



ÜNİTE 16

İlk Yardım

Kazada hayat kurtaran ilk dakikalar



Okuma süresi: 20 dakika



EĞİTMENİNİZ

Değerli kursiyerimiz, yolda bir kazaya ilk ulaşan çoğu zaman bir sürücüdür. Bu ünitelerde ambulans gelene kadar hayat kurtaracak ilk yardım uygulamalarını öğreneceğiz.



İlk yardım nedir?

Kazada ya da hayatı tehdit eden bir durumda, sağlık ekibi gelene kadar, olay yerinde **tıbbi araç ve ilaç kullanmadan** yapılan müdahaledir.

Amaçları:

- ✓ **Hayati tehlikeyi ortadan kaldırmak**
- ✓ Yaşamsal fonksiyonları sürdürmek
- ✓ Durumun kötüleşmesini önlemek
- ✓ İyileşmeyi kolaylaştırmak



EĞİTMENİNİZ

İlk yardımcı doktor değildir. Görevi, hayatı korumak ve profesyonel yardım gelene kadar zaman kazanmaktır.

Temel uygulama: K-B-K



güvenli ortam → 112 → olay yerinde müdahale

- ✓ **Koruma:** Olay yerindeki tehlikeleri belirleyip güvenli ortam oluşturmak. Dörtlüler, reflektör, kontak kapalı, sigara yok.
- ✓ **Bildirme:** Olayı en hızlı şekilde **112**'ye bildirmek. Yer, olayın türü, yaralı sayısı ve durumu net söylenir.
- ✓ **Kurtarma:** Olay yerinde hızlı ve doğru müdahale.

 İlk kural: **Önce kendi güvenliğin.** Yaralı sayısını artırma.

Hayat kurtarma zinciri



kırmızı halkalar ilk yardımcının görevidir

Zincirin ilk iki halkası (112'yi aramak ve temel yaşam desteği) **ilk yardımcının** görevidir. Son iki halka ileri yaşam desteğidir.

İyi bir ilk yardımcı

- ✓ Sakin, kendine güvenen ve pratiktir.
- ✓ Eldeki imkânları değerlendirir; çevredekileri organize eder.
- ✓ Olayı doğru ve hızlı haber verir.

Birden fazla yaralı varsa

Öncelik	Kimler?
1.	Solunumu durmuş, ağır kanaması olan, bilinci kapalı ya da şokta olanlar
2.	Solunum güçlüğü çekenler, omurga ve kaburga kırığı olanlar, ağırlı açık yaralılar
3.	Kanaması ve ağrısı az olanlar, kol-bacak kırığı olanlar

Bağıran yaralı genellikle nefes alıyordur. **Sessiz yaralıya** önce bakın.

İlk değerlendirme: ABC

- ✓ **Bilinç:** Omuzlarına dokunup "İyi misiniz?" diye sorun.
- ✓ **A – Hava yolu:** Baş geri, çene yukarı pozisyonuyla hava yolunu açın. Ağızda yabancı cisim varsa çıkarın.
- ✓ **B – Solunum: Bak, dinle, hisset** yöntemiyle 10 saniye solunumu kontrol edin.
- ✓ **C – Dolaşım:** Deri rengine bakın; nabızı yetişkinde şah damarından 5 saniye kontrol edin.

Durum	Yapılacak
Bilinç kapalı, solunum var	Koma (yan yatış) pozisyonu
Bilinç ve solunum yok	Hemen temel yaşam desteği

Yaşam bulguları

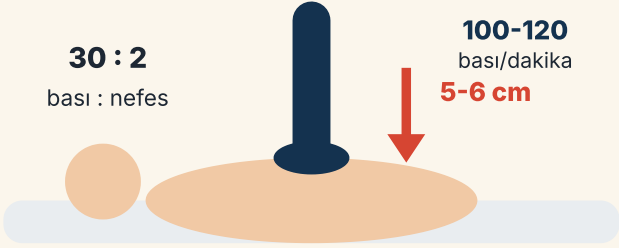
Bulgu	Yetişkinde normal
Solunum	dakikada 12-20
Nabız	dakikada 60-100
Vücut ısısı	yaklaşık 36,5 °C

Bilinç düzeyi:

- ✓ **Bilinç yerinde:** Tüm uyarılara cevap verir.
- ✓ **1. derece kayıp:** Sesli uyarılara cevap verir.
- ✓ **2. derece kayıp:** Yalnızca ağırlı uyarılara cevap verir.
- ✓ **3. derece kayıp:** Hiçbir uyarıya cevap vermez.

Çocuklarda solunum 16-22, nabız 100-120; bebeklerde nabız kolun üst-iç kısmından alınır.

Temel yaşam desteği (yetişkin)



1

Güvenlik ve bilinç kontrolü, 112

2

Hava yolunu aç, 10 sn solunum kontrolü

3

Göğsün ortasına 30 bası

4

2 kurtarıcı nefes (her biri 1 sn)

5

30:2 ile durmadan devam et

Kalp masajının püf noktaları

- ✓ Bir elin topuğu **göğüs kemiğinin alt yarısına**, diğer el üstüne; parmaklar kenetli, göğse değmez.
- ✓ Kollar **dirsekten bükülmeden**, göğse dik.
- ✓ Göğüs **5-6 cm** çöker; her basıdan sonra tamamen geri bırakılır.
- ✓ Hız: dakikada **100-120** bası.
- ✓ Sağlık ekibi gelene, kişi uyanana ya da siz yorulup bırakmak zorunda kalana kadar **kesintisiz** devam edin.



Ortamda **OED (otomatik şok cihazı)** varsa getirin, açın ve sesli komutlarını uygulayın.

Boğulma: hava yolu tıkanması

Kısmi tıkanma

Öksürür, konuşabilir, nefes alabilir.

Dokunmayın, öksürmeye teşvik edin.

Tam tıkanma

Konuşamaz, nefes alamaz, ellerini boğazına götürür, morarır.

✓ TAM TIKANMADA

Öne eğip kürek kemikleri arasına **5 kez sırt vuruşu**. Çıkmazsa arkasına geçip **5 kez karına bası (Heimlich)**. Cisim çıkana ya da bilinci kapanana kadar sırayla tekrarlayın.

Bilinci kaybolursa yere yatırın, 112'yi arayın ve temel yaşam desteğine başlayın.

Kanamalar



Atardamar

açık kırmızı, fişkirir



Toplardamar

koyu kırmızı, sızar



Kılcal

yavaş, damla damla

✓ DIŞ KANAMADA

Eldiven takın. Yaranın üzerine temiz bir bezle **doğrudan bastırın**. Kol ya da bacaksa kalp seviyesinin üstüne kaldırın. Bez kanla ıslanırsa almayın, üstüne yenisini koyun.

- ✓ Doğrudan baskıyla durmayan hayatı tehdit eden uzuv kanamasında **turnike** uygulanabilir; uygulama saati not edilir.
- ✓ **Burun kanaması:** Oturtun, başı **öne** eğin, burun kanatlarını 5 dakika sıkın. Başı geriye yatırmayın.
- ✓ **Kulaktan kan** geliyorsa (kafa travması): Kan gelen kulak alta gelecek şekilde yan yatırın, kulağı tıkamayın.

Şok

Şok: Dolaşım sisteminin hayati organlara yeterli kan gönderememesi.

Belirtileri: Hızlı ve zayıf nabız, hızlı yüzeysel solunum; soğuk, soluk ve nemli deri; dudak çevresinde morarma; susuzluk hissi, huzursuzluk, bilinç bulanıklığı.

✓ ŞOK POZİSYONU

Sırt üstü yatırın, bacakları **30 cm** kaldırın, üzerini örtüp sıcak tutun. Kanama varsa durdurun. Ağızdan bir şey vermeyin, 112'yi arayın.

Kırık ve çıkık

Kapalı kırık

Kemik kırılmış, deri sağlam.

Açık kırık

Deri yırtılmış; kanama ve enfeksiyon riski var.

Belirtiler: Hareketle artan ağrı, şekil bozukluğu, hareket kaybı, şişlik ve morarma.

- ✓ Yaralı sarsılmaz, gereksiz hareket ettirilmez.
- ✓ Kırık ya da çıkık **yerine oturtulmaya çalışılmaz;** bulunduğu şekilde, üst ve alt eklemleri içine alacak şekilde tahta, karton, battaniye ile **tespit** edilir.
- ✓ Açık kırıkta kemiğe dokunulmaz, yara temiz bezle örtülür.

Yanık ve zehirlenme

- ✓ **Yanık:** Yanan bölgeyi en az **20 dakika** soğuk akan suyla soğutun. Yanığa yapışmamış takı ve giysileri çıkarın. Diş macunu, yoğurt gibi şeyler **sürmeyin**; kabarcıkları patlatmayın.
- ✓ **Egzoz (karbonmonoksit) zehirlenmesi:** Baş ağrısı, baş dönmesi, bulantı, uyku hali. Kendinizi korumak şartıyla kişiyi hemen **temiz havaya** çıkarın, 112'yi arayın.
- ✓ **Ağızdan zehirlenme:** Kişiyi **kusturmayın**. 112'yi ya da Ulusal Zehir Danışma Merkezini (**114**) arayın.



EĞİTMENİNİZ

Kabinde motor çalışırken, kapalı alanda uyumayın. Egzoz gazı kokusuz ve renksizdir; uyurken öldürür.

Yaralı pozisyonları

Durum	Pozisyon
Bilinç kapalı, solunum var; kusan	Koma (yan yatış)
Şok, bayılma	Sırt üstü, bacaklar yukarı
Göğüs yaralanması, solunum güçlüğü	Yarı oturur
Baş-yüz yaralanması	Yarı oturur
Omurga, kalça kırığı	Sırt üstü, hareketsiz , sedyeye sabit
Açık karın yarası	Sırt üstü, dizler bükük
Burun kanaması	Oturur, baş öne

Yaralıyı araçtan çıkarmak

Yaralı araçtan **yalnızca hayati tehlike** varsa çıkarılır: yangın, patlama riski, solunum durması.

Rautek manevrası: Omurilik zarar görmeden yaralıyı araçtan çıkarma yöntemi.

1**Kolları göğsünde çaprazlanır****2****Arkasından kollarının altından girilir****3****Bir kolu, çenesini de destekleyerek tutulur****4****Baş-boyun eksenini korunarak çekilir**

Tehlike yoksa yaralı yerinden oynatılmaz; 112 ekibi beklenir.

Taşıma yöntemleri

- ✓ **Sürükleme:** Ağır kişilerde ve dar alanlarda; koltuk altından ya da ayak bileklerinden, mümkünse battaniyeyle.
- ✓ **Kucakta taşıma:** Çocuk ve hafif kişiler.
- ✓ **Omuzdan destek:** Yürüyebilen hafif yaralılar.
- ✓ **Sırtta taşıma:** Bilinci açık kişiler.
- ✓ **İtfaiyeci yöntemi:** Yürüyemeyen ya da bilinci kapalı kişiyi tek kişi hızla uzaklaştırmak için.
- ✓ **Altın beşik (2-3-4 elle):** Ciddi yarası olmayan, yardım edebilen kişiler.
- ✓ **Sandalyeyle:** Bilinçli kişiyi merdivenden indirip çıkarmak için.

Taşıırken dizleri bükün, sırtı düz tutun; baş-boyun eksenini bozulmasın. Komutu baş tarafını tutan kişi verir.

Çalışmaya devam edin



SRC Dijital Eğitim Kitabı

Diğer derslere devam etmek için dokununuz



SRC Sınav Salonu

Deneme sınavlarına girmek için dokununuz

Yeni Ümit SRC Belgesi



Camlıkahve Meydanı, Mareşal Çakmak, Bağcılar
Cd. No:114 D:1, 34160 Güngören/İstanbul



0 212 641 97 73



WhatsApp: 0 530 957 79 13

Sosyal medya hesaplarımız



facebook.com/yeniumitsrcbelgesi



instagram.com/yeniumitsrcbelgesi



EĞİTMENİNİZ

Bu üniteyi tamamladınız, tebrikler! Sıradaki derse geçebilir ya da sınav salonunda kendinizi deneyebilirsiniz. Başarılar dileriz.