

Genel Bilgi

İlkyardım yaralı ve hastalara tıbbi acil yardım ulaşana dek uygulanan acil bakımdır.

İlkyarımda temel amaç yaşamı kurtarmaktır:

- Solunumun sürmesini sağlayın.
- Dolaşımın sürmesini sağlayın.
- Kan kaybının sürmesini önleyin.
- Yeni yaralanmaları önleyin.
- Şoku önleyin.
- Acil servisle ya da bir doktorla bağ kurun.

İlkyardım uygulayan kişinin dikkat etmesi gereken noktalar:

- Paniği önleyin.
- Güven verin.
- Yalnızca yaşam kurtarıcı girişimlerde bulunarak, tıbbi yardım ulaşana dek zararı en aza indirin.
- Çocuğun özel gereksinimlerini saptamak ve alınması gereken önlemleri belirlemek için, üzerinde acil tıbbi kimlik ya da uyarı işareti olup olmadığını araştırın.
- Acil servisi arayın.

Bunlar önceliklerine göre sıralanmıştır, ancak bu işlemlerin hepsi acildir ve ilkyardım uygulayan kişinin özgül duruma göre karar vermesi gerekir. İlkyardımın etkili olmasında sağduyu ve birkaç basit kural belirleyici önem taşır.

İlkyardım gerektiren durumların çoğunu *önlemek mümkündür*. 'Kazalar' ve kaza sonucu yaralanmalar rasgele olaylar değildir. Yaralanmaları önlemek için birçok önlem alınabilir. Örneğin:

Evde, yürüme alanlarının, özellikle de merdivenlerin serbest olmasını sağlayın, buralarda oyuncak ve benzeri eşyaların kalmasını önleyin. Elektrik sisteminizin ve mutfak aletlerinizin bakımına özen gösterin. Evdeki kimyasal maddeleri etiketleyerek çocukların ulaşamayacağı bir yerde tutun. Evin her katına en az bir duman dedektörü yerleştirin ve yaygında, depremde ve diğer afetlerde evi hızla nasıl boşaltacağınızı planlayın.

Arabanızın bakımına, özellikle ışıklara, frenlere ve tekerleklerle özen gösterin. Arabanızı hava koşullarına uygun kullanın. Her zaman emniyet kemerinizi bağlayın ve 4 yaşın ya da 20 kilonun altındaki çocukları bebek ya da çocuk koltuğunda taşıyın.

İşte karşı karşıya kalabileceğiniz fiziksel ya da kimyasal tehlikeler ve bu tehlikelerden kaçınma yolları konusunda mutlaka bilgi sahibi olun. Tüm güvenlik kurallarına uyun; kuralların yeterli olmadığı ve işinizin tehlikeli olduğu kanıdaysanız, kuralların sıkılaştırılması ve çalışma koşullarınızın değiştirilmesi için işvereninizle görüşün.

Eğlence ve oyun alanlarının etkinliğe uygun olup olmadığını inceleyin. Gerekli giysileri giyin, koruyucu gereçleri takın. Örgütlü sporlarda tüm kurallara uyun. İnsansız alanlara tek başınıza gitmemeye çalışın ya da mutlaka birilerine nereye gittiğinizi ve ne zaman döneceğinizi bildirin.

Bulduğunuz bölgedeki acil sağlık hizmetleri konusunda bilgilendirin. 112'ye telefon edebileceğinizi unutmayın. Bölgenizde 112 sistemi yoksa, başvurabileceğiniz (hastane, polis, yangın, ambulans, doktor) telefon numaralarını telefonunuzun yanında bulundurun.

Bulaşıcı olabilecek kan ve vücut sıvılarıyla teması en aza indirgeyin.

Kazazedenin kanının ve vücut sıvılarının bulaşıcı olabileceğini göz önünde tutarak, mümkün olan her durumda su geçirmez (lateks, vinil) eldiven kullanın.

Kanamayı kontrol altına almak ve kazazedenin kanıyla teması önlemek için, açık yaraları bant ya da gazlı bezle kapatın.

İlkyardımdan sonra ellerinizi su ve sabunla ya da antiseptik bir solüsyonla iyice yıkayın. Yıkama öncesinde eldivenleri çıkarmayı unutmayın.