

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ HALK SAĞLIĞI ANABİLİM DALI TOPLUM İÇİN BİLGİLENDİRME DİZİSİ (2023/2024-77)

14 EYLÜL DÜNYA İLK YARDIM GÜNÜ (2024)

“HAZIR OLUN, AYARLAYIN, YANITLAYIN”

Herhangi bir kaza ya da yaşamı tehlikeye düşüren bir durumda, sağlık görevlileri tıbbi yardımı sağlayıncaya kadar, hayatın kurtarılması ya da durumun daha kötüye gitmesini önleyebilmek amacıyla olay yerinde, tıbbi araç gereç aranmaksızın mevcut araç ve gereçlerle yapılan ilaçsız uygulamalara ilk yardım denilmektedir. İlk yardımın öncelikli amaçları, yaşamsal fonksiyonların sürdürülmesini sağlamak, hasta/yaralının durumunun kötüleşmesini engellemek, iyileştirmeyi kolaylaştırmaktır.¹

İlk yardım temel uygulamaları **Koruma, Bildirme, Kurtarma (KBK)** basamaklarını içermektedir. **Koruma**; olay yerinin değerlendirilmesini kapsamaktadır. Olay yerinde oluşabilecek tehlikeleri belirleyerek güvenli bir çevre oluşturmak önemlidir. **Bildirme**; olayın / kazanın hızlı bir şekilde telefon veya diğer kişiler aracılığı ile gerekli yardım kuruluşlarına (112) bildirilmesidir. **Kurtarma**; olay yerinde hasta yaralılara yapılan müdahaledir. Hızlı ancak sakin ve bilinçli bir şekilde yapılmalıdır.²

İlk yardım eğitimi, acil durumlara etkili bir şekilde müdahale etmeyi ve saniyenin önemli olduğu zamanlarda hayat kurtarmayı sağlamaktadır.³ Uluslararası Kızılay ve Kızılhaç Federasyonu (IFRC) ve 191 Kızılhaç ve Kızılay Cemiyeti tarafından 2022 yılında 12,4 milyondan fazla kişiye ilk yardım eğitimi vermiştir.⁴ Ülkemizde Türk Kızılay, bugüne kadar 336 bin 550 kişiye sertifikalı ilk yardım eğitimi, 702 bin 948 kişiye yüz yüze bilgilendirme eğitimleri vermiştir.⁵ Sağlık Bakanlığı Acil Sağlık Hizmetleri Genel Müdürlüğü tarafından yetkilendirilmiş kamu veya özel merkezlerce verilebilen sertifikalı temel ilk yardım eğitimi, günde 8 saat olmak üzere 2 gün süren, toplam 16 saatten oluşan eğitimlerdir. Eğitimlerden sonra 1-2 hafta içerisinde il sağlık müdürlüğü tarafından düzenlenen sınavlar yapılır. Yazılı ve uygulamalı olarak iki aşamalı yapılan bu sınavlardan başarılı olunması için 85 ve üzerinde puan alınması gerekmektedir. Sınavlardan başarılı olan kursiyerlere Sağlık Bakanlığı onaylı ilk yardımcı kartı ve sertifikası verilmektedir.⁶

Dünya İlk Yardım Günü, insani güçlendirme eylemi ve dayanıklılığı artırma yaklaşımının temel bir bileşeni olarak ilk yardımın dünya çapındaki önemini vurgulamak, geniş kitlelere ulaşmak amacıyla dünyanın dört bir yanındaki Kızılhaç ve Kızılay Ulusal Dernekleri aracılığıyla her yıl Eylül ayının ikinci cumartesi günü kutlanmaktadır. Dünya İlk Yardım Günü'nün 2024 yılı teması "**İlk Yardım ve Spor**" olarak belirlenmiştir.^{7,8} Tema, ilk yardımın spor ortamlarında oynadığı kritik rolü vurgulayarak, dünya genelinde sporcuların, seyircilerin ve toplumların güvenliğini ve iyi olma halini sağlamaya odaklanmaktadır. Sporun dinamik

¹ Türk Kızılay İlk Yardım, Temel İlk Yardım Bilgileri <https://www.ilkyardim.org.tr/temel-ilk-yardim-bilgileri.html> Erişim Tarihi: 27.08.2024.

² T.C. Sağlık Bakanlığı Acil Sağlık Hizmetleri Genel Müdürlüğü, Genel İlk Yardım Bilgileri <https://acilafet.saglik.gov.tr/TR-84260/genel-ilk-yardim-bilgileri.html> Erişim Tarihi:30.08.2024.

³What is world first aid day? <https://worldfirstaid.org/articles/what-is-world-first-aid-day/> Erişim Tarihi:30.08.2024.

⁴IFRC, First Aid <https://www.ifrc.org/our-work/health-and-care/first-aid> Erişim Tarihi:30.08.2024.

⁵ Türk Kızılayı <https://www.kizilay.org.tr/Haber/HaberDetay/7438> Erişim Tarihi:30.08.2024.

⁶ AKUT, Temel ilk yardım eğitimi <https://ilkyardim.akut.org.tr/egitimlerimiz/temel-ilk-yardim-egitimi/> Erişim Tarihi:30.08.2024.

⁷ IFRC, World First Aid Day <https://www.globalfirstaidcentre.org/world-first-aid-day-2/> Erişim Tarihi:27.08.2024.

⁸ IFRC, World First Aid Day 2024 <https://www.globalfirstaidcentre.org/event/world-first-aid-day-2024/> Erişim Tarihi:27.08.2024.

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ HALK SAĞLIĞI ANABİLİM DALI TOPLUM İÇİN BİLGİLENDİRME DİZİSİ (2023/2024-77)

yapısı bireyleri burkulmalar, kırıklar, beyin sarsıntıları ve kardiyak acil durumlar da dahil olmak üzere çeşitli risklere maruz bırakmaktadır. Bu nedenle, ilk yardım eğitimi ve kaynaklarının spor ortamına entegre edilmesi, yaşı ne olursa olsun herkesin spordan güvenli bir şekilde keyif alabilmesini sağlamak için çok önemlidir.⁹

Küresel İlk Yardım Referans Merkezi (The Global First Aid Reference Centre) 2024 yılı temasına uygun olarak yapılabilecek etkinlikleri şu şekilde sıralamıştır:¹⁰

- Parklar, spor sahaları veya rekreasyon merkezlerinde halka açık ilk yardım tekniklerini göstermek.
- İlk yardım temasına ve önemine odaklanan atölye çalışmaları veya web seminerleri düzenlemek.
- Spor güvenliğini teşvik etmek için yerel spor kulüpleri ve okullarla iş birliği yapmak.
- Farkındalığı artırmak için broşürler, posterler ve infografikler dağıtmak.
- Spor temalı ilk yardım yarışmaları veya mücadeleleri düzenlemek.



Şekil 1: İlk Yardım ve Spor¹⁰

⁹ IFRC, World First Aid Day 2024 Toolkit Available <https://www.globalfirstaidcentre.org/world-first-aid-day-2024-toolkit-available/> Erişim Tarihi: 30.08.2024.

¹⁰ IFRC, Concept Note WFAD 2024 <https://www.globalfirstaidcentre.org/resource/concept-note-wfad-2024/> Erişim Tarihi:30.08.2024.