

## İÇİNDEKİLER

### BÖLÜM I İLKYARDIM KONUSUNDA GENEL BİLGİLER

İlkyardımın tanımı .....	3
İlkyardımın öncelikleri .....	5
İlkyarımda temel uygulamalar .....	8
Kaza ortamının değerlendirilmesi .....	18
Yaralı ve hastaların muayenesi, değerlendirme.....	21
İlkyardımcının özellikleri .....	25
İlkyardım konusunda genel bilgiler beceri eğitim rehberleri .....	28

### BÖLÜM II İLKYARDIMCININ İNSAN VÜCUDU KONUSUNDA BİLMESİ GEREKENLER

Kan ve kan hücreleri .....	33
Kaslar.....	34
İskelet sistemi ve kemikler.....	35
Dolaşım sistemi .....	38
Solunum sistemi .....	42
Boşaltım sistemi .....	43
Sinir sistemi.....	44
Sindirim sistemi.....	45
Diğer sistemler.....	47

### BÖLÜM III HASTA ve YARALI TAŞIMA

Hasta/yaralı taşınmasında genel kurallar.....	51
Sıkışmış kazazedeyi kurtarma .....	52
Acil taşıma yöntemleri .....	55
Tek kişi ile yapılan taşıma.....	56
İki kişi ile yapılan taşıma.....	62
Üç kişi ile yapılan taşıma .....	70
Dört kişi ile yapılan taşıma .....	74
Sedye ile taşıma.....	74
Yürüeyebilen yaralıya destek olma.....	79
Hasta ve yaralı taşıma becerileri eğitim rehberleri .....	80

**BÖLÜM IV SUNİ SOLUNUM ve KALP MASAJI**

Suni solunum .....	86
Kalp masajı .....	92
Yetişkinlerde suni solunum ve kalp masajı.....	97
Çocuklarda suni solunum ve kalp masajı.....	102
Bebeklerde suni solunum ve kalp masajı.....	104
Suni solunum ve kalp masajı becerileri eğitim rehberleri .....	106

**BÖLÜM V NEFES YOLU TIKANMASI, KOMA ve ŞOK**

Nefes yolu tıkanması .....	113
Yetişkinlerde nefes yolu tıkanıklığı.....	114
Bebeklerde nefes yolu tıkanıklığı.....	118
Koma pozisyonu (Bilinci kapalı olan kişiye ilkyardım) .....	120
Şok .....	124
Nefes yolu tıkanıklığı, koma ve şok becerileri eğitim rehberleri .....	127

**BÖLÜM VI YARALANMALAR ve KANAMALAR**

Yaralanmalar.....	133
Kanamalar .....	136
Kanama durumunda ilkyardım.....	137
Simit sargı.....	142
Üçgen bandaj uygulamaları .....	143
Baskı noktaları.....	153
Turnike (Boğucu sargı) uygulaması.....	159
Uzuv kopmalarında ilkyardım .....	162
Doğal deliklerden kanamalarda ilkyardım .....	166
Yaralanmalar ve kanamalarda ilkyardım becerileri eğitim rehberleri.....	168

**BÖLÜM VII KIRIKLAR**

Kırık tanımı ve türleri .....	177
Tespit uygulamaları.....	180
Basit tespit uygulamaları.....	186
Tespit sargısı yapılması .....	188
Askı uygulamaları .....	194
Kırıkta ilkyardım becerileri eğitim rehberleri .....	199

**BÖLÜM VIII DİĞER KONULAR**

Yanıkta ilkyardım.....	203
Soğukta kalan kişiye ilkyardım.....	207
Sıcak çarpmasında ilkyardım .....	208
Sara nöbeti ve havale durumunda ilkyardım .....	209
Kan şekeri düşmesi durumunda ilkyardım .....	209
Göğüste kuvvetli ağrı durumunda ilkyardım.....	210
Kalp krizinde ilkyardım .....	211
Isırılma durumunda ilkyardım.....	212
Zehirlenmede ilkyardım .....	215
Evde sık karşılaşılan durumlarda ilkyardım.....	219
Göz ve buruna yabancı cisim kaçmasında ilkyardım .....	222
Boğulmada ilkyardım .....	224

**EK 1 İLKYARDIM YÖNETMELİĞİ .....**227**KAYNAKLAR .....**243**İNDEKS .....**247

**ŞEKİLLER****BÖLÜM I İLK YARDIM KONUSUNDA GENEL BİLGİLER**

<b>Şekil I.I:</b> Hasta/Yaralının Hızla A-B-C Yönünden Değerlendirilmesi.....	9
<b>Şekil I.II:</b> Hasta/Yaralının Kanama / Kırık Yönünden Değerlendirilmesi.....	10
<b>Şekil I.III:</b> Hasta/Yaralının Kanama / Kırık Yönünden Değerlendirilmesi .....	11
<b>Şekil I.IV:</b> Hasta/Yaralı Sıcak Tutulmalıdır.....	12
<b>Şekil I.V:</b> Tıbbi Yardım İstenmelidir (Tlf: 112).....	13
<b>Şekil I.VI:</b> Kaza Ortamı Farklılık Gösterir .....	18
<b>Şekil I.VII:</b> Kaza Ortamı Hızla Değerlendirilerek Gerekli Önlemler Alınmalıdır .....	19
<b>Şekil I.VIII:</b> Hastalar/Yaralılar Değerlendirilerek Öncelik Sıralaması Yapılmalıdır ...	24
<b>Şekil I.IX:</b> İlk yardımcı Hangi Durumda Ne Yapılacağını (bilgi) ve Nasıl Yapılacağını (beceri) Bilmelidir.....	27

**BÖLÜM II İLK YARDIMCININ İNSAN VÜCUDU KONUSUNDA BİLMESİ GEREKENLER**

<b>Şekil II.I:</b> Kan Hücreleri .....	34
<b>Şekil II.II:</b> Kas Hücreleri.....	35
<b>Şekil II.III:</b> İnsan İskeleti.....	36
<b>Şekil II.IV:</b> Göğüs Kafesini Oluşturan Kemikler (Önden ve Arkadan Görünüm) ...	37
<b>Şekil II.V:</b> Omurga (Yandan ve Arkadan Görünüm) .....	38
<b>Şekil II.VI:</b> Dolaşım Sistemi .....	39
<b>Şekil II.VII:</b> Kalbin ve Akciğerlerin Yeri .....	40
<b>Şekil II.VIII:</b> Kalbin Bölümleri .....	40
<b>Şekil II.IX:</b> Kan Dolaşımı .....	41
<b>Şekil II.X:</b> Boyundan ve Bilekten Nabız Alınması .....	41
<b>Şekil II.XI:</b> Solunum Yolu.....	42
<b>Şekil II.XII:</b> Solunum Sisteminin İşleyişi.....	43
<b>Şekil II.XIII:</b> Boşaltım Sistemi.....	44
<b>Şekil II.XIV:</b> Sinir Sistemi .....	45
<b>Şekil II.XV :</b> Sindirim Sistemi .....	46
<b>Şekil II.XVI :</b> Sindirim Sistemi .....	46
<b>Şekil II.XVII:</b> İç Salgı Sistemi .....	47

### BÖLÜM III HASTA ve YARALI TAŞIMA

Şekil III.I: Sıkışmış Kazazedeyi Kurtarma.....	53
Şekil III.II: Sıkışmış Kazazedeyi Kurtarma (Rentek manevrası) .....	54
Şekil III.III: Bilinci Kapalı Hastanın Tek Kişi Tarafından Taşınması .....	57
Şekil III.IV: Bilinci Açık Hastanın Tek Kişi Tarafından Kucakta Taşınması .....	58
Şekil III.V: Bilinci Açık Hastanın Tek Kişi Tarafından Sırtta Taşınması .....	59
Şekil III.VI: Sürükleyerek Taşıma .....	60
Şekil III.VII: Yaralıyı Boyuna Asarak Taşıma .....	61
Şekil III.VIII: Dört Kol İle Altın Beşik Yaparak Taşıma.....	62
Şekil III.IX: Dört Elle Altın Beşik Yaparak Taşıma.....	63
Şekil III.X: Üç Elle Altın Beşik Yaparak Taşıma.....	65
Şekil III.XI: İki Elle Altın Beşik Yaparak Taşıma .....	66
Şekil III.XII: İki Elle Altın Beşik Yaparak Taşıma.....	67
Şekil III.XIII: İki Kişi İle Sandalyede Taşıma .....	68
Şekil III.XIV: Kol ve Bacaklardan Tutarak Taşıma .....	69
Şekil III.XV: Üç Kişinin de Aynı Tarafda Durarak Taşınması.....	71
Şekil III.XVI: Üç Kişinin Karşılıklı Durarak Taşınması .....	73
Şekil III.XVII: Sedyeye Taşıma .....	75
Şekil III.XVIII: Battaniyeden Sedyeye Yaparak Taşıma .....	75
Şekil III.XIX: Battaniyeden Sedyeye Yaparak Taşıma .....	77
Şekil III.XX: Yürüyebilen Yaralıya Destek Olma.....	79

### BÖLÜM IV SUNİ SOLUNUM ve KALP MASAJI

Şekil IV.I : Hava Yolunun Açılması .....	87
Şekil IV.II : Hava Yolunun Açılması ve Suni Solunum Uygulaması .....	89
Şekil IV.III: Suni Solunum Uygulaması (Yetişkin) .....	90
Şekil IV.IV: Yetişkinde Kalp Masajı Yapmak İçin Baskı Noktasının Bulunması ve Baskının Uygulanması .....	94
Şekil IV.V: Kalp Masajı Uygulaması .....	95
Şekil IV.VI: Yetişkinlerde Suni Solunum ve Kalp Masajı Uygulaması .....	97
Şekil IV.VII: Tek İlk Yardımçı İle Yetişkinde Suni Solunum ve Kalp Masajı Uygulaması .....	99
Şekil IV.VIII: İki İlk Yardımçı İle Yetişkinde Suni Solunum ve Kalp Masajı Uygulaması .....	100



Şekil IV.IX: Çocuklarda Suni Solunum ve Kalp Masajı Uygulanması.....	103
Şekil IV.X: Bebeklerde Suni Solunum ve Kalp Masajı Uygulanması .....	105
Şekil IV.XI: Bebeklerde Suni Solunum ve Kalp Masajı Uygulanması .....	105

## BÖLÜM V NEFES YOLU TIKANMASI, KOMA VE ŞOK

Şekil V.I : Nefes Yolunun Yabancı Cisimle Tıkanması.....	113
Şekil V.II : Yetişkinlerde Nefes Yolu Tıkanıklığının Giderilmesi (Heimlich Manevrası) .....	114
Şekil V.III: Yetişkinlerde Nefes Yolu Tıkanıklığının Giderilmesi .....	116
Şekil V.IV: Nefes Yolu Tıkanıklığının Kendi Başına Giderilmesi.....	117
Şekil V.V: Nefes Yolu Tıkanıklığının Kendi Başına Giderilmesi .....	117
Şekil V.VI: Bebeklerde Nefes Yolu Tıkanıklığının Giderilmesi .....	119
Şekil V.VII: Bebeklerde Nefes Yolu Tıkanıklığının Giderilmesi .....	119
Şekil V.VIII: Koma Pozisyonuna Getirme .....	123
Şekil V.IX: Şok Pozisyonu.....	125
Şekil V.XI: Şok Pozisyonu.....	126

## BÖLÜM VI YARALANMALAR VE KANAMALAR

Şekil VI.I: Atardamar ve Toplardamar Kanaması .....	138
Şekil VI.II: Küçük Kanama Kontrolü .....	139
Şekil VI.III: Dış Kanamada Sargı Uygulama.....	140
Şekil VI.IV: Simit Sargı Yapılması.....	142
Şekil VI.V: Üçgen Bandaj Katlanması .....	143
Şekil VI.VI: Başta Üçgen Bandaj Uygulanması .....	144
Şekil VI.VII: Başta Üçgen Bandaj Uygulanması .....	145
Şekil VI.VIII: Kolda Üçgen Bandaj Uygulanması .....	146
Şekil VI.IX: Dizde Üçgen Bandaj Uygulanması .....	147
Şekil VI.X: Elde Üçgen Bandaj Uygulanması .....	148
Şekil VI.XI: Ayakta Üçgen Bandaj Uygulanması .....	149
Şekil VI.XII: Göğüste Üçgen Bandaj Uygulanması .....	150
Şekil VI.XIII: Omuzda Üçgen Bandaj Uygulanması .....	151

<b>Şekil VI.XIV:</b> Kalçada Üçgen Bandaj Uygulaması .....	152
<b>Şekil VI.XV:</b> Atardamar Kanamalarında Baskı Noktaları.....	155
<b>Şekil VI.XVI:</b> Anadamara Baskı Uygulamaları .....	157
<b>Şekil VI.XVII:</b> Anadamara Baskı Uygulamaları .....	158
<b>Şekil VI.XVIII:</b> Boğucu Sargı (Turnike) Uygulaması.....	161
<b>Şekil VI.XVIII:</b> Turnike (boğucu sargı) Uygulanması.....	162
<b>Şekil VI.XIX:</b> Uzun Kopması Durumunda Yapılacaklar .....	163
<b>Şekil VI.XX:</b> Uzun Kopması Durumunda Yapılacaklar.....	164
<b>Şekil VI.XXI:</b> Burun kanamasının Durdurulması.....	167
<b>Şekil VI.XXII:</b> Burun kanamasının Durdurulması .....	167

## BÖLÜM VII KIRIKLAR

<b>Şekil VII.I:</b> Sağlam Kemik, Kapalı Kırık, Açık Kırık .....	178
<b>Şekil VII.II:</b> Bacak Tespiti.....	180
<b>Şekil VII.III:</b> Bacak Tespiti .....	181
<b>Şekil VII.IV:</b> Uyluk Tespiti .....	182
<b>Şekil VII.V:</b> Boyun Tespiti .....	183
<b>Şekil VII.VI:</b> Boyun Tespiti.....	184
<b>Şekil VII.VII:</b> Omurga Tespiti.....	185
<b>Şekil VII.VIII:</b> Kolda Basit Tespit Yöntemleri .....	186
<b>Şekil VII.IX:</b> Bacak İçin Basit Tespit Yöntemi.....	187
<b>Şekil VII.X:</b> Bacak İçin Basit Tespit Yöntemi .....	187
<b>Şekil VII.XI:</b> Tespit Sargısı Genel İlkeler.....	188
<b>Şekil VII.XII:</b> Parmakta Tespit Sargısı Uygulaması.....	189
<b>Şekil VII.XIII:</b> Dirsekte Tespit Sargısı Uygulaması.....	190
<b>Şekil VII.XIV:</b> Dizde Tespit Sargısı Uygulaması.....	191
<b>Şekil XV:</b> Ayakta Tespit Sargısı Uygulaması.....	192
<b>Şekil XVI:</b> Tespit Sargısı Uygulamaları.....	193
<b>Şekil VII.XVII:</b> Ön Kolda Düz Askı Uygulaması.....	194
<b>Şekil VII.XVIII:</b> Kolda Askı ve Sargı Uygulaması .....	196
<b>Şekil VII.XIX:</b> Ön Kolda Düz Askı, Kolda Askı ve Sargı Uygulaması.....	197

**BÖLÜM VIII DİĞER KONULAR**

<b>Şekil VIII.I:</b> Giyisilerin Tutuşması Halinde Yapılacaklar .....	205
<b>Şekil VIII.II:</b> Yanık Yeri Suya Tutulmalıdır .....	206
<b>Şekil VIII.III:</b> Soğukta Kalma Durumunda Yapılacaklar .....	207
<b>Şekil VIII.IV:</b> Sıcak Çarpmasında Yapılacaklar.....	208
<b>Şekil VIII.V:</b> Köpek Isırığı .....	212
<b>Şekil VIII.VI :</b> Zehirlenmelerde Yapılacaklar .....	218
<b>Şekil VIII.VII:</b> Elektrik Çarpması .....	219
<b>Şekil VIII.VIII :</b> İlaç ve Kimyasal Maddeler Çocukların Ulaşabileceği Yerlere Konmamalıdır .....	220
<b>Şekil VIII.IX:</b> Kesik Olduğunda Yırkanmalı ve Kanama Kontrolü Yapılmalıdır .....	221