



İSTANBUL TEKNİK ÜNİVERSİTESİ

AFET YÖNETİMİ ENSTİTÜSÜ

İLK YARDIM TALİMATI

1. AMAÇ

Enstitümüzde herhangi bir acil durum sonrasında oluşabilecek hastalık ve yaralanmalara karşı gerekli önlemlerin alınabilmesi.

2. KAPSAM

İTÜ AYE Müdürlüğüne bağlı çalışan tüm personeli kapsar.

3. TANIMLAR:

İlk Yardım; Hasta ya da yaralı kişiye, hastalanması veya yaralanmasından hemen sonra doktor gelinceye kadar hayatını kurtarmak için zamanında ve yerinde yapılan yardıma denir.

Teşhis; Teşhis için önce hastanın veya yaralının hikayesi (Anamnez) öğrenilir. Sonra belirtiler (semptom) ve bulgular saptanır.

Tedavi; Temel ilk yardım kuralları hatırlanarak yaralı ya da hasta için en uygun ilk yardım, zamanında ve zarar vermeden uygulanır.

Taşıma; Teşhis ve tedavi yapıldıktan sonra gerekli bakım ve muayenesinin yapılacağı sağlık kurumuna uygun koşullar içinde taşınır.

4. UYGULAMALAR

Hasta veya yaralıya ilk yardım uygulamalarının uygulanması sırasında ilk olarak görev alacak kişi İlk Yardım Ekip Şefi, ikinci olarak eğitim almış ve sertifikalandırılmış İlk Yardım Ekibi üyeleridir. Acil durumlarda aşağıda verilen bilgiler ışığında diğer çalışanlar tarafından ilk yardım uygulamaları yapılabilir.

4.1 Hasta ve Yaralıyı İlgilendiren İlk Yardım Kuralları;



Kanaması
durdurunuz.



varsa Şok durumu önleyip, kişiyi ayakları kalp seviyesinin yukarısında meyilli olarak yatırınız.



Dikkatli
muayene
ediniz.

Hasta ve Yaralıyı Doktora veya Hastaneye Ulaştırmak;



İSTANBUL TEKNİK ÜNİVERSİTESİ AFET YÖNETİMİ ENSTİTÜSÜ İLK YARDIM TALİMATI



Hasta ya da yaralı kişiyi yatırınız dinlendiriniz.



Solunum yolunu açık tutunuz, gerekirse ağız yoluyla yapay solunum yapınız.



Şuursuz olanlara sulu ya da katı yiyecek vermeyiniz.



Gerekirse doktora veya hastaneye telefon ediniz ya da ettiriniz.

4.2 Gerektiğinde Uygulanacak İlk Yardım Kuralları;

4.2.1 Kanamalarda İlk Yardım;

Kanamayı durdurmak için etkili iki yöntem vardır:

1.Yöntem:

Kanayan yerin üzerine elinizle veya parmağınızla, en az bir kaç dakika basınç uygulayın. Varsa yaranın üzerine temiz bir tampon yerleştirin ve bunu sıkıca yerine bandajlayın. Eğer kan hemen ilk tamponun üzerine çıkıyorsa, bir tampon daha yerleştirip sıkıca bandajlayın. Eğer hala kan geliyorsa, üçüncü tampon üzerine ellerinizle sıkıca bastırın ve doktor gelene kadar bu şekilde tutun.

2.Yöntem:

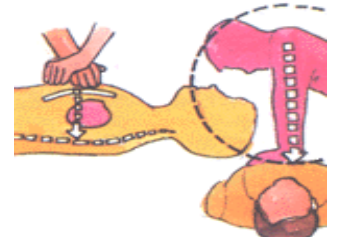
Boğma Bandaj; kanayan yer el, kol veya bacakta ise yapılır. Özel bir band, kemer, lastik, ip, mendil veya bez parçası yardımıyla yaranın 3-4 cm üst kısmından uzuv sıkılır. Kan duruncaya kadar sıkma işlemine devam edilir. Uzun süren bandajlamada (40 dakika fazla) bir dakika bandajı gevşetip kanın akmasını sağlayın.

Her iki yöntemin uygulanmasında, kanamanın daha kolay durmasını sağlamak için aşağıdaki işlemleri yapmayı ihmal etmeyin:

- Önce hastayı sakince yere yatırıp, yaralı kısmı hareketsiz tutun. Bu kan basıncını düşürür ve yavaşlatır.
- Yaralar kol bacaklarda ise bunlar altına yastık v.b şeyler konularak yükseltilir, böylece buraya ulaşacak olan kan miktarı daha az olacaktır.

4.2.2 Solunum Sistemiyle İlgili İlk Yardım;

- Kişiyi düz bir yere sırt üstü yatırınız.
- Çenesini yukarı gelecek şekilde başını geriye çekerek solunum yollarını açınız.





İSTANBUL TEKNİK ÜNİVERSİTESİ

AFET YÖNETİMİ ENSTİTÜSÜ

İLK YARDIM TALİMATI

- Ağız çevresini temizleyiniz.
- Çeneye bastırarak ağzın açılmasını sağlayıp, diğer elinizle burun deliklerini tıkayınız.
- Derin nefes alıp ağızdan ağza dakikada 12–15 defa üfleyiniz.
- Göğüs kafesinin yükselip, yükselmediğini kontrol ediniz.

4.2.3 Dolaşım Sistemiyle İlgili İlk Yardım;

- Hastayı sert bir yere sırt üstü yatırınız.
- Hastanın iman tahtasının alt kısmını belirleyiniz.
- Ellerinizi üst üste koyarak iman tahtasında belirtilen yere dik olarak bütün kuvvetinizle bastırınız.
- Her basışta göğüs kafesi 4 cm kadar çökmelidir. Çocuklarda tek elle bastırmak kafidir.
- Dakikada 70–90 defa bastırmak gereklidir.

4.2.4 Şok Durumunda İlk Yardım;

- Uygun bir yere sırt üstü yatırınız.
- Etrafındaki kalabalığı dağıtınız.
- Az hareket ettirmeye çalışınız.
- Beynin kan dolaşımını ve çalışmasını kolaylaştırmak için bacakları yukarı kaldırınız.15–30 derece
- Yakasını, kemerini, gömleğini gevşetiniz.
- Solunum yolu tıkanıklığı varsa gideriniz.
- Gerekirse yapay solunum ve kalp masajı yapınız.
- Kanaması varsa kanamayı durduracak önlemi alınız.
- Kırık varsa tahta parçası ile tespit yapınız.
- Soluk almakta güçlük çekiyorsa baş ve göğüs kısmını hafifçe yükseltiniz.
- Battaniye ile örtünüz, yaralı şuursuz ise katı yiyecekler vermeyiniz.
- İhtiyaç durumunda dudakları ve dili birkaç damla su ile ıslatınız.
- Tıbbi bakım gecikmişse yarım bardak su içine karbonat karıştırıp içiriniz.

4.2.5 Yaralanmalarda İlk Yardım;

- Yaralı kişiyi mümkünse oturtunuz.
- Ellerinizi iyice yıkayınız.
- Kan pıhtılarını yerinden oynatmayınız.
- Kesinlikle tentürdiyot, antiseptik sıvı ve toz ilaç sürmeyiniz.
- Şişlik, kanama ve ağrıyı azaltmak için mümkünse o bölge üzerine havluya sarılı buz torbası koyunuz.
- Elbise çıkarılarak yaranın iyice ortaya çıkması sağlanır.
- Yarada tamamen serbest duran cisim varsa alınır.



İSTANBUL TEKNİK ÜNİVERSİTESİ

AFET YÖNETİMİ ENSTİTÜSÜ

İLK YARDIM TALİMATI

- Yaraya saplanmış olanlar çıkarılmaz. (Kanama tehlikesi vardır.)
- Tozlu, topraklı yaralar, içerisine oksijenli su dökülerek yıkanır. Böylece yabancı cisimler kabaran köpüklerle beraber yaranın yüzeyine çıkarak köpükler üstüne toplanır.
- Kirli köpükler steril serum veya kaynatıldıktan sonra ılınmış su ile yıkanır.
- Steril gazlı bez yara üzerine örtülür ve yara bandı ile tutturulur.
- Yaranın durumuna göre gazlı bezin üzerine pamuklu bez de konulabilir ve gerektiğinde yara sarılabilir.
- Yaralı bölge sıcak tutulur.

4.2.6 Yanıklarda İlk Yardım;

Yanıklar ağırlık derecesine göre üç sınıfa ayrılırlar.

- a) Hafif derece yanıklar: Derinin üst tabakası yanmıştır.
- b) Orta derece yanıklar: Yanıklar derinin alt dokusuna kadar inmiştir.
- c) Ağır derece yanıklar: Deri ve deri altı dokuları tamamen kömürleşmiştir.

Bir yanığın veya haşlanmanın tedavisinde amaç; Şoku önlemek, enfeksiyonu engellemek ve acıyı azaltmaktır. Bu nedenle kirli hiç bir şey (ilaç, sargı bezi vs.) yanığın üstüne konulmamalı ve elle dokunulmamalıdır. Ağır yanıklarda yapacak az şey vardır.

Hafif yanıklar için yapılacak şeyler; Derinin pembeleşmesi ve hafif su toplaması şeklinde olan hafif yanıklarda, yanık yere soğuk kompres uygulanmalıdır. (Örneğin; el ve parmaklar su altına tutulabilir.)

Orta yanıklar için yapılacak şeyler;

- Yanığın etrafındaki elbise, gömlek gibi şeyleri çıkartın.
- Şok için tedbir alın, kanama varsa durdurun.
- Yanığı tamamen kapatacak şekilde temiz gazlı bez tatbik edip, hafifçe sarın.
- Enfeksiyonlara neden olacağından yaralara el sürülmemelidir.

Elektrik yanığı:

Elektrik, “ yanıklara “, “ elektrik şokuna“ veya her ikisine birden neden olabilir. Elektrik akımı vücudun bir tarafından girer, diğer tarafından çıkar. Yanıklar genellikle akımın girdiği ve çıktığı yerde cereyanın şiddetine göre kırmızı veya siyah renkte olur.

Yüksek gerilim kaynağı ile temas sonucu, dokuların büyük miktarda kömürleşmesine sebep olan ağır yanıklar meydana gelir. Yüksek gerilimle temastan doğan ısı o kadar yüksektir ki elbiseler bile tutuşabilir.



İSTANBUL TEKNİK ÜNİVERSİTESİ AFET YÖNETİMİ ENSTİTÜSÜ

İLK YARDIM TALİMATI

- Önce kişi elektrik kaynağından ayrılmalıdır. (Ya elektrik kesilir veya buna imkan yoksa uzun kuru bir tahta ile telden ayrılır. El ile tutup çekmek kesinlikle yanlıştır).
- En küçük elektrik yanığı bile temiz ve kuru bir sargıyla kapatılıp, hasta doktora sevk edilir.
- Hasta baygınsa suni teneffüs yapılır.
- Hasta kendine geldikten sonra, diğer yanıklarda olduğu gibi bol su içirilir.

Asit ve baz yanıklarında yukarıdakilere ilaveten asit yanıklarında alkali, baz yanıklarında asit solüsyon hazırlayıp yanık yere sürünüz

4.2.7 Kırık ve Çıkıklarda İlk Yardım;

Herhangi bir kırık için ilk yardım bakımından temel kural; kırık kemik uçlarını sabitleştirerek hastaya daha fazla acı çektirmeden veya yaralanmayı ilerletmeden hastanın hareket etmesini veya taşınabilmesini sağlamaktır.

Eğer kırık kemik uçları deriyi yırtarak dışarı çıkmışsa (Açık kırık) yara steril gaz bezi ile kapatılmalıdır. Eğer böylesi bir açık kırıkta kanama varsa, öncelikle kanama durdurulmaya çalışılmalıdır.

Aşağıdaki hususlara dikkat edilmelidir;

- Kırık kemik uçlarının hareket etmesini engellemek için yaralı kısım sabitleştirilip, desteklenmelidir.
- Eğer uzuv çok garip bir pozisyondaya, çok dikkatli olarak ve zorlamadan mümkün olduğu kadar normal bir pozisyona getirilmelidir.
- Kırılan kemikleri doğal pozisyonunda sabitleştirilmeyen hasta taşınmamalıdır.
- Hastanın giysilerini çıkarmaya çalışmayın. Bu kemik uçlarını oynatarak hastaya daha fazla zarar verebilir.

Not: Kırılan kol, bacak kemiklerinin sabitleştirilmesinde yerin her iki yanında mafsallardan öteye geçecek uzunlukta pamukla veya bez sarılmış tahta veya sert cisim kullanılması en uygundur.

- Hastayı yatırarak üstünü örtün.
- Tercihen ambulansla hastaneye sevk edin.

Hasta taşınmasında dikkat edilecek hususlar:

- Hastayı sedyeyle taşıyın.
- Hasta baygın ve bel ya da boyun kırığı yoksa yüzükoyun rahat nefes alacak şekilde taşıyın.
- Hastanın ağzında takma diş varsa çıkarın.
- Kanamayı durdurun.
- Hastanın yarası varsa temiz bir sargıyla sarın.
- Hastanın üstünü mutlaka örtün.
- Hastayı hiç bir zaman oturarak taşımayın.



İSTANBUL TEKNİK ÜNİVERSİTESİ
AFET YÖNETİMİ ENSTİTÜSÜ
İLK YARDIM TALİMATI

- Kırığı olan hastayı kırık uzuvu atele almadan (sabitleştirmeden) taşımayın.

4.2.8 Zehirlenmelerde İlk Yardım;

Zehirlenmelerde zehri vücut dışına atmak, zararsız duruma getirmek ve sulandırmak temel ilk yardım kuralıdır.

Çeşitli durumlarda zehrin cinsine göre ilkyardım uygulanır. Hasta acilen hastaneye sevk edilir.

4.2.9 Uzun kopmalarında İlk Yardım;

Eğer kopan parça ezilmemiş yada parçalanmamış ise kopan yere dikilme şansı vardır.

Uzun kopması halinde sırasıyla aşağıdaki işlemleri yapınız:

- Kopan uzva ve kopma yerine herhangi bir temizleyici veya mikrop giderici madde (alkol, tentürdiyot, sabun vs.) dokundurulmamalıdır.
- Kopma yerine kesinlikle hiç bir dikiş vs. yapılmamalıdır.
- Kopan uzun doğrudan doğruya bir plastik torbaya konmalı veya temiz bir bez sarılmalı, bu torba da ayrıca buz dolu bir kabin üstüne konarak hastaneye getirilmelidir.
- Kopma yeri temiz bir bez ile sarılmalı, turnike konmasına gerek yoktur.
- Kaza saatinden itibaren azami 6-8 saat içinde yaralı hastaneye yetiştirilmelidir.
- Hastaya ağızdan hiç bir şey verilmemelidir.