

# Bölüm 1



1. Güvenli Yaşam Nedir?
2. Afet, Acil Durum, İlk Yardım Nedir?
3. Deprem
4. Yangın
5. Rüzgârlar ve Rüzgâr Fırtınaları
6. Kar Fırtınası ve Çığlar
7. Gök Gürültülü Sağanak Yağışlar
8. Heyelanlar ve Çamur Akıntısı
9. Güneşlenme ve Sıcak Hava Dalgaları



afet, acil durum ve

# afet, acil durum ve ilk yardım nedir?



ilk yardım temel uygulamaları...  
temel davranış biçimleri...aile afet planı





## 2. AFET, ACİL DURUM VE İLK YARDIM NEDİR?

Tehlikelerin yol açabileceği acil durum ve afetlere karşı hazırlıklı olmak için öncelikle bazı tanımları bilmeliyiz. Bu bölümde ilk olarak tehlike, risk, acil durum, afet ve ilk yardım sözcüklerini açıklayacağız. Daha sonra Temel İlk Yardım Uygulamaları'nı, afet ya da acil durumlarda Temel Davranış Biçimleri'ni ve Aile Afet Planı'nı anlatacağız.

### Tehlike Nedir?

Tehlike, önceden önlem alınmadığı takdirde can ve mal kayıplarına neden olabilecek, gündelik yaşamımızı sürdürmemizi engelleyebilecek, doğa veya insan kaynaklı afetleri tetikleyici olaylara denir. Bunlar; deprem, sel, fırtına, heyelan, yangın, patlama gibi olaylardır. Doğal afetlere neden olan tehlikeleri önlemek her zaman mümkün değildir. Örneğin, ülkemizin deprem kuşağında olduğu gerçeğini değiştiremeyiz ve depremin oluşmasını engelleyemeyiz ama depremin verebileceği zararları azaltabiliriz.

### Risk Nedir?

Risk, afetlerin yaratabileceği olası kötü sonuçlardır. Bu kötü sonuçlardan dolayı ortaya çıkacak olan zarar ya da kayıp olasılığı; bölgemizde yaşayanların canlarını, evlerini, iş yerlerini, yaptıkları işleri doğrudan ya da

dolaylı olarak etkileyebilecektir. Risk azaltılabilir. Bu kitapta, afet risklerinin nasıl azaltılabileceğine ilişkin bilgilerimizi sizinle paylaşacağız.

### Acil Durum Nedir?

Acil durum, yerel olanaklar ile baş edilebilecek tehlikelerin can, mal ve çevre üzerinde yarattığı kötü etkilerdir. Örneğin; yerel itfaiye tarafından söndürülebilen bir ev yangını "acil durum" olarak nitelendirilebilir.

### Afet Nedir?

Afet, herhangi bir tehlikenin can, mal, çevre, ekonomi ve kültürel varlıklar üzerinde yarattığı kötü etkilerle baş etmeye yerel olanakların yetmediği durumlardır. Deprem, sel, kuraklık gibi doğa olayları, ülke düzeyinde veya uluslararası yardım gerektirecek şekilde büyük can ve mal kayıplarına neden olduklarında doğal afet olarak adlandırılırlar.

### İlk Yardım Nedir?

İlk yardım, beklenmedik bir kaza ya da hastalık sonucu sağlığı tehlikeye girmiş kişiye, sağlık personeli gelinceye kadar olayın geçtiği yerde eldeki olanaklarla ilaçsız olarak yapılan uygulamalara denir.

İlk yardımda amaç; hastanın ya da yaralının durumunun kötüleşmesini önlemek, iyileşmesini kolaylaştırmaktır. İlk yardım yapabilmemiz için ilk yardım eğitimi almalı ve ilk yardım çantanız olmalıdır.

Özellikle, okula gidiş gelişlerde ve okul içi etkinliklerde kazaya uğrama riski her zaman vardır. Herhangi bir kaza ya da olay karşısında bizlere yardımcı olacak ve ilk yardım uygulaması yapacak olan kişiler en yakınımızdakilerdir. Bunu yapabilmek için önceden ilk yardım eğitimi almak gerekir. Trafik kazalarındaki ölümlerin % 10'u ilk beş dakikada, % 50'si ise, ilk yarım saatte gerçekleşmektedir. Uzmanlar; bilinçli, doğru ve hızlı bir şekilde yapılan ilk yardım uygulamaları ile bu ölümlerin azalabileceğini söylemektedir. Bu nedenle, ilk yardımı doğru uygulamak önemlidir.

## 2.1. İlk Yardım Temel Uygulamaları

İlk yardım temel uygulamaları, **KBK** olarak adlandırılan 3 kavramdan oluşur (Resim 1):

**Koruma (K)** : Olay yerinde güvenliğin sağlanması

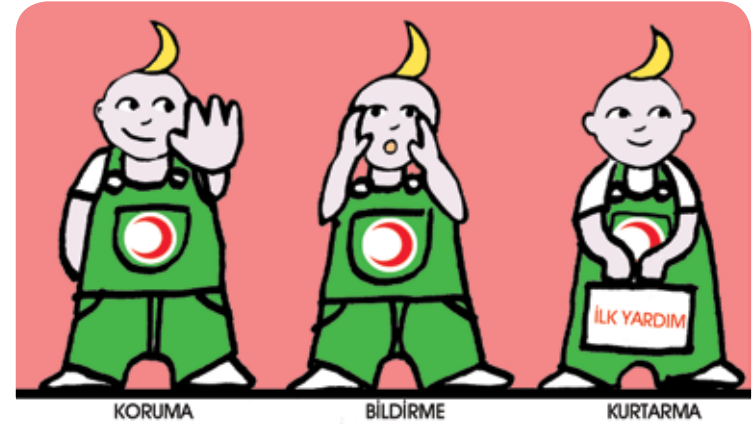
**Bildirme (B)** : Acil yardım ekiplerinin harekete geçirilmesi

**Kurtarma (K)** : Hastaya ya da yaralıya ilk yardım işlemlerinin yapılması

### Koruma

Kaza ya da olay yerinde yangın, gaz kaçağı, hızla giden araçlar gibi tehlike oluşturabilecek etkenler varsa öncelikle kendiniz ile hasta ya da yaralının can güvenliğini sağlamalısınız. Patlama ya da yangın tehlikesi varsa hasta ya da yaralıyı dikkatlice olay

yerinden uzaklaştırmak gerekir. Ancak bu mümkün değilse hasta ya da yaralı asla kimildatılmamalı ve gerekli kurumlara haber verilmelidir.



Resim 1: İlk Yardım Temel Uygulamaları

### Uyarılar

- Kaza geçiren araçların çevresi uyarı levhaları (reflektörler) ile işaretlenerek çevre güvenliği sağlanmalı.
- Patlama riski nedeniyle kaza yerinde sigara içilmemeli.
- Zehirlenme tehlikesine karşı zehirli maddelere dokunulmamalı ve zehirli maddeler ortalıkta bırakılmamalı.
- Elektrik akımıyla temas eden yaralıya asla dokunulmamalı. Önce akım kesilmeli ya da yaralı, kuru tahta gibi yalıtkan bir malzeme ile elektrik kaynağından uzaklaştırılmalı.



## Bildirme

Kendimizin, hasta ya da yaralının güvenliğini sağladıktan sonra olayı 112 Acil Yardım Merkezi'ne bildirmeliyiz. 112, olay yerine en yakın acil yardım ekibini yönlendirecek bir merkezdir.

112 Acil Yardım Merkezi'ni aradığımızda kısa ve anlaşılır konuşarak aşağıdaki bilgileri vermeliyiz:

- Olayın ya da kazanın olduğu yerin açık adresi (en yakın ekibin bize ulaşması için)
- Kim olduğumuz ve telefon numaramız (olayı doğrulamaları için)
- Hasta ya da yaralının durumu (ambulans ekiplerinin hazırlıkları için)
- Yaralı sayısı (olay yerine gelecek olan ambulans sayısının belirlenmesi için)

**112 Acil Yardım Merkezi'ni  
HIÇBİR ZAMAN gereksiz aramayın  
ki acil yardıma gerçekten ihtiyacı  
olanlar aradıklarında bu telefona  
ulaşabilsinler!**

**Hayat kurtarmak için ilk yardım  
uygulamalarını öğrenin!  
[www.ilkyardim.org.tr](http://www.ilkyardim.org.tr)**

## Kurtarma

Bir olay ya da kaza yerindeki yaralılara yapılan tüm ilk yardım uygulamalarını kapsamaktadır. Olay yerinde birden fazla hasta ya da yaralı olduğunda hangisinin öncelikli olduğu çok önemlidir. Yapılacak olan hızlı ve doğru bir değerlendirme, doğru ilk yardım uygulamasıyla hasta ya da yaralının hayatının kurtulmasını sağlayacaktır. İlk yardım bilmiyorsanız; hasta ya da yaralıya dokunmayın, dokunulmasına izin vermeyin.

Bir kaza ya da olay yerinde öncelikli olarak ilk yardım uygulanması gereken kişiler,

- Soluk alıp vermeyenler
- Kalp atışı olmayanlar
- Bilinci kapalı olanlar
- Aşırı kanaması ve ağır yanığı olanlardır.

**Kurtarma işlemi, ilk yardım bilen  
kişiler tarafından başlatılmalıdır.**





Aycan'ın tüm arkadaşları başına toplanıp telâşla bağırırmaya başladılar. O sırada Aykız, “Bir dakika, DOKUNMAYIN, birisi hemen öğretmeni çağırın!”, dedi. Aycan'a kolunu oynatmamasını, korkmamasını, öğretmenin geleceğini söyledi. Öğretmen geldiğinde Aycan sakinleşmişti. Öğretmen ilk yardım çantasını açarak Aycan için gerekenleri yaptı.

### Tartışma Soruları

1. Bu kaza sizce nasıl önlenebilirdi?
2. Aykız KBK (Koruma, Bildirme, Kurtarma) ile ilgili neler yaptı?
3. Öğretmenin getirdiği ilk yardım çantasında sizce neler vardı?

## DOĞRULAR VE YANLIŞLAR

Aşağıdaki soruların başında yer alan ( ) boşluğa, doğru ise D, yanlış ise Y yazarak cevaplandırın.

- ( ) 1. İlk yardım, olay yerinde, sağlık ekipleri gelinceye kadar elimizdeki olanaklarla, ilaçsız olarak yaptığımız yardımdır.
- ( ) 2. Elektrik akımıyla temas eden kişiyi çekerek kurtarmalıyız.

- ( ) 3. Acil durumlarda mutlaka 112 Acil Yardım Merkezi'ne haber vermeliyiz.
- ( ) 4. İtfaiye tarafından söndürülen bir ev yangını “acil durum” değildir.

## 2.2. Temel Davranış Biçimleri

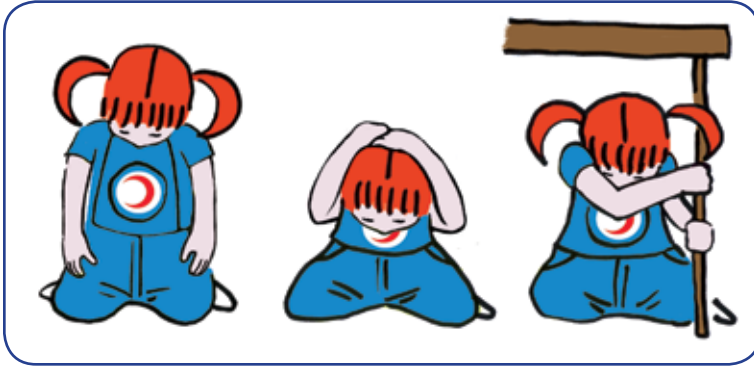
Afet veya acil bir durum meydana geldiğinde, büyük küçük hepimiz, duruma göre aşağıdaki dört temel güvenlik davranışından uygun olanını yapmalıyız:

- a. Çök-Kapan-Tutun
- b. Yerinde Sığınak Oluştur
- c. Kilitle ve Yat
- d. Tahliye Et (Boşalt)

Bu davranış biçimlerini öğrenmek önemlidir. Herhangi bir afet anında evde, okulda, alışverişte veya başka bir yerde olalım kendimizi nasıl koruyacağımızı bilmek, can kaybını azaltacaktır. Evde ve okulda bu davranış biçimlerinin provasını yaparsak afet veya acil durumda paniğe kapılmadan kendimizi daha iyi koruyabiliriz.

## a. Çök-Kapan-Tutun

Bu davranış şekli deprem, uçak kazası, heyelan, bomba patlaması ve bomba tehdidi, yıldırım, hortum gibi tehlikelerde uygulanır. Örneğin; zemin sarsılmaya başladığında veya büyük bir patlama hissedildiğinde herkesin aşağıdakileri yapması gerekir (Resim 2).



Resim 2: Çök-Kapan-Tutun

### İç Mekândaysanız

- Çöküp yakınlarda bulunan bir sıranın veya masanın altına girerek eğilin ve tutunun.
- Mümkün olduğunca kapanın; yüzünüzü ve gözlerinizi de tutduğunuz kolunuza yaslayarak koruyun.
- Tehlike geçene kadar veya eşyaların düşmesi durana kadar tutunup aynı pozisyonda kalın.

### Koridordaysanız

İç duvarların dibine çöküp kapanarak kafanızı ve ensenizi kollarınızla koruyun; olduğunuz yerde kalarak savrulmadan korunun.

### Merdivendeyseniz

Bulduğunuz yere oturun, korkuluğa bir elinizle tutunun. Korkuluğa tutunan kolunuzun üzerine yüzünüzü ve gözlerinizi yaslayarak koruyun. Diğer elinizle başınızı ve ensenizi korumaya çalışın.

### Dışarıdaysanız

Binalardan, enerji hatlarından, duvarlardan ve düşebilecek başka şeylerden uzak durun. Yere çöküp kapanarak başınızı ve ensenizi kollarınızla koruyun. Tehlike geçinceye kadar aynı pozisyonda kalmaya çalışın (Resim 3).



Resim 3: Kapan





### *Bedensel engelli ya da hareket kısıtlaması olanlar*

- Tekerlekli sandalyedeyseniz, kendinizi sandalyeden yere atmayın.
- Tekerlek frenini devreye sokun, tutunun. Başınızı korumaya çalışın.
- Oturuyorsanız yerinizde kalın ve mümkünse başınızı koruyun.
- Ayakta iseniz, oturun veya düşmeyi engellemek için vücudunuza destek verin.

Acil durum ya da afet sırasında bulunduğunuz yerde en uygun **ÇÖK-KAPAN-TUTUN** pozisyonunu alın. Tehlike geçinceye kadar aynı pozisyonda kalmaya çalışın!

### **b. Yerinde Sığınak Oluştur**

Yerinde sığınak, tehlikeli madde sızıntısı veya serpintisi (NBC: Nükleer, Biyolojik, Kimyasal), duman, silahlı saldırı, patlama ve şiddetli fırtınalarda uygulanır.



Resim 4: Yerinde Sığınak Oluştur

Aşağıdaki durumlarda hemen yerinde sığınak uygulaması gereklidir (Resim 4):

- Çevrenizde tehlikeli madde riski oluştuğunda,
- Beklenmedik bir koku veya patlama sesi duyulduğunda,
- Büyük bir duman, buhar bulutu veya ateş görüldüğünde,
- Ciltte veya gözde olağan dışı bir şekilde tahriş oluştuğunda ya da solunum güçlüğü çekildiğinde, hemen yerinde sığınak uygulaması yapın.

Yerinde sığınak uygulamasını şöyle yapabilirsiniz:

- Ev içinde aile bireylerinizle birlikte önceden bir “sığınak odası” seçin. Odanın mümkünse sokağa açılan bir kapısı olmasın. Ev içinde penceresi en az ve en küçük olan bir odayı seçin.
- Okulunuzda belirlenecek sığınak yerini ve sığınakta nasıl davranacağınızı öğretmenlerinizden öğrenin.

Yerinde sığınak uygulamasını gerektirecek bir tehlike hâlinde,

- Dışarıdaysanız hemen içeri girin, ailenizdeki herkesin içeri girmesini sağlayın.
- Evcil hayvanlarınız varsa onları da içeri alın.

Yerinde sığınak uygulaması yaparken büyüklerinize aşağıdaki konuları hatırlatın:

- Evin ya da binanın tüm hava girişlerini kapatın veya içeriden tıkayın.
- Elektrik veya koli bantlarıyla elektrik, kablolu TV, İnternet ve telefon prizlerini de kapatın.
- Odanın kapı, pencere, ısıtma ve soğutma gibi hava girişlerini koli bandı ve plastik örtülerle kapatın.
- Kapıların altından hava girişini ıslak havluyla veya bezlerle kesin.
- Dışarı çıkmanız söylenene kadar içeride kalın.

## Okulunuzda ve mahallenizde yetkililerin yapacakları uyarıları dikkatle dinleyip uygulayın!

### c. Kilitle ve Yat

Silah sesi duyulduğunda, şüpheli veya tehlikeli kişiler ortaya çıktığında uygulanır. Böyle bir durumda;

- Dışarıdaysanız hemen içeri girin.
- Derhâl oda ya da sınıf kapılarını kapatın ve kilitleyin.
- Tüm etkinliklerinizi durdurun ve yere yatarak sessizce bekleyin.

Öğretmeninizden veya okul yöneticilerinizden gelecek yönlendirmeyi bekleyin.

Örneğin; tehlike belirdiğinde öğretmen “Yere yatın!” komutunu verir. Bunun ardından yere yatılmalı ve sessizce beklenmelidir.



## d. Tahliye Et (Boşalt)



Resim 5: Tahliye Et (Boşalt)

Tahliye, insan ve hayvanların buldukları yerden boşaltılması demektir. Yangın anı, deprem ve patlama sonrasında sel, su baskını öncesi ve anında, kimyasal kazalar, terör, bomba tehdidi ve heyelan tehlikesi öncesinde uygulanır (Resim 5).

Tahliyede önemli olan şey hemen ve sessizce, uyarılara ve yetkililerin söylediklerine uymaktır. Yetkililerin tahliye isteğine karşı koymak veya tahliye konusunda kararsızlık gösterip gecikmek ya da aceleci davranmak çok tehlikeli sonuçlar doğurabilir.

### *Okuldaysanız*

Okul yöneticilerinizi ve öğretmenlerinizi dikkatle dinleyin, uyarılara eksiksiz uyun. Sınıfınızı ya da okulunuzu, öğretmenlerinizin gösterdiği yollardan sessizce, koşmadan ama çabuk davranarak boşaltın. Nereye gittiğinizi haber vermeden sınıf arkadaşlarınızın yanından ayrılmayın.

### *Evinizi tahliye etmeniz gerekirse*

- Yetkililerin hoparlör, radyo gibi çeşitli iletişim araçlarından yapacakları uyarılar doğrultusunda hareket edin.
- Koruyucu giysiler ve sağlam ayakkabılar giyin.
- Evinizi kilitleyin.
- Yetkililerin belirttiği tahliye yollarını kullanın.

### *Eğer vaktiniz varsa*

- Elektrik, su ve doğalgaz vanalarını kapatın.
- Tanıdıklarınıza nereye gittiğinizi haber verin.
- Yalnız yaşayan, yaşlı ve engelli komşularınıza yardımcı olun.
- Evcil hayvanlarınız için de önlem alın.

## 2.3. Aile Afet Planı

Afetler her zaman, her yerde olabilir, aniden ve uyarısız ortaya çıkabilir, siz ve aileniz için korkutucu olabilir. Örneğin; evinizi terketmek zorunda kalabilirsiniz. Ayrıca afette görevli kurumlar afet sonrası ihtiyaçlarınızı hemen karşılayamayabilir. Bunun için afetlerde altın saatler olarak adlandırılan, en az üç günlük (72 saat) süreyi kapsayan bir "Aile Afet Planı" yapmanız gerekiyor (Resim 6).



Resim 6: Aile Afet Planı

Önceden planlayarak kendinizi korumayı ve afetlerle nasıl başa çıkacağınızı öğrenin. Bu çalışmaya

kitabınızdaki gibi bir liste ile başlayın. Ailenizle konuştuktan sonra, beraberce bir afet planı hazırlayın. Planı herkesin görebileceği bir yere asın. Bölgenizde görülebilecek afetlere karşı hazırlık konusunda daha fazla bilgi almak için valilik, kaymakamlık, belediye, Sivil Savunma Müdürlüğü ve Kızılay'a başvurun. Aile afet planını geliştirirken aile üyelerinin her birinin plan içinde yer almasına özen gösterin.

**Aile afet planını hazırlamak için aşağıda belirtilen ve ailenizle birlikte tamamladığınız her işle ilgili kutuya bir çarpı işareti koyun.**

- Ev halkıyla toplanıp çevrenizde acil durum ya da afete yol açabilecek tehlikeleri belirleyin. Bunun için çevrenizde daha önce meydana gelmiş ya da ileride gelebilecek afetlerin türlerini öğrenin.
- Her bir tehlike için evinizdeki güvenli yerleri belirleyin.
- Hastalıklarda veya kaza durumlarında neler yapacağınızı konuşun.
- Evinizin bir krokisini çizerek mümkünse her odadan iki ayrı çıkış yolu belirleyin.
- Evdeki aile üyeleri elektrik şalteri, su ve gaz vanalarının yerini ve bunların nasıl kapatılacağını öğrensin.



- Telefonların bulunduğu yerlerin yakınına acil durum telefon numaralarını

**112 Acil Yardım**  
**155 Polis İmdat**  
**110 İtfaiye**

yazıp koyun. Bu telefonları ne zaman ve nasıl arayacağınızı öğrenin.

- Şehir içi ve dışında bulunan iki yakınınızı belirleyin. Bu kişilerin telefonlarını öğrenin ve afet sırasında birbirinizden ayrı kalmanız durumunda tüm ev halkı o kişileri araması gerektiğini bilsin.
- Afet anında bir arada değilseniz ailenizle buluşabilmeniz için iki ayrı **Acil Durum Toplanma Alanı (ADTA) belirleyin**. Bunlardan biri evinizin yakınında, diğeri ise eve dönemeyeceğinizi düşünerek evinizden uzakta olmalıdır.
- Kızılay'ın afet hazırlık ve ilk yardım kursları ile ilgili bilgi edinin.
- Acil durumdan nasıl haberdar edileceğinizi yetkili kuruluşlara sorun.

- Mahallenizdeki tahliye yollarını öğrenin.
- Yaşlı ve engelli kişiler için nasıl özel yardım alabileceğinizi öğrenin. Hareket engelli kişileri güvenli (devrilecek dolaplar, kırılacak camlardan uzak) yerlere yerleştirin.
- Afet zamanlarında, yardımınıza ilk koşanlar komşularınız olacaktır. Bir afet sırasında komşularınızla hangi konularda yardımlaşabileceğinizi ve birbiriniz için neler yapabileceğinizi önceden kararlaştırın.
- Afet sonrasında ilk saatlerde gerekebilecek eşyaları kolayca ulaşabileceğiniz bir yerde bulundurun. Bu hazırlıkları bulunduğunuz bölgeye, kendi ihtiyaçlarınıza göre ve kolayca taşıyabileceğiniz şekilde düzenleyin.
- Afet sonrasında yardım ulaşıncaya kadar gerekebilecek üç günlük su, gıda ve tuvalet ihtiyacınızı nasıl karşılayacağınızı düşünün.





## ..... AİLESİ AFET PLANI

Şehir dışında aranacak kişinin

Adı \_\_\_\_\_

Bulunduğu şehir \_\_\_\_\_

Telefonu (ev) \_\_\_\_\_ (iş) \_\_\_\_\_

Şehir içinde aranacak kişinin

Adı \_\_\_\_\_

Telefonu (ev) \_\_\_\_\_ (iş) \_\_\_\_\_

Akrabanın

Adı \_\_\_\_\_

Bulunduğu şehir \_\_\_\_\_

Telefonu (ev) \_\_\_\_\_ (iş) \_\_\_\_\_

Ailenin iş telefonları

Baba \_\_\_\_\_ Anne \_\_\_\_\_

Diğer \_\_\_\_\_

Acil Durum Telefon Numaraları

Acil bir durumda 155, 110 veya 112'yi ya da bulunduğumuz yerdeki şu numaraları arayın:

Polis \_\_\_\_\_

İtfaiye \_\_\_\_\_

Hastane \_\_\_\_\_

Buluşma noktaları (ADTA)

1. Evin içinde \_\_\_\_\_

2. Evin yakınında \_\_\_\_\_

3. Evden uzakta (eve dönemezseniz)

Adres \_\_\_\_\_

Telefon \_\_\_\_\_

İlk takip edilecek yol \_\_\_\_\_

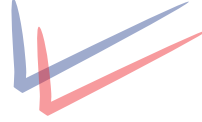


etkinlik  
Planla,  
hazır ol!

Yandaki Aile Afet Planını ailenizle birlikte doldurun.

Bir kopyasını kendi çantanıza, birer kopyasını da her aile bireyinin çantasına koyun. Ayrıca bir kopyasını da evinizin görünür bir yerine asın.

## Aile Afet Planı Kontrol Listesi



- Evdeki güvensiz yerleri belirledik. (Pencere önleri, büyük, ağır ve devrilebilen eşyaların yanı ve yanabilecek eşyaların yanı)
- Yatağımızın yanına el fenerimizi ve terliklerimizi koyduk.
- Elektrik, su ve gaz vanalarının yerlerini ve bunların nasıl kapatılacaklarını öğrendik.
- Evimize yangın söndürücü aldık ve nasıl kullanacağımızı öğrendik. Evimizde duman detektörü var ve yılda iki kez (saatleri ileri ve geri alınca) pillerini değiştiriyoruz.
- KIZILAY'dan ilk yardım kursu almak için plan yaptık.
- İlk yardım çantamızı hazırladık.

- Binadan çıkış yollarını belirleyip kroki üzerine işaretledik.
- Evde "Deprem Tehlike Avı" nı tamamladık. (Kitabınızın 27-39. sayfaları arasında geçen "Deprem" bölümüne bakınız.)
- Evimizin güvenli yerlerini saptadık.
- Tekrar nasıl buluşacağımızı belirledik.
- Afetten sonra gaz sızıntısı olmadığından emin olana kadar çakmak, kibrit gibi yangına sebep olabilecek şeylerin kullanılmayacağını öğrendik.
- Afetten sonra telefonumuzu sadece acil durumlar için, radyo ve televizyonu da bilgilenmek için kullanacağımızı öğrendik.
- Bu planı ..... tarihinde tamamladık. Her altı ayda bir planımızı gözden geçirmeye karar verdik.

**KIZILAY HEP YANIMIZDA!**

