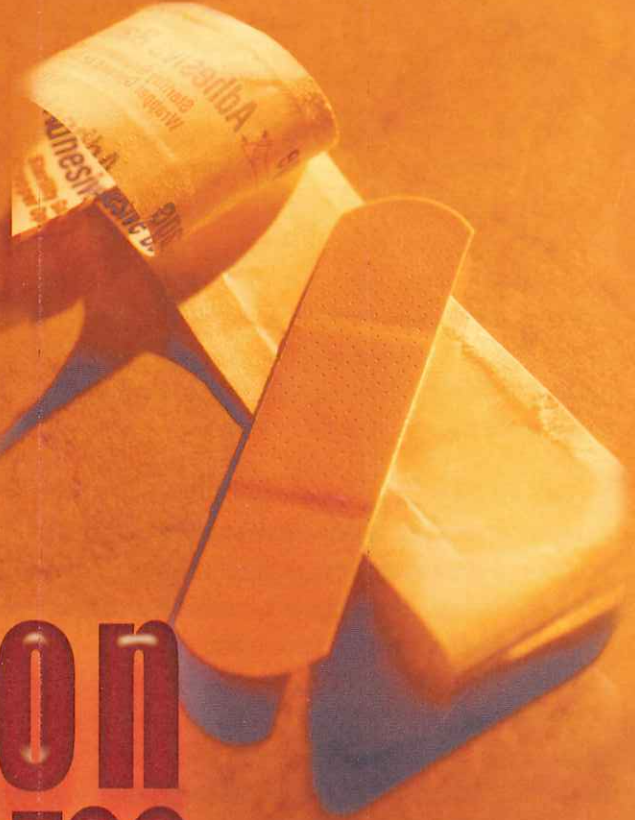


belki ilk belki son yardım



Hazırlayan
Ecz. MURAT KALYONCU

Kıymetli meslektaşlarım; Gerek okul sıralarında gerekse okul sonrası dost sohbetlerinde sık sık tekrarladığımız; "Yav arkadaş bu kadar derside ne için okuduk ki bunların hangileri ile sosyal hayatta karşılaşacağız!" şeklindeki yakınmaları hepimiz çok iyi hatırlarız.. Aslında okul zamanında aldığımız eğitimi eczanelerimizde kullanmayı isteriz de.. Mesela gün içerisinde onlarca reçete arasında içerisinde majistral ilaç ihtiva eden reçetelere gösterdiğimiz ilgi ağır farmasotik teknoloji laboratuvarlarına, piyasaya yeni giren bitkisel tedavi desteğini hemen inceleme isteği farmakognozi deslerine ve hastaya ilacını nasıl ve ne şekilde kullanması gerektiğini anlatma isteği farmakoloji derslerine duyduğumuz ilgi ve özlemin ifadesidir.. Sizlerde hatırlarsınız ki bunca ders arasında birde tıbbi ilk yardım dersi aldık. İnşallah aramızda ki hiçbir arkadaşımız hayatı boyunca

bu dersin uygulaması ile karşılaşma durumunda kalmaz. peki ama ya böyle bir durumla karşılaşsak ve olayın şoku içerisinde az çok bildiğimiz şeyleri de unutup kaza yerinin etkisiz eleman görevini üstlenirsek kendimiz ne derece affedebilir bundan sonraki hayatımızda mesleğimizi hangi aşkla yerine getirebiliriz.. İşte gelin bu durumu yaşamamak için eski bilgilerimizi tazelemiş olalım

İlk Yardım

Beklenmeyen bir durumda aniden hastalanan veya kaza geçiren kişilere doktora ulaşmaya kadar içinde buldukları durumlarının daha kötüye gitmesini önlemek için mevcut imkanlarla yapılan müdahalelerin tamamına ilk yardım denir.

İLK YARDIMIN A,B,C 'Sİ

Öncelikle unutulmaması gereken nokta; ilkyardıma canlıya yapılması gerektirir. Bu nedenle ilk yardım gerektiren bir durumda yardım edeceğimiz kişinin canlı olup olmadığını belirlemek önemlidir. Bu amaçla solunumunu dinlemek, kalp atımlarını ya da nabız alınıp alınmadığını dinlemek önemlidir. Bilinci kapalı bir kişinin kalbinin atıp atmadığını saptanması ve nefes alıp verdiğini anlamamız için öncelikle sakin olmalı ve doğru tanı koymak için dikkatimizi bu konuya yönlendirmeliyiz.

İlk yardımda birinci amaç kendimizin hasta veya yaralının biran önce tehlikeli bölgeden uzaklaştırılmasıdır. Taşıma yapılırken sakin davranılmalı, mümkünse sert bir zemin üzerinde (kapı, sunta vb.) fazla sarsmadan taşınmalıdır. Hasta ya da yaralının bilincinin açık olup olmadığını anlamak için hasta hafifçe sarsılır ve sorular sorulur. Kanama olup olmadığı kontrol edilir. İlk yardım uygulayan kişinin unutmaması gereken nokta ilkyardımda amacın tedavi etmek değil hastayı sağlık ekipleri gelene kadar hayatta tutmak olduğudur.

A. (AIRWAY) HAVA YOLUNU AÇ

Ağız açılabilirdi kadar açılarak tükürük birikintileri ve yabancı cisimleri temizleyin. Hastayı sırtüstü yatırın. Hava yolunu açmak için alını geriye, çeneyi öne çekin. Çeneyi destekleyin. 112 veya 155 no lu telefonda profesyonel yardım çağırın.

B. (BREATHING) SOLUNUM

Hasta soluk alıp veriyorsa uygun pozisyonda yatırın. Hasta solumuyorsa ağızdan ağıza iki yavaş ve tam soluk verin. Verdiğiniz soluk rahatça gidiyorsa hastanın solunumunun dönüp dönmediği kontrol edin. Solunum geriye dönmediyse suni solunuma devam edin.

**C. (CIRCULATION) DOLAŞIM**

Nabız kontrol edin. Nabız atıyor ise solunum desteğine devam edin. Kendiliğinden solunum başlarsa uygun pozisyonda yatırın. Nabız atmıyor ise kalp masajı eğitimi aldıysanız kalp masajı yapın. Tek kişi iseniz 10 kalp masajı/

2 yapay solunum; iki kişi iseniz 5 kalp masajı/ 1 yapay solunum olmak üzere profesyonel yardım gelene kadar ilk yardıma devam edin. Not: Kalp masajı canlı insanlarda kesinlikle uygulanamaz.

ERİŞKİNLER İÇİN İLK YARDIM

Eğer herhangi birinin kalbinin durduğunu düşünüyorsanız öncelikle paniklemeden aşağıdaki ilk yardım işlemlerinin uygun sıra ve süreyle yapabilirseniz hayat kurtarıcı olabileceğinizi bilmelisiniz. Aşağıdaki 6 basamakta tanımlanan işlemler uygun süre ve sıra ile uygulanırsa hayat kurtarıcı olabilir.

- 1- İlk yardım gerektiren bir hasta gördüğünüz zaman ilk yapacağınız işlem yardım çağırarak olmalıdır. Sizden beklenen hastayı tedavi etmek değil sağlık ekibi gelene kadar hastayı hayatta tutmaktır.
- 2- Hastayı omuzlarından tutup sarstıktan ve bilincinin kapalı olduğundan emin olduktan sonra sırt üstü sert bir yere yatırılır. Hastanın sağına geçilerek sağ elinizi alt çeneye dayayıp ağız açılabilirdi kadar açılır. Sol elinizi hastanın alınına yerleştirip başı geriye doğru yatırarak soluk borusunun açılmasını sağlar.

Bilinç kapalı iken dil kökü soluk borusuna bası yapılarak nefes almayı engeller. Bu işlemden sonra hastanın nefesini kulağımız ile dinleyerek nefes alıp almadığını kontrol ederiz. Nefes alıyor ise basit bir bayılma olduğunu düşünüp ayaklarını yukarı kaldırır ve yardım gelmesini bekleriz.



- 3- Hasta nefes almıyor ise hastanın alınını tutan sol elimiz ile burun delikleri kapatılır ve ağızdan ağıza 2-3 kez nefes verilerek göğüs kafesinin şişip inmesine bakılarak akciğerlerin havalanması sağlanır.



- 4- Solunumun ardından bilinçsiz bir hastanın nabzının düzenli olarak atıp atmadığı kontrol edilmelidir. Bu işlem 5 ila 10 saniye boyunca boyun bölgesindeki karotid arterden veya kasıklardan yapılabilir. Eğer nabız yoksa suni somumla birlikte yapay dolaşım da kalp masajıyla sağlanmalıdır.
- 5- Kalp masajı için hasta sert bir zemin üzerine sırt üstü yatırılır. Hastanın sağ yanına diz çökülür. Sağ el ayası her iki memenin ortasında göğüs kemiği (iman tahtası) üzerine yerleştirilir. Sol el sağ eli üstten kavrar ve hastanın üzerinde tam dik açı oluşturacak biçimde pozisyon alınır. Kalp masajına başlamak için hazırız.



- 6- Uygulanan masaj ile kalp göğüs duvarı ile sırt arasında sıkıştırılarak ritmik kan atması (pompalama yapması) sağlanır. Bu işlem aralıksız olarak 10 kez tekrarlandıktan sonra 2 kez ağızdan ağıza solunum uygulanır. Bu işlemler hastanın hayatta kalabilmesi için yardım gelene kadar 10 kalp masajı + 2 kez yapay solunum ile sürdürülür. Hastanın solunumu ve nabızı arada kontrol edilir. Nabız alınmaya başladıktan sonra kalp masajı, solunum başladıktan sonra suni solunum durdurulur.

ÇOCUKLAR İÇİN İLK YARDIM

Çocuklar için ilk yardım işlemleri erişkinler için yapılan işlemlere benzer olup 5 ayrı noktada farklılık gösterir;

- 1- Eğer yalnız iseniz yardım istemeden önce 1 dakika kadar ilk yardım işlemi yapılmalı ve daha sonra yardım çağrılmalıdır.
- 2- Çocukların göğüs kafesi yumuşak olduğu için el ayası ile değil parmak uçları ile kalp masajı yapılmalıdır.
- 3- Kalp masajı sırasında göğüs kemiği 2-2,5 cm aşağıya inecek şekilde basınç uygulanmalı daha fazla bastırılmamalıdır.

- 4- Çocukların nabızı daha hızlı attığı için kalp masajı erişkinlerden farklı olarak dakikada 100 kez uygulanmalıdır.
- 5- 1 yapay solunuma karşılık olarak 5 kez kalp masajı uygulanmalıdır.

BEBEKLERE İLK YARDIM

- 1- Bebek sırt üstü yatırılır ve kolları açılıp kapatılarak bilincin yerinde olup olmadığı araştırılır. Eğer yanıt vermiyor ise ilk yardım işlemine geçilir.
- 2- Hava yolunun açılması için sağ el ile alt çeneye sol el ile alına bası uygulanarak baş geriye atılır, ağız açılır. Bebeğin nefes alıp almadığı kontrol edilir. Nefes almıyorsa ilk yardım işlemine devam edilir.
- 3- Bebeklerde ağızdan ağıza yapay solunum, ağızımıza bebeğin ağız ve burun deliklerini içine alacak şekilde yerleştirilerek uygulanır. Her soluk verişimiz 1,5- 2 saniye sürmeli ve çok kuvvetli nefes verilmemelidir.
- 4- Kan dolaşımının olup olmadığını anlamak için nabızlar bebekte dirsek iç yüzünden ya da yine boyundaki ana damarlardan parmaklarımız ile kontrol edilerek saptanmalıdır.
- 5- Bebeklerde kalp masajı sırt üstü yatmakta olan bebeğe dakikada 100 kez uygulanır. Sağ elimizin orta ve yüzük parmaklarının uçları ile göğüs orta kısmına göğüs duvarı 1-2 cm inecek şekilde hafifçe bastırılmalıdır. Bebeklerde 5 kalp masajına karşılık 1 yapay solunum uygulanarak ilk yardım gerçekleştirilir.



- 6- İlk yardım işlemi 1 yapay solunuma karşılık 5 kalp masajı biçiminde tıbbi yardım gelene kadar devam ettirilir. Eğer nabız alınmaya başlarsa kalp masajı bırakılır ve 3 saniyede bir yapay solunum uygulaması devam ettirilir.