

BÖLÜM 1

TÜRK KIZILAYININ TEMEL 7 İLKESİ



TÜRK KIZILAYININ TEMEL İLKELERİ



Kızılay, savaşta ve barışta hiçbir ayırım yapmadan insan hayatını ve sağlığını koruyan, insanların kişiliğine saygı göstererek anlayış, dostluk, işbirliği ve sürekli barış için çalışan, ihtiyaç hâlinde herkese yardım elini uzatan, insanî ve gönüllü bir kuruluştur.

Kızılay, **Uluslararası Kızılhaç ve Kızılay Dernekleri** Federasyonuna bağlı uluslararası bir kuruluştur. Federasyona bağlı 183 ülkede bu dernekler faaliyetlerini sürdürmektedirler.



Kızılay barışta ve savaşta hep yanımızdadır.



Barışta, afet ve acil durumlarda

- ☺ Geçici barınma, giyinme ve beslenme ihtiyaçlarına yönelik gerekli malzemeleri sağlar.
- ☺ İlkyardımcıları yetiştirir.
- ☺ Kan ürünleri sağlar.
- ☺ İhtiyacı olanlara sağlık hizmeti desteği sağlar.
- ☺ Gençlerin eğitimine destek verir.



Savaşta

- ☺ Yaralıların tedavi ve bakımına yardım eder.
- ☺ Savaş esirlerine yardım eder.
- ☺ Sivillerin bakımını ve beslenme ihtiyaçlarını sağlar.

Herkes Kızılaya gönüllü olabilir ve çalışmalarına destek verebilir.

Kızılay ve Kızılay gönüllüleri yardım ve hizmetlerinde 7 temel ilke doğrultusunda hareket ederler.

	1. İnsaniyetçilik	Savaş yaralılarına ayırım yapmaksızın yardım eder. Deprem, sel, büyük yangınlar gibi olaylarda insanların acılarını ayırım yapmadan önlemeye ve hafifletmeye çalışır. Barışı destekler.
	2. Eşitlik (Ayrım Gözetmemek)	Milliyet, ırk, din, cinsiyet, siyasi düşünce, inanç farkı gözetmez. Sadece kişilerin acılarını gidermeye ve yardım etmeye çalışır.
	3. Tarafsızlık	Savaşta ve ülke içi veya dışı anlaşmazlıklarda taraf tutmaz. İrk, din, siyaset gibi konularda tartışmaya girmez.
	4. Bağımsızlık	Hiçbir yere bağlı değildir. Kendi ülkesinin yasalarına uygun olarak çalışan bağımsız bir kurumdur.
	5. Gönüllülük	Kazanç amacı gütmeyen, çıkar gözetmeyen bir yardım kurumudur.
	6. Birlik	Bir ülkede sadece bir tane Kızılay ya da Kızıllaç Derneği vardır. Herkese açıktır ve tüm yurda hizmet eder.
	7. Evrensellik	Dünyadaki bütün Kızılay ve Kızıllaç Dernekleri aynı haklara sahiplerdir ve karşılıklı yardımlaşma içindedirler.



Kızılay Gönüllüsü

Hiçbir karşılık beklemeden, Kızılayın temel ilkelerine uyarak ihtiyaç duyduğu anda Kızılayın faaliyetlerine kendi yetenek ve imkanları ölçüsünde kendi isteği ile destek veren kişidir. Bu destek;

- 😊 Kızılayı tanıtmak,
- 😊 İlkyardımcı olmak,
- 😊 İlkyardım gününe gönüllü katılmak,
- 😊 Kızılay tarafından verilen uygun görevleri yapmak,
- 😊 Güvenli davranış ve ilk yardım kurallarını uygulamak, çevredeki kişileri bu konuda uyarmak şeklinde çalışmalar yapar.



Nasıl Kızılay gönüllüsü oluruz?

Bunun için önce Kızılay gönüllüsü olmayı istemek gerekir. Sonra Kızılaya başvurup bir gönüllülük formu doldururuz.



İlkyardım Gönüllüsü Ön Başvuru Formu

Adı Soyadı	
Doğum Tarihi/Yeri	
Sınıfı	
Okulu	
Adresi	
Telefonu	
E-mail	

İlkyardım ve Kızılay ile ilgili yapabileceğim;

Kızılayı tanıtabilirim	
İlk yardım öğrenebilirim	
İlkyardım ve Kızılay ile ilgili;	
Resim yapabilirim	
Şiir yazabilirim	
Kompozisyon yazabilirim	



Eğer siz de
Kızılay gönüllüsü
olmak istiyorsanız
yandaki formu doldurup
öğretmeninize veriniz.



BÖLÜM 2

İLK YARDIM TEMEL UYGULAMALARINDA GÜVENLİ DAVRANIŞ VE İLK YARDIM





İLK YARDIM
BİLMEK
HAYAT
KURTARIR.

SİZ DE
ÖĞRENİN.

İlkyardım: Herhangi bir kaza ya da yaşamı tehlikeye düşüren bir durumda sağlık görevlilerinin tıbbî yardımı sağlanıncaya kadar hayatın kurtarılması ya da durumun daha kötüye gitmesini önleyebilmek amacıyla olay yerinde, tıbbî araç gereç aranmaksızın mevcut araç ve gereçlerle yapılan ilâçsız uygulamalardır.

Acil tedavi: Hasta ve yaralıları ambulans ya da acil tedavi ünitelerinde, doktor ve sağlık personeli tarafından ilâç veya tıbbî malzemelerle yapılan uygulamalardır.

İlk yardım ve acil tedavi arasında bazı farklar vardır.

İlkyardım

- Olay yerinde,
- Eldeki olanaklar kullanılarak, ilâçsız yapılan uygulamadır.



Acil tedavi

- Ambulans ya da sağlık kuruluşunda
- İlâç veya tıbbî malzemelerle yapılan uygulamadır.








Hasta veya yaralının
hayatî tehlikesi varsa asla yerinden kımıldatmayın!

İlkyardımanın öncelikli amaçları

- Hasta veya yaralının yaşamsal fonksiyonlarını sürdürmek
- Durumunun kötüleşmesini önlemek
- İyileşmesini kolaylaştırmak

İlkyardımanın üç temel uygulaması (KBK):

 "K" Koruma	"B" Bildirme 	"K" Kurtarma 
<p>Olay yerinde ikinci bir tehlikeyi önlemek ve güvenli bir çevre oluşturmak önemlidir. Bunun için;</p> <ul style="list-style-type: none">• Trafik kazasında, kazanın olduğu yerin önüne ve arkasına reflektör yerleştirilmelidir.• Şofben zehirlenmesinde gaz vanası kapatılmalı, oda havalandırılmalı, kıvılcım çıkartacak çakmak, elektrik düğmesi gibi aletlerin kullanılması engellenmelidir.• Elektrik çarpmasında şalter kapatılmalıdır.	<p>İlkyarımda haber verilecek telefon numarası 112 Acil Yardım Servisidir.</p> <p>Olayı bildiren kişi mutlaka;</p> <ul style="list-style-type: none">• Olayın olduğu yerin tam adresini,• Kimliğini ve hangi numaradan aradığını,• Olayın ne olduğunu (yangın, kaza, zehirlenme)• Hasta veya yaralıların sayısı ve genel durumunu,• Hasta veya yaralılara herhangi bir müdahale yapıldı ise neler yapıldığını bildirmelidir.	<p>Hasta veya yaralılara olay yerinde hızla ama sakın bir şekilde ilkyardım müdahalesi yapılmalıdır. Bunun için;</p> <ul style="list-style-type: none">• Hasta veya yaralıların ABC'si değerlendirilmelidir.• Hasta veya yaralının korku ve endişeleri giderilmelidir.• Çevredekiler organize edilmelidir.• Gerekli ilkyardım müdahalesi çevredeki imkanlar ile uygulanmalıdır.• Hasta veya yaralı hareket ettirilmemelidir.• 112 Acil Yardım Servisine haber verilmelidir.

Resimlerin altındaki noktalı alanlara ilkyardımanın temel uygulamalarından uygun olanının ismini yazınız.
(KORUMA - BİLDİRME - KURTARMA)



.....



.....



Kazalardan korunma ile ilgili güvenli davranışlarımız.

- ✓ Emniyet kemeri takmak,
- ✓ Arabanın arka koltuğuna oturmak,
- ✓ Arabanın camından sarkmamak,
- ✓ Camlardan dışarı bir şey atmamak,
- ✓ Bisiklete binerken kask takmak,
- ✓ Yaya geçidini kullanmak,
- ✓ Park edilmiş arabaların etrafında oynamamak,
- ✓ Pencerelelerden sarkmamak,
- ✓ Tırabzamlardan kaymamak,
- ✓ Kapıları dikkatli ve yavaş kapatmaktır.





Kazalardan korunma ile ilgili güvenli davranışlarımız

- ✓ Karşıdan karşıya geçerken önce sola, sonra sağa, sonra tekrar sola bakmak,
- ✓ Kaza anında sakin olmak,
- ✓ Önce kendi güvenliğimi sağlamak,
- ✓ İkinci bir kaza olmaması için önlem almak,
- ✓ Olay yerinde sigara içilmesini önlemek,
- ✓ Çevredeki meraklı kişileri uzaklaştırmak,
- ✓ Gaz kaçağı varsa vanayı kapatmak,
- ✓ Ortamı havalandırmak,
- ✓ Elektrik düğmelerini açmamak,
- ✓ Yol kenarında oyun oynamamak,
- ✓ Yola kaçan topumun arkasından koşmamak,
- ✓ Merdivenlerden koşarak inmemek,
- ✓ Sık sık düşüyor ve tökezliyorsam anneme, babama gözlerimi muayene ettirmelerini söylemektir.



BULMACA



Soldan Sağa



1. İlkyardımda çevre güvenliğinin sağlanması
2. Köpek - Takunya
5. İlkyardımda yardım çağırma
6. Boşluk - Bir soru
8. İlkyardım müdahalesi

Yukarıdan Aşağıya



1. Pas, pislik - Babanın ilk hecesi
2. Küçük bitki - Bir sayı
3. Bir nota
4. Ekmek yapılan madde - Bir hayvan
5. Parlak olmayan - Ayının evi
6. Kırmızı - Bir nota
8. Anne - Bir kız ismi

	1	2	3	4	5	6	7	8
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								

ROL OYNAMA

Rol alanlar:

Turbo, Tolga, Tülin,
bir yaralı işçi



Senaryo

Turbo evde dönem ödevini yapmaktadır. Ancak evlerinin yanında bir inşaat vardır ve çok gürültü olmaktadır. Turbo canı sıkkın bir şekilde dışarı hava almaya çıkar. İnşaatta bir işçi çalışmaktadır. Tolga ve Tülin ise kask, dirseklik ve dizlik takmamış bir halde inşaatın önünden bisikletle geçmektedirler. O sırada büyük bir gürültü kopar ve arkasından çığlıklar duyulur. Bir işçinin ayağına tahta düşmüştür, dizi kanamaktadır ve bağırılmaktadır. AAHh, aaaah...

Tülin oturur vaziyette ağlamakta ve ayağını tutmaktadır. Tolga yüz üstü yerde sessiz yatmaktadır.

Turbo koşarak olay yerine gelir ve şunları yapar:

- Hemen etrafına bakar, çevre güvenli mi diye kontrol eder.
- İlkyardımı biliyorum sakın olun der.
- Tolga'nın bilincine bakar (iyi misin diye dokunarak sorar), cevap alamayınca ağız içini kontrol ettikten sonra, baş çene pozisyonu vererek solunumunu dinler, solunumu vardır. Nabzını şah damarından üç parmağı ile kontrol eder, nabzı da vardır. Solunumu ve nabzı vardır ancak bilinci yoktur, hemen sabit yan yatış (koma) pozisyonu verir.
- İşçiye temiz bir bez verip hemen kanamanın üzerine koymasını söyler.
- Tülin'i fazla kımıldatmadan hemen yatar pozisyona getirip tahta düşen ayağının daha fazla zarar görmemesi için tespit (sabitler) eder. **112** Acil Yardım Servisini köşedeki telefon kulübesinden arar. Acil Yardım Ekibi gelene kadar yanlarında bekler.

Sınıfınızda öğretmeniniz ve arkadaşlarınızıyla bu oyunu canlandırın.

Arkadaşlarınızıyla aşağıdaki soruları tartışarak cevaplayınız.

- Turbo koruma ile ilgili neler yaptı ?
- Turbo bildirme ile ilgili neler yaptı ?
- Turbo kurtarma ile ilgili neler yaptı ?
- Başka neler yapabilirdi ?
- Tülin ve Tolga hangi güvenli davranışları göstermeliydi ?

İLK YARDIM TEMEL UYGULAMALARI BECERİSİ ÖĞRENİM REHBERİ

1. Geliştirilmesi gerekir	Basamağın, yanlış uygulanması veya sırası ile uygulanmaması
2. Yeterli	Basamağın doğru olarak ve sırası ile uygulanması, eksikliklerin olması halinde eğiticinin yardımına gerek duyulması
3. Ustalaşmış	Basamağın duraklamadan, yardıma gerek kalmadan, doğru olarak ve sırası ile uygulanması
Gözlem yapılamadı	Basamağın eğitici tarafından gözlenmemiş olması
Katılımcının adı soyadı	
Tarih	

DAVRANIŞ BASAMAKLARI

	UYGULAMA				
	1	2	3	4	5
1. Sakin olma ve telaşa kapılmama					
2. Kendisinin ve hasta veya yaralının güvenliğini sağlama (reflektör koyma, havagazını kapatma, ... vs.)					
3. Meraklıları uzaklaştırma					
4. 112 Acil Yardım Servisine haber verme ve gerekli bilgileri iletme					
5. Olay ortamında sigara içilmesini önleme					
6. Hasta veya yaralı ile sakin, yumuşak şekilde konuşma					
7. Hasta veya yaralıyı yatırma ve şikayetini sorma					
8. Doğru ilkyardım uygulama					
9. Yardım ekibi gelene kadar olay yerini terk etmeme					
10. Yardım ekibine olay ve hasta veya yaralı hakkındaki bilgileri verme					

Katılımcı bu uygulamayı yapmaya:

Hazır
İmza

Hazır Değil
Tarih

Notlar

BÖLÜM 3 İLK YARDIMCININ ÖZELLİKLERİ



İLK YARDIMCININ ÖZELLİKLERİ

Doğru ve etkili bir ilkyardım uygulayabilmek için ilkyardım konusunda bilgi, beceri ve bazı özelliklere de sahip olmalıyız.

Bunlar:

- 😊 İnsan vücudu ile ilgili bilgilere sahip olmak,
- 😊 Önce kendi can güvenliğini korumak,
- 😊 Sakin olmak,
- 😊 Kendine güvenli olmak,
- 😊 Pratik olmak,
- 😊 Eldeki olanakları değerlendirebilmek,
- 😊 Olayı anında ve doğru olarak 112 Acil Yardım Servisine haber vermek,
- 😊 Çevredeki kişileri organize edebilmek ve kişilerden yararlanabilmek,
- 😊 İyi iletişim kurabilmektir.



Şimdi aşağıdaki hikâyeyi dikkatle okuyarak altta verilen soruları arkadaşlarınızı zla birlikte cevaplayın.

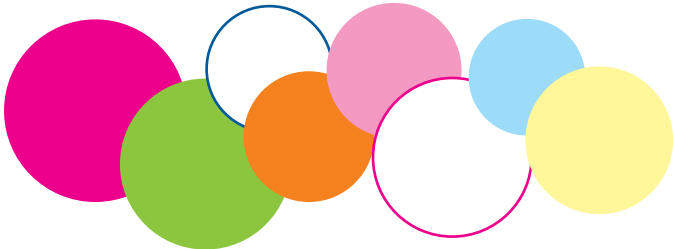
HİKÂYE

Turbo, Tülin ve Tolga aileleriyle birlikte yaz tatilinde kampa gitmişlerdi. Akşamüstü arkadaşlarıyla oyun alanında toplanmış, aralarında sohbet edip birbirlerine fıkra anlatıyorlardı. Tülin sandviç yiyordu. O sırada arkadaşlarından biri çok komik bir fıkra anlattı ve hepsi gülmeye başladılar. Birden Tülin çırpınarak ellerini boğazına götürdü, yüzü korkunçtu. Hepsi bir anda ne olduklarını şaşırmışlardı ve çok korkmuşlardı. Telaşla sağa sola koşup bağırişıyorlardı.

Turbo onlara "sakin olun, ben ilkyardımcı biliyorum" dedi. Tolga'ya hemen anne ve babasını çağırmasını söyledi ve kararlılıkla Tülin'in arkasına geçerek doğru ilk yardım müdahalesini yaptı. Tülin'in boğazına kaçan sandviç parçası dışarı çıktı ve Tülin rahatladı. Tülin'in annesi geldiğinde Tülin yeniden gülmeye başlamıştı. Annesi Turbo'ya ve arkadaşlarına teşekkür etti. Tülin bir daha asla ağzında bir şey varken gülmeyeceğine dair söz verdi.

Tartışma Soruları

Turbo'nun hangi davranışları ilkyardımcı özelliklerine uygundu? İlkyardımcıda başka hangi özellikler olmalıdır?



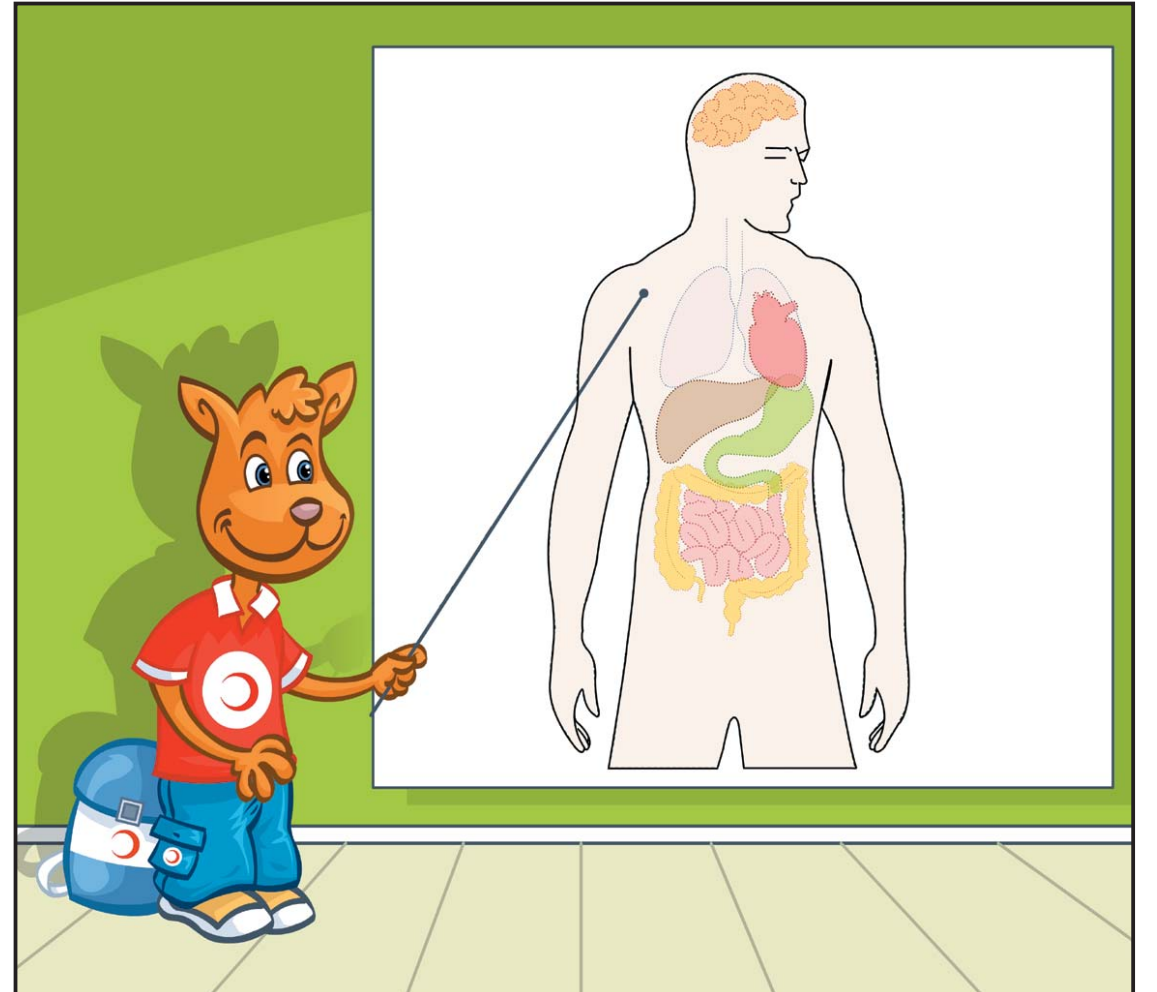
BÖLÜM 4 İNSAN VÜCUDU



İlk yardım uygulamalarının doğru yapılabilmesi için insan vücudunu çok iyi tanmalıyız.

İnsan vücudunu oluşturan temel yapılar

HÜCRE İnsan vücudunun en küçük temel yapısıdır.
DOKU Hücreler bir araya gelip dokuları oluşturur. (kas dokusu, sinir dokusu vb.)
ORGAN Çeşitli dokular bir araya gelerek organları oluşturur. (kalp, akciğer vb.)
SİSTEM Kendine özgü görevleri olan organların oluşturduğu vücut yapılarıdır. (solunum sistemi, dolaşım sistemi vb.)





Hareket sistemi

Kemik, eklem ve kaslardan oluşur.
Hareket ve destek görevi vardır.



Dolaşım sistemi

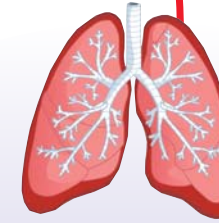
Kalp, damar ve kandan oluşur.
Dokulara oksijen ve besin elemanları taşır ve dokularda oluşan atıkları (zararlı maddeleri) toplar.

VÜCUDUMUZUN SİSTEMLERİ VE GÖREVLERİ



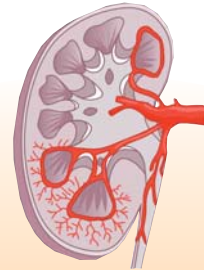
Sinir sistemi

Beyin, beyincik ve omurilik soğanından oluşur.
Anlama, algılama ve dengeyi sağlama görevi vardır. Ayrıca kalbin çalışması ve solunumda da görevi vardır.



Solunum sistemi

Akciğer, soluk borusu, burun ve ağızdan oluşur. Dokuların oksijenlenmesini sağlar.



Boşaltım sistemi

Böbrek, idrar boruları ve idrar kesesinden oluşur. Vücuda zararlı olan maddelerin atılmasını sağlar.

YAŞAM BULGULARI

İlk yardım uygulamalarında vücudumuzla ilgili bilmemiz gereken yaşam bulguları



Bilinç durumu: Sağlıklı bir kişi kendisine yöneltilen tüm uyarılara cevap verir. Eğer dokunarak veya sesli uyarılara cevap vermiyorsa bilinç kaybı vardır.



Solunum: Normalde 1 dakikadaki solunum sayısı yetişkinlerde 12-20, çocuklarda ve bebeklerde ise 20-25 arasındadır.



Dolaşım: Normalde yetişkinlerde 1 dakikadaki nabız sayısı 60-100 arasındadır. Çocuklarda ve bebeklerde ise 100-120 dir.



Nabız: Kalp atımlarının damar duvarına yaptığı basıncın elle hissedilmesidir.

BÖLÜM 5

HASTA VEYA YARALI DEĞERLENDİRMEDE GÜVENLİ DAVRANIŞ VE İLK YARDIM





HASTA VEYA YARALI DEĞERLENDİRME

Kendimizin ve çevremizin güvenliğini sağladıktan sonra ilkyardıma doğru uygulamak için hasta veya yaralıyı değerlendirmemiz gerekir.

Hasta veya yaralı değerlendirmenin amacı

- Hasta veya yaralının durumunun ve yarasının ciddiyetini belirlemek,
- Önce hangi hasta veya yaralıya yardım edeceğimizi belirlemek,
- Hangi ilkyardım uygulamasını yapacağımızı belirlemek,
- İlkyardıma doğru yapmaktır.

Hasta veya yaralıyı iki aşamada değerlendiririz

- Birinci değerlendirme
- İkinci değerlendirme

BİRİNCİ DEĞERLENDİRME



Birinci değerlendirmenin yapılması için aşağıdaki uygulamaları iyi bilmek gerekir.

Bunlar;



(A) Solunum yolu açıklığının sağlanması ,



(B) Solunumun değerlendirilmesi,



(C) Dolaşımın değerlendirilmesidir.

Bilinç kontrolünü yapmak için;

- Önce hasta veya yaralıya seslenir, omzuna dokunuruz.
- "İyi misin?" diye sorarız.
- Eğer cevap alamıyorsak hasta veya yaralının bilinç kaybı olduğunu düşünürüz.
- Hemen **112** Acil Yardım Servisini aramamız gerekir.



Olay yerinde ilk önce sessiz durana müdahale edilir.

(A) Solunum yolu açıklığının sağlanması;



Ağız içini kontrol ederiz.
Yabancı cisim varsa dikkatlice çıkarırız.



Baş çene pozisyonu veririz.
Bir elimizle hasta veya yaralının alnından,
diğer elimizin parmak uçları ile çenesinden
tutarız ve başını geriye doğru iteriz.

Hasta veya yaralının boynunda bir problem düşünüyorsak
DOKUNMAYIZ.

(B) Solunum değerlendirilmesi

- **BAK-DİNLE-HİSSET** yöntemiyle hasta veya yaralının solunumunu 10 saniye boyunca değerlendiririz.
- Başımızı hasta veya yaralının göğsünü görecek şekilde yan çeviririz, göğüs hareketini gözleriz.
- Kulağımızı hasta veya yaralının solunum sesini dinler, yanağımızı hasta veya yaralının nefesini hissetmeye çalışırız.



(C) Dolaşımın değerlendirilmesi

- Yetişkin ve çocuklarda şah damarından, bebeklerde ise üst kol iç yüzünden 3 parmağımızı kullanarak 5 saniye süre ile kalp atışlarını kontrol ederiz. Alamazsak diğer taraftan kontrol ederiz.



- Nabıza aynı anda iki taraftan birden bakılmaz.

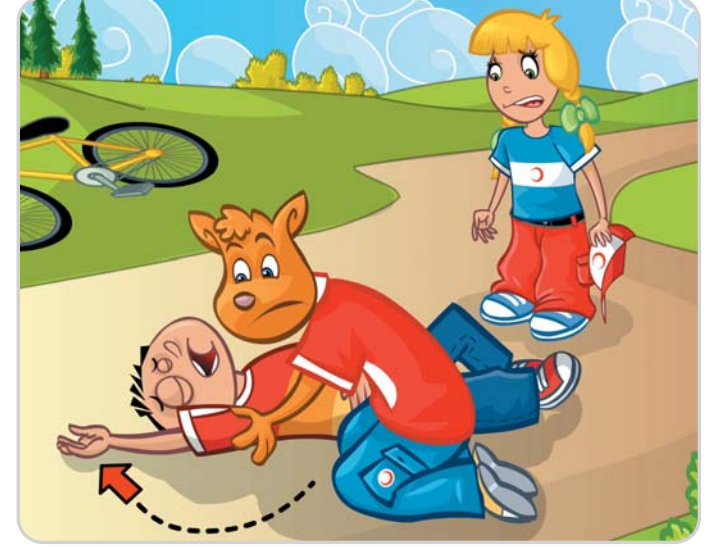
Birinci değerlendirme sonucu hasta veya yaralının bilinci yoksa solunum ve nabızı varsa
SABİT YAN YATIŞ (KOMA) POZİSYONU VERİRİZ.

SABİT YAN YATIŞ (KOMA) POZİSYONU

(...)



(...)



Sabit yan yatış (koma) pozisyonunu öğrenim rehberi basamaklarına göre öğretmeninizle birlikte uygulayın.

Resimleri doğru sırada numaralandırın.

(...)



İKİNCİ DEĞERLENDİRME

Eğer hasta veya yaralının bilinci yerindeyse ikinci değerlendirme yapılır.



1. Hasta veya yaralı ile konuşularak (konuşabiliyorsa) durumu hakkında aşağıdaki soruları sorarak bilgi almalıyız.
"Ne oldu?
Sürekli kullandığınız bir ilaç var mı?
Alerjiniz var mı?" diye sorulur.



4. Dolaşımına bakmak için nelere dikkat edilir?
Nabız hızlı mı?
Nabız yavaş mı?
Düzenli mi?



2. Bilinç durumunu değerlendirmek için nelere dikkat etmeliyiz?
"Her soruya cevap verebiliyor mu?
Tanıma özelliğini yitirmiş ve unutuyor mu?
Bazı konuları hatırlıyor mu?" bakılır.



5. Vücut ısısı ve nemini kontrol etmek için nelere dikkat edilir?
Vücut soğuk mu?
Vücut sıcak mı?
Vücut nemli mi?



3. Hasta veya yaralının solunumunu tespit etmek için nelere bakılır?
Hızlı mı?
Yavaş mı?
Düzenli mi?



6. Elle dokunarak başı kontrol etmek için nelere dikkat edilir?
Şişlik var mı?
Kesik veya yara var mı?
Çökme veya kırık var mı?



7. Yüz kontrolü için nelere dikkat edilir?

Yüz kemiklerinde şişlik var mı?
Göz altında morarma var mı?
Kulak ya da burundan gelen kan veya sıvı var mı?



8. Boyun kontrolü için nelere dikkat edilir?

Baş ve boyun hareket ettirilmeden iki elle kontrol yapılır.
Kanama, şişlik ve ağrı var mı?
Varsa hareket ettirme.



9. Göğüs kontrolü için nelere dikkat edilir?

Göğüste ağrı var mı?
Kanama var mı?
Göğüse batan bir cisim var mı?



10. Karnın kontrolü için nelere dikkat edilir?

Ağrı, sertlik var mı?
Kanama, şişlik var mı?
Elleri arkaya kaydırılarak bel kontrolü yapılır.



11. Kalça kontrolü için nelere dikkat edilir?

Kalçada şekil bozukluğu var mı?
Ağrı var mı?
Kırık var mı?



12. Bacaklar ve kolların kontrolü için nelere dikkat edilir?

Her iki bacak ve kol tek tek elle kontrol edilir.
Şekil bozukluğu var mı?
Şişlik var mı?
Ağrı var mı?
Hareket kaybı var mı?
Nabız yerlerinden nabız alınıyor mu?



Hasta veya yaralıları değerlendirirken bazı güvenli davranışları hatırlamalıyız.

- ✓ Kendi güvenliğim ve hasta veya yaralının güvenliğinden emin olurum.
- ✓ Olay yerini değerlendiririm.
- ✓ Kendimi tanıtır ve ilkyardıma bildiğimi söylerim.
- ✓ Hasta veya yaralının kanaması varsa eldiven giyerim, yoksa kalın bir bez ya da naylon poşet kullanırım.
- ✓ Hasta veya yaralıya yakın mesafede çalışırım.
- ✓ Çevrede benim ve hasta veya yaralının zarar görmesine neden olacak bir tehlike varsa tehlikeden uzaklaştırılmasını sağlarım.
- ✓ Hemen **112** Acil Yardım Servisini çağırırım.
- ✓ Hasta veya yaralıya batmış bir cisim varsa asla yerinden çıkarmam.
- ✓ Hasta veya yaralıyı hareket ettirmem.

ROL OYNAMA

Turbo, Tülin ve Tolga bir gün önce karnelerini almışlardı ve üçü de sınıflarını geçmişlerdi, çok mutluydular. Artık ders çalışmak yoktu, şimdi keyifle bisikletlerine biniyorlardı. Turbo ve Tülin kasklarını dizlik ve dirsekliklerini takmışlardı. Babaları bisikletlerini kontrol etmişti. Tolga ise bunların hiçbirini yapmamıştı. Üstelik Turbo ile Tülin bisikletlerini yavaş ve dikkatlice, yolun kendilerine ayrılan kısmında sürerken Tolga yolun ortasına doğru gidiyor ve hızlı sürüyordu. Tam köşeyi dönüyorlardı ki Tolga hızını alamayarak duvara çarptı ve bisikletle birlikte yere yuvarlandı. Hiç sesi çıkmıyordu.

Turbo ile Tülin hemen yanına geldiler çok korkmuşlardı. Turbo kendini hemen topladı sağa sola baktı. Yolun ortasında değillerdi. İkinci bir kaza tehlikesi olmadığını görünce Tolga'ya "iyi misin?" diye sorarak omuzlarına dokundu. Sorusuna cevap alamayınca Tülin'e hemen birisini bulup **112** Acil Yardım Servisini aramasını söyledi. Tolga upuzun yatıyordu. Turbo, Tolga'ya baş çene pozisyonu vererek solunumunu dinledi. Soluk alıyordu. Şah damarından nabzına baktı, atıyordu. Hemen Tolga'ya sabit yan yatış pozisyonu verdi. Tülin'in haber verdiği **112** Acil Sağlık Ekibi gelerek Tolga'yı hastaneye götürdü.



TARTIŞMA SORULARI

- Burada güvenli davranışlar hangileriydi?
- Tolga'nın yaptığı hatalı davranışlar nelerdi?
- Turbo ilk yardım olarak neler yaptı? Doğru muydu?
- Tülin'in davranışları nasıldı?
- Siz Turbo olsaydınız, ne yapardınız?



HASTA VEYA YARALILARDA BİRİNCİ DEĞERLENDİRME BECERİSİ ÖĞRENİM REHBERİ

1. Geliştirilmesi gerekir	Basamağın, yanlış uygulanması veya sırası ile uygulanmaması
2. Yeterli	Basamağın doğru olarak ve sırası ile uygulanması , eksikliklerin olması halinde eğiticinin yardımına gerek duyulması
3. Ustalaşmış	Basamağın duraklamadan, yardıma gerek kalmadan, doğru olarak ve sırası ile uygulanması
Gözlem yapılmadı	Basamağın eğitici tarafından gözlenmemiş olması
Katılımcının adı soyadı	
Tarih	

UYGULAMA

DAVRANIŞ BASAMAKLARI	UYGULAMA				
	1	2	3	4	5
1. Acil yardım görevlisinin, kendisi ve hasta veya yaralının güvenliğini sağlamak					
2. Seslenerek ve dokunarak hasta veya yaralının bilincini kontrol etmek					
3. Yardım isteme (112 Acil Yardım Servisi)					
4. Hasta veya yaralıyı sert bir zemine yatırmak					
5. Sıkan giysilerini gevşetmek					
6. Ağız içini kontrol etmek (kör dalı ş yöntemi)					
7. Baş çene pozisyonu vermek <ul style="list-style-type: none">Bir el ile alından, diğer elin parmak uçları ile çenesinden geriye doğru itmekBaşı hafifçe geriye doğru eğerek solunum yolunu açmak					
8. BAK-DİNLE-HİSSET yöntemi ile solunumu 10 saniye süre ile kontrol etmek					
9. Şah damarından 5 saniye süre ile nabzını kontrol etmek					
10. Solunum ve nabız varsa, bilinci yoksa sabit yan yatış pozisyonu vermek					

Katılımcı bu uygulamayı yapmaya:

İmza

Hazır Değil
Tarih

Notlar

HASTA veya YARALILARDA İKİNCİ DEĞERLENDİRME BECERİSİ ÖĞRENİM REHBERİ

1. Geliştirilmesi gerekir	Basamağın, yanlış uygulanması veya sırası ile uygulanmaması
2. Yeterli	Basamağın doğru olarak ve sırası ile uygulanması, eksikliklerin olması halinde eğiticinin yardımına gerek duyulması
3. Ustalaşmış	Basamağın duraklamadan, yardıma gerek kalmadan, doğru olarak ve sırası ile uygulanması
Gözlem yapılamadı	Basamağın eğitici tarafından gözlenmemiş olması
Katılımcının adı soyadı	
Tarih	

DAVRANIŞ BASAMAKLARI	UYGULAMA				
	1	2	3	4	5
1. Görüşerek bilgi edinmek <ul style="list-style-type: none">• Kendini tanıtmak• Hasta veya yaralıya adıyla hitap etme, hoşgörülü ve nazik davranmak• Yaralıların endişelerini gidermek• Olayın oluş şeklini öğrenmek• Kişisel özgeçmişlerini almak (ne yedikleri, kullandıkları ilaçlar, alerjileri vb. var mı?)					
2. Biliş düzeyini belirlemek					
3. Solunum sayısı, ritmini belirlemek					
4. Nabız sayısı, ritmi ve gücünü belirlemek					
5. Vücut veya cilt ısı, nemlilik ve renk kontrolü yapmak					
6. Baş muayenesi yapmak <ul style="list-style-type: none">• Ağrı, hassasiyet, morluk, yara var mı? Sormak• Sağlı deriyi kontrol etmek, yüzü kontrol etmek• Ağız içine bakmak• Kulak, burundan kan sıvı geliyor mu? Bakmak					
7. Boyun muayenesi yapmak <ul style="list-style-type: none">• Ağrı, hassasiyet, şişlik, şekil bozukluğuna bakmak• Baş, boyun, gövde hizasını korumak					
8. Göğüs kafesini muayene etmek <ul style="list-style-type: none">• Saplanmış cisim, açık yara, morluk var mı kontrol etmek• Ağrı, duyarlılık, sertlik var mı kontrol etmek• Göğüs kafesi genişlemesi normal mi kontrol etmek					
9. Karın boşluğunu muayene etmek <ul style="list-style-type: none">• Saplanmış cisim, açık yara, şişlik, morluk var mı kontrol etmek• Ağrı, duyarlılık, sertlik var mı kontrol etmek• Kalça kemiklerini kontrol etmek• Elleri bel bölgesine kaydırarak kontrol etmek					
10. Kol ve bacakları muayene etmek <ul style="list-style-type: none">• Kuvvet, his kaybı var mı? Sormak• Ağrı, şişlik, şekil bozukluğu var mı? Sormak• İşlev kaybı, kırık var mı? Sormak• Nabız noktalarından nabız alınıyor mu? Sormak					

Katılımcı bu uygulamayı yapmaya:

Hazır
İmza

Hazır Değil
Tarih

Notlar

SABİT YAN YATIŞ (KOMA) POZİSYONU UYGULAMA REHBERİ

1. Geliştirilmesi gerekir	Basamağın, yanlış uygulanması veya sırası ile uygulanmaması
2. Yeterli	Basamağın doğru olarak ve sırası ile uygulanması, eksikliklerin olması halinde eğiticinin yardımına gerek duyulması
3. Ustalaşmış	Basamağın duraklamadan, yardıma gerek kalmadan, doğru olarak ve sırası ile uygulanması
Özilem yapılamadı	Basamağın eğitici tarafından gözlenmemiş olması
Katılımcının adı soyadı	
Tarih	

DAVRANIŞ BASAMAKLARI	U Y G U L A M A				
	1	2	3	4	5
1. Sesli uyarı ve dokunma ile bilinci kontrol etmek.					
2. Biliş yok ise 112 Acil Yardım Servisine haber vermek.					
3. Sıkın giysileri gevşetmek.					
4. Ağız içinde yabancı cisim olup olmadığını kontrol etmek.					
5. Bak, dinle, hisset yöntemi ile solunumu değerlendirmek.					
6. Şah damarından nabız kontrol etmek.					
7. Ortam koşullarını dikkate alarak hasta veya yaralıyı hangi tarafa döndüreceğine karar vermek ve o tarafa diz çökmek.					
8. Hasta veya yaralının karşı taraftaki kolunu gövdesinin üzerine koymak.					
9. Hasta veya yaralının karşı taraftaki bacağı diğer bacağının yanına dik açı yapacak şekilde kıvrımak.					
10. Kendine yakın kolu baş hizasında yukarı uzatmak.					
11. Hasta veya yaralının karşı taraf omzundan ve karşı taraf kalçasından kavrayarak yavaşça, tek hareketle kendine doğru çevirmek.					
12. Hasta veya yaralının yan yatar pozisyonda iken üstteki bacağı kalça ve dizden bükerek öne doğru destek yapmak.					
13. Altta bacağı dizden bükerek arkaya destek yapmak.					
14. Hasta veya yaralının başını uzatılan kolun üzerine yan pozisyonda koymak.					
15. Üstteki kolu öne getirerek elini hasta veya yaralının yanığının altına yerleştirmek.					
16. Tıbbî yardım gelinceye kadar yan pozisyonda tutmak.					
17. 3-5 dakikada bir solunum ve nabız kontrol etmek.					

Katılımcı bu uygulamayı yapmaya:

Hazır
İmza

Hazır Değil
Tarih

Notlar

BÖLÜM 6

KANAMALARDA GÜVENLİ DAVRANIŞ VE İLKYARDIM



Kanamalarda Güvenli Davranış ve İlk Yardım

Kanama, damar bütünlüğünün bozulması sonucu kanın damar dışına akmasıdır.

Kanamalar iç ve dış kanama şeklinde olabilir.

Dış kanama: Kanın yaradan vücut dışına akmasıdır.

İç kanama: Kanın vücut içine akmasıdır. Kan dışarıdan görülmez.



Dış Kanamalarda İlk Yardım



- 😊 Hasta veya yaralının durumu değerlendirilir (ABC).
- 😊 Acil yardım servisinden yardım çağrılır (112 Acil Yardım Servisi).
- 😊 Hasta veya yaralı yere yatırılır.
- 😊 Kanayan yerin üzerine temiz bir bezle baskı uygulanır.
- 😊 Kanama durmazsa ilk bez kaldırılmadan ikinci bir bez konarak baskı arttırılır.
- 😊 Gerekirse bandaj yapılır.
- 😊 Kanayan bölge yukarı kaldırılır.
- 😊 Eğer kanama durmadıysa kanayan yere en yakın basınç noktasına baskı uygulanır.
- 😊 Hasta veya yaralının ayakları 30 cm. yukarı kaldırılarak şok pozisyonu verilir.
- 😊 Kanayan bölge açıkta kalacak şekilde hasta veya yaralının üzeri örtülür.
- 😊 112 Acil Sağlık Ekibi gelene kadar hasta veya yaralının yanında beklenir.

(...)



(...)



(...)

Kanamamanın durdurulması öğrenim rehberine göre öğretmeninizle uygulayın.
Yukarıdaki resimleri doğru sırasına göre numaralandırın. (...)

İç kanamalarda ilkyardım

- ☺ Hasta veya yaralının durumu değerlendirilir (ABC).
- ☺ Hasta veya yaralı sırt üstü yatırılarak ayakları 30 cm yukarı kaldırılır.
- ☺ Üzeri örtülür.
- ☺ Hasta veya yaralı hareket ettirilmez.
- ☺ Hasta veya yaralıya ağızdan yiyecek, içecek verilmez, **112** Acil Yardım Servisi çağrılır.

Burun kanamalarında ilkyardım

- ☺ Hasta veya yaralı sakinleştirilir ve endişeleri giderilir.
- ☺ Hasta veya yaralı oturtularak baş hafif öne eğilir.
- ☺ Burun kanatları 5 dakika süre ile sıkılır.
- ☺ Kanama durmazsa hasta veya yaralının bir sağlık kuruluşuna gitmesi sağlanır.



Kanaması olan kişiye **ŞOK POZİSYONU** verilir.

Şok Pozisyonu

- ☺ Hasta veya yaralı sırt üstü yatırılır.
- ☺ Bacakları 30 cm yükseltilir.
- ☺ Üzeri örtülür.
- ☺ Solunum ve nabız 2-3 dakikada bir kontrol edilir.
- ☺ **112** Acil Sağlık Ekibi gelene kadar hasta veya yaralının yanında beklenir.



Kanamalı kişinin endişelerini gidermeliyiz.

- ☺ Onlara ilkyardımcı olduğımızı söyleriz.
- ☺ Adını öğrenip ismiyle hitap ederiz.
- ☺ Hoşgörülü ve nazik davranırız.
- ☺ Yarasını görmesine izin vermeyiz.
- ☺ Her şeyin yolunda gittiğini söyleriz.
- ☺ Hasta veya yaralının yanından sağlık ekipleri gelene kadar uzaklaşmayız.
- ☺ Hasta veya yaralıya dokunuruz ve konuşuruz.

Kanamaya neden olacak olaylardan korunmak için yapmamız gereken güvenli davranışlar

- ✓ Hiç kimseye yaralayıcı cisimler atmam, atanı da uyarırım.
- ✓ Merdivenlerden koşarak inmem.
- ✓ Merdivenlerden inerken tırabzanlara tutunarak inerim.
- ✓ Zemin ıslaksa küçük ve yavaş adımlarla yürürüm.
- ✓ Kesici aletlerle oynamam (bıçak, makas, çakı, jilet vb).
- ✓ Çıplak ayakla dolaşmam.
- ✓ Cam kırığı olan yerde oynamam.
- ✓ Makas, çatal, bıçak, şiş, tığ vb. kullanırken dikkatli olurum.
- ✓ Kanamayı durdururken eldiven giyerim, eldiven yoksa bulaşıcı hastalıklardan korunmak için elimi naylon poşet geçiririm.
- ✓ Kanamayı durdurma işlemlerinden sonra hemen elimi iyice yıkarım.
- ✓ Kan bulaşmış bezler, eldiven vb. malzemeleri poşete koyduktan sonra çöpe atarım.



ÖRNEK OLAY ÇALIŞMASI

Bahar gelmiş, çiçekler açmış, çimenler ve ağaçlar yeşermişti. Hava çok güzeldi. Turbo'yla Tülin oynamak için dışarı çıkmışlardı. Tolga aceleyle ayakkabılarını giydi; bağlamadan kapıdan çıkarak hızla merdivenlerden inmeye başladı.

Annesi arkasından yavaş olması için onu uyardı, ama Tolga dinlemedi. Tam en alt basamağa gelmişti ki ayakkabısının bağına basarak yuvarlandı. Bağırarak merdivene oturdu, dizi kan içindeydi. Turbo ve Tülin hemen onun yanına koştular.

Turbo, Tolga'ya sakin olmasını, Tülin'e de Tolga'nın annesine haber vermesini söyledi. Tolga'nın dizinde küçük bir kesik vardı ve buradan kan akıyordu. Yarada bir cisim görünmüyordu. Turbo hemen temiz bir bezle yaranın üzerine bastırdı ama bezin üstü kan oldu. Turbo yaranın üzerine ikinci bir bez daha koyarak bastırdı. O sırada Tolga'nın annesi geldi, zaten kanama da durmuştu. Annesi hemen Tolga'yı yakındaki sağlık merkezine (polikliniğe) götürdü.

- Tolga'nın davranışları nasıldı ?
- Tülin ile Turbo'nun davranışları nasıldı ?
- İlk yardım olarak yapılanlar nelerdi ?
- Tolga düşmemek için hangi güvenli davranışları göstermeliydi ?



YARA ÜZERİNE BASKI VE BANDAJLA KANAMA DURDURMA BECERİSİ ÖĞRENİM REHBERİ

1. Geliştirilmesi gerekir	Basamağın, yanlış uygulanması veya sırası ile uygulanmaması
2. Yeterli	Basamağın doğru olarak ve sırası ile uygulanması , eksikliklerin olması halinde eğiticinin yardımına gerek duyulması
3. Ustalaşmış	Basamağın duraklamadan, yardıma gerek kalmadan, doğru olarak ve sırası ile uygulanması
Gözlem yapılamadı	Basamağın eğitici tarafından gözlenmemiş olması
Katılımcının adı soyadı	
Tarih	

DAVRANIŞ BASAMAKLARI	UYGULAMA				
	1	2	3	4	5
1. Kendini tanıtır ve hasta veya yaralıyı sakinleştirmek					
2. Kanayan yer üzerine temiz bir bezle baskı yapmak					
3. Kanama devam ederse ikinci bir bez ile baskı yapmak					
4. Bez üzerinden sargı yapmak					
5. Sargı yaparken kanamayı durduracak kadar sıkıştırmak					
6. Hasta veya yaralıyı sırt üstü yatırmak					
7. Ayaklarının altına destek koyarak 30 cm kadar kaldırmak					
8. Kanayan bölgeyi yukarıda tutmak					
9. Yaralıyı pansuman görülecek şekilde battaniye ile örtmek					
10. 112 Acil Yardım Servisini arama					
11. Tıbbî yardım gelene kadar bu pozisyonu korumak					
12. 2-3 dakika aralıklarla hasta veya yaralının solunum ve nabzını kontrol etmek					

Katılımcı bu uygulamayı yapmaya:

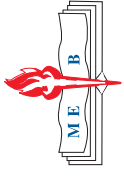
Hazır
İmza

Hazır Değil
Tarih

Notlar



TÜRKKIZILAYI
1968



BURUN KANAMASINI DURDURMA UYGULAMA BECERİSİ ÖĞRENİM REHBERİ

1. Geliştirilmesi gerekir	Basamağın, yanlış uygulanması veya sırası ile uygulanmaması
2. Yeterli	Basamağın doğru olarak ve sırası ile uygulanması, eksikliklerin olması halinde eğiticinin yardımına gerek duyulması
3. Ustalaşmış	Basamağın duraklamadan, yardıma gerek kalmadan, doğru olarak ve sırası ile uygulanması
Gözlem yapılamadı	Basamağın eğitici tarafından gözlenmemiş olması
Katılımcının adı soyadı	
Tarih	

DAVRANIŞ BASAMAKLARI

	UYGULAMA				
	1	2	3	4	5
1. Hasta veya yaralıyı sakinleştirmek					
2. Hasta veya yaralıyı oturur, öne doğru eğilmiş pozisyonda tutmak					
3. Her iki burun kanatlarına baskı yapmak ya da hasta veya yaralının kendisinin yapmasını sağlamak					
4. 5 dakika içinde durmayan kanamada tıbbî yardım istemek					

Katılımcı bu uygulamayı yapmaya:

Hazır
İmza

Hazır Değil
Tarih

Notlar

ŞOKLU HASTA veya YARALIYA İLK YARDIM UYGULAMA BECERİSİ ÖĞRENİM REHBERİ

1. Geliştirilmesi gerekir	Basamağın, yanlış uygulanması veya sırası ile uygulanmaması
2. Yeterli	Basamağın doğru olarak ve sırası ile uygulanması, eksikliklerin olması halinde eğiticinin yardımına gerek duyulması
3. Ustalaşmış	Basamağın duraklamadan, yardıma gerek kalmadan, doğru olarak ve sırası ile uygulanması
Gözlem yapılmadı	Basamağın eğitici tarafından gözlenmemiş olması
Katılımcının adı soyadı	
Tarih	

DAVRANIŞ BASAMAKLARI	UYGULAMA				
	1	2	3	4	5
1. Hasta veya yaralıyı sırt üstü yatırma					
2. Kanama ve şok ile ilgili bulguları kontrol etme					
• Görünür kanama					
• Soluk cilt					
• Ciltte soğukluk					
• Hızlı nabız					
3. Ayaklarının altına destek koyarak 30 cm kadar kaldırma					
4. Yaralıyı (varsa pansuman ve turnike görülecek şekilde) battaniye ile sarma					
5. 112 Acil Yardım Servisini arama					
6. Tıbbî yardım gelene kadar bu pozisyonu koruma					
7. Hasta veya yaralının solunum ve nabzını 2-3 dakika aralıklarla kontrol etme					

Katılımcı bu uygulamayı yapmaya:

Hazır İmza
Hazır Değil Tarih

Notlar