

Editörler

Doç.Dr.Hicran Yıldız & Dr.Emine Çatal

İLK YARDIM

Yazarlar

Prof. Dr. Sakine Boyraz
Doç.Dr.Hicran Yıldız
Doç.Dr.Neriman Akansel
Yrd.Doç.Dr. Evrim Çelebi
Yrd.Doç.Dr. Funda Çetinkaya
Yrd.Doç.Dr. Selda Rızalar
Yrd.Doç.Dr. Tuğba Menekli
Dr. Emine Çatal
Dr. Önder Cartılı
Dr.Sacide Yıldızeli Topçu
Dr.Serap Gökçe
Meltem Aydın Beşen
Seval Uslu



Editörler
Doç.Dr.Hicran Yıldız & Dr.Emine Çatal
İlk Yardım

ISBN: 978-605-5044-59-6

Kitapta yer alan bölümlerin sorumluluğu yazarlarına aittir.

1.Baskı 2015

Bu kitabın basım,yayın ve satış hakları Lisans Yayıncılığa aittir.Anılan kuruluşun izni alınmadan kitabın tümü ya da bölümleri mekanik,elektronik veya başka yöntemlerle çoğaltılamaz basılamaz ve dağıtılamaz.

Lord Matbaası

Lisans Yayıncılık
Tahtakale Mah. Hicret Sokak No:31/B
Avcılar-İSTANBUL
e-posta : lisans@lisansyayincilik.com.tr
www.lisansyayincilik.com.tr

ÖNSÖZ

Yaşam boyunca bireyler aniden gelişen kaza ya da yaralanmalarla karşı karşıya kalabilir, müdahale edilen ya da müdahale eden kişi olabilirler. Böyle durumlarda kazazede, yaralı veya hastaya en kısa sürede doğru müdahalenin yapılması gereklidir. Acil yardım ekibi gelene kadar yapılan doğru, hızlı ve etkin ilk yardım uygulamaları hayat kurtarıcı nitelik taşımaktadır. Bu nedenle, ilkyardım gereken durumlarda ne yapılacağını, nasıl yapılacağını, nasıl yardım çağrılacağını bilmesi son derece önemlidir.

Bu kitap, ilkyardım eğitimlerinde kullanılmak üzere güncel ve pratik bilgileri kapsayacak şekilde akademik bir grup tarafından hazırlanmıştır.

Emeği geçen herkese teşekkür ediyor, okuyuculara yaralı olmasını diliyoruz.

İstanbul,2015

Editörler

Doç.Dr. Hicran Yıldız & Dr.Emine Çatal

İÇİNDEKİLER

Önsöz,	III
Bölüm 1	15
İLK YARDIM İLE İLGİLİ KAVRAMLAR	16
1.1. İlk Yardım	16
1.2. İlk Yardımın Temel İlkeleri	16
1.3. İlk Yardımcının Özellikleri	17
1.4. İlk Yardımın Temel Kuralları	19
1.5. Koruma	19
1.5.1. Olay Yerinin Değerlendirilmesi	20
1.5.2. Olay Yeri Güvenliğinin Sağlanması	20
1.6. Bildirme	22
1.7. Kurtarma	22
Yararlanılan Kaynaklar	23
Bölüm 2	
BİRİNCİ ve İKİNCİ DEĞERLENDİRME	25
2.1. İnsan Vücudu ve İşleyişi	26
2.1.1. Vücut Sistemleri	26
2.1.1.1. Hareket Sistemi	26
2.1.1.2. Dolaşım Sistemi	27
2.1.1.3. Sinir Sistemi	28
2.1.1.4. Solunum Sistemi	29
2.1.1.5. Boşaltım Sistemi	30
2.1.1.6. Sindirim Sistemi	31
2.1.1.7. Üreme Sistemi	31
2.1.2. Yaşam Bulguları	31
2.2. Hasta veya Yaralıların Birinci Değerlendirmesi	35
2.2.1. Bilinç Durumunun Değerlendirilmesi	39

2.2.2. Dolaşımın Değerlendirilmesi	40
2.2.3. Hava Yolu Açıklığının Değerlendirilmesi	40
2.2.4. Solunumun Değerlendirilmesi	42
2.3. Hasta ve Yaralının İkinci Değerlendirmesi	42
2.3.1. Görüşerek Bilgi Edinme	43
2.3.2. Baş ve Boyun Muayenesi	44
2.3.3. Göğüs ve Karın Muayenesi	44
2.3.4. Kol ve Bacak Muayenesi	45
2.4. İyileşme Pozisyonu	45
2.5. Giysilerin Çıkarılması	46
2.6. Hasta ve Yaralının İzlemi	47
Yararlanılan Kaynaklar	48

Bölüm 3

TEMEL YAŞAM DESTEĞİ	49
3.1. Yetişkinlerde Temel Yaşam Desteği (TYD)	50
3.1.1. Temel Yaşam Desteği	51
3.1.2. Yetişkinlerde Temel Yaşam Desteği Uygulama Tekniği	52
3.1.2.1. Yetişkinlerde Dış Kalp Masajı	55
3.1.2.2. Yetişkinlerde Hava Yolu Açıklığının Sağlanması	58
3.1.2.3. Yetişkinlerde Ağızdan-Ağıza Suni Solunum	60
3.1.2.4. Yetişkinlerde Ağızdan Buruna Suni Solunum	61
3.1.3. Yetişkinlerde Temel Yaşam Desteğini Sonlandırma Kriterleri	62
3.1.4. Temel Yaşam Desteğinin Komplikasyonları	63
3.2. Çocuklarda Temel Yaşam Desteği	63
3.2.1. Solunum Sistemi Farklılıkları	64
3.2.2. Dolaşım Sistemi Farklılıkları	64
3.2.3. Çocuklarda Temel Yaşam Desteği Uygulama Tekniği	64
3.2.3.1. Çocuklarda Dış Kalp Masajı	65

3.2.3.2. Çocuklarda Hava Yolu Açıklığının Sağlanması	66
3.2.3.3. Çocuklarda Ağızdan Ağza Suni Solunum	67
3.3. Bebeklerde Temel Yaşam Desteği	68
3.3.1. Bebeklerde Temel Yaşam Desteği Uygulama Tekniği	68
3.3.1.1. Bebeklerde Dış Kalp Masajı	69
3.3.1.2. Bebeklerde Hava Yolu Açıklığının Sağlanması	70
3.3.1.3. Bebeklerde Suni Solunum	71
3.4. Solunum Yolu Tıkanıklığında İlk Yardım	72
3.4.1. Solunum Yolu Tıkanıklığı	72
3.4.2. Tıkanma Çeşitleri	72
3.4.2.1. Kısmi Tıkanma	73
3.4.2.2. Tam Tıkanma	73
3.4.3. Bebeklerde Solunum Yolu Tıkanmalarında İlk Yardım	76
Yararlanılan Kaynaklar	79

Bölüm 4

KANAMALARDA İLK YARDIM	83
4.1. Kanama	84
4.2. Kanama Çeşitleri	84
4.2.1. Vücutta Kanın Aktığı Bölgeye Göre Kanamalar	84
4.2.2. Kanayan Damarın Özelliğine Göre Kanamalar	85
4.3. İç Kanamalarda İlk Yardım	85
4.3.1. İç Kanaması Olan Hasta veya Yaralıda Görülebilecek Değişiklikler	86
4.3.2. İç Kanamalarda İlk Yardım Uygulaması	87
4.3.2.1. Beyin Kanaması	87
4.3.2.2. Akciğer Kanaması	88
4.3.2.3. Mide Kanaması	88
4.3.2.4. Rektal Kanama	89
4.4. Dış Kanamalarda Genel İlk Yardım Uygulamaları	89

4.4.1.Yara Üzerine Direkt Baskı Uygulama	89
4.4.2.Kanayan Bölgeyi Yukarıya Kaldırma	90
4.4.3.Bası Noktalarına Basınç Uygulanma	90
4.4.4.Turnike (Boğucu Sargı) Uygulama	91
4.4.5.Uzuv Kopması Durumunda İlk Yardım Uygulama	93
4.5.Diğer Kanamalarda İlk Yardım	93
4.5.1.Ağız Kanamalarında İlk Yardım	93
4.5.2.Burun Kanamalarında İlk Yardım	93
4.5.3.Kulak Kanamalarında İlk Yardım	94
4.5.4.Varis Kanamaları	95
Yararlanılan Kaynaklar	96

Bölüm 5

ŞOKLARDA İLK YARDIM

5.1.Şok	98
5.2. Şok Çeşitleri	99
5.3.Şokta İlk Yardım	100
Yararlanılan Kaynaklar	104

Bölüm 6

YARALANMALARDA İLK YARDIM

6.1.Yara	108
6.2.Yara Çeşitleri	109
6.2.1.Sıyrık Yara	110
6.2.2.Kesik Yara	111
6.2.3.Ezik Yara	111
6.2.4.Delici Yara	112
6.2.5.Ayrılma Yaraları	113
6.2.6.Enfekte Yara	113
6.3.Ciddi Yaralar	114
6.4.Yaralanmalarda İlk Yardım	114
Yaralanılan Kaynaklar	117

Bölüm 7	
TRAVMALARDA İLK YARDIM	
	119
7.1.Travma	120
7.2.Travma Çeşitleri	120
7.2.1.Açık Travmalar	120
7.2.2.Kapalı Travmalar	120
7.3.Kafa ve Omurga Yaralanmaları	121
7.3.1.Kafa ve Omurga Yaralanma Çeşitleri	121
7.3.1.1.Saçlı Deride Yaralanmaları	121
7.3.1.2.Kafatası Kırıkları	122
7.3.1.3.Yüz Yaralanmaları	122
7.3.1.4.Omurga (Bel Kemiği) Yaralanmaları	123
7.4.Delici Karın Yaralanmaları	130
7.4.1.Delici Karın Yaralanmalarının Belirtileri	130
7.4.2.Delici Karın Yaralanmalarında İlk Yardım	131
Yararlanılan Kaynaklar	132
Bölüm 8	
KIRIK, ÇIKIK VE BURKULMALARDA İLK YARDIM	
	135
8.1.Kırık, Çıkık ve Burkulmalar	136
8.1.1.Kırık	136
8.1.1.1.Kırıklarda İlk Yardım	138
8.1.2. Çıkık	141
8.1.2.1.Çıkıklarda İlk Yardım	141
8.1.3. Burkulma	143
8.1.3.1.Burkulmalarda İlk Yardım	143
8.2.Üst Ekstremitte Kırık, Çıkık ve Burkulmalarında Üçgen	
Sargı, Bandaj ve Tespit Uygulamaları	144
8.2.1.Üst Ekstremitelere Üçgen Sargı ve Bandaj Uygulama	145
8.2.2.Üst Ekstremitelere Tespit uygulama	148
8.3. Alt Ekstremitte Kırık, Çıkık ve Burkulmalarında Üçgen	
Sargı, Bandaj ve Tespit Uygulamaları	152
8.3.1. Alt Ekstremitelere Üçgen Sargı ve Bandaj Uygulama	152
8.3.2. Alt Ekstremitelere Tespit Uygulama	154
Yararlanılan Kaynaklar	157

Bölüm 9	
BİLİNÇ BOZUKLUĞUNA NEDEN OLAN DURUMLARDA İLK YARDIM	
	159
9.1.Bilinç Bozukluğu	160
9.2.Bilinç Bozukluğuna Neden Olan Bazı Hastalıklarda İlk Yardım	163
9.2.1.Havalede (Konvülsiyon) İlk Yardım	163
9.2.2.Epilepside (Sara Krizi) İlk Yardım	164
9.2.3.Diyabette (Şeker Hastalığı) İlk Yardım	166
9.2.3.1.Kan Şekeri Yüksekliği (Hiperglisemi)	166
9.2.3.2.Kan Şekeri Düşüklüğü (Hipoglisemi)	166
9.2.4.Göğüs Ağrısında İlk Yardım	167
9.2.4.1. Göğüs Ağrısı (Angina Pektoris)	167
9.2.4.2.Kalp Krizi	168
9.2.5.Bayılmada İlk Yardım	169
9.2.6.Komada İlk Yardım	169
9.2.7.Felçte İlk Yardım	170
9.2.8. Vurgunda İlk Yardım	170
Yararlanılan Kaynaklar	172

Bölüm 10	
ZEHİRLENMELERDE İLK YARDIM	
	175
10.1. Zehirlenme	176
10.2. Zehirlenme Nedenleri	176
10.3. Zehirlenme Belirtileri	177
10.4. Zehirlenme Çeşitleri	178
10.4.1. Sindirim Yoluyla Zehirlenmeler	178
10.4.2. Solunum Yoluyla Zehirlenmeler	188
10.4.3. Deri Yoluyla Zehirlenmeler	192
10.4.4. Enjeksiyon Yoluyla Zehirlenmeler	195
10.5. Zehirlenmelerde Genel İlk yardım	196
10.6.Zehirlenmelerde Yapılmaması gerekenler	197
10.7. Zehirlenmelerde Korunma	197
Yararlanılan Kaynaklar	201

Bölüm 11	
ISIRMA VE SOKMALARDA İLK YARDIM	203
11.1. Isırma ve Sokma	204
11.1.1. Arı Sokması	204
11.1.2. Akrep Sokması	205
11.1.3. Yılan Isırması	207
11.1.4. Kene Isırması	209
11.1.5. Örümcek Isırması	211
11.1.6. Deniz Canlısı Sokması	212
11.1.7. Kedi-Köpek Isırması	215
11.2. Isırma ve Sokmalarda Genel İlk Yardım	217
11.3. Isırma ve Sokmalarda Korunma	217
Yararlanılan Kaynaklar	218

Bölüm 12	
SICAK ve SOĞUKLA İLGİLİ ACİLLER, YANIKLAR	221
12.1. Sıcakla İlgili Acil Durumlar	222
12.1.1. Sıcakla İlgili Minör Problemlerde İlk Yardım	223
12.1.1.1. Sıcak Bitkinliği	223
12.1.1.2. Sıcak Krampları	224
12.1.1.3. Sıcak Senkobu	225
12.1.1.4. Sıcak Ödemi	225
12.1.2. Sıcak Çarpması ve İlk Yardım	226
12.2. Soğukla İlgili Acil Durumlar	228
12.2.1. Lokal Soğuk Yaralanmalarında İlk Yardım	228
12.2.1.1. Frostnip	228
12.2.1.2. Frostbite	229
12.2.1.3. İmmersiyon (Siper)Ayağı	230
12.2.2. Donmalar ve Hipotermi	230
12.2.2.1. Donmalarda İlk Yardım	231
12.2.2.2. Hipotermide İlk Yardım	232
12.3. Yanıklar	233

12.3.1.Yanığın Ciddiyetini Etkileyen Faktörler	234
12.3.2. Yanıkların Değerlendirilmesi	235
12.3.3.Yanık Derecelerine Göre İlk Yardım	236
12.3.4. Yanıkta Temel İlk Yardım Uygulamaları	239
12.3.5. Yanık Etkenine Göre İlk Yardım Uygulamaları	240
12.3.5.1. Termal Yanıklarda İlk Yardım	241
12.3.5.2. Kimyasal Yanıklarda İlk Yardım	243
12.3.5.3.Elektrik Yanıklarında İlk Yardım	248
12.3.6. Yanıklardan ve Yangından Korunmada Alınması Gereken Önlemler	251
Yararlanılan Kaynaklar	253

Bölüm 13

VÜCUDA YABANCI CİSİM KAÇMALARINDA VE BOĞULMALARDA İLK YARDIM

	257
13.1.Göze Yabancı Cisim Kaçmasında İlk Yardım	258
13.2.Kulağa Yabancı Cisim Kaçmasında İlk Yardım	263
13.3.Buruna Yabancı Cisim Kaçmasında İlk Yardım	265
13.4.Boğulmalarda İlk Yardım	266
13.4.2. Suda Boğulmalar	266
13.4.1. Boğucu Gazlarla Boğulma	274
Yararlanılan Kaynaklar	275

Bölüm 14

TAŞIMA TEKNİKLERİ

	277
14.1.Acil Taşıma Teknikleri	278
14.1.1.Taşımalarda Genel Kurallar	278
14.1.2.Hasta veya Yaralıyı Sürüklenme Yöntemleri	279
14.1.2.1.Hasta veya Yaralıyı Tutarak Sürüklenme	279
14.1.2.2.İtfaiyeci Yöntemi ile Sürüklenme	281
14.1.3.Araç İçindeki Hasta veya Yaralıyı Çıkarma	282
14.2.Kısa Mesafede Hızlı Taşıma Teknikleri	283
14.2.1.Bir Kişi ile Taşıma Yöntemleri	283
14.2.1.1.Omuzdan Destek Vererek Taşıma	283

14.2.1.2.Kucakta Taşıma	284
14.2.1.3.İtfaiyeci Yöntemi ile Omuzda Taşıma	284
14.2.1.4.Sırtta Taşıma	285
14.2.2.İki Kişi ile Taşıma Yöntemleri	286
14.3.Sedyeye Oluşturarak Hasta veya Yaralıları Taşıma	288
14.3.1.Sandalye ile Taşıma	288
14.3.2.Battaniye ile Geçici Sedyeye Oluşturma	289
14.3.3.Kaşık Tekniği ile Sedyeye Yerleştirme	290
14.3.4.Köprü Tekniği ile Sedyeye Yerleştirme	291
14.3.5.Sedyeyi İki ve Dört Kişi ile Taşıma	292
Yararlanılan Kaynaklar	294

Bölüm 15

AFETLERDE İLK YARDIM	295
15.1. Afetler	296
15.2. Afetlerde Triyaj	297
15.3. Afetlerde İlk Yardım	299
15.3.1.Çevrenin Değerlendirilmesi	299
15.3.2.Güvenlik Önlemleri	300
15.3.3.Kazazedenin/Yaralının Olay Yerinden Çıkarılması	300
15.3.4.Afet ve Felaketlerde İlk Yardım	300
15.3.5. Haberleşme ve Kayıt	302
Yararlanılan Kaynaklar	303

