA İLK YARDIM

- Turnike uygulamasında kullanılacak malzeme en az **5-10 cm genişliğinde**, esnemeyen sargı bezi veya kumaş olmalıdır. İp ve tel gibi kesici malzemeler kullanılmamalıdır.
- Turnikeyi sıkmak ve gevşetmek için tahta parçası ve kalem gibi malzemeler turnikenin düğümünde kullanılabilir.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

DIŞ KANAMALARDA İLK YARDIM

Turnike uygularken

- Turnikeyi kol ve uyluk gibi tek kemikli bölgelere uygulayın.
- Uzun kopmalarında ön kol ve bacağı da uygulanabilir. Turnikeyi kanamanın olduğu bölgeye en yakın olan ve deri bütünlüğünün bozulmamış olduğu bölgeye uygulayın.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

DIŞ KANAMALARDA İLK YARDIM

- Turnikeyi kanamayı durduruncaya kadar sıkın, kanama durduktan sonra ise daha fazla sıkmayın.
- Turnike uygulanan **bölgenin üzerini örtmeyin**. Mutlaka görülecek şekilde açık bırakın.
- Hasta/yaralının üzerine veya alnına “Turnike” veya “T” harfi görülecek şekilde yazın.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

DIŞ KANAMALARDA İLK YARDIM

- Turnike üzerine uygulamanın yapıldığı **saati yazın**.
- Bu aşamaya kadar hala 112 aranmamışsa derhal arayın/aratin.
- 112 acil yardım ekibi gelinceye kadar turnikeye gevşetme, açma gibi ek bir işlem yapmayın.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

DIŞ KANAMALARDA İLK YARDIM

- Yaptığınız işlemleri hasta/yaralının üzerinde görülecek bir yere yazın.
- **Yiyecek, içecek vermeyin.**
- Bilincini ve yaşam bulgularını **2-3 dakikada** bir kontrol edin.
- Şok belirtileri varsa, konuşuyor ve nefes alıp veriyorsa 112 gelinceye kadar **şok pozisyonu** verin.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ŞOK POZİSYONU

- Hasta/yaralıyı düz olarak sırt üstü yatırın.
- Kalça ve bacaklarda yaralanma yoksa ayaklarını **30-60 derece** kaldırın.
- Bacakların altına yastık gibi bir destek koyun.
- Hareket veya pozisyon ağrıya neden oluyorsa **ayaklarını kaldırmayın**.
- Hasta/yaralıyı üzerini örterek ısıtın.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

İÇ KANAMA BELİRTİLERİ

- Ağız, burun, kulak, üreme organları, makattan kan gelmesi,
- Solunum sayısı ve kalp hızında artış,
- Soğuk, soluk, nemli cilt,
- Huzursuzluk ve endişe,
- Karın veya göğüste ağrı ve/veya şişlik,
- Bilinç değişikliği ve uyku hali.

Bir hastada aynı anda hem dış kanama hem de iç kanama olabileceği unutulmamalıdır. **Şok belirtileri izlenmelidir.**





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

İÇ KANAMALARDA İLK YARDIM

- Hasta/yaralının bilincini kontrol edin, 112'yi arayın/aratın.
- Hasta/yaralıyı sırt üstü yatırın, mümkün olduğunca **hareket ettirmeyin**.
- Hava yolunu, solunumunu ve dolaşımını değerlendirin.
- Şok belirtileri varsa **şok pozisyonuna** getirin.
- Hasta/yaralının ağzından kan geliyor veya kusuyorsa düz şekilde sağ yan tarafına çevirin.
- Öksürürken kan geliyorsa omurga yaralanması olmayan hasta/yaralıyı oturur veya yarı oturur pozisyona getirin.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

İÇ KANAMALARDA İLK YARDIM

- Hasta/yaralının üzerini örtün, aşırı ısıtmayın.
- **Yiyecek, içecek vermeyin.**
- Bilincini ve yaşam bulgularını **2-3 dakika** arayla kontrol edin.
- 112'ye teslim edinceye kadar hastanın başından ayrılmayın.
- Kanlı kusması, kanlı balgamı ve kanlı dışkılaması olan hasta/yaralıların kanama örneklerini atmayın ve sağlık ekibine teslim edin.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

UZUV KOPMASINDA İLK YARDIM

Hastanın kendisine müdahale

- Yaraya doğrudan bası veya basınçlı bandaj uygulayın.
- Ciddi kanama varsa turnike uygulayın.
- 112 aranmadıysa arayın/aratın.

Uzuv parçası tam kopmamışsa aradaki kopmayan yapıları kesinlikle kesmeyin. Parçayı normal pozisyonuna getirin ve **kuru, temiz bir beze sararak** üzerine bir buz paketi yerleştirin.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

UZUV KOPMASINDA İLK YARDIM

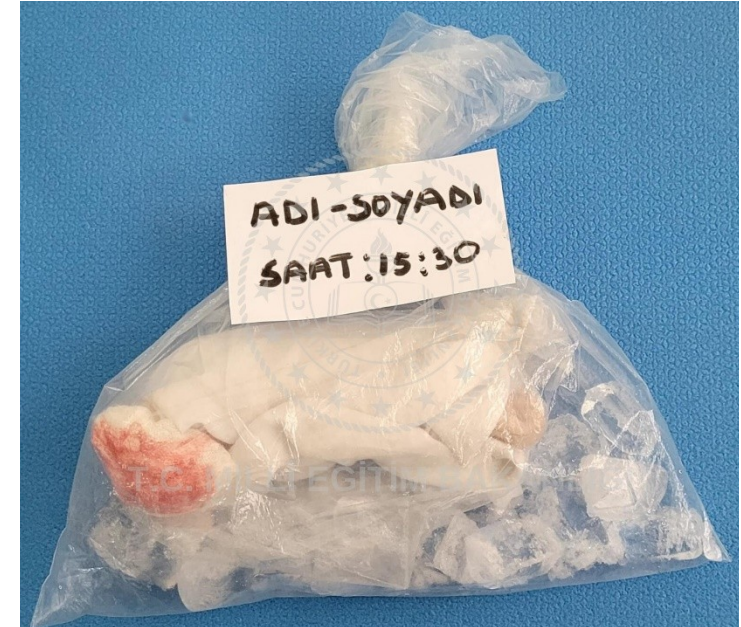
Kopan uzva müdahale

- Kopan uzuv parçasını kesinlikle yıkamayın, ıslatmayın, temiz beze sarın.
- Temiz, su geçirmez ve ağzı kapalı bir plastik torbaya yerleştirin.
- Plastik torbayı ağzını kapattıktan sonra, içerisinde **bir ölçek suya iki ölçek buz** konulmuş ikinci bir torbaya ya da kovaya koyun.
- Torbanın üzerine yaralının adını ve soyadını yazın. Torbayı yaralı ile aynı araca koyun, **en geç 6 saat içinde** sağlık kuruluşuna ulaşmasını sağlayın.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

UZUV KOPMASINDA İLK YARDIM





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

YABANCI CİSİM BATMALARINDA İLK YARDIM

- Cismi **kesinlikle çıkarmayın** ve hareket ettirmeyin.
- Cismi yaranın içerisinde **bulunduğu pozisyonda sabit tutmak için** etrafına gazlı bez yerleştirin, üzerine sargı bezi vb. ile yuvarlak bandaj yapın.
- Bandajın kanamayı durduracak, ancak tüm kan akışını kesmeyecek kadar sağlam olduğundan emin olun.
- 112'yi arayın/arattın.



T.C. MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

BURUN KANAMASINDA İLK YARDIM

- Hasta/yaralıyı sakinleştirin ve oturtun.
- Boyun yaralanması yoksa **başı hafifçe öne eğdirin.**
- Ağızdan nefes almasını söyleyin.
- Burun kanatlarını işaret parmağı ve başparmak ile sıkıştırmasını isteyin, yapamazsa siz yapın.
- Burun kanatlarını yaklaşık **10-15 dakika** sıkın.
- **15 dakikadan sonra** kanama devam ediyorsa 112'yi arayın/aratın.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

KULAK KANAMASINDA İLK YARDIM

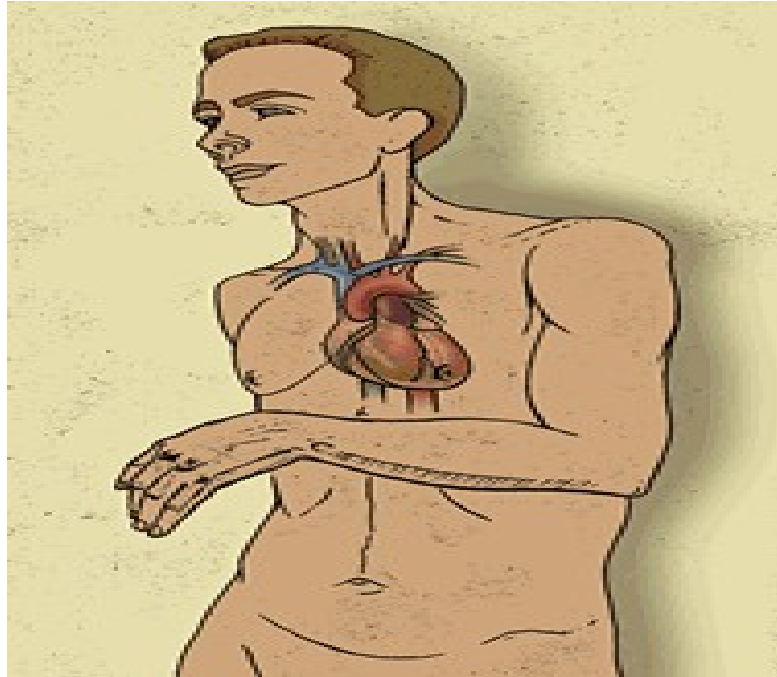
- Hasta/yaralıyı sakinleştirin.
- Kanama hafifse kulağı temiz bir bezle temizleyin.
- Kanama ciddiye kulağı tıkamadan temiz bezle kapatın.
- Bilinci açıksa hareket ettirmeden **sırt üstü yatırın**.
- Bilinci kapalı ve omurga yaralanması yoksa **kanayan kulak üzerine yan yatırın**.
- 112'yi arayın/aratın.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ŞOK VE GÖĞÜS AĞRISINDA İLK YARDIM





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ŞOK BELİRTİLERİ

- Endişe, huzursuzluk,
- Fenalık hissi, güçsüzlük,
- Baş dönmesi,
- Bulantı, kusma,
- Ciltte soğukluk, solukluk, nemlilik,
- Dudak çevresinde solukluk, morarma,
- Tırnaklarda morarma,
- Terleme,
- Susuzluk hissi,
- Kan basıncında düşme,
- Hızlı ve zayıf nabız,
- Hızlı ve yüzeysel solunum,
- Göğüs ağrısı,
- Bilinç seviyesinde azalma.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ŞOKTA İLK YARDIM

- Hasta/yaralının bilincini kontrol edin.
- 112'yi arayın/aratın.
- Düz zemine sırt üstü yatırın.
- Hava yolunu, solunum ve dolaşımını kontrol edin, temiz hava solumasını sağlayın.
- Hasta/yaralıyı zorunlu olmadıkça **hareket ettirmeyin.**
- **Şok pozisyonuna** getirin.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ŞOKTA İLK YARDIM

- Ağzından kan gelen veya kusan hasta/yaralıyı yan tarafına çevirin.
- Yaralanma ve kalp krizi şüphesi varsa bacaklarını kaldırmayın.
- Hasta/yaralının üzerini örtün, aşırı ısınmasına da engel olun.
- Hasta/yaralıya yiyecek, içecek vermeyin.
- Bilincini ve yaşam bulgularını **2-3 dakika arayla kontrol edin.**
- 112 acil yardım ekibi gelinceye kadar hasta/yaralının yanından ayrılmayın.
- Bilinci kapalı ve solunumu varsa derlenme pozisyonuna getirin.
- Solunumu durursa temel yaşam desteğine başlayın.

MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

KALP KRİZİ BELİRTİLERİ

- Göğüste rahatsızlık, ağrı hissedilmesi,
- Ağrının omuz, sırt, boyun, çene, kollar veya mideye yayılması,
- Ağrının göğüs ortasında, ezici, sıkıştırıcı ve baskı hissi şeklinde olması,
- Baş dönmesi, bayılma,
- Terleme,
- Nefes almada zorluk,
- Bulantı, kusma,
- Sıkıntı hissi.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

GÖĞÜS AĞRISINDA İLK YARDIM

- Ani göğüs ağrısı olan hasta için öncelikle 112'yi arayın/aratın.
- Hastanın bilincini ve yaşam bulgularını kontrol edin.
- Rahat bir pozisyonda/yarı oturur pozisyonda oturtun.
- Hastadan dinlenmesini ve hareket etmemesini isteyin.
- Sıkan kıyafetlerini gevşetin.
- Hastaya güven verin, sakinleştirin.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

GÖĞÜS AĞRISINDA İLK YARDIM

- Reçeteli ilacı varsa almasına yardımcı olun.
- Kalp hastalarında dinlenme ve ilaca rağmen göğüs ağrısında azalma olmuyorsa bu durumu kalp krizi olarak kabul edin.
- 112 hala aranmamışsa arayın/aratin.
- 112 acil yardım ekibi gelinceye kadar hastanın yanından ayrılmayın.
- Bilinci kapalı ve solunumu varsa derlenme pozisyonuna getirin.
- Hastanın solunumu durursa temel yaşam desteğine başlayın.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

YARALANMALARDA İLK YARDIM



BAŞ YARALANMALARI BELİRTİLERİ

- Başıta yara, şişlik, kanama,
- Baş ağrısı, baş dönmesi,
- Bilinç değişikliği,
- Hafıza kaybı,
- Bulantı, kusma,
- Burun veya kulaktan kanama,
- Kafatasında şekil bozukluğu,
- Kulak arkası ve göz çevresinde renk değişikliği, morarma,
- Koma.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

BAŞ YARALANMALARINDA İLK YARDIM

- Yaralının bilincini kontrol edin.
- 112'yi arayın/arattırın.
- Yaşam bulgularını kontrol edin.
- Hava yolu açıklığını sağlayın.

Bilinci açıksa

- Omurga yaralanma şüphesi yoksa yaralıyı sırt üstü rahat edebileceği pozisyonda yatırın.
- Yaralıda kusma varsa baş-boyun ve omurgayı aynı hizada tutarak yaralıyı yan çevirin.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

BAŞ YARALANMALARINDA İLK YARDIM

Bilinci kapalı ve solunumu varsa

- Baş yaralanmasına boyun yaralanması da eşlik edebileceğinden baş-boyun ve omurgayı aynı hizada tutarak yaralıyı yan çevirin.
- Hava yolu açıklığını sağlarken yüz kırıkları olan kemiklere kuvvet uygulamaktan kaçının.
- Dış kanama varsa aşırı kuvvet uygulamadan bası yapın.
- Kulaktan kan veya sıvı geliyorsa temiz bir bezi kulak üzerine hafifçe sabitleyin, mümkünse yaralıyı kan veya sıvı gelen kulak tarafına çevirin.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

BOYUN VE OMURGA YARALANMALARI BELİRTİLERİ

- Yaralanma bölgesinde ağrı, hassasiyet,
- El ve ayaklarda uyuşma, karıncalanma ve his kaybı,
- Yaralanma bölgesinin aşağısında duyu azalması veya kaybı,
- Kuvvet azalması veya kaybı.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

BOYUN VE OMURGA YARALANMALARINDA İLK YARDIM

- Yaralının bilincini kontrol edin, 112'yi arayın/aratin.
- Yaşam bulgularını kontrol edin.
- Yaralının hava yolu açıklığını sağlayın.

Bilinci açıksa

- Yaralıyı bulduğunuz pozisyonda sabit tutun, sadece tehlike anında hareket ettirin.
- Sıkan kıyafetleri varsa gevşetin.
- Omurganın hareketini önlemek için yaralının başını ve boynunu sabit tutun.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

BOYUN VE OMURGA YARALANMALARINDA İLK YARDIM

Bilinci kapalı ve solunumu varsa

- Yaralının baş ve boynunu elinizle sabitleyerek baş-boyun ve omurgayı aynı hizada tutarak derlenme pozisyonuna getirin.
- Omurganın hareketini önlemek için yaralının başını ve boynunu sabit tutun.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

BAŞ-BOYUN-OMURGA YARALANMALARINDA DİKKAT EDİLECEK NOKTALAR

- Yaralının hareket etmesine izin vermeyin.
- Yaralıya **boyunluk takmayın.**
- Kulak veya burundan gelen kan, sıvı akışını durdurmaya çalışmayın.
- Saplanmış bir nesne varsa çıkarmayın, sabitleyin.
- Kırık bölgesine bastırmayın.
- Başına darbe aldıktan sonra kendini iyi hissetse bile **yaralıda ciddi beyin hasarı olabilir.**
- Yaralının mutlaka sağlık kuruluşuna götürülmesini sağlayın.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

GÖĞÜS YARALANMALARI BELİRTİLERİ

- Nefes darlığı,
- Nefes alıp verirken ağrı,
- Ezici yaralanmalarda ağrı, hassasiyet, morarma,
- Delici aletin oluşturduğu yara,
- Yara üzerinde saplanmış cisim,
- Açık yarada nefes alırken içeri giren havaya ait ses duyulması,
- Nefes verirken yara yerinden çıkan hava kabarcığı, kan,
- Şok bulguları, bilinç kaybı.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

KAPALI (KÜNT) GÖĞÜS YARALANMALARINDA İLK YARDIM

- Yaralının bilincini kontrol edin, 112'yi arayın/arattın.
- Yaşam bulgularını kontrol edin.
- Yaralıyı sakinleştirin.
- Yaralıyı **yarı oturur pozisyona** getirin ve yarasının olduğu tarafa doğru eğilmesini sağlayın.
- Yaralının solunumunu izlemeye devam edin.
- Bilinci kapalı ve solunumu varsa **yaralı tarafına çevirerek derlenme pozisyonuna** getirin.
- Solunumu durursa temel yaşam desteğine başlayın.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

AÇIK GÖĞÜS YARALANMALARINDA İLK YARDIM

- Yaralının bilincini kontrol edin.
- 112'yi arayın/aratin.
- Yaşam bulgularını kontrol edin.
- Yaralıyı sakinleştirin.
- Yaralıyı **yarı oturur pozisyonuna** getirin. Yaranın olduğu tarafa doğru eğilmeye teşvik edin, zorlanıyorsa hareket ettirmeyin.
- Yaralanma yerinde kanama varsa kanamayı bası ile kontrol edin.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

AÇIK GÖĞÜS YARALANMALARINDA İLK YARDIM

- Yarayı açık bırakın veya gerekiyorsa **tıkayıcı olmayan** temiz bezle kapatın.
- Göğse saplanmış cismi kesinlikle çıkarmayın. Cismi sabit tutacak şekilde temiz bez yerleştirerek sabitleyin.
- Yaralının solunumunu izlemeye devam edin.
- Bilinci kapalı ve solunumu varsa **yaranın olduğu tarafa çevirerek derlenme pozisyonuna** getirin.
- Saplanmış cisim varsa sağlam tarafa çevirerek derlenme pozisyonuna getirin.
- Solunumu durursa temel yaşam desteğine başlayın.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

EZİCİ KARIN YARALANMALARI BELİRTİLERİ

- Karında ağrı, hassasiyet,
- Bulantı, kusma,
- Karında ezikler, sıyrıklar,
- Kızarıklık, morluk,
- Şişkinlik,
- Solukluk,
- İç kanamaya bağlı şok bulguları.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

EZİCİ KARIN YARALANMALARINDA İLK YARDIM

- Yaralının bilincini kontrol edin.
- 112'yi arayın/arattırın.
- Yaşam bulgularını kontrol edin.
- Yaralıyı düz bir zemine yatırın.
- **İç kanama ve şok belirtilerini izleyin.**
- Yiyecek, içecek vermeyin.
- Bilinci kapalı ve solunumu varsa **yarasının olduğu tarafa** çevirerek derlenme pozisyonuna getirin.
- Solunumu durursa temel yaşam desteğine başlayın.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

DELİCİ KARIN YARALANMALARİ BELİRTİLERİ

- Karında ağrı, hassasiyet,
- Bulantı,
- Kusma,
- Cilt kesisi,
- Karında saplanmış cisim,
- İç ve dış kanama,
- Ateşli silaha bağlı kurşun veya saçma giriş-çıkış izleri,
- Ciltten dışarı çıkan iç organlar,
- İç, dış kanamaya bağlı şok bulguları.



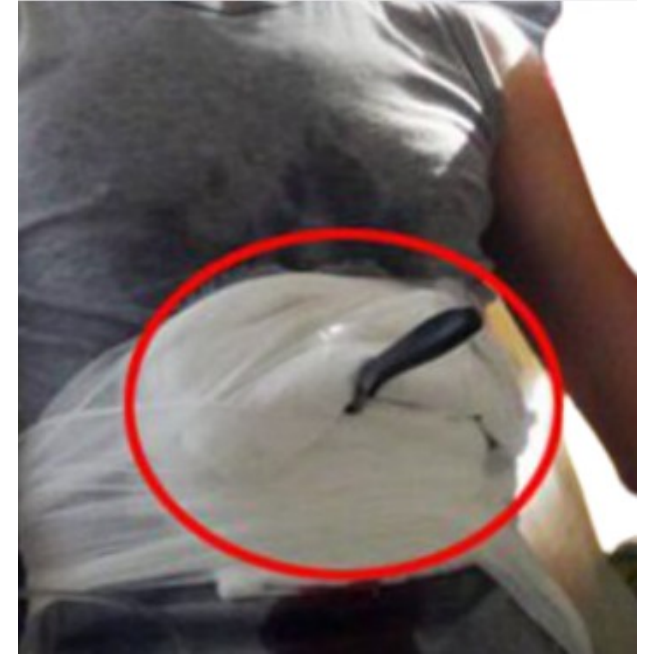
MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

DELİCİ KARIN YARALANMALARINDA İLK YARDIM

İç ve dış kanamaya bağlı şok bulguları oluşabilir.

Karın tahta gibi sert ve çok ağrılı ise durum ciddidir.

- Yaralının bilincini kontrol edin.
- 112'yi arayın/aratin.
- Yaşam bulgularını kontrol edin.
- Yaralıyı düz bir zemine yatırın.
- Yarayı kuru ve temiz bir bez örtün.
- Saplanmış bir cisim varsa kesinlikle çıkarmayın. Rulo şeklinde temiz bez yerleştirerek sabitleyin.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

DELİCİ KARIN YARALANMALARINDA İLK YARDIM

- Dış kanama varsa doğrudan bası ile kontrol edin.
- Karından dışarı çıkan organlara dokunmayın.
- Dışarı çıkan organları içeri sokmaya çalışmayın. Üzerine **temiz nemli bir bez örtün**, bez üzerini de temiz şeffaf gıda ambalajı veya alüminyum folyo ile örtüp bandaj yapın.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

DELİCİ KARIN YARALANMALARINDA İLK YARDIM

- Mümkünse yaralının dizlerini bükün.
- Isı kaybını engellemek için üzerini örtün.
- Su dahil herhangi bir **yiyecek, içecek vermeyin.**
- Yaralının yaşam bulgularını takip edin.
- Bilinci kapalı ve solunumu varsa **yaralı tarafına çevirerek derlenme pozisyonuna getirin.**
- Solunumu durursa temel yaşam desteğine başlayın.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

EZİLME YARALANMALARI BELİRTİLERİ

- Kırıklar,
- Halsizlik,
- Uykuya meyil,
- Bilinç değişiklikleri,
- Vücutta ve uzuvlarda ezilme şeklinde yaralar,
- İdrar miktarında azalma, renginde koyulaşma,
- Dış kanamalar,
- İç kanama belirtileri,
- Şok belirtileri.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

EZİLME YARALANMALARINDA İLK YARDIM

- Yaralının bilincini kontrol edin.
- 112'yi arayın/aratin.
- Yaşam bulgularını kontrol edin.
- Mümkün ve güvenli ise yaralıyı ezilmeyi oluşturan kuvvetlerden uzaklaştırın.
- Dış kanaması varsa doğrudan bası ile durdurun.
- **Yaralanan uzuvlarını hareket ettirmeyin.**
- Yaralıyı sıcak tutun.
- Yaralının durumunu izlemeye devam edin.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

EZİLME YARALANMALARINDA DİKKAT EDİLMESİ GEREKEN NOKTALAR

- Ezilme yaralanması olan bir yaralı ağrıdan şikayet etmeyebilir ve dış yaralanma belirtisi olmayabilir.
- Hafif yaralanmalarda dahi organ yetmezlikleri gelişebilir.
- **Ezilme yaralanmasına maruz kalan tüm yaralılar mutlaka hastaneye ulaştırılmalıdır.**





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

DİŞ KOPMALARINDA İLK YARDIM

- Kopan dişi **kökünden tutmayın.**
- **Temizlemeye çalışmayın.**
- Yerine yerleştirmeye çalışmayın.
- Kopan dişi streç filmde saklayın veya kişinin kendi tükürüğü, süt veya yumurta akı gibi protein içeren maddelerin içerisine koyun.
- Yaralıyı **mümkün olan en kısa zamanda kopan dişi ile birlikte diş hekimine yönlendirin.**





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

BOĞULMALARDA İLK YARDIM





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

BOĞULMA BELİRTİLERİ

- Ağız ve burundan köpük gelmesi,
- Soluk alıp vermede güçlük,
- Solunumun durması,
- Bilinç durumunda değişiklik ya da bilincin kapanması,
- Nabzın yavaşlaması ya da durması,
- Soğuk ve soluk cilt,
- Dudak ve tırnak gibi vücudun uç kısımlarında morarma.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

BOĞULMALARDA İLK YARDIM

- Olay yerinin güvenliğini değerlendirin.
- Boğulma tehlikesi olmadığından emin olun.
- Tek başınaysanız bağırarak yardım çağırın.
- Hasta/yaralıyı yalnız bırakmayın.
- **112'yi aratın.**





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

BOĞULMALARDA İLK YARDIM

Sudan çıkarıldıktan sonra solunum varsa

- Derlenme pozisyonuna getirin.
- Sıcak tutmak için üzerini örtün.
- Hasta/yaralıyı yalnız bırakmayın ve gözlemlemeye devam edin.

Solunum yoksa

- Temel yaşam desteğine başlayın.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

KIRIK, ÇIKIK VE BURKULMALARDA İLK YARDIM



KIRIK BELİRTİLERİ

- Ağrı,
- Hassasiyet,
- Hareketlerde zorlanma, hiç hareket ettirememe,
- Kırık yerinde şekil bozukluğu,
- Şişme, morarma,
- Açık yara, kanama,
- Uyluk veya leğen kemiği kırılmışsa şok belirtileri.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

KIRIKLARDA DİKKAT EDİLMESİ GEREKEN NOKTALAR

- **Bir kemiğin kırılıp kırılmadığından emin değilseniz kırık kabul edin.**
- Kırık bölgesinde şekil bozukluğu varsa düzeltmeye çalışmayın.
- Kırık şüphesi olan yere sert bir şekilde bastırmayın.
- Yaralanma yerinde hareketi engellemek için önlem alın.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

KIRIKLARDA İLK YARDIM

- 112'yi aratın.
- Yaralıda kırıkla birlikte başka yaralanma varsa müdahale önceliğini aciliyet durumuna göre belirleyin.
- Yaralı yaralanan kısmı destekleyebiliyorsa ondan bunu yapmasını isteyin.
- Yaralıya **hareketsiz kalmasını söyleyin.**
- Yaralı kısmı bir bandaj veya atel ile hareketsiz hale getirin.
- Atel veya bandajın altındaki dolaşımı kontrol edin.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

KIRIKLARDA İLK YARDIM

- 112 acil yardım ekibi gelinceye kadar yaralıyı sürekli gözlemleyin.
- Yaralıya su dahil kesinlikle herhangi bir **yiyecek, içecek vermeyin**.
- Şiddetli bir kanama varsa kanamanın üzerine bastırın ya da basınçlı bandaj uygulaması yapın.
- Bilinci kapalı ve solunumu varsa derlenme pozisyonuna getirin.
- Yaralıyı gözlemlemeye ve solunumunu kontrol etmeye devam edin.
- Solunumu durursa temel yaşam desteğine başlayın.

ÇIKIK BELİRTİLERİ

- Ağrı,
- Şişlik,
- Şekil bozukluğu,
- Sıcaklık,
- Morarma, kızarıklık,
- Hareket ettirmede zorluk.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ÇIKIKLARDA İLK YARDIM

- 112'yi aratın.
- Eklemi hareket ettirmeyin. Yardım gelinceye kadar **etkilenen eklemi sabit pozisyonunda tutun.**
- Yerinden çıkmış bir eklemi yerine oturtmaya çalışmayın.
- **Buz uygulaması** yapılabilir.
 - Buzu bir bez veya havluya sararak yaralanma bölgesine uygulayın.
 - Buz yoksa soğuk kompres yapın.
 - Buz uygulamaya **20 dakikadan fazla devam etmeyin.**





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ZORLANMA VE BURKULMA BELİRTİLERİ

- Etkilenen bölgede ağrı,
- Şişme,
- Morarma,
- Hassasiyet,
- Hareket kaybı,
- Etkilenen eklemi kullanamama.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ZORLANMA VE BURKULMALARDA İLK YARDIM

- Buz uygulaması yapılabilir. Buz uygulamasına 20 dakikadan fazla devam etmeyin.
- Yaralanma yerine **masaj, sıcak uygulama yapmayın.**
- Yaralının **hareket etmesine izin vermeyin.**
- Yaralının mutlaka dinlenmesini sağlayın.
- Ağrı gittikçe kötüleşiyorsa kırık olduğunu düşünüyorsanız yaralının sağlık kuruluşuna ulaşımını sağlayın.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ATEL (SABİTLEME) YÖNTEMLERİ



Köprük Kemığı ve Omuz Yaralanmaları



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ATEL YÖNTEMLERİ



Üst Kol Yaralanmaları

Dirsek Yaralanmaları

Önkol ve Bilek
Yaralanmaları

El ve Parmak
Yaralanmaları



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ATEL YÖNTEMLERİ



Leğen Kemiği Yaralanmaları



Uyluk Yaralanmaları



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ATEL YÖNTEMLERİ



Bacak Yaralanmaları



Diz Yaralanmaları



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ATEL YÖNTEMLERİ



Ayak Bileği Yaralanmaları

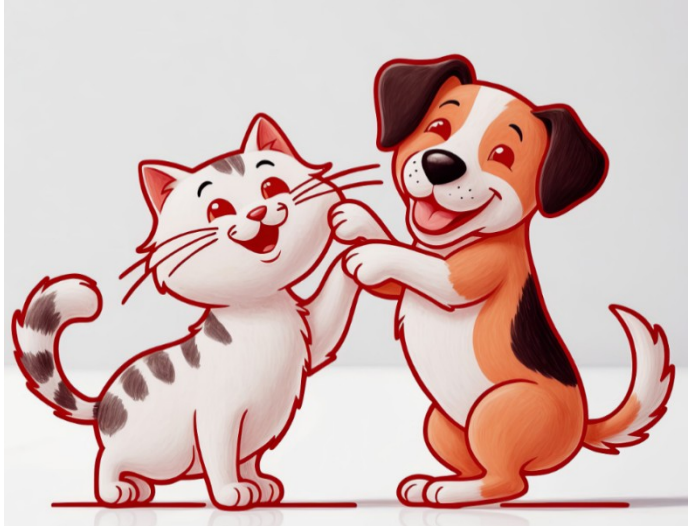


Ayak ve Ayak Parmak Yaralanmaları



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

BÖCEK SOKMALARINDA VE HAYVAN ISIRIKLARINDA İLK YARDIM





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

HAYVAN ISIRIKLARINDA İLK YARDIM

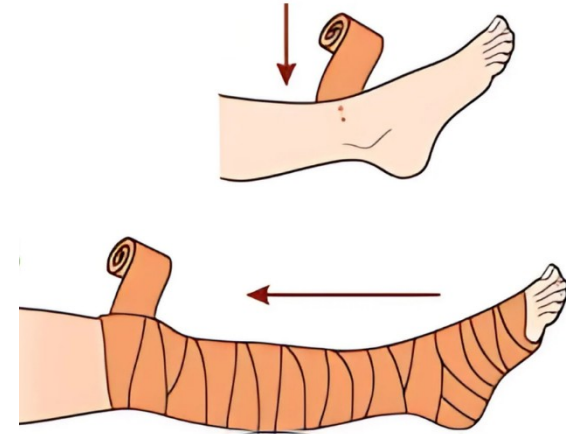
- Hasta/yaralının yaşam bulgularını değerlendirin.
- Isırılan kişinin kanı ve yarası ile temas etmemeye çalışın.
- Isırık yerini **10-15 dakika su ve sabunla** yıkayın.
- Yara kanıyorsa doğrudan bası ile kanamayı durdurun.
- Yarayı kuru temiz bezle örtün.
- **Kuduz ve tetanos aşıları** için sağlık kuruluşuna yönlendirin.
- Yaralanma ciddi ve hayati tehlikesi varsa 112'yi arayın/aratın.



YILAN ISIRIKLARINDA İLK YARDIM

Tüm yılan ısırıklarında yılan zehirliymiş gibi kabul edilmelidir.

- Isırılan kişiye uzanmasını, **hareket etmemesini söyleyin.**
- Yüzük, saat ve sıkı giysileri çıkarın.
- Yarayı temiz bezle örtün.
- Isırık yeri kol ve bacaklardaysa yara üstünden dolaşımı engellemeyecek şekilde **bandaj uygulayın.**
- Yaşam bulgularını gözlemleyin, 112'yi arayın/aratin.
- 112 acil yardım ekibi gelinceye kadar yaralıyla birlikte kalın.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

YILAN ISIRIKLARINDA DİKKAT EDİLMESİ GEREKEN NOKTALAR

- Yılan ısırığında yara üzerine **soğuk/buz** uygulamayın.
- Yaraya emme, kesme gibi işlemler yapmayın.
- **Turnike** uygulamayın.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

DENİZANASI SOKMALARINDA İLK YARDIM

- Kişinin etkilenen bölgeyi ovmasını önleyin.
- Dokunaçlarını kredi kartı vb. kullanarak çıkarın.
- Etkilenen bölgeyi **deniz suyu** ile yıkayın. Tatlı su kullanmayın.
- **Isı uygulaması** yapın.
- Zehirli denizanası olan bölgelerde 112'yi arayın/aratın.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

KENE ISIRIKLARI

Kene ısırıkları ağrısız olduğu için ısırılan kişiler keneyi çok sonra fark ederler.

Kene ısırıklarında özellikle **Kırım-Kongo Kanamalı Ateşi** görülebilir.

Kenenin insan vücudunda kaldığı sürenin uzaması ile hastalık geçiş riski artmaktadır. Kişi zaman kaybetmeden sağlık kuruluşuna yönlendirilmelidir. Kene hızlıca ve parçalamadan çıkarılmalıdır.

KENE ISIRIKLARINDA İLK YARDIM

- Keneye çıplak elle dokunmayın.
- Keneyi cımbız kullanarak cilde yapıştığı yere en yakın yerden baş kısmından tutarak çok sıkmadan yukarı doğru çekerek bütün olarak çıkartın.
- Kenenin gövdesini sıkmayın, bükmeyin, ezmeyin.
- Benzin, aseton gibi maddeler uygulamayın.
- Sıcak uygulamayın, keneyi yakmaya çalışmayın.
- Keneyi çıkartsanız bile gerekli kan testlerini yaptırmak için kişiyi mutlaka sağlık kuruluşuna yönlendirin.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ÖRÜMCEK ISIRIKLARINDA İLK YARDIM

- Isırılan bölgeyi su ve sabunla yıkayın.
- **Soğuk uygulama** yapın.
- Kan dolaşımını engellemeyecek şekilde bandaj uygulayın.
- Isırılan bölgede ağrı artışı ve uyuşukluk başlarsa zaman kaybetmeden sağlık kuruluşuna yönlendirin.
- Hastada sistemik bulgular varsa hemen 112'yi arayın/aratin.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

AKREP SOKMALARINDA İLK YARDIM

- Kişiyi sakinleştirin.
- Etkilenen bölgeyi hareket ettirmeyin.
- **Su ve sabunla** yıkayın.
- 15 dakika **soğuk uygulama** yapın.
- Kan dolaşımını engellemeyecek şekilde bandaj uygulayın.
- Etkilenen bölgeye kesme, emme işlemleri yapmayın.
- 112'yi arayın/aratın.

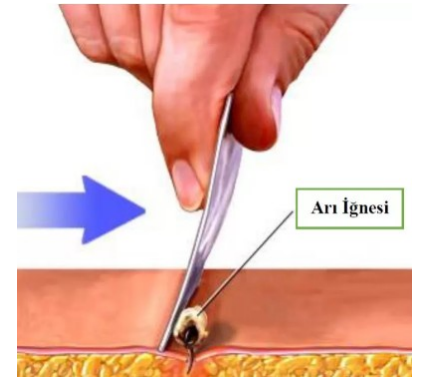




MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ARI SOKMALARINDA İLK YARDIM

- Kişiye yardım etmeden önce bölgenin güvenli olduğundan emin olun.
- Etkilenen bölgeyi **su ve sabun** ile yıkayın.
- Arının iğnesi görülüyorsa mümkün olduğunca **hızlı çıkarmaya çalışın**. İğneyi çıkarmak için kredi kartı gibi düz kenarlı bir alet kullanın.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ARI SOKMALARINDA İLK YARDIM

- Soğuk uygulama yapın.
- Ağız içi sokmalarında, alerji hikâyesi olanlarda, kişide tüm vücudu ilgilendiren belirtiler varsa hemen 112'yi arayın/arattın.
- Nefes darlığı, dil, boğaz ve yüzde şişlik gibi ciddi alerji belirtileri olan hastalara reçeteli ilacı varsa uygulanır.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ZEHİRLENMELERDE İLK YARDIM





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ZEHİRLENME YOLLARI VE ETKENLERİ

- **Sindirim:** Kimyasal maddeler, mantarlar, ilaçlar, temizlik ürünleri.
- **Solunum:** Soba, tüp kaçakları, klor, yapıştırıcılar, boyalar, temizlik ürünleri.
- **Enjeksiyon:** İlaç enjeksiyonu, hayvan ısırıkları, böcek sokması.
- **Cilt:** Temizlik ürünleri, ev bitkileri, bahçe ürünleri, endüstriyel zehirler.
- **Göz:** Temizlik ürünleri, bahçe ürünleri.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ZEHİRLENMELERDE GİRİŞ YOLUNA GÖRE BELİRTİLER

Sindirim yolu ile zehirlenme (ağızdan)

- Bulantı ve kusma,
- Karın ağrısı,
- Kalp ritim bozukluğu,
- Bilinç bozukluğu.

Solunum yolu ile zehirlenme (gazlar)

- Nefes darlığı,
- Kan oksijen seviyesinin düşmesi,
- Gri-mavi cilt,
- Kiraz kırmızısı dudaklar.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ZEHİRLENMELERDE GİRİŞ YOLUNA GÖRE BELİRTİLER

Enjeksiyon yolu ile zehirlenme

- Bölgede ağrı, kızarıklık, şişlik,
- Bulanık görme,
- Bulantı,
- Kusma,
- Nefes darlığı,
- Nöbet,
- Bilinç bozukluğu,
- Anafilaktik şok.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ZEHİRLENMELERDE GİRİŞ YOLUNA GÖRE BELİRTİLER

Cilt emilimi yolu ile zehirlenme

- Kimyasal yanık,
- Ağrı, şişme,
- Döküntü, kızarıklık, kaşıntı.

Göze sıçrayan maddelerle zehirlenme

- Gözde ağrı,
- Sulanma,
- Bulanık görme.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ZEHİRLENMELERDE İLK YARDIM

- **Kendiniz, çevre ve hasta açısından güvenliği sağlayın.** Bunun için
 - Eldiven, maske gibi güvenlik ekipmanları varsa kullanın.
 - Hasta/yaralının kıyafetine, vücut salgılarına dokunmayın, dokundurmayın.
 - Laboratuvar gibi bir yerde zehirlenme gerçekleştiyse neden olan maddeleri öğrenin, gerekli önlemleri alın.
 - Zehirli maddenin ne olduğunu sağlık ekiplerine söyleyin.
 - Birden fazla kişi aynı anda zehirlenmişse zehirlenme çevresel bir etkenden kaynaklanabilir. Uzun süre o ortamda kalmayın.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ZEHİRLENMELERDE İLK YARDIM

İlk olarak zehirlenmeye neden olan maddenin hangi yol ile alındığını dikkate alarak zehirli maddeyi hastadan uzaklaştırın.

- Zehirli madde **ağız yolu** ile alındıysa hastaya yiyecek, içecek vermeyin.
- Kusturmaya çalışmayın.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ZEHİRLENMELERDE İLK YARDIM

- Zehirlenme **solunum yolu** ile meydana gelmişse mutlaka ıslak bezle ağzınızı ve burnunuzu kapatın. Hasta/yaralıyı temiz havaya çıkarın veya ortamı havalandırın.
- Zehirlenme **cilt emilimi yolu** ile meydana gelmişse bulaşmış giysileri çıkarın, **20 dakika soğuk suyla** yıkayın.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ZEHİRLENMELERDE İLK YARDIM

- Zehirlenme **enjeksiyon yolu** ile meydana gelmişse iğneyi çıkarın.
- Zehirlenme **göze sıçrayan** madde ile meydana gelmişse gözü **10 dakika** boyunca yıkayın.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ZEHİRLENMELERDE İLK YARDIM

- 112'yi arayın/aratin.
- Hasta/yaralının bilincini kontrol edin.
- Bilinci kapalı ve solunumu varsa derlenme pozisyonuna getirin.
- Solunum durursa kendinizi koruyarak temel yaşam desteği uygulayın.

Hasta/yaralı solunum veya sindirim yoluyla zehirlendiyse ağızdan ağıza solunumda zehirli maddenin size bulaşabileceğini unutmayın.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ZEHİRLENMELERDE İLK YARDIM

İlk müdahale sonrası zehirlenmenin aydınlatılması ve tedaviyi yönlendirebilecek **ek bilgiler** hasta/yaralı veya yakınlarından toplanabilir.

- Zehirli maddenin türü ve hangi yolla alındığı,
- Hasta/yaralının herhangi bir ilaç, uyuşturucu madde veya alkol alıp almadığı,
- Mantar, bitki, deli bal gibi zehirlenmeye sebep olabilecek maddelerin tüketilip tüketilmediği,
- Zehirlenme laboratuvar, fabrika, tarla gibi bir yerde gerçekleşiyse zehirlenme etkeni sorgulanmalıdır. Zehirlenmeye sebep olabilecek olası başka bir maddenin de olup olmadığı sorgulanır.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ZEHİRLENMELERDE İLK YARDIM

- **Ulusal Zehir Danışma Merkezini (114 UZEM)** arayarak zehir ve yapılması gerekenler hakkında bilgi alın.



Ulusal Zehir Danışma Merkezi (UZEM), her türlü zehirlenme durumunda halka ve sağlık çalışanlarına 24 saat hizmet verir.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

İLAÇ VE MANTAR ZEHİRLENMELERİNDE İLK YARDIM

- Hastanın bilincini değerlendirin.
- Bilinci açıksa rahat edebileceği bir pozisyon verin.
- Zehirlenme ilaca bağlıysa **aldığı ilacın ne olduğunu sorun.**
- **Kesinlikle kusturmayın**, yiyecek, içecek vermeyin.
- Yaşam bulgularını kontrol edin.
- 112'yi arayın/arattın.
- Bilinci kapalı ve solunumu varsa derlenme pozisyonuna getirin.
- Solunumu durursa temel yaşam desteğine başlayın.
- 114'ü (UZEM) arayarak bilgi alın.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ALKOL ZEHİRLENMESİNDE İLK YARDIM

- Hastayı bilinç ve yaralanmalar açısından değerlendirin.
- Hasta/yaralıyı soğuktan korumak için üzerini örtün.
- Yaşam bulgularını takip edin.
- 112'yi arayın/aratin.
- Kusma varsa veya bilinç kapalıysa hastayı derlenme pozisyonuna getirin.
- Solunumu durursa temel yaşam desteğine başlayın.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

KARBONMONOKSİT ZEHİRLENMESİ BELİRTİLERİ

- Aşırı yorgunluk,
- Baş ağrısı,
- Grip belirtileri,
- Bulantı, kusma,
- Baş dönmesi, karıncalanma,
- Morarma,
- Göğüs ağrısı,
- Çarpıntı hissi,
- Cilt ve tırnaklarda kısa süreli kiraz kırmızısı renk değişimi,
- Bilinç kaybı,
- Koma,
- Solunum durması,
- Kalp durması.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

KARBONMONOKSİT ZEHİRLENMESİNDE İLK YARDIM

- Ortamın güvenliğinden emin olun.
- Güvenlik açısından endişeniz varsa 112'yi arayın.
- Kapalı alana girmeden önce iki-üç derin nefes alın ve nefesinizi uzun tutun. Varsa gaz maskesi kullanın.
- Hastayı ortamdan uzaklaştırın ve temiz havaya çıkarın.
- Hastayı yalnız bırakmadan çevreden yardım isteyin.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

KARBONMONOKSİT ZEHİRLENMESİNDE İLK YARDIM

- Hasta/yaralının üzerindeki giysileri gevşetin.
- Bilinci açıksa rahat nefes alacağı pozisyonu verin.
- Yaşam bulgularını takip edin.
- 112'yi arayın/aratin.
- Bilinci kapalı ve solunumu varsa derlenme pozisyonu verin.
- Solunumu durursa temel yaşam desteğine başlayın.
- Hastanın takibi için sağlık kuruluşuna naklini sağlayın.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ŞOFBEN ZEHİRLENMELERİNDE İLK YARDIM

- Hasta/yaralıyı ortamdan uzaklaştırın.
- Ortamın havalanmasını sağlayın.
- Yaşam bulgularını takip edin.
- 112'yi arayın/aratin.
- Bilinci kapalı ve solunum varsa derlenme pozisyonuna getirin.
- Solunumu durursa temel yaşam desteğine başlayın.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

YANIK, SOĞUK VE SICAK ACİLLERİNDE İLK YARDIM





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

TERMAL YANIKLAR

Yanığın ciddiyetini belirleyen faktörler

- Derinlik,
- Yaygınlık,
- Bölge,
- Enfeksiyon riski,
- Yaş,
- Solunum yoluyla görülen zarar,
- Önceden var olan hastalıklar.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

YANIK DERECELERİ

- 1. Derece:** Yanık cildin üst tabakası ile sınırlı olup, kızarıklık ve ağrıyla karakterizedir.
- 2. Derece:** Ciltte içi su dolu kabarcıklar (büller) ortaya çıkar. Ağrılıdır.
- 3. Derece:** Cildin tüm tabakaları, özellikle kaslar, sinirler ve damarlar etkilenir. Sinirler zarar gördüğü için **ağrı yoktur**.
- 4. Derece:** Kısmen kas ve kemik dokusu da hasar görmüştür. Sert ve kömürleşmiş durumdadır.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

TERMAL YANIKLAR

Yanığın olumsuz etkileri

- Organ ve sistemlerde işleyiş bozukluğuna,
- Yanık sonrası enfeksiyona,
- Ağrı ve sıvı kaybına bağlı olarak ise şoka neden olabilir.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

TERMAL YANIKLARDA İLK YARDIM

- Güvenliği sağlayın, ateş varsa söndürün ve gerekiyorsa elektrik sigortalarını kapatın. Yanma nedenini ortadan kaldırın.
- Alev almış ve hala yanmakta olan hasta/yaralıyı sakinleştirin ve koşmasını engelleyin. Mümkünse üzerini bir örtü ile kapatarak alevin hava ile temasını kesin veya yerde yuvarlanmasını sağlayın.
- Gerekli ise hasta/yaralıyı güvenli bir alana taşıyın.
- Hasta/yaralının yaşam bulgularını değerlendirin.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

TERMAL YANIKLARDA İLK YARDIM

- Solunum yolunun etkilenip etkilenmediğini, etkilenmişse solunum sıkıntısı olup olmadığını kontrol edin.
- Yanık bölgeyi **en az 20 dakika** soğuk su altında tutarak soğutun. Yanık yüzeyi büyükse ısı kaybı çok olacağından bu işlem yerine yanmış bölgeleri soğuk su ile ıslatılmış temiz bezlerle örterek soğutma işlemini 15-30 dakika olacak şekilde yapın.
- Giysi çıkarma işlemini soğutma sonrasına bırakın.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

TERMAL YANIKLARDA İLK YARDIM

- Yanmış alandaki yapışmamış giysileri cildi kaldırmadan keserek çıkarın. Giysiler yanan alana yapışmışsa etrafını keserek yapışmayan kısmını çıkarın.
- Elbiseler çıkarıldıktan sonra mümkünse yanık yerleri streç film gibi kuru, temiz bir malzeme ile örtün.
- Ödem oluşabileceği için yüzük, saat gibi takıları çıkarın.
- Ödemi engellemek için yanmış olan kolları ve bacakları kalp seviyesinden yüksekte tutun.
- 112'yi arayın/arattın.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

TERMAL YANIKLARDA DİKKAT EDİLMESİ GEREKEN NOKTALAR

- İçi su dolu kabarcıklar **patlatılmamalıdır**.
- Yanık yüzeyine yoğurt, buz ve merhem gibi maddeler sürülmemelidir.
- Yanık bölgelerine gazlı bez ve bandaj uygulaması yapılmamalıdır.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

KİMYASAL YANIKLARDA BELİRTİLER

- Şiddetli batma şeklinde ağrı,
- Ciltte tahriş, yanma,
- Solukluk, soyulma,
- Kabarcıklar,
- Ödem,
- Zehirlenme belirtileri.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

KİMYASAL YANIKLARDA İLK YARDIM

- Güvenliği sağlayın, kimyasalla temas etmediğinizden emin olun.
- Gerekğinde 112'yi arayın/aratın.
- Kimyasal maddeyle temas sonrası etkilenen bölgeyi **bol su ile yıkayın**.
- Bazı kimyasallarla su bir araya geldiği zaman yanık artabileceğinden kimyasal madde **ambalajlarının üzerindeki uyarıları da dikkate alın**.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

KİMYASAL YANIKLARDA İLK YARDIM

- Yanık toz kimyasal ile oluşmuşsa önce yanık yerindeki bulaşmış olan kuru kimyasalları **fırçalayarak temizleyin**. Sonra **10-15 dakika** akan suyla yıkayın.
- Yanık hidroklorik asit (tuz ruhu) ile gerçekleşmişse bol su ile yıkadıktan sonra etkilenen bölgeyi **15-20 dakika buzlu su** içinde bekletin.
- Kimyasal madde bulaşmış olan giysileri, takıları çıkarın.
- Yaşam bulgularını takip edin.
- Bilinci kapalı ve solunumu varsa derlenme pozisyonu verin.
- Solunumu durursa temel yaşam desteğine başlayın.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ELEKTRİK YANIKLARINDA BELİRTİLER

- Bilinç kaybı,
- Nefes almakta zorlanma,
- Solunumun durması,
- Kalp ritim bozukluğu,
- Kalp durması,
- Yanık yaraları,
- Kas spazmı.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ELEKTRİK YANIKLARINDA İLK YARDIM

- Öncelikle güvenlik sağlanmalıdır.
- Hasta/yaralı hala elektrik kaynağına bağlıysa asla dokunmayın. Elektrik **kaynağını kapatın**.
- Yüksek voltaj akımlarında; kabloyu veya elektrik kaynağını asla yaralıdan **uzaklaştırmaya çalışmayın**.
- Ev elektriğinde elektrik kaynağını kapatamıyorsanız plastik veya tahta gibi kuru ve iletken olmayan bir nesne kullanarak kaynağı yaralıdan uzaklaştırmayı deneyin.
- Yıldırım düşme riski varsa tehlike geçene kadar bekleyin.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ELEKTRİK YANIKLARINDA İLK YARDIM

Güvenlik önlemleri sonrası ilk yardım uygulamalarına başlayın.

- 112'yi arayın/arattın.
- Tehlike söz konusu değilse yaralıyı yerinden oynatmayın.
- Yanık yaralarını suyla soğutun. Soğutma işlemini sadece elektrik çarpma tehlikesi yoksa yapın ve **akımın kapalı olduğundan** da kesinlikle emin olun.
- Etkilenen bölgeye 10-15 dakika veya ağrı geçene kadar su dökün.
- Soğutma için çok soğuk su kullanmayın, hipotermiye neden olabilir.
- Yanık yaralarını temiz bezle örtün.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ELEKTRİK YANIKLARINDA İLK YARDIM

- Isı kaybını önlemek için yaralının üzerini örtün, aşırı ısıtmayın.
- Yanmış cilde yapışmamış kıyafetleri, takıları çıkarın.
- Yanık yaralarına takılan veya yapışan kıyafet ve takıları çıkarmayın.
- Ödem oluşacağı için yaralının kemerini, ayakkabılarını çıkarın.
- Yaralıyı 112 gelinceye kadar yalnız bırakmayın.
- Yaşam bulgularını takip edin.
- Bilinci kapalı ve solunumu varsa derlenme pozisyonu verin.
- Solunumu durursa temel yaşam desteğine başlayın.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

DONMA BELİRTİLERİ

Başlangıçta

- Etkilenen bölgede iğnelenme, zonklama, ağrı,
- Ciltte soğukluk, solukluk, beyazlaşma,
- Uyuşma, karıncalanma hissi görülür.

Donma ilerlemişse

- Etkilenen bölgenin sert ve donmuş hissedilmesi,
- Soğuktan çıktığında dokuda çözülme ve yumuşama,
- Ciltte kızarıklık, içi su dolu kabarcıklar,
- Ağrı görülür.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

DONMA BELİRTİLERİ

Donma daha da ilerlemişse

- Cilt beyaz, mavi veya lekeli,
- Etkilenen bölge sert ve soğuk hissedilir.
- Soğuktan çıktığında ve cilt çözöldüğünde içi kan dolu kabarcıklar oluşur ve bunlar kalın siyah kabuklara dönüşür. Bu aşamada bazı dokular ölmüştür.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

DONMALARDA İLK YARDIM

- Soğuktan korunduğunuzdan emin olun.
- Hasta/yaralıyı daha sıcak ve kapalı bir ortama alın. Bunu yaparken hasarı artıracığından dolayı kesinlikle yürütmeyin. **Hasta/yaralıyı taşıyın.**
- Islak giysileri kuru kıyafetlerle değiştirin.
- Eldiven, çizme ve takıları varsa yavaşça çıkarın.
- Bilinci açıksa sıcak içecekler verin.
- Hasta/yaralının göğüs kafesi, koltuk altı ve kasık bölgelerine **ılık su paketleri** koyun.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

DONMALARDA İLK YARDIM

- Etkilenen kısımları ellerinizle veya kişinin koltuk altlarını kullanarak ısıtın.
- **Etkilenen bölgeyi ovmayın.**
- Ateş veya ısıtıcı ile doğrudan ısı uygulamayın.
- Isıtma işlemini en az 30 dakika sürdürün. Etkilenen bölgeyi hareket ettirilebildiğinde işlemi durdurun.
- Donmuş alan çözüldükten sonra el ve ayak parmaklarını tek tek temiz bezlerle nazikçe sarın.
- 112'yi arayın/aratın.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

HİPOTERMİ BELİRTİLERİ

- Titreme,
- Konuşma bozukluğu,
- Yavaş, yüzeysel solunum,
- Enerji eksikliği,
- Uyuşukluk,
- Uykuya meyil,
- Hafıza kaybı,
- Bilinç kaybı.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

HİPOTERMİDE İLK YARDIM

- Hasta/yaralıyı daha sıcak ve kapalı bir yere taşıyarak soğukla temasını kesin mümkün değilse baş ve boyun bölgesini rüzgârdan koruyun.
- **Soğuk zeminle teması ortadan kaldırın.**
- Islak giysileri yavaşça çıkarın. Ilık, kuru kıyafetlerle değiştirin.
- Daha fazla ısınma gerekiyorsa bunu yavaş yavaş yapın. Boyun, göğüs ve kasık bölgelerine ılık, kuru kompresler uygulayın. Uzuvları ısıtmaya çalışmayın.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

HİPOTERMİDE İLK YARDIM

- Ilık, tatlı içecekleri yudum yudum içirin.
- Doğrudan ısı uygulamayın yavaş yavaş ısıtın.
- 112'yi arayın/arattın.
- Yaşam bulgularını kontrol edin.
- Bilinci kapalı ve solunumu varsa derlenme pozisyonu verin.
- Solunumu durursa temel yaşam desteğine başlayın.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

SICAK YORGUNLUĞU BELİRTİLERİ

- Aşırı terleme,
- Solgunluk,
- Kas krampları,
- Baş ağrısı,
- Baş dönmesi,
- Uykuya meyil, yorgunluk,
- Hızlı, yüzeysel solunum.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

SICAK YORGUNLUĞUNDA İLK YARDIM

- Hasta/yaralıyı serin bir yere taşıyın.
- Bacaklarını hafifçe kaldırarak uzanmasına yardım edin.
- Hasta/yaralıyı temiz bezle silerek ya da serin bir duş almasını sağlayarak soğutun.
- Hasta/yaralının dinlenmesini ve **bol su içmesini isteyin.**
- 112'yi arayın/aratın.
- Yaşam bulgularını kontrol edin.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

SICAK ÇARPMASI BELİRTİLERİ

- Sıcak, kırmızı kuru cilt,
- Baş ağrısı,
- Baş dönmesi,
- Uykuya meyil,
- Huzursuzluk,
- Çarpıntı,
- Terlemenin olmaması,
- Kaslarda kramp,
- İdrar miktarında azalma,
- Görme bozukluğu,
- Nöbet,
- Koma.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

SICAK ÇARPMASINDA İLK YARDIM

- Hasta/yaralıyı serin bir yere taşıyın.
- Yaşam bulgularını kontrol edin.
- Bacaklarını hafifçe kaldırarak uzanmasını ve dinlenmesini sağlayın.
- **Soğutma işlemi uygulayın.**
 - Temiz ıslak bezle silerek ya da serin duş almasını sağlayarak soğutun.
 - Bilinç değişikliği olan hastalarda soğutma için acele edin.
 - Soğutma işlemi vücut sıcaklığı 38-39°C olduğunda durdurulmalıdır.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

SICAK ÇARPMASINDA İLK YARDIM

- Bol su içmesini sağlayın.
- 112'yi arayın/arattın.
- Hasta/yaralının yaşam bulgularını kontrol edin.
- Bilinci kapalı ve solunumu varsa derlenme pozisyonuna getirin.
- Solunumu durursa temel yaşam desteğine başlayın.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

GÖZ, KULAK VE BURUNA YABANCI CİSİM KAÇMASINDA İLK YARDIM

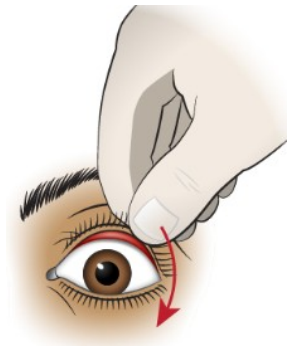




MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

GÖZE YABANCI CİSİM KAÇMASINDA İLK YARDIM

- Gözlerini ovalamaması için uyarın kaşımamasını önleyin.
- Gözün her bölümünü dikkatlice inceleyin.
- Gözü **oda sıcaklığında temiz su** ile burun tarafından başlayarak dışa doğru yıkayın.
- Yabancı cisim görünmüyor ve belirtiler devam ediyorsa üst göz kapağının altında olabilir. Kişiden gözünün üst kirpiklerini tutmasını ve üst göz kapağını alt kapağın üzerine çekmesini isteyin. Alt kirpikler yabancı cismi temizleyebilir.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

GÖZE YABANCI CİSİM KAÇMASINDA İLK YARDIM

- Diğer bir yöntem de fincan gibi bir nesnenin içine temiz su koyup gözünü içinde kapatıp açmasıdır.
- Toz zerresi gibi yabancı cisimleri görüyorsanız temiz, yumuşak peçeteyle gözün renkli kısmına değmeden almaya çalışın.
- Göze bir şey yapışmış veya gömülüyse **çıkarmaya çalışmayın.**
- Kişiyi sağlık kuruluşuna yönlendirin.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

KULAĞA YABANCI CİSİM KAÇMASINDA İLK YARDIM

- Yabancı cismi nasıl çıkaracağınızı bilmiyorsanız **çıkarmaya çalışmayın.**
- Yabancı cisim dışardan görünüyorsa ve alabileceğinizden eminseniz içeri doğru ilerletmeden almaya çalışın. Çıkaramıyorsanız direkt sağlık kuruluşuna yönlendirin.
- Kulakta bulunan düğme şeklindeki pil üzerine su dökülmemelidir.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

BURUNA YABANCI CİSİM KAÇMASINDA İLK YARDIM

- Solunum sıkıntısı varsa ağızdan sakın bir şekilde nefes almasını söyleyin.
- Sağlık kuruluşuna yönlendirin.
- Yabancı cisme dokunmayın, **çıkarmaya çalışmayın.**
- Cismin daha ileriye gitmesine yol açabileceğinden cımbız, şiş ve tığ gibi aletleri burun içerisine sokmayın.



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

YUTULAN YABANCI CİSİMDE İLK YARDIM

- Kişiyi sakinleştirin.
- **Ne yuttuğunu** öğrenmeye çalışın.
- Kusmasına izin vermeyin.
- Düğme şeklindeki pil yutan kişinin en kısa zamanda sağlık kuruluşuna gitmesini sağlayın.
- Piller, ilaçlar, zehirli bitkiler, kesici nesneler yutması durumunda, mide ağrısı, ağrılı ve/veya kanlı dışkılama şikâyeti varsa hemen sağlık kuruluşuna yönlendirin.





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

