

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ HALK SAĞLIĞI ANABİLİM DALI TOPLUM İÇİN BİLGİLENDİRME DİZİSİ-(2022/2023-73)

9 EYLÜL 2023
DÜNYA İLK YARDIM GÜNÜ

İlk Yardım

Farklı kurumlar tarafından çeşitli tanımları yapılan ilk yardım kavramı genel olarak ani gelişen kaza, afet, hastalık ve yaralanma gibi durumlarda sağlığın daha kötüye gitmesini önlemek ve iyileşmeye destek sağlamak için ortamdaki imkan ve kişilerle yapılan ilk, hızlı ve hayat kurtarıcı müdahalelerdir.^{1,2,3}

Temel İlk Yardım Uygulamaları (KBK)

İlk yardım uygulamalarını gerektirecek bir olay yaşandığında önerilen müdahale akışı koruma-bildirme-kurtarma (KBK) sıralamasıyla tanımlanmıştır. Bu akışa göre olay yaşandığında ilk olarak durumun daha da kötüye gitmesini önlemek için çevre önlemleri (gaz kaçağı gibi durumlarda vananın kapatılması ve ortam havalandırılmasının sağlanması, trafik kazalarında uyarı ve işaret levhalarının konması gibi) alınmalıdır. Fakat bu müdahaleler gerçekleştirilirken kişilerin kendi güvenliklerini riske atmamaları gerektirdiği unutulmamalıdır.⁴

Ortam güvenliği sağlandıktan sonra profesyonel yardım ekiplerinin olaydan hızlıca haberdar olmaları ve vakit kaybedilmeden intikallerinin sağlanması amacıyla acil yardım numaraları (ülkemizde 112) aranarak durum bildirilmelidir. Acil yardım numarası aranırken yetkililerin hızlı ve net bir şekilde durumu kavramaları ve harekete geçmeleri için konuşmayı gerçekleştiren kişinin dikkat edilmesi gereken noktalar mevcuttur:²

- ✓ Operatörle iletişim kurulurken olabildiğince sakin kalmalı,
- ✓ Kendini tanıtmalı,
- ✓ Olayı net ve sade bir şekilde anlatmalı,
- ✓ Etkilenen kişi sayısını ve durumlarını bildirmeli
- ✓ Etkilenen kişilerin isimleri bildirilmeli,
- ✓ Yapılan ilk yardımlar bildirilmeli,
- ✓ Olayın adresi net verilmeli, yakınlardaki bilinen mekanlar(alışveriş merkezi, turistik mekan, cadde gibi) söylenmeli
- ✓ Operatör aksini söyleyene kadar telefon kapatılmamalıdır.

Acil yardım numaraları bir olay olmadıkça aranıp meşgul edilmemelidir. 2021 senesinde 112 acil yardım hattına yapılan her 10 aramadan 1'i asılsız ihbar olarak bildirilmiştir. Bu durumlarda operatörler ve ekipler gereksiz yere meşgul edilmektedir ve gerçekten ihtiyacı olan kişilere

¹ [İnternet]Türk Dil Kurumu. Sözlük. <https://sozluk.gov.tr/> (Erişim:04.09.2023)

² [İnternet]T.C. Sağlık Bakanlığı Acil Sağlık Hizmetleri Genel Müdürlüğü. <https://acilafet.saglik.gov.tr/TR-84260/genel-ilk-yardim-bilgileri.html> (Erişim:04.09.2023)

³ [İnternet]Uluslararası Kızılhaç ve Kızılay Federasyonu (IFRC) <https://www.ifrc.org/our-work/health-and-care/first-aid> (Erişim:04.09.2023)

⁴ [İnternet]IFRC. <https://www.globalfirstaidcentre.org/general-approach/> (Erişim: 04.09.2023)

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ HALK SAĞLIĞI ANABİLİM DALI TOPLUM İÇİN BİLGİLENDİRME DİZİSİ-(2022/2023-73)

müdahale gecikebilmektedir.⁵

Olayın bildirimini yetkililere yapıldıktan sonra mevcut imkanlarla kurtarma müdahaleleri yapılmalıdır. Bu müdahaleler duruma ve olaya göre çok çeşitli olmakla birlikte genel yaklaşım önce etkilenen kişinin bilinci, solunum yolu açıklığı, nefes alıp vermesi ve kanaması olup olmadığının kontrolünün yapılıp öncelikle bunlara destek olmak şeklindedir.⁴

Dünya İlk Yardım Günü ve 2023 yılı teması

Yapılan araştırmalar sonucunda herhangi bir olay anında ortamda ilk yardım eğitimi almış bir kişinin bulunmasının etkilenen kişilerde kalıcı yaralanma ve ölümlerin azalmasında etkili olduğu görülmüştür. Buna dayanarak Uluslararası Kızılaç ve Kızılay Federasyonu (IFRC) öncülüğünde 2003 senesinden beri 188 ülkede her eylül ayının 2. Cumartesi kutlanan “Dünya İlk Yardım Günü” ile ilk yardım konusunda farkındalığın ve bilincin arttırılması amaçlanmaktadır.^{4,6,7}

2023 yılında da tema olarak gelişen teknoloji kullanılarak ilk yardım eğitimlerine erişim sorunlarının aşılması, daha geniş alanda herkesin eğitimlere erişebilmesi amacıyla “Dijital Dünyada İlk Yardım” teması seçilmiştir.⁸ Bu kapsamda da Türk Kızılayı tarafından içerisinde bebekler, çocuklar, erişkinler, yaşlılar için ayrı ayrı olaylara özel başlıklar altında, ilk yardım gerektirecek durumlar için video, animasyonlar, resimli rehberler ve yazılardan oluşan “<http://www.ilkyardim.org.tr/index.html>” bağlantısıyla ulaşılabilecek bir internet sitesi hazırlanmıştır. Ek olarak sitede yüz yüze eğitim alınabilecek eğitim kurumlarının adresleri ve iletişim numaraları bulunmaktadır.⁹

Aynı zamanda IFRC tarafından geliştirilen, Türkçe seçeneği de olan “İlk Yardım” isimli bir mobil uygulama yaygın kullanılan uygulama dükkanlarında (Google, Apple) ücretsiz bir şekilde yer almaktadır. Uygulama her durum için başlıklar, durumun netleştirilmesi ve yapılacaklarla ilgili yönlendirmeler, kendinizi denemek için kısa testler içermektedir. Ek olarak uygulamada “Acil Durum” bölümü bulunmakta, içinde gerekli durumlarda bulunduğunuz bölgedeki acil yardım numaralarına doğrudan arama seçenekleri mevcuttur.^{10,11}

Unutmayın!

İlk yardım öğrenmek için bugün ayracağınız saatler, ileride bir ömrü kurtarabilir.

⁵ T.C. Sağlık Bakanlığı. Sağlık İstatistikleri Yıllığı. Acil Sağlık Hizmetleri. sf. 271 Ankara 2022

⁶ [İnternet]IFRC. <https://www.globalfirstaidcentre.org/world-first-aid-day-2/> (Erişim: 04.09.2023)

⁷ [İnternet]IFRC. <https://www.ifrc.org/our-work/health-and-care/first-aid> (Erişim:04.09.2023)

⁸ [İnternet]IFRC. <https://www.globalfirstaidcentre.org/revealing-the-theme-of-world-first-aid-day-2023/> (Erişim:04.09.2023)

⁹ [İnternet]Türk Kızılayı. <http://www.ilkyardim.org.tr/index.html> (Erişim:04.09.2023)

¹⁰[İnternet]<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.cube.gdpc.fa> (Erişim:04.09.2023)

¹¹ [İnternet]<https://apps.apple.com/tr/app/first-aid-ifrc/id1312876691?l=tr> (Erişim:04.09.2023)