



İLK YARDIM BİLGİSİ



KAZA,FELAKET, TRAFİK KAZASI, İLK YARDIM

Kaza: Aniden meydana gelen, önceden tahmin edilemeyen, tedbir alındığı zaman (eğitim ve emniyet tedbirleri ile) önlenabilir olan, sonuçları ölüm, yaralanma ve maddi hasarla biten olaylara **kaza** denir.

Kazaların nedeni ise %95 insanlardır.



Kazaların en önemli özelliği; önlem alarak önlenabilir olmasıdır. Önlenmesi de, kazaların nedeni olan insanların iyi bir eğitimle bilinçlendirilmesi ve bilinçli insanların alacağı emniyet tedbirleri ile olur. Ev kazası, iş kazası, trafik kazası ve spor kazası birer kaza örneğidir.

Felaket: Çoğunlukla doğal kaynaklı olan ve kasıt unsuru olmayan, insanları ve çevreyi olumsuz etkileyerek büyük ölçüde can ve mal kayıplarına neden olan hadiseler **felaket** denir.



Felaketlerin nedeni genellikle doğal olaylardır. Deprem, sel baskını, büyük kasırgalar birer felaket örneğidir.

Trafik Kazası: Karayolu üzerinde hareket halinde iken en az bir veya daha fazla aracın karıştığı ölüm, yaralanma ve maddi hasarla sonuçlanan olaylara **trafik kazası** denir.

Trafik kazalarının nedenleri:

1- ARAÇ (%2-4)

2- ÇEVRE (%2-4)

- a) Yol
- b) İklim Koşulları

3- İNSAN (%90-95)

- a) Mühendislik hatalar
- b) Yolcular
- c) Yayalar
- d) Sürücüler

Sürücülere Ait Sebepler

Kazaların sebebi genelde insanlardır. Şehir içi trafik kazalarından en çok etkilenen grup genelde yaşlılar ve çocuklardır.

Trafik kazalarına neden olan sürücü kusurları;alkolü araç kullanma, yorgun, uykusuz ve dikkatsiz araç kullanmak, geçme ve geçilme kurallarına uymamak, yeterli takip mesafesi bırakmamak gibi etkenlerdir. Trafik kazalarına neden olan alkol, sürücünün refleksini azaltır. Trafik kazalarına en çok neden olan, kuraldışı araç kullanmaktır. Sürücünün ruhi yapısının trafik kazalarında çok önemi vardır.

Araçlara Ait Sebepler

Araç ve donanımlarında meydana gelen arızalar. Çevre şartlarına göre kullanılmayan donanımlar. Araçları amacı dışında kullanmak veya istiap haddini aşmak. Eski ve yetersiz araçlar.

Çevreye Ait Sebepler

- Yeryüzünün özellikleri.
- Karayollarının yapısı ve yol yapım hataları.
- Yetersiz uyarı işaretleri.
- İklim özellikleri (Sis, yağışlar, buzlanma vb.)

Bir Kazayla Karşılaşan Sürücü:

- Öncelikle başka bir kazaya sebep olmamak için aracını güvenli bir yere çekip kaza yerinde işaretlendirme yapmalı.
- Araç içindeki kazazedeyi en az 3 ilk yardımcı ile çıkartılmalı ve varsa sedye kullanılmalı.
- Araçta yangın varsa kazazede tek ilkyardımcı ile çıkartılabilir.
- Aracın devrilme ihtimali varsa, araç önce sabitlenip kazazede çıkartılmalıdır.
- Kazazede çıkartılırken omur ekseninin düz olmasına dikkat edilmelidir.
- İlk önce solunum zorluğu çekenlere müdahale edilmelidir.
- Kazaya olay yerinde müdahale edilmeli.
- Kazazedelere müdahale etmeyen sürücülere para ve puan cezası birlikte uygulanır.
- Haber verme ise **112** Hızır Acil Servise kısa, öz, anlaşılır şekilde, kazazedenin durumu, sayısı ve olay yeri adresi verilerek sağlanır.
- Haber verme ilkyardım tedbirleri alındıktan sonra yapılmalıdır.



İLKYARDIM

İlkyardım: Ani olarak hastalanan yada kazaya uğrayan kimseye, tıbbi tedavisi yapılana kadar, olay yerinde ve elde olan imkanlarla yapılan, hayat kurtarıcı girişimlere **ilkyardım** denir.

İlkyardımın Amacı:

Kazazedenin hayatını kurtarmak, sakatlıkları ve sağlık durumunun kötüye gitmesini önlemektir.

İlkyardımın İlkeleri:

İlkyardımın üç temel ilkesi vardır.

- 1.Koruma(Kazazedeyi güvenli bir yere almak.)
- 2.Kurtarma(Kazazedeyi kurtarmak, değerlendirmek ve hayat kurtarıcı uygulamalar yapmak.)
- 3.Bildirme(Haber verme ise **112** Hızır Acil Servise kısa öz anlaşılır şekilde, kazazedenin durumu, sayısı ve olay yeri adresi verilerek sağlanır).

İlkyardımın Hedefleri: Acil ilkyarıma muhtaç olanlar belirlenir ve hayat kurtarıcı temel uygulamalara başlanır. İlkyardımın

İlkyardımın ABC si: İlkyardımcı kazazedenin hayati ihtiyaçlarını sağlayarak, hayatta kalmasını sağlayabilir. Hayati ihtiyaçlar A,B,C sembolleri ile ifade edilir.

A: Nefes yolunun açık tutulması.

B: Yeterli solunumun sağlanması

C: Yeterli kan dolaşımının sağlanması, anlamına gelir.



İlk Yardım Öncelik Sıralaması:

- Solunum zorluğu çekenler veya solunumu duranlar.
- Kalbi duranlar (kanamalar).
- Şoka girenler.

Bütün hayati tedbirleri aldıktan sonra kazazede hastaneye sevk edilir. Hastaneye sevk ilkyardımın son aşamasıdır.

İlk Yardımcının Özellikleri:

- İlkyardım bilgisine ve becerisine sahip olmalı.
 - Hızlı, sakin ve soğukkanlı olmalı.
 - Emniyet kurallarına uygun davranmalı.
 - Emin olmadığı uygulamalardan kaçınmalı.

ÖNEMLİ HATIRLATMALAR

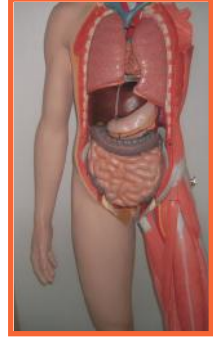
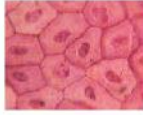
- Felaketlere, doğal olaylar; kazalara, insanlar neden olur.
- Felaketler, kazalara göre daha büyük kayıplara neden olur.
- Kazalar önlenemez, fakat felaketler önlenemez zararları azaltılabilir.
- Kaza ve felâketler, ani olarak meydana gelir.
- Ölümlere en çok trafik kazalarına neden olur.
- Trafik kazalarına insan faktörü olarak en çok sürücüler neden olur.
- Sürücülerin kaza yapma nedenleri kuraldışı araç kullanma, dikkatsizlik, yorgunluk, aşırı hız vb. dir.
- Trafik kazalarından en çok etkilenen yayalar, yaşlılar ve çocuklardır.
- Trafik kazalarına en önemli nedeni dikkatsizlik ve eğitimsizliktir.
- İlkyardım sadece olay yerinde alınan geçici önlemdir.
- İlkyardımın en önemli amacı, kazazedenin hayatta kalmasını sağlamaktır.
- İlkyardımcı, kazazedeyi tedavi etmeye yönelik bir uygulama yapamaz.
- İlkyardımın en önemli aşaması, kazazedeyi güvenli bir yere uzaklaştırmaktır.

İNSAN VÜCUDU

Hücre: İnsan vücudunun en küçük yapı taşına **hücre** denir. Hücrenin beslenmesinde hücre zarı yardımcı olur.

İnsan Yapısı: Hücreler birleşerek dokuları, dokular birleşerek organları, organlar birleşerek sistemleri oluşturur.

Hücre+ Doku+ Organ+ Sistem = İnsan



Vücut Bölgeleri ve Organları

Baş bölgesi: Beyin, beyincik, omurilik, boyun omurlar, göz, burun, ağız ve kulak.

Göğüs bölgesi: Akciğer, kalp, nefes borusu ve yemek borusu.

Karın bölgesi: Mide, bağırsaklar, karaciğer, dalak ve safra kesesi.

Sırt bölgesi: Omur ve omurilik.

Bel bölgesi: Böbrek, idrar kesesi ve iç üreme organları.

Vücut Boşlukları ve Organları

Kafatası ve omurga boşluğu: Beyin, beyincik, omurilik.

Göğüs boşluğu: Kalp, akciğer.

Karın boşluğu: Karaciğer, mide, bağırsaklar ve böbrekler.

Leğen boşluğu: İdrar kesesi ve iç üreme organları.

Önemli Sistemler ve Organları

Sinir sistemi: Beyin, beyincik, omurilik.

Sindirim sistemi: Ağız, yemek borusu, mide, bağırsak, karaciğer.

Solunum sistemi: Burun, yutak, soluk borusu, akciğer, gırtlak.

Hareket sistemi: Kas, kemik, eklem

Dolaşım sistemi: Kalp, damarlar, kan.

BAZI VÜCUT SİSTEMLERİ VE ORGANLARI HAREKET SİSTEMİ

1) Kemikler : Vücutumuzda 208 kemik iskeletimizi meydana getirir. Yassı, kısa ve uzun kemik olmak üzere 3 çeşittir.

İskeletin Bölgeleri:

- Baş kemikleri
- Gövde kemikleri
- Üst taraf kemikleri
- Alt taraf kemikleri

2) Eklemler:

- 1- Oynamaz eklemler
- 2- Yarı oynar eklemler
- 3- Oynar eklemler

3) Kaslar :

- 1- Çizgili kaslar
- 2- Çizgisiz - düz kaslar



DOLAŞIM SİSTEMİ

KALP : 4 Odacıklıdır. Üsttekiler kulakçık, alttakiler karıncıktır.

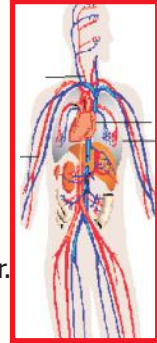
Bir tarafı temiz, bir tarafı kirli kanı barındırır.

Kalp atım sayıları :

Yetişkinlerde :60-80

Çocuklarda :80-100

Bebeklerde :100-120



DAMARLAR : 3 Çeşittir.

- 1-Atardamarlar: Temiz kanı vücuda dağıtırlar.
- 2-Toplar damarlar: Kanı dokulardan alıp kalbe getirirler.
- 3-Kılcal damarlar: Madde değişimi sağlarlar.

KAN : Vücut ağırlığının 1/13'ü kandır. plazma, alyuvarlar, akyuvarlar ve kan pulcuklarından oluşurlar.

SOLUNUM SİSTEMİ

Kişinin yaşamı için gerekli oksijeni sağlar. Soluk alıp vermeye

solunum denir.

Solunum sayısı :

-Yetişkinlerde :15-20

-Çocuklarda :20-30

-Bebeklerde :30-40 arasındadır.

Solunum Organları :

Asıl :

1- Burun

2- Yutak

3- Gırtlak

4- Soluk borusu

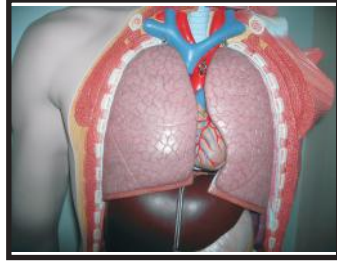
5-Akciğerler

Yardımcı :

1-Diyafram

2-Kaburgalar ve arası kaslar

3-Göğüs kasları



SİNDİRİM SİSTEMİ

Organizmanın yaşamını sürdürebilmesi için gerekli olan gıdaların alınması, parçalanması, öğütülmesi, sindirilmesi ve dışarıya atılması işlemidir. Ağızda başlar anüste biter.

Sindirim Sistemleri Organları :

Asıl Organlar :

1- Ağız

3-Yemek borusu

5-İnce bağırsaklar

2- Yutak

4-Mide

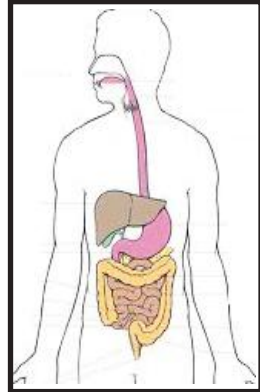
6- Kalın bağırsaklar

Yardımcı Organlar :

1-Tükürük bezi

2-Karaciğer

3- Pankreas



SİNİR SİSTEMİ

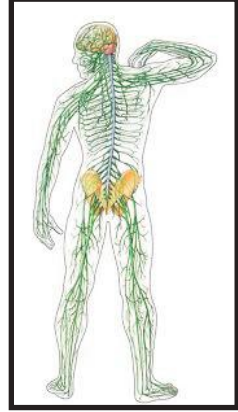
Duyuların alınması, algılanması ve tepki verilmesinden sorumlu sistemdir.

3 Bölümdür:

- 1- Merkezi sinir sistemi
- 2- Çevresel sinir sistemi
- 3- Otonom sinir sistemi

Organları:

- 1- Beyin :Vücudu kontrol eden bilinç sistemidir.
- 2- Beyincik : Hareket ve dengeyi sağlar.
- 3- Omurilik soğanı: Dolaşım ve solunum sistemini kontrol eder.
- 4- Omirilik :Kas, deri ve iç organlarda işlev yaparlar.



ÖNEMLİ HATIRLATMALAR

- Hücre, canlıların vücutlarını oluşturan en küçük yapı birimidir.
- Zar aracılığıyla besin alış-verişi yaparlar.
- Doku, aynı tip hücrelerin birleşmesiyle meydana gelir.
- Organ, bir yada birkaç dokunun bir araya gelmesidir.
- Sistem, aynı amaç için organların bir araya gelmesidir.
- Bir sistemin çalışması veya çalışmaması diğer sistemleri de etkiler.
- Trafik kazalarında en çok baş, göğüs ve omurga bölgesi yaralanmaları görülür.

KAZA YERİ İLK YARDIM ÖNLEMLERİ VE ARAÇ İLK YARDIM ÇANTASI

Kaza Yerinde Alınması Gerekli İlk Önlemler:

Kendi aracını uygun yere park et, trafiği uyarıcı reflektörleri koy, kaza yerini zararsızlaştır, akü kutup başlarını çek, sigara içme , ateş yakma, uygun bir ilkyardım ortamı hazırla, kalabalığı dağıt, gece ise ortamı aydınlat, size yardımcı olabilecek kişilerin nasıl davranacağını belirle.

Kazazedenin Araçtan Çıkarılması ve Uygun Pozisyon Verilmesi :

Kazazedenin araçtan çıkartılmasını kolaylaştırıcı önlemleri ve yöntemleri uygula. Cam kırıklarını temizle, aracın sabitleştirilmesi gerekiyorsa sabitle, araç veya çevreden temin edilen makas, levye, zincir, çekme halatı, kriko gibi aletlerle kurtarma işlemine başlanmalıdır. Kazazedeler araçtan **en az 3 kişi** tarafından çıkartılmalıdır. Kazazede çok iyi gözlemlenmeli, hayati organlarında oluşan hasar göz önünde tutularak, çok dikkatli olunmalıdır. Baş ve boyun sabitlenmeli, varsa kask yani boyunluk kullanılmalıdır. Omurga kırıklarında bel sabitlenmeli, fazla kıvıldatılmamalıdır. Bu arada etraf kemiklerinin kırıklarına da dikkat edilmelidir. Kazazedenin yarasının ve kırığının durumuna göre en uygun pozisyon verilmelidir. Şokta sırtüstü yatırılmalı, ayaklar **20-30 cm.** yuksekte olmalı, baş yana çevrilmeli, dil kontrol edilmelidir.



Kazazedenin Hayat Bulgularının Kontrol Altında Tutulması: Nabız, solunum, tansiyon, vücut ısısı, deri rengi, göz bebeğinin ışığa tepkisi, şuur düzeyi, hareket yeteneği, ağrıya tepki.

ARAÇ İLKYARDIM ÇANTASI

İlk Yardım çantasının A1-A2-G(motorlu bisiklet, motosiklet ve iş makinesi) dışındaki bütün motorlu araçlarda bulundurulması mecburidir.

İlk Yardım çantası ilkyardımcının kolayca ulaşabileceği ve kolayca görünen bir yerde olmalıdır. Ayrıca kaza sırasında malzemelerin zarar görmeyeceği bir yerde bulunmalıdır.

Araçtaki ilkyardım malzemesinin miktarı taşınan yolcu sayısına bağlıdır.

Araç ilkyardım çantasından, tentürdiyot ve oksijenli su çanta muhteviyatından Emniyet Genel Müdürlüğü tarafından çıkartılmıştır. Çantada ilaç ve yara merhemi de olmamalıdır.



ÇİNSİ:

Büyük sargı bezi(10cmx3-5m)
Hidrofil gaz steril (10x10 cm 50'lik kutu)
Üçgen sargı
Antiseptik solüsyon (50 ml)
Flaster (2 cm x 5 m)
Çengelli İğne
Küçük makas (paslanmaz çelik)
Esmark bandajı
Turnike (En az 50 cm örgülü tekstil malzemedен)
Yara bandı
Alüminyum yanık örtüsü
Tıbbi eldiven
El feneri

MİKTARI:

2Adet
1 Kutu
3 Adet
1 Adet
1 Adet
10 Adet
1 Adet
1 Adet
1 Adet
10 Adet
1 Adet
2 Çift
1 Adet

Bazı Malzemelerin Kullanım Amaçları

Gazlı bez: Kanamalarda, yaralanmalarda pansuman malzemesi olarak kullanılır. Yarayı örtecek kısmına el sürülmemelidir. Kanamalarda kanayan yer üzerine basılarak kanama durdurulur.

Esmark bandı: Kol ve bacaklardaki atardamar kanamalarının durdurulmasında turnike olarak kullanılır.

Flaster: Yara üzerine konulan pansuman malzemesinin yerinde tutulmasında kullanılır.

Sargı bezi: Yarayı dış tesirlerden korumak ve kırık organların tespiti için atel malzemesi olarak kullanılır.

Not: Telefon kartı, kalem, not defteri ve ilkyardım kitabı da kullanılabilir.



ÖNEMLİ HATIRLATMALAR

- Kazada, kaza yapan aracın önce kontak anahtarı kapatılıp, motor stop ettirilir. Kaza yeri zararsızlaştırılır.
- Kazayı gördüğü halde müdahale etmeyen sürücülere, para ve puan cezası verilir.
- Kazazede araçtan en az 3 kişi ile, yangın varsa tek kişi ile boyun ve omurga eksen düzlüğü korunarak çıkarılır.
- İlk yardım çantasının; motorlu bisiklet, motosiklet ve iş makinesi (A1-A2-G)dışındaki motorlu taşıtlarda bulundurulması zorunludur.
- İlk yardım çantasında yara-yanık merhemi, yara tozu, ilaç, oksijenli su ve tentürdiyot bulundurulmaz.
- İlk yardım çantası araçlarda kolay ulaşılabilir görünür yerde ve kaza sırasında malzemelerin zarar görmeyeceği bir yerde olması gerekir.
- Üçgen bez, çok amaçlı kullanımı nedeniyle çantada bulunması gereklidir. Genellikle omuz kırık ve çıkıklarının tespitinde kullanılır.
- Yolcu taşıyan araçlarda, fazla sayıda çanta bulundurulur.
- İlk yardım çantasında hava hortumu varsa (airway), solunum yolunun açık kalmasını sağlar.



Baş ve boyun sabitlenmeli, varsa kask yani boyunluk kullanılmalıdır.



Kazazedeler araçtan **en az 3 kişi** tarafından çıkartılmalıdır.