UYGULAMALI SINAV KONUSU

ÜNİTE 11

Kırık, Çıkık ve Burkulmalar

Kırık türleri ve belirtileri, tespit, çıkık, zorlanma ve burkulma, bölgelere göre ilk yardım

Okuma süresi: **10 dakika**



BU ÜNİTEDE

Kırıkta amaç kemiği düzeltmek değil, hareketsiz tutmaktır. Kırık, çıkık ve burkulmada yapılacakları ve yapılmayacakları öğreneceğiz.

11.1 · KIRIK

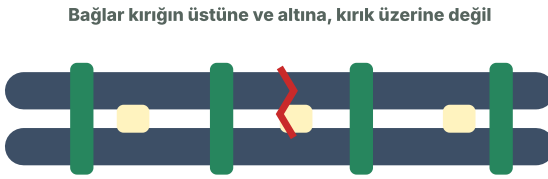
Kırık ve türleri

Kırık, kemikte kırılma ya da çatlamadır. **Atel**, hasarlı kemik ve dokuyu sabitlemek için kullanılan malzemedir.

Kapalı kırık
Cilt sağlamdır; kemik uçları damar ve dokulara zarar vermiş olabilir.

Açık kırık
Cilt bütünlüğü bozulmuştur, kemik görülebilir; **enfeksiyon riski** yüksektir.

- Ağrı ve hassasiyet
- Şekil bozukluğu, şişlik
- Çıtırtı sesi
- Hareket kaybı
- Uyluk, leğen kırığında şok



Sağlam bacak atel olur · boşluklar doldurulur

11.2 · İLK YARDIM

Hareketi önle, rahat ettir

Kırıkta ilk yardımın iki amacı vardır: **yaralanma yerinde hareketi önlemek** ve nakil sırasında **yaralıyı rahat ettirmek**.

- 112 aranır; daha acil yaralanma varsa önce ona bakılır.
- Kırık bölge sabitlenene kadar yaralı hareket ettirilmez; üstteki ve alttaki eklemler desteklenir.
- Bölge bandaj ya da atelle hareketsiz hâle getirilir; **atel altındaki dolaşım** kontrol edilir.
- Tespitte boşluklar havlu gibi yumuşak malzemeyle **doldurulur**.
- Şiddetli kanama varsa bastırılır ya da basınçlı bandaj yapılır.

HAYATİ KURAL

Kırık olup olmadığından emin değilseniz **kırık kabul edin**. Şekil bozukluğu düzeltilmeye çalışılmaz. Yaralıya su dahil hiçbir şey verilmez.

11.3 · ÇIKIK

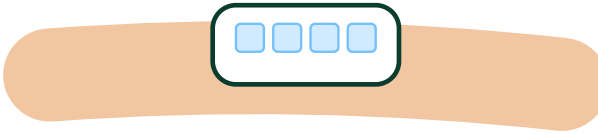
Eklem yerinden çıktıysa

Çıkık; eklemi oluşturan kemiklerin yer değiştirmesiyle eklem yüzeylerinin **birbirine temasının tamamen bozulmasıdır**. Belirtiler: ağrı, şişlik, şekil bozukluğu, hareket güçlüğü.

- Eklem bulunduğu pozisyonda sabit tutulur, 112 aranır.
- Eklem **yerine oturtulmaya çalışılmaz**; sinir ve damarlar zarar görebilir.
- Bez ya da havluya sarılmış buz uygulanabilir; buz cilde doğrudan değmez, **20 dakikayı** geçmez.

AKILDA TUTUN

Çıkığı kapalı kırıktan ayırmak zordur. Şüphede yaralanma **kırık gibi** kabul edilir.



Bezle sarılı buz · en fazla 20 dakika · masaj yok

11.4 · ZORLANMA VE BURKULMA

Kas ve bağ yaralanmaları

Zorlanma
Aşırı gerginlik ya da kullanımdan kaynaklanan **kas liflerindeki** yaralanma.

Burkulma
Eklemin **bağlarında** ve çevre dokularında yaralanma; örnek ayak bileği burkulması.

- Bölge dinlendirilir, sarılı buz **en fazla 20 dakika** uygulanır.
- **Masaj yapılmaz**, baskılı bandaj uygulanmaz.
- Ağrı şiddetliyse, geçmiyorsa ya da kırık şüphesi varsa sağlık kuruluşuna gidilir.

11.5 · BÖLGELERE GÖRE

Kol, leğen ve bacak

Bölge	Ne yapılır?
Köprücük, omuz	Kol askıya alınır, geniş bandajla göğse sabitlenir
Dirsek	Bükülmeye zorlanmaz, en rahat pozisyonda sabitlenir; dolaşım 10 dakikada bir kontrol edilir
El, parmak	Şişmeden önce yüzük, saat çıkarılır; el yukarıda tutulur
Leğen kemiği	Sırtüstü, bacaklar düz; diz ve ayak bilekleri bandajla birbirine sabitlenir
Bacak	Sağlam bacak atel olarak kullanılır; arada boşluk doldurulur



- **Kol askıya alınır**
- **Düğüm yaralı yerden uzak**
- **Geniş bandajla göğse sabitlenir**
- **Dolaşım 10 dakikada bir**

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.