



İLK YARDIMDA DİKKAT EDİLMESİ GEREKENLER

İLK YARDIM NEDİR?

Herhangi bir kaza, yaralanma veya ani hastalık durumunda, profesyonel sağlık ekipleri olay yerine ulaşana dek gerçekleştirilen hayati müdahalelerdir. Bu süreci şu şekilde detaylandırabiliriz:

İlaçsız Müdahale

- İlk yardımda asla ilaç kullanılmaz; yalnızca mevcut imkanlar ve basit araç-gereçler kullanılır.

Zamanla Yarış

- Temel amaç, tıbbi yardım gelene kadar geçen çok değerli "altın dakikalarda" hastanın yaşamsal fonksiyonlarını (solunum, kalp atışı) korumaktır.

Kötüleşmeyi Durdurma

- Mevcut durumun daha ciddi bir boyuta (örneğin, kanamanın durdurulamaması veya felç gibi) evrilmesini önlemeyi hedefler.

İyileşme Süreci

- Doğru yapılan bir ilk yardım, hastanede uygulanacak profesyonel tedavinin başarısını doğrudan artırır ve iyileşme süresini hızlandırır.

Özetle, ilk yardım, profesyonel yardım gelene dek hayata tutunmayı sağlayan bilinçli bir köprüdür.



İlk Yardım'ın ABC'si (Yaşam Bulgularının Değerlendirilmesi)

İlk Yardım'ın ABC'si (Yaşam Bulgularının Değerlendirilmesi)
Müdahale öncesi yapılan bu üç temel kontrol, hayat kurtarır:

A - Airway (Hava Yolu Açıklığı): * Öncelikle ağız içi kontrol edilir (yabancı bir cisim var mı?).

Ardından Baş-Geri Çene-Yukarı pozisyonu verilerek dilin geriye kaçması önlenir ve hava yolu açılır.

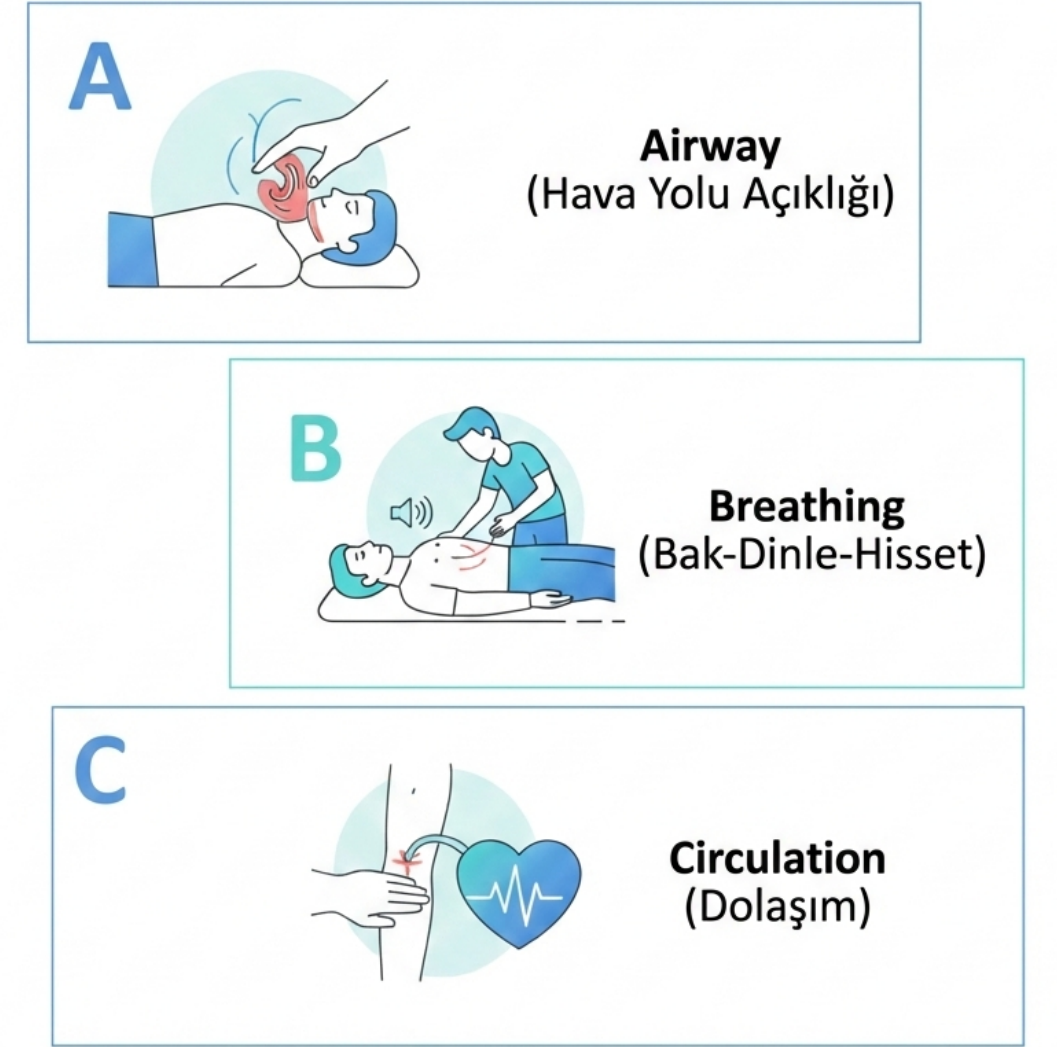
B - Breathing (Bak-Dinle-Hisset):

Yaralının nefes alıp almadığı 10 saniye boyunca kontrol edilir. Göğüs kafesi kalkıyor mu (Bak), nefes sesi geliyor mu (Dinle), nefes sıcaklığı yanağa geliyor mu (Hisset).

C - Circulation (Dolaşım):

Kan dolaşımının olup olmadığı kontrol edilir. Vücutta büyük bir kanama varsa durdurulur ve kalp atışının devamlılığı gözlemlenir.

İlk Yardım'n ABC'si



112 Arandığında Dikkat Edilmesi Gerekenler



112



ÖNEMLİ: Gereksiz meşguliyet, hayat kurtaracak yardımı geciktirebilir.

DOĞRU BİLİNEREN YANLIŞLAR

YANLIŞ:
Başı Geriye Atmak



DOĞRU:
Başı Hafifçe
Öne Eğmek

YANLIŞ:
Kolonya Koklatmak



DOĞRU:
Ayakları 30 cm
Yukarı Kaldırmak

YANLIŞ:
Diş Macunu Sürmek



DOĞRU:
Oda Sıcaklığında
Suyla Serinletmek



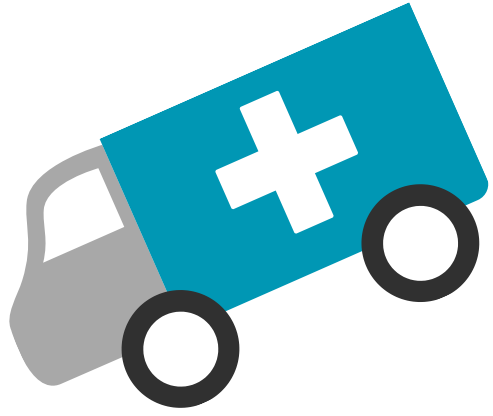
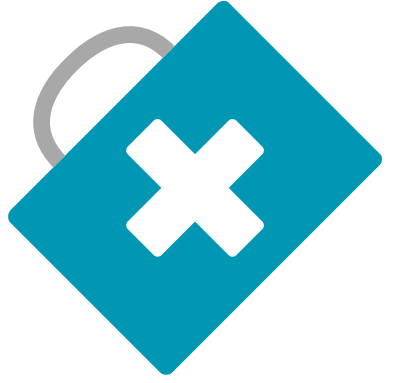
NEDEN İLK YARDIM ÖĞRENMELİYİZ?

Altın Saat Kuralı: Ağır yaralanmalarda veya ani kalp durmalarında, kazadan sonraki ilk 60 dakika hayatta kalma şansının en yüksek olduğu kritik süredir. Bu süreye "Altın Saat" denir.

Zamanla Yarış: Beyin hücreleri oksijensiz kaldığında sadece 4-6 dakika içinde ölmeye başlar. Ambulansın ortalama varış süresi ise genellikle bu süreden uzundur.

Farkı Siz Yaratırsınız: İşte tam bu noktada, o ilk dakikalarda yapacağınız doğru, bilinçli ve sakin bir ilk yardım müdahalesi (hava yolunu açmak, kanamayı durdurmak, kalp masajı yapmak) yaşamla ölüm arasındaki çizgiyi belirler.

Özetle: Bilinçsiz müdahale sakat bırakabilir veya öldürebilir; ancak doğru ilk yardım her zaman hayat kurtarır.





Sağlık, Kültür ve Spor Birim Müdürlüğü
Revir Hizmetleri