



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



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

TEMEL YAŞAM DESTEĞİ (TVR)





MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

ÖĞRENİM HEDEFLERİ

- Ani kalp durması olan hastayı tanıyabilme,
- Yaşam zinciri ve halkalarını öğrenebilme,
- Erişkin ve çocuk/bebeklerde temel yaşam desteği ve OED uygulayabilme.



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 yanıtı (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 yanıtızsız ve iki veya daha fazla ilk yardımcı varsa

- İlk yardımcılardan 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

- Bilinci yoksa hasta/yaralıyı 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 ağızına ağızınızı yerleştirin ve **göğüs kafesi yeterince kalkıncaya kadar bir saniye** içerisinde üfleyin.
- Baş geri-çene yukarı pozisyonunu koruyarak 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

ÖZET

Beceri Rehberi
Erişkin TYD Uygulaması



MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

