TEMEL ÜNİTE SINAV KONUSU

ÜNİTE 1

Genel İlk Yardım Bilgileri

İlk yardımın tanımı ve amaçları, rıza, olay yeri güvenliği, hasta/yaralının değerlendirilmesi, 112 ve derlenme pozisyonu

⏱ Okuma süresi: **14 dakika**



BU ÜNİTEDE

İlk yardımın ne olduğunu, olay yerinde hangi sırayla hareket edileceğini ve 112'nin nasıl aranacağını öğreneceğiz. Bütün diğer ünitelerin temeli burasıdır.

1.1 · TANIMLAR

İlk yardım ve ilk yardımcı

İlk yardım; ani ortaya çıkan hastalık veya yaralanmada kişinin hayatını korumak, durumunun kötüleşmesini önlemek ve iyileşmesine destek olmak için **olay yerindeki imkânlarla** yapılan hızlı ve etkili müdahaledir.

İlk yardımcı; Bakanlıkça belirlenen standartlarda eğitim alan ve ilk yardımcı belgesine sahip olan kişidir.

Amaç 1
Hayatı korumak

Amaç 2
Kötüleşmeyi önlemek

Amaç 3
İyileşmeye destek olmak

Amaç 4
Sağlık kuruluşuna güvenli ulaşımı sağlamak

📌 SINAVDA SORULUR

İlk yardımda **ilaç verilmez, tedavi yapılmaz**. Tedavi sağlık personelinin işidir.

1.2 · İLK YARDIMCI

İyi bir ilk yardımcı nasıl olmalı?

- İnsan vücudu hakkında temel bilgiye sahip olmalı.
- **Önce kendi can güvenliğini** korumalı.
- Sakin, kendine güvenen ve pratik olmalı.
- Eldeki imkânları değerlendirebilmeli.
- Olayı anında ve doğru haber verebilmeli (112'yi aramak veya aratmak).
- Çevredekileri organize edebilmeli, iletişimi güçlü olmalı.

HAYATİ KURAL

İlk yardımcının can güvenliği her zaman önce gelir. Kendini tehlikeye atan ilk yardımcı, **ikinci yaralı** olur.



Trafik



Yangın



Elektrik



Gaz, patlama

1.3 · RIZA

İzin almadan dokunmayın

Rıza alınırken ilk yardımcı olduğunuzu söyler ve ne yapacağınızı açıklarsınız. Rıza **sözlü** ya da **baş hareketiyle** verilebilir.

Durum	Ne yapılır?
Bilinci yerinde	Kişinin ilk yardımı kabul etme ya da reddetme hakkı vardır
18 yaş altı	Varsa ebeveyninden veya vasisinden izin alınır
Bilinci yerinde değil	Rıza alınmış kabul edilir, gerekli ilk yardım yapılır
Yardımı reddederse	Yakında kalınır, 112 aranarak ambulans veya polis istenir



1.4 · ACİL DURUM

Acil durumla başa çıkma

Acil durum; sağlık, yaşam, mülk veya çevre için acil risk oluşturan ve kötüleşmeyi önlemek için hızlı müdahale gerektiren durumdur.

1. **Olay yeri güvenliği**
   olay yerini değerlendir, tehlikeyi uzaklaştır
2. **Hasta/yaralıyı değerlendir**
   bilinç, solunum, kanama
3. **Yardım çağır**
   112 acil yardım numarası
4. **İlk yardımı sağla**
   güven ver, rahat ettir, izle

📌 SINAVDA SORULUR

Acil durumla başa çıkmada ilk adım **olay yerinin güvenli hâle getirilmesidir**.



1. Kendini tanıt
2. Ne oldu?
3. Kaç yaralı var?
4. Ne yaptın?
5. Adres: tam ve net

Telefonu önce görevli kapatır

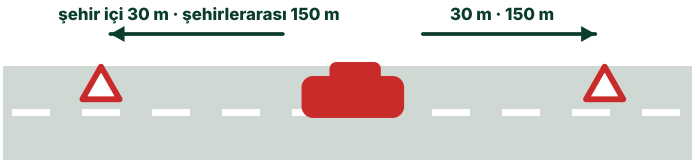
1.5 · OLAY YERİ

Trafik kazasında güvenlik

- Olayın ne olduğu anlaşılmaya çalışılır; tehlike varsa ortamdan yeterince uzaklaşılır.
- Trafik, yangın, elektrik kablosu gibi tehditler değerlendirilir.
- Uyarı işaretleri kazanın önüne ve arkasına **şehir içinde en az 30 m**, **şehirlerarası yolda en az 150 m** mesafeye konur.
- Araçların motoru kapatılır, el freni çekilir, lastiklere takoz konur.
- Müdahale bittikten sonra uyarı işaretleri kaldırılır.

HAYATİ KURAL

Hasta/yaralı **zorunlu olmadıkça** yerinden oynatılmaz. Yalnızca olay yeri güvenli hâle getirilemiyorsa ya da kalmak daha büyük tehlikeyse taşınır.



Uyarı işaretleri kazanın hem önüne hem arkasına konur

1.6 · DEĞERLENDİRME

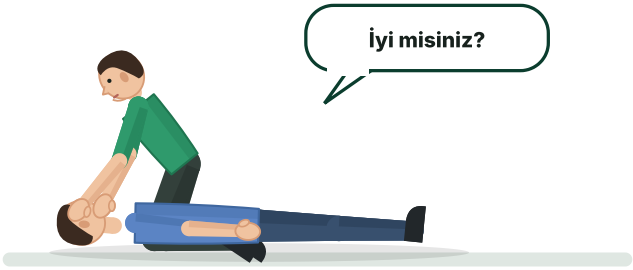
Üç adımda değerlendirme

1. **Birincil kontrol**
   bilinç, solunum, kanama, tehlike
2. **Baştan sona değerlendirme**
   hayatı tehdit eden durumu bul ve düzelt
3. **Hikâye alma**
   "Size ne oldu? Neresi ağrıyor?"

Bilinç kontrolü: Omuzlara hafifçe dokunulur, uyuyanı uyandıracak kadar yüksek sesle "**İyi misiniz?**" diye sorulur. Cevap veren, inleyen ya da hareket eden kişi yanıtlıdır.

AKILDA TUTUN

Ciddi yaralanma işaretleri: Boyunun 3 katından yüksekten düşme, araçtan fırlama, motosiklet veya bisiklet çarpışması, bilinç değişikliği yapan baş yaralanması. Baş-boyun yaralısında **omurga yaralanması varsayılır**.



1.7 · YANITSIZ KİŞİ

Cevap vermiyorsa

- 112 aranır veya aratılır.
- Kişi düz ve sert bir zemine sırtüstü yatırılır.
- Göğsün inip kalkmasına bakılarak **düzenli solunum** olup olmadığı kontrol edilir.
- Hareket yoksa kişi nefes almıyordur; zaman kaybetmeden **Temel Yaşam Desteğine** başlanır.

⚠ DİKKAT EDİN

İç çekme tarzındaki düzensiz göğüs hareketleri normal solunum değildir. Bu kişiye Temel Yaşam Desteği gerekir.



1.8 · 112

Ne zaman ve nasıl aranır?

Durum yaşamı tehdit ediyorsa, kötüleşebilirse ya da kişiyi taşımak zarar verebilirse 112 aranır. Örnekler: dinlenmekle geçmeyen nefes darlığı, ani göğüs ağrısı, bayılma, felç belirtileri, durmayan kanama, açık kırık, boğulma, büyük yanık, zehirlenme.

1. **Sakin ve net konuş**
   yavaş, anlaşılır
2. **Kendini tanıt**
   adın ve telefonun
3. **Olayı anlat**
   ne oldu, kaç yaralı var
4. **Yapılanı söyle**
   bası uyguluyorum gibi
5. **Adresi tam ver**
   olay yerini net tarif et

📌 SINAVDA SORULUR

Telefonu **önce görevli kapatır**. Arama sırasında hoparlör açılıp görevlinin talimatları dinlenir.

1.9 · POZİSYON

Derlenme (kurtarma) pozisyonu

Bilinçsiz kişide kaslar gevşer ve dil hava yolunu tıkayabilir. Bilinci kapalı ama **normal nefes alan** kişi **derlenme (kurtarma, sabit yan yatış) pozisyonuna** getirilir.

- Yanına diz çökülür, varsa gözlüğü çıkarılır, iki bacağın uzandığından emin olunur.
- Yakın kol vücuda dik açıyla, avuç içi yukarı bakacak şekilde konur.
- Diğer elin arkası yakındaki yanağa yerleştirilir ve tutulur.
- Uzak bacak dizden bükülür, dizden çekilerek kişi ilk yardımcıya doğru döndürülür.
- Üstteki bacak kalça ve dizden dik açıyla yerleştirilir, baş hafif geriye eğilir.

AKILDA TUTUN

Bebekte derlenme pozisyonu: bebek **başı aşağı bakacak** şekilde kollar arasında tutulur.



1.9 · ADIM ADIM

Derlenme pozisyonu çizimlerle

Uygulamadan önce bilinci kapalı kişinin **normal nefes aldığından** emin olun. İlk yardımcı kişinin yanında, çevireceği tarafta diz çöker.

1



Yakın kol dik açıyla, avuç yukarı

2



Uzak elin arkası yanağa

3



Uzak dizi bük, ayak yerde

4



Kendine çevir, başı geriye eğ

1.10 · İLK YARDIM SIRASINDA

Kişiyi rahatlatmak

- Kişiye adıyla hitap edilir, ne yapılacağı açıklanır ve güven verilir.
- Mümkün olduğunca rahat ettirilir; soğuktan ve aşırı sıcaktan korunur.
- Ortam güvenliyse ailesinin yanında kalması teşvik edilir.

HAYATİ KURAL

Ağır yaralıya, bulantısı olana, uykuya meyilli ya da bilinci kapalı kişiye **yiyecek veya içecek verilmez**. Hava yoluna kaçabilir.



Yiyecek-içecek yok



SIRADAKİ ADIM

Çalışmaya devam edin

📚 İlk Yardım Dijital Eğitim Kitabı
Diğer ünitelere geçmek için dokunun

YENİ ÜMİT İLK YARDIM EĞİTİM MERKEZİ

📍 Mareşal Çakmak, Bağcılar Cd. No:114 D:B, 34160 Güngören/İstanbul

📞 **(0212) 642 44 99**

💬 WhatsApp: **+90 546 549 40 77**

SOSYAL MEDYA HESAPLARIMIZ

📘 **facebook.com/ilkyardimegiticiegitimi**

📸 **instagram.com/yeniumitilkyardim**



EĞİTMEN NOTU

Bu üniteyi tamamladınız. Kırmızı “Hayati Kural” kutularını bir kez daha okuyun; bir hayat kurtarmanız gerektiğinde aklınıza ilk gelecek olanlar onlardır. Sonra ünite testini çözün.