

Kazalarda İlk Yardım

Doç. Dr. Ender DURUALP

- Dünya Sağlık Örgütü, ölkemizin de arasında olduğu Avrupa ölkeleri için “21. yüzyılda Herkes İçin 21 Sağlık Hedefi”nden Hedef: 9’da bölge ölkelerinde, 2020 yılına kadar günümüzdeki trafik kazalarına bağlı ölüm ve sakatlıkların en az %30, iş, ev ve diğer kazalara bağlı ölüm ve sakatlıkları ise en az %50 azaltılması gerektiğini belirtmiştir.

İlk yardım?

- “İlk yardım, herhangi bir hastalık ya da kaza sonucu sağlığı tehlikeye girmiş olan bir kişiye, durumunun kötüleşmesini önlemek amacı ile olay yerinde ilaçsız olarak yapılan ilk müdahaledir”.
- Bu ilk müdahale, ilgili kişiye en yakınında bulunan kişiler tarafından yapılabilir. Bu nedenle “ilkyardım, toplumun bütün bireylerinin, sağlık eğitimi görsün görmesin her türlü koşulda yapması gereken uygulamalar bütünüdür”.

- İlk yardım uygulamalarının zamanında yapılması kadar kuralına uygun olarak yapılması da çok önemlidir. Çünkü doğru olarak yapılan ilk yardım uygulaması “hayat kurtarıcı” olabilirken, yanlış yapılan ilk yardım uygulamalarının yaşam kaybına veya kalıcı sakatlıklara neden olduğu bilinmektedir. Bu nedenle, doğru ilk yardım uygulamaları için standart yöntemlerle yapılan ilk yardım eğitimleri gereklidir.

İlk Yardımda Öncelikler

- Hayati tehlikeyi ortadan kaldırmak
- Durumun kötüleşmesini önlemek
- İyileşmeyi kolaylaştırmak

İlk Yardımda Temel Uygulamalar

- A. Önce kendi durumunu değerlendirmek
- B. Sakin ve kararlı olmak
- C. Kazazedeyi yatırmak, fazla hareket ettirmemek
- D. Hızla A-B-C yönünden değerlendirmek
(A=Airway, B=Breathing, C=Circulation)
- E. Kanama-kırık kontrolü yapmak
- F. Bilinci kapalı ise su vermemek
- G. Çevredeki telaşlıları uzaklaştırmak
- H. Büyük yarasını görmesine izin vermemek
- I. Tıbbi yardım istemek ve gerekirse kayıt tutmak

İlk Yardımcının Özellikleri

1. Sakin olmalı ve kendi can güvenliğini ön planda tutmalı
2. Kararlı olmalı ve çabuk karar verebilmeli
3. Kendine güveni olmalı (büyük ölçüde bilgi ile ilgilidir)
4. Tercihen iki elini de iyi kullanabilmeli
5. Pratik buluşları olmalı ve eldeki olanakları değerlendirebilmeli
6. Çevredeki kişilerden yararlanmayı bilmeli
7. Ülkedeki sağlık örgütlenmesi ve insan vücudu temel bilgilerine sahip olmalı

Düşmeler

- Düşen çocuk ağlamıyor, ellerini-kollarını normal hareket ettiriyorsa ve şuuru yerindeyse hiçbir müdahaleye gerek yoktur, çocuk 24 saat gözlenir.
- Çocukta bu süre içinde kusma, dalgınlık, uyku hali, solunum sıkıntısı, karın ağrısı, havale geçirme gibi belirtiler varsa mutlaka sağlık kuruluşuna götürmek gerekir.
- Yüksekten düşmelerde ise kırık ve iç kanama olasılığı nedeni ile çocuk, en yakın sağlık kuruluşuna götürülür.

- Kaza sonucu vücutta şişlik veya morluk oluşmuşsa üzerine buz veya soğuk suyla ıslatılmış bez koyarak daha fazla şişmesini önleyiniz.

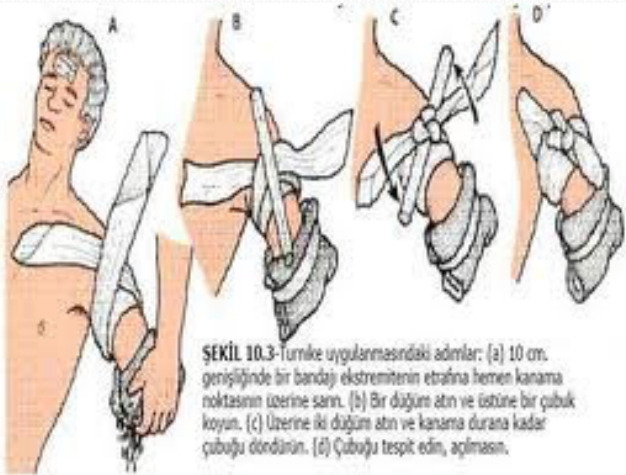
Kesikler

- Karın, göğüs ve göze saplanan kesici veya delici aleti **KESİNLİKLE ÇIKARMAYIN**. Çıkarmaya çalışmayın. Böyle durumlarda kazazedeyi en kısa zamanda en yakın bir sağlık kuruluşuna nakledin.
- Kesğin üzeri kirlenmişse, sabunlu suyla ve temiz bir bezle yıkayın.
- Kesik üzerinde dışarıdan görülebilen yabancı cisim (cam kırığı, taş, kum parçası vs.) varsa alın.
- Görülmeyen parçalar olabileceği düşüncesiyle, kesik içini araştırmayın, batmış olanlarını çıkarmaya çalışmayın.

- Kesigin üzerine yara tozu, merhem, tentürdiyot ve oksijenli su sürmeyin. (Kesilen kısma değmeyecek şekilde kesik etrafına tentürdiyot sürülebilir).
- Kesigin üzerine pamuk, sünger gibi emici özelliği olan hiçbir şey koymayın.
- Kesikte sızıntı şeklinde kanama varsa, kanayan kısmı kalp hizasından yukarıya gelecek şekilde kaldırınız. Üzerine temiz bir bez koyarak bastırınız. Kanama durursa bu şekilde fazla sıkmadan bağlayınız.

- Üzerine yapılan baskıya rağmen kanama durmuyorsa aşağıdaki önerileri yapmak kaydıyla turnike uygulayın:

- **Turnike:** kalpten damarlar vasıtasıyla pompalanan kanın, kanayan kısma gelmesini önlemek için uygulanan damarları sıkıştırma yöntemidir.
- Turnike sadece kol ve bacaklarda olan kanamalarda uygulanır.



- Turnike uygulamasında lastik, kemer, kravat gibi geniş malzemeler kullanılmalı, çamaşır ipi, kablo, tel gibi malzemeler kullanılmamalıdır.
- Turnike; kanama kolda ise dirsek ile omuz arasına, bacakta ise diz ile uyluk arası bölgeye uygulanmalıdır.
- Turnike malzemesi (lastik, kemer vb.) kanamanın yerine göre belirtilen yerlerden ilmek şeklinde bağlanır. Kesinlikle **DÜĞÜM YAPILMAZ**.

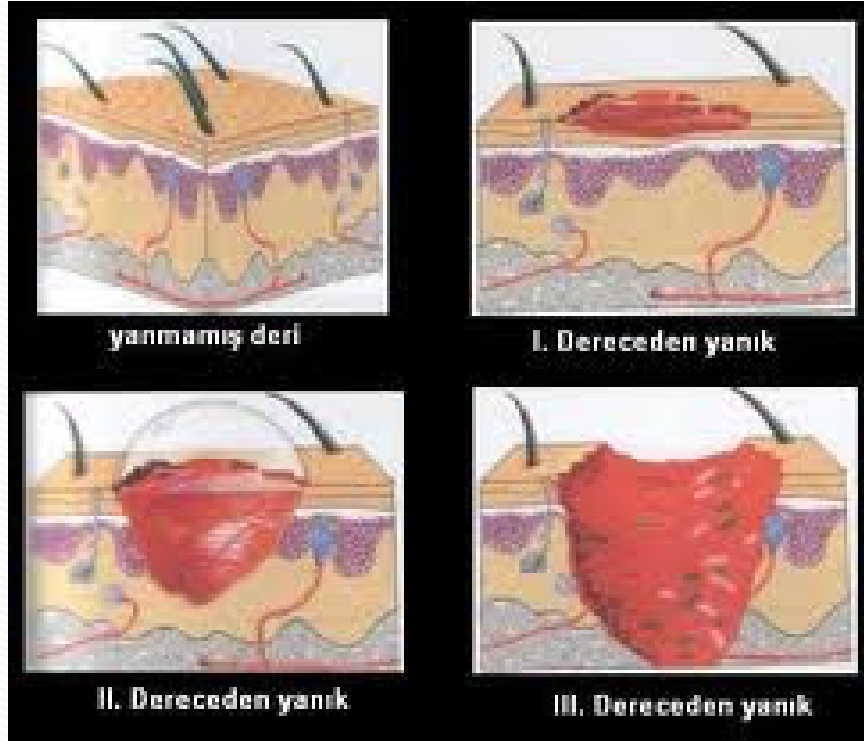
- Turnike uygulanan el ve ayakta, parmaklar açıkta bırakılır. Sürekli kontrol edilir. Eğer parmaklarda uyuşma, karıncalanma, morarma gibi durum izlenirse turnike çözülür.
- Yukarıda belirtilen uyuşma, karıncalanma, morarma gibi durumlar olmasa bile, her 15-20 dakika arayla bir turnike çözülür. 3-5 dakika beklendikten sonra tekrar uygulanır. Eğer kazazedenin götürüleceği yer uzaksa bu işlem tekrarlanır.
- Kesik yaralara belli bir süreden sonra dikiş atılamayacağından, en geç 6 saat içinde yaralı bir sağlık kuruluşuna götürülmelidir.

BURUN KANAMASINDA İLK YARDIM

- ✚ Hasta/yaralı sakinleştirilir
- ✚ Oturtulur.
- ✚ Başı hafifçe öne eğilir.
- ✚ Burun kanatları 5 dk süre ile sıkılır.
- ✚ Doktora gitmesi sağlanır.



Yanıklar



BİRİNCİ DERECE YANIKLAR



- Su kabarcıklarının oluşmadığı, derinin hafif kızardığı birinci derece yanıkları soğuk su altına tutunuz, başka bir müdahaleye gerek kalmadan kendiliğinden iyileşir.



- Su kabarcıklarının oluştuğu, derinin tamamen sıyrıldığı ikinci derece yanıkları, 5-10 dakika soğuk suyun altına tutunuz veya yanık üzerine buz koyunuz.
- Yanığın üzerini varsa mikropsuz bir sargı beziyle, yoksa temiz bir bezle kapatınız.
- Yanan kişi çok heyecanlı olacağından onu sakinleştiriniz, yatırınız, rahat etmesini sağlayınız.
- Yanan kişinin elbiselerini çıkarmanız gerekiyorsa, kabarcıkları patlatmadan , elbiselerini yanık etrafından keserek çıkarınız.
- Yanık vücutta geniş bir yer kaplıyorsa, kazazedeyi temiz bir çarşafa sarınız.
- İkinci derece yanıklar, vücudun küçük bir kısmında dahi olsa, mikrop kaptığında iyileşme zamanı uzayacağından, imkanınız varsa hemen bir sağlık kuruluşuna götürünüz.

- Yanığın kabarcıklarını patlatmayınız.
- Yanan kişinin elbiselerini çekerek çıkarmayınız.
- Ağır yanıklarda hastaya ağızdan yiyecek ve içecek vermeyiniz.
- Yanık üzerine hiçbir şey sürmeyiniz. Yanık üzerine doktorun verdiği ilaçtan başka hiçbir şey sürmeyiniz.
- Yanığı tentürdiyot veya benzeri şeylerle pansuman yapmayınız.
- Yanığın üzerine kirli bez koymayınız.



Zehirlenmeler

- Zehirlenme ne ile ve nasıl olursa olsun, zehirlenen kişinin Sağlık Kuruluşunda bir süre hekim kontrolünde tutulması gerekir. Zehirlenmelerde genel durumu iyi gibi görülen kazazede aniden fenalaşabilir hatta ölebilir.
- Zehirlenmede kazazede en kısa sürede en yakın sağlık kuruluşuna nakledilmelidir.

İlaç ve Besin Zehirlenmelerinde İlk Müdahale

- Kazazede baygınsa ve sorulara cevap vermiyorsa;
- Kazazedeyi yan yatırın. Rahat nefes alabilmesi için ağzını açarak dilini temiz bir bezle tutup öne doğru çekin. Ağzında nefes almasını engelleyecek yabancı cisim varsa çıkarın.
- Kazazedeyi çok kısa bir sürede en yakın Sağlık Kuruluşuna nakledin.
- Sağlık Kuruluşunda yapılacak olan tedaviyi kolaylaştıracağından, zehirlenmenin, ne ile ve ne zaman olduğunu öğrenin. Varsa zehirlenenin kusmuşundan bir miktar sağlık kuruluşuna götürün.

- Zehirlenen kişi sorulara cevap veriyorsa ve istediğiniz hareketleri yapabiliyorsa;
- Midedeki zehirli maddeyi dışarı atmak için tuzlu su içirerek kusturmaya çalışın. Kusamıyorsa parmağınızı ağzına sokarak kusmasına yardımcı olun.
- Zehrin vücutta emilmesini geciktirmek için bol süt içiriniz.
- Zehirli madde 4-5 saatten daha önce alınmışsa zehir barsaklara geçmiş olacağından kusturmayın. Müshil (Hint yağı, zeytin yağı) vererek barsaklarda emilmeden dışarı çıkmasına yardımcı olun.

Gazyağı, Benzin, Tiner Zehirlenmelerinde İlk M¼dahale

- Bu t¼r zehirlenmelerde **KESİNLİKLE KUSTURMAYINIZ.**
- Birkaç bardak zeytinyağı, s¼t veya diğer sıvı yağlardan içirin.
- Kemerini, yaka düğmelerini çöz¼n. Temiz havaya çıkararak oksijen almasını sağlayın.
- En yakın sağlık kuruluşuna götür¼n.

Deri ve Solunum Yolu Zehirlenmelerinde İlk M¼dahale

- Őofben, soba, mangal, ocak, zirai ilaçlar, haŐere ilaçları ve DDT t¼r¼ ilaç zehirlenmeleri bu gruba girer. Bu t¼r zehirlenmelerde;
- Kazazedeyi zehirli ortamdan uzaklaŐtırıp temiz havaya çıkarın.
- Eğer zehirlenme deri yoluyla gerçekleŐmiŐse elbiseleri de zehirli olacağından hastayı hemen soyun ve v¼cudunu bol suyla yıkayın.
- Kazazedeyi y¼r¼tmeyiniz ve koŐturmayın.
- Açık ortamda d¼z bir yere yatırarak bol oksijen almasını sağlayın ve en kısa s¼rede bir sağlık kuruluşuna g¼t¼r¼n.

• ZEHİRLENMELERDE DİKKAT EDİLMESİ GEREKEN DURUMLAR

- Zehirlenen kişiye buradaki açıklamalar dışında hiçbir müdahalede bulunmayınız.
- Şuuru bulanık olanları, asit içerenleri ve 6 aylıktan küçük bebekleri KUSTURMAYINIZ.
- Zehirlenme DDT (Böcek ilacı) içerek olmuşsa yağlı sıvılar vermeyiniz, bol su içiriniz.
- Zehirlenmenin türü ne olursa olsun, bir taraftan açıklanan bu müdahaleyi uygularken bir taraftan da vakit geçirmeden en yakın bir sağlık kuruluşuna götürülmesine yardımcı olun.

İlaç veya kimyasal madde içerse..

- İlaç ya da kimyasal madde içen çocukları asla kusturmaya çalışmayın. Özellikle tuz ruhu gibi yakıcı kimyasallar kusma sırasında ikinci kez yemek borusunu yakarak ve akciğerlere kaçarak daha ciddi sorunlara yol açar. Böyle bir durumda, acil servise gidin ve yanınıza içilen ilaç ya da kimyasal maddelerin kutularını almayı unutmayın.

Kırık, burkulma, ıkık

- Kaza geçiren bir kişide kırık çıkık veya burkulmadan hangisinin olduğuna ancak bir hekim karar verir. Kırık varsa, kazazedeye yaptırılacak en ufak bir hareket bile kırığın açılmasına, kanamalara ve kısmi felçlere yol açıp, kırığın iyileşme süresini uzatır.
- Kırık ihtimali varsa kazazedenin elbiselerini çıkarmayın. Gerekirse keserek çıkarın. ıkarmak için de önce sağlam tarafı sonra kırık tarafı çıkarın.

- Kırık eğer bacakta ise, fazla hareket ettirmeden topuktan kalçaya kadar uzanan bir tahtayı bacağı altına koyun. Geniş bir bez parçası veya kemer, kuşak gibi bir şeyle bacağı tahtaya bağlayarak hareketini önleyin.
- Kırık diz ekleminin üst kısmında, kalçaya daha yakın yerlerde ise, bacağı altına koyacağınız tahta bele kadar uzanmalıdır. Sağlam bacağı da içine alacak şekilde, her iki bacak birlikte tahta üzerine bağlanmalıdır.
- Belde bir kırık şüphesi varsa, kazazedenin altına boydan boya geniş bir tahta veya kapı koyun. Kafasının oynamaması için boynunun her iki tarafına yastık veya benzer bir şey yerleştirin.

- Çıkıkları kendiniz yerine koymaya çalışmayın, yapacağınız yanlış bir hareketle dokulara zarar verebilirsiniz. Çıkıklar bir sağlık kuruluşunda hekim tarafından yerine koyulmalıdır.
- Burkulmalar genellikle ayak bileği, diz ve el bileklerinde görülür. Burkulan eklemi vücut seviyesinden yukarı kaldırın. üzerine naylon torba içine koyulmuş buz, buz yoksa soğuk suyla ıslatılmış bez parçası koyun ve bu işlemi birkaç kez tekrarlayın. Bu şişme ve ağrıyı önler.

Kulak veya buruna kaçan cisim görülüyorsa ve dışarıdan tutulabilecek durumdaysa cımbız veya uygun bir şeyle çıkarınız. Cismin daha ileri gitmemesine ve dokuya zarar vermemeye dikkat edin.

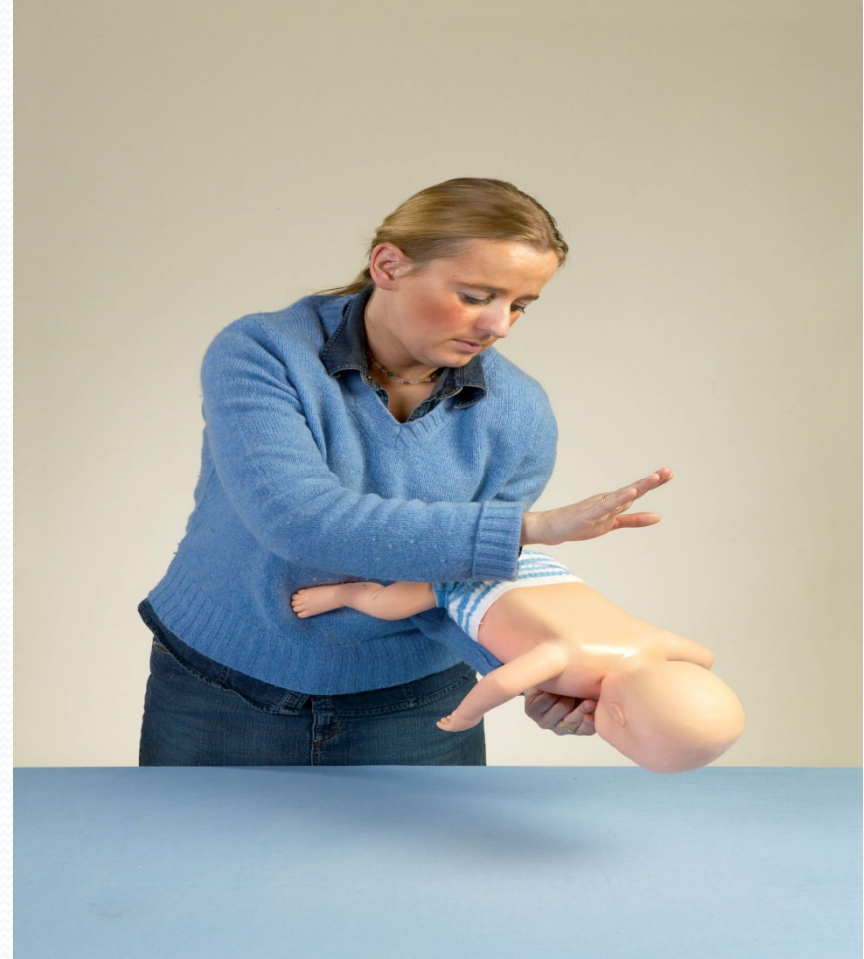
- Cisim, fasulye, nohut, mısır gibi gıdalar ise bunlar şişebileceğinden ıslatmayınız.
- Cismi çıkarmaya çalışırken iğne gibi sivri ve batıcı şeyler kullanmayın.
- Kulağa böcek veya sinek kaçmasında fener tutarak gözleyin.
- Cisim çıkmıyorsa fazla uğraşmadan bir sağlık kuruluşuna götürün.

BOĞAZA YABANCI CİSİM KAÇMASINDA YAPILABİLECEK MÜDAHALELER

- Boğaza kaçan yabancı cisimler solunum yollarını kapatabileceğinden daha tehlikelidir. Ölüme yol açabilirler. Kaza olduğunda soğuk kanlı davranın.
- Cisim ağız açıldığında görülebiliyorsa parmakla almaya çalışın. Alınamayacak kadar ileride ise kişinin sırtına kuvvetlice birkaç kez vurun ve öksürtün.
- İğne, jilet veya küçük cam parçası gibi kesici ve delici cisimler kaçmışsa yumuşak ekmek içi yedirin.
- Kaçan yabancı cisim çıkarılsın veya çıkarılmasın kaza sonrası mutlaka bir sağlık kuruluşuna sevk edin.

HEIMLICH MANEVRASI (BEBEKLERDE)

- ⇒ El bileğinin iç kısmıyla sırtta (omuz arası bölgesinde kürek kemikleri arasına) çok hafif olmayacak şekilde 5 kez vurulur.
- ⇒ Diğer kolun üzerine sırt üstü başı elle kavranarak çevrilir.
- ⇒ Yabancı cismin çıkıp çıkmadığına bakılır.



BİLİNCİ AÇIK BEBEKTE HEIMLICH MANEVRASI



5 SIRT BASISI



5 GÖĞÜS BASISI

- ✓ Eğer cisim çıkmadı ve hasta/yaralı bilincini kaybettiyse;
- ✓ Hemen 5 solunum verilir
- ✓ Daha sonra Temel Yaşam Desteğine (30:2) başlanır.

Kaynaklar

- Çavuşoğlu, H. (2015). *Çocuk Sağlığı Hemşireliği Cilt I-II*. (12. Baskı). Ankara: Sistem Ofset Basımevi.
- Durualp, E. (2016). Anne Çocuk sağlığı ve İlk Yardım. *İçinde Öğretmenlik Alan Bilgisi Okul Öncesi Öğretmenliği*. (2. Baskı). (Ed: N. Aral, Ü. Deniz ve A. Kan), 107-158, Ankara: Kısayol Yayıncılık.
- Törüner, E.K. ve Büyükgönenç, L. (2012). *Çocuk Sağlığı Temel Hemşirelik Yaklaşımları*. Ankara: Göktuğ Yayıncılık.
- Erdem, Y. (2015). *Çocuk Hastalıkları*. Ankara: Vize Yayıncılık.
- Deniz, Ü. ve Önder, Ö.R. (2015). *Anne Çocuk Sağlığı ve İlk Yardım*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.