

MEYO

Afete Hazırlık ve Sivil Savunma Kulübü Bülteni

Mart 2025



İLK YARDIM TEMEL UYGULAMALARI



BAYILMADA

İlk Yardım



Kişiye sırtüstü yatırın.
Kişinin ayaklarını **30 cm**
kaldırın.



Sıkı giysilerini
gevşetin.



Ağızdan yiyecek
veya içecek
vermeyin.



Tıbbi yardım
isteyin.



T.C. MİLLÎ EĞİTİM
BAKANLIĞI



**İLK
YARDIM**
TÜRKİYE CUMHURİYETİ MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI



Detaylı bilgi için



BEBEKLERDE (0-12 AY) SOLUNUM YOLU TAM TIKANIKLIĞINDA

İlk Yardım



1. UYGULAMA

- Bebeği kolunuzun üzerine ters yatırın.
- Başparmak ve diğer parmaklarla bebeğin çenesini kavrayarak yüzüstü pozisyonda öne doğru eğin.
- Baş gergin ve gövdesinden aşağıda bir pozisyonda tutun.
- El bileğinin iç kısmı ile bebeğin sırtına (**kürek kemiklerinin arasına**) 5 kez vurun.

2. UYGULAMA

- Bebeği diğer kolunuzun üzerine başını elinizle kavrayarak sırtüstü çevirin.
- İki parmakla **göğüs kemiği üzerinden 5 kez** baskı uygulayın.
- Bu uygulamaları yabancı cisim çıkana kadar veya bebeğin bilinci gidene kadar sırayla tekrar edin.
- Bebeğin bilinci kapanırsa temel yaşam desteğine başlayın.
- Tıbbi yardım isteyin (**112**).



T.C. MİLLÎ EĞİTİM
BAKANLIĞI



İLK
YARDIM
T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI



Detaylı bilgi için



KOMADA

İlk Yardım



KURTARMA POZİSYONU



Hasta/yaralının
bilincini kontrol edin.



Bilinç kapalıysa
112'yi arayın.



Ağzında yabancı cisim
olup olmadığına bakın.



Baş-çene
pozisyonu verin.



Bak-dinle-hisset
yöntemi ile solunumunu
kontrol edin (10 sn).



Şah damarından
nabız kontrol edin (5 sn).



Hastanın karşı taraftaki kolu
diğer omzuna yerleştirilir.
Karşı taraftaki bacağı dizden
kvrılır. Yakın kolu yukarı
uzatılır. Omuz ve kalçasından
tutularak çevrilir.



**Kişinin bilinci kapalı ve
solunumu varsa** kurtarma
(yarı yüzükoyun)
pozisyonu verin.



T.C. MİLLÎ EĞİTİM
BAKANLIĞI



**İLK
YARDIM**
TÜRKİYE CUMHURİYETİ MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI

unicef
her çocuk için

Detaylı bilgi için



AFETLERDEN KORUNMA VE İLK YARDIM

DEPREM öncesinde

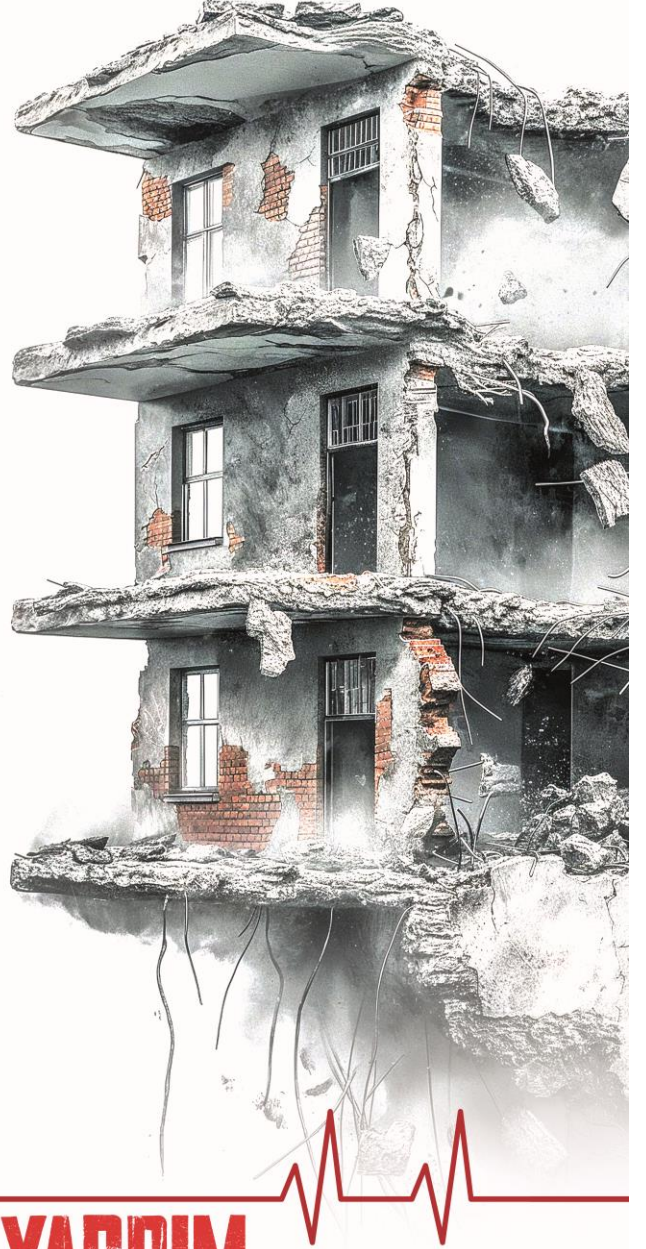
- Afet ve acil durum aile planı hazırlayın.
- Hareket edebilecek eşyaları sabitleyin.
- Afet çantanızı hazırlayın.

DEPREM sırasında

- Olduğunuz yerde **ÇOK - KAPAN - TUTUN** yapın.
- Deprem anında merdiven ve asansörleri kullanmayın.
- Açık alandıysanız binalardan ve deniz kıyısından uzaklaşın.

DEPREM sonrasında

- Vanaları ve sigortaları kapatın.
- Hasarlı binalara girmeyin.
- Önceden belirlenen toplanma alanına gidin.



DEPREMDE İLK YARDIM

- Çevrenizdeki tehlikeleri değerlendirin.
- Sakin kalın, güvenli alana geçin.
- Durum ciddiye **112**'yi arayın.
- Hasta/yaralıyı hareket ettirmeyin, yanından ayrılmayın.
- Kırık, çıkık veya burkulma varsa hasarlı bölgeyi hareket ettirmeyin.
- Kanama varsa temiz bir bez ile kanayan yerin üstüne bastırın.
- Hasta/yaralıya yiyecek içecek vermeyin.
- Açık yaraların üzerini temiz bir bezle kapatın.
- Yaranın içinde bir cisim varsa çıkarmayın.
- Tıbbi yardımı bekleyin.



T.C. MİLLÎ EĞİTİM
BAKANLIĞI



İLK
YARDIM
TÜRKİYE CUMHURİYETİ MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI

unicef
her çocuk için

Detaylı bilgi için



KAN ŞEKERİ DÜŞÜKLÜĞÜNDE

İlk Yardım



- Hastanın yaşam bulgularını değerlendirin.
- Hastanın bilinci yerinde ve kusmuyorsa ağızdan şeker ya da şekerli içecekler verin.
- 15-20 dakikada belirtiler geçmiyorsa sağlık kuruluşuna gitmesi için hastaya yardım edin.
- Hastanın bilinci yerinde değilse onu kurtarma pozisyonuna getirerek tıbbi yardım çağırın (112).



T.C. MİLLÎ EĞİTİM
BAKANLIĞI



İLK
YARDIM
TÜRKİYE CUMHURİYETİ MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI



Detaylı bilgi için



KIRIKLARDA

İlk Yardım

KOL VE KÖPRÜCÜK KEMİĞİ KIRIĞI TESPİTİ

- Üçgen bandajı; tepesini dirsek, tabanını gövdeyle aynı hizada yerleştirin. Kolu dirsek hizasından bükülü olarak göğsün alt kısmına yerleştirin.



- Üçgen bandajın iki ucunu yaralının boynuna düğümleyin. Parmakları görülebilir şekilde dışarıda bırakın.



- İkinci üçgen bandajı katlayarak yaralı kol ve göğüs üzerinden geçirin. Koltuk altında düğüm atın.



T.C. MİLLÎ EĞİTİM
BAKANLIĞI



İLK
YARDIM
T.C. CUMHURİYETİ MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI



Detaylı bilgi için



RENTEK MANEVRASI

Uygulaması

1. Uygulama



- Yangın, patlama tehlikesi var mı belirleyin. Güvenlik tedbirlerini (reflektör yerleştirme, kontak kapatma, el freni çekme vb.) alın.

2. Uygulama



- Hasta/yaralının bilincini kontrol edin. 112'yi aratın veya arayın.

3. Uygulama



- Solunumu değerlendirin. Solunumu yoksa ya da olay yerinde patlama, yangın riski varsa hasta/yaralıyı araçtan çıkarın.

4. Uygulama



- Hasta/yaralının ayaklarının pedala sıkışmadığından emin olun ve emniyet kemerini açın.
- Hasta/yaralıya yan tarafından yaklaşın ve bir elle kolu diğer elle çenesini kavrayarak boynu tespit edin.

5. Uygulama



- Hasta/yaralıyı baş-boyun-gövde hizasını bozmadan hafif hareketlerle araçtan dışarı çekin.

6. Uygulama



- Hasta/yaralıyı yavaşça yere yatırın. Bilinci ve solunumu yoksa temel yaşam desteğine başlayın.



T.C. MİLLÎ EĞİTİM
BAKANLIĞI



İLK
YARDIM
TÜRKİYE CUMHURİYETİ MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI



Detaylı bilgi için



AFETLERDEN KORUNMA VE İLK YARDIM

SEL

- Meteorolojik uyarıları takip edin.
- Sel anında giriş ve bodrum kattan uzak durun.
- Yüksek ve güvenli bölgelere geçin.
- Zorunda kalmadıkça sel suyuna girmeyin.
- Selin akış yönüne dik olacak şekilde uzaklaşın.
- Sel sonrası güvenlik sağlanmadan binalara kesinlikle girmeyin.
- Mümkünse kapalı şişe su ve güvenli gıda tüketin.
- Acil durumlarda **112**'yi arayın.



SELDE İLK YARDIM

- Çevrenizdeki tehlikeleri değerlendirin.
- Sel alanından uzaklaşın, güvenli bir alana geçin.
- Durum ciddiye **112**'yi arayın.
- Kanama var ise temiz bir bez ile kanayan bölgenin üstüne bastırın.
- Boğulma durumunda hastanın yaşam bulgularını değerlendirin. Bilinç ve solunum yoksa temel yaşam desteği uygulayın.
- Kırık, çıkık, burkulma varsa hasarlı bölgeyi hareket ettirmeyin.
- Açık bir yara varsa üzerini temiz bir bez ile örtün.
- Yara içerisindeki batmış cisimleri çıkarmayın.
- İlk yardım eğitiminiz yoksa bilmediğiniz müdahaleleri hasta/yaralıya uygulamayın.
- Tıbbi yardımı bekleyin.



T.C. MİLLÎ EĞİTİM
BAKANLIĞI



İLK
YARDIM
T.C. CUMHURİYETİ MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI



Detaylı bilgi için



İŞTE BÖYLE BİLGİLER HAYAT KURTARIR.

