



TEMEL YAŞAM DESTEĞİ

(SUNİ SOLUNUM VE GÖĞÜS BASISI)



TEMEL YAŞAM DESTEĞİ

Solunum durması: Solunum hareketlerinin durması nedeniyle vücudun yaşamak için ihtiyacı olan **oksijenden yoksun** kalmasıdır.

Hemen yapay solunuma başlanmaz ise bir süre sonra kalp durması meydana gelir.



TEMEL YAŞAM DESTEĞİ

Kalp durması: Bilinci kapalı kişide kalp atımının olmaması durumudur.

➤ Kalp durmasına en kısa sürede müdahale edilmezse dokuların oksijenlenmesi bozulacağı için beyin hasarı oluşur.

✓ Kişide solunumun olmaması,

✓ Bilincin kapalı olması,

✓ Hiç hareket etmemesi

✓ Uyaranlara cevap vermemesi

KALP DURMASININ BELİRTİSİDİR.



TEMEL YAŞAM DESTEĞİ

Temel Yaşam Desteği : Yaşam kurtarmak amacı ile hava yolu açıklığı sağlandıktan sonra, solunumu ve/veya kalbi durmuş kişiye yapay solunum ile akciğerlerine oksijen gitmesini, dış kalp masajı ile de kalpten kan pompalanmasını sağlamak üzere yapılan **ilaçsız müdahalelerdir.**

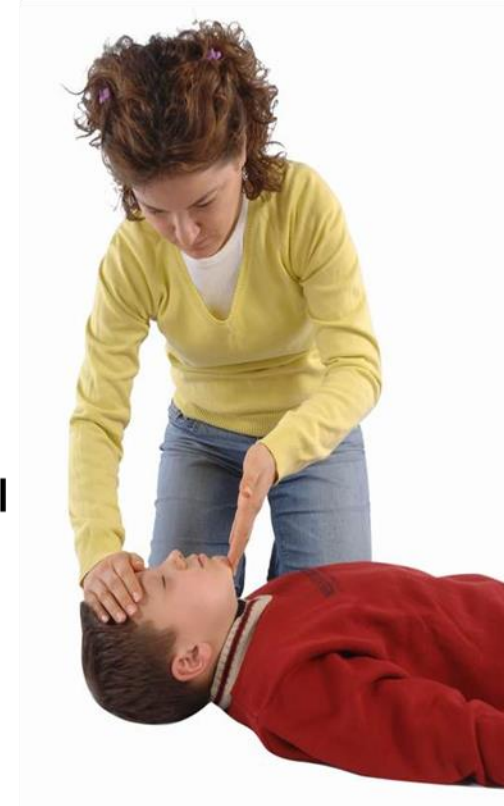




HAVA YOLU / SOLUNUM YOLUNUN AÇILMASI

Bilinci kapalı bütün h/y solunum yolu kontrol edilmelidir; çünkü dil geriye kayabilir ya da herhangi bir yabancı madde solunum yolunu tıkayabilir.

Önce ağız içine gözle bakılır, eğer yabancı cisim var ise çıkarıldıktan sonra hastaya **baş geri çene yukarı** pozisyonu verilir.

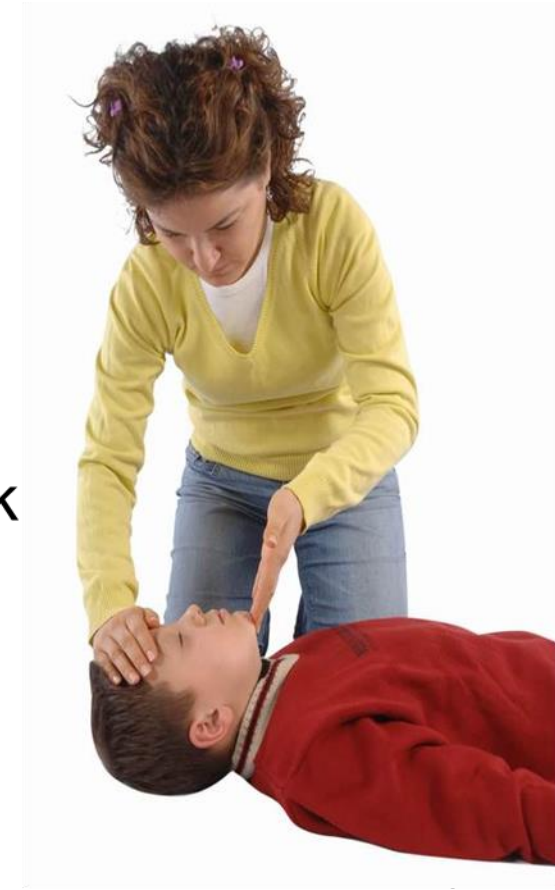




SOLUNUM YOLUNUN AÇILMASI

Bunun için ;

- Bir el altına yerleştirilir,
- Diğer elin iki parmağı çene kemiğinin üzerine yerleştirilir,
- Alından bastırılıp, çeneden kaldırılarak baş geriye doğru itilir,
- Böylece dil yerinden oynatılarak hava yolu açıklığı sağlanmış olur.





YAPAY SOLUNUM

- Hasta/yaralının hava yolu açıldıktan sonra, solunum **Bak-Dinle-Hisset Yöntemi** ile, **10 sn.** değerlendirilir,
- Normal solunum yoksa (solunum yoksa veya yetersiz / düzensiz ise) hemen yapay solunuma başlanır.





YETİŞKİNLERDE TEMEL YAŞAM DESTEĞİ (8 Yaş Üstü)

1. Kendimizin ve hasta/yaralının güvenliği sağlanır,
2. Hasta/yaralının omuzlarına hafifçe dokunup, “**iyi misiniz?**” diye sorarak bilinç kontrol edilir,
3. Eğer bilinci yoksa; Çevreden yüksek sesle yardım çağrılır; **112** aratılır;





YETİŞKİNLERDE TEMEL YAŞAM DESTEĞİ

4. Hasta/yaralı sert bir zemin üzerine yatırılır,
5. Hasta/yaralının yanına diz çökülür,
6. Hasta/yaralının boynunu ve göğsünü saran giysiler açılır,





YETİŞKİNLERDE TEMEL YAŞAM DESTEĞİ

7. Ağız içi kontrol edilir, yabancı cisim varsa çıkarılır,
8. Hava yolunu açmak için bir el hasta/yaralının alınına, diğer elin iki parmağı çene kemiğinin üzerine yerleştirilir,





YETİŞKİNLERDE TEMEL YAŞAM DESTEĞİ

9. Çene kemiğinin uzun kenarı yere dik gelecek şekilde alından bastırılıp, çeneden kaldırılarak baş geriye doğru itilir; hastaya **“Baş Geri-Çene Yukarı Pozisyonu”** verilir,





YETİŞKİNLERDE TEMEL YAŞAM DESTEĞİ

- 10.** Hasta/yaralının solunum yapıp yapmadığı “**Bak-Dinle-Hisset**” yöntemiyle **10 saniye** süre ile kontrol edilir;
- Göğüs kafesinin solunum hareketlerine bakılır,
 - Eğilip, kulağını hastanın ağzına yaklaştırarak solunum dinlenirken diğer el göğüs üzerine hafifçe yerleştirilerek hissedilir.





YETİŞKİNLERDE TEMEL YAŞAM DESTEĞİ

11. Hasta/ yaralının solunumu yok ise,

12. Çevrede başka kimse yok ve ilk yardımcı yalnız ise, kendisi 112'yi arar,





YETİŞKİNLERDE TEMEL YAŞAM DESTEĞİ

13. Kalp /Göğüs basısı uygulamak için **göğüs kemiğinin alt ve üst ucu** tespit edilerek **alt yarısına** bir elin topuğu yerleştirilir,
14. Diğer el bu elin üzerine yerleştirilir,
15. Her iki elin parmakları birbirine kenetlenir,





YETİŞKİNLERDE TEMEL YAŞAM DESTEĞİ

16. Ellerin parmakları göğüs kafesiyle temas ettirilmeden, dirsekler bükülmeden, göğüs kemiği üzerine vücuda dik olacak şekilde tutulur,

17. Göğüs kemiği **5 cm** aşağı inecek şekilde (yandan bakıldığında göğüs yüksekliğinin 1/3'ü kadar) **30 göğüs basısı/kalp basısı** uygulanır, bu işlemin hızı dakikada **100 bası** olacak şekilde ayarlanır,

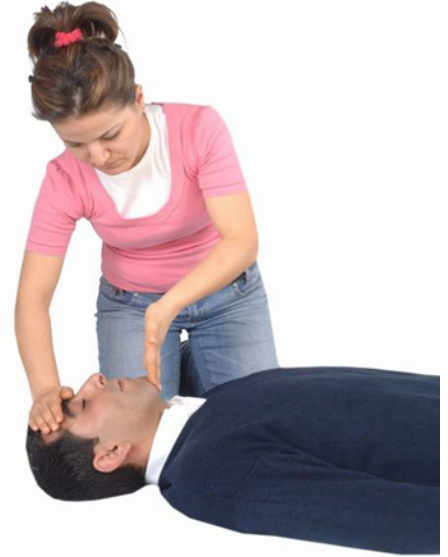




YETİŞKİNLERDE TEMEL YAŞAM DESTEĞİ

18. Baş geri çene yukarı pozisyonu tekrar verilerek hava yolu açıklığı sağlanır,

19. Alnın üzerine konulan elin baş ve işaret parmağını kullanarak hasta/ yaralının burnu kapatılır,





YETİŞKİNLERDE TEMEL YAŞAM DESTEĞİ

20. Normal bir soluk alınır, baş geri çene yukarı pozisyonunda iken hasta/yaralının ağzını içine alacak şekilde ağız yerleştirilir,

21. Hasta /yaralının göğsünü yükseltmeye yarayacak kadar **her biri 1 sn. süren 2 (kurtarıcı) nefes** verilir, havanın geriye çıkması için zaman verilir,





YETİŞKİNLERDE TEMEL YAŞAM DESTEĞİ

- 22.** Hasta/ yaralıya **30** kalp masajı/göğüs basısından sonra **2** solunum yaptırılır, **(30;2)**
- 23.** Temel yaşam desteğine hasta/yaralının yaşamsal refleksleri veya tıbbi yardım gelene kadar kesintisiz devam edilir.





ÇOCUKLARDA TEMEL YAŞAM DESTEĞİ (1- 8 Yaş)





ÇOCUKLARDA TEMEL YAŞAM DESTEĞİ

1. Kendimizin ve çocuğun güvenliğinden emin olunur,
2. Çocuğun omuzlarına hafifçe dokunularak ve “iyi misin?” diye sorularak bilinç kontrol edilir.
Bilinç yok ise;
3. Çevreden yüksek sesle yardım çağrılır; **112** aratılır;





ÇOCUKLARDA TEMEL YAŞAM DESTEĞİ

4. Çocuk sert bir zemin üzerine sırt üstü yatırılır,
5. Çocuğun yanına diz çökülür,
6. Çocuğun boynunu ve göğsünü saran giysileri açılır,
7. Çocuğun ağzı kontrol edilerek yabancı cisim varsa çıkarılır,





ÇOCUKLARDA TEMEL YAŞAM DESTEĞİ

8. Hava yolunu açmak için bir el hasta/yaralının alınına, diğer elin iki parmağı çene kemiğinin üzerine yerleştirilir.
9. Çene kemiğinin uzun kenarı yere dik gelecek şekilde alından bastırılıp, çeneden kaldırılarak baş geriye doğru itilir; çocuğa **baş geri çene yukarı pozisyonu** verilir,



ÇOCUKLARDA TEMEL YAŞAM DESTEĞİ

- 10.** Hasta/yaralının solunum yapıp yapmadığı **bak-dinle-hisset** yöntemiyle **10 sn.** süre ile kontrol edilir.
- Göğüs kafesinin solunum hareketlerine bakılır,
 - Eğilip, kulağını hastanın ağızına yaklaştırarak solunum dinlenirken diğer el göğüs üzerine hafifçe yerleştirilerek hissedilir.





ÇOCUKLARDA TEMEL YAŞAM DESTEĞİ

11. Solunum yok ise; alnın üzerine konulan elin baş ve işaret parmağını kullanarak çocuğun burnu kapatılır,



12. Baş geri çene yukarı pozisyonunda iken çocuğun ağzını içine alacak şekilde ağız yerleştirilir,





ÇOCUKLARDA TEMEL YAŞAM DESTEĞİ

13. Çocuğun göğsünü yükseltmeye yarayacak kadar **her biri 1 saniye süren 2 nefes** verilir, havanın geriye çıkması için zaman verilir,





ÇOCUKLARDA TEMEL YAŞAM DESTEĞİ

14. Kalp/Göğüs basısı uygulamak için göğüs kemiğinin alt ve üst ucu tespit edilerek alt yarısına bir elin topuğu yerleştirilir (**çocuk yetişkin görünümündeyse yetişkinlerde olduğu gibi iki el ile kalp basısı uygulanır**)





ÇOCUKLARDA TEMEL YAŞAM DESTEĞİ

15. Elin parmakları göğüs kafesiyle temas ettirilmeden, dirsek bükülmeden, göğüs kemiği üzerine **vücuda dik** olacak şekilde tutulur,





ÇOCUKLARDA TEMEL YAŞAM DESTEĞİ

16. Göğüs kemiği **5 cm** aşağı
inecek şekilde (**yandan
bakıldığında göğüs
yüksekliğinin 1/3'ü kadar**) **30
kalp/göğüs basısı** uygulanır,
**bu işlemin hızı dakikada 100
bası** olacak şekilde ayarlanır,





ÇOCUKLARDA TEMEL YAŞAM DESTEĞİ

17. Çocuğa 30 kalp /göğüs basısından sonra 2 solunum verilir. **(30;2)**

18. İlkyardımcı yalnız ise; 30;2
göğüs basısının 5 tur tekrarından
sonra 112'yi kendisi arar.

19. Temel yaşam desteğine çocuğun yaşamsal refleksleri veya tıbbi yardım gelene kadar kesintisiz devam edilir.





BEBEKLERDE TEMEL YAŞAM DESTEĞİ (0-1 YAŞ)



BEBEKLERDE TEMEL YAŞAM DESTEĞİ

1. Kendimizin ve bebeğin güvenliğinden emin olunur,
2. Ayak tabanına hafifçe vurularak bilinç durumu kontrol edilir,





BEBEKLERDE TEMEL YAŞAM DESTEĞİ

Eğer bilinç yok ise;

3. Çevreden yüksek sesle yardım çağrılır; **112** aratılır,
4. Bebek sert zemine sırt üstü yatırılır,





BEBEKLERDE TEMEL YAŞAM DESTEĞİ

5. İlk yardımcı temel yaşam desteği uygulayacağı pozisyonu alır, (yerde uygulama yapacak ise diz çöker, masa v.b. yerde uygulama yapacak ise ayakta durur)
6. Bebeğin boynunu ve göğsünü saran giysiler açılır,





BEBEKLERDE TEMEL YAŞAM DESTEĞİ

7. Ağız içi gözle kontrol edilir; hava yolu tıkanıklığına neden olan yabancı cisim var ise çıkartılır,
8. Hava yolunu açmak için, bir el bebeğin alınına, diğer elin iki parmağı çene kemiğine koyulup baş hafifçe yukarı geri itilerek eğilir, **baş geri çene yukarı pozisyonu** verilir,





BEBEKLERDE TEMEL YAŞAM DESTEĞİ

9. Bebeğin solunum yapıp yapmadığı **bak-dinle-hisset** yöntemiyle **10 saniye** süre ile kontrol edilir;
- Göğüs kafesinin solunum hareketlerine bakılır,
 - EĞilip, kulağını hastanın ağzına yaklaştırarak solunum dinlenirken diğer el göğüs üzerine hafifçe yerleştirilerek hissedilir,



BEBEKLERDE TEMEL YAŞAM DESTEĞİ

10. Solunum yoksa; ağız dolusu nefes

alınır, ağız bebeğin ağız ve burnunu içine alacak şekilde yerleştirilir,

11. Bebeğin göğsünü yükseltmeye yarayacak kadar her biri 1 saniye süren 2 solunum verilir, havanın geriye çıkması için zaman verilir,





BEBEKLERDE TEMEL YAŞAM DESTEĞİ

- 12.** Kalp/Göğüs basısı uygulamak için bebeğin (iki meme başının altındaki hattın ortası göğüs merkezini oluşturur) göğüs merkezi belirlenir,
- 13.** Bir elin orta ve ve yüzük parmağı bebeğin göğüs merkezine yerleştirilir,
- 14.** Göğüs kemiği 4 cm aşağı inecek şekilde (yandan bakıldığında göğüs yüksekliğinin 1/3'ü kadar) 30 göğüs/kalp basısı uygulanır, bu işlemin hızı dakikada 100 bası olacak şekilde ayarlanır,



BEBEKLERDE TEMEL YAŞAM DESTEĞİ

15. Bebeğe 30 kalp masajından (göğüs/kalp basısı) sonra 2 solunum yaptırılır **(30;2)**
16. İlkyardımcı yalnız ise; 30;2 göğüs basısının 5 tur tekrarından sonra 112'yi kendisi arar,
17. Temel yaşam desteğine bebeğin yaşamsal refleksleri ya da tıbbi yardım gelene kadar kesintisiz devam edilir.





SOLUNUM / HAVA YOLU TIKANIKLIĞI



SOLUNUM / HAVA YOLU TIKANIKLIĞI

Solunum yolunun, solunumu gerçekleştirmek için gerekli havanın geçişine engel olacak şekilde tıkanmasıdır.

Tıkanma **tam tıkanma** ya da **kısmi tıkanma** şeklinde olabilir.



SOLUNUM YOLU TIKANIKLIĞI

Kısmi Tıkanma Belirtileri

- Öksürebilir
- Nefes alabilir
- Konuşabilir

Kısmi Tıkanmada İlk Yardım

- **ASLA DOKUNULMAZ!**
- **Kişiye öksürmesi söylenir.**



SOLUNUM / HAVA YOLU TIKANIKLIĞI

Tam Tıkanma Belirtileri;

- Kiři nefes alamaz,
- Acı eker, ellerini boynuna götürür,
- Konuřamaz,
- Rengi morarmıştır.

Tam Tıkanmada İlk Yardım;

“HEIMLICH UYGULAMASI (KARINA BASI)”





BİLİNCİ YERİNDE KİŞİYE HEIMLICH UYGULAMASI

- Hasta ayakta ya da oturur pozisyonda olabilir,
- Hastanın yanında ya da arkasında durulur,
- Bir elle göğsü desteklenerek öne eğilmesi sağlanır,
- Diğer elin topuğu ile hızla **5 kez** **sırtına (kürek kemikleri arasına)** süpürür tarzda vurulur,





BİLİNCİ YERİNDE KİŞİYE HEIMLICH UYGULAMASI

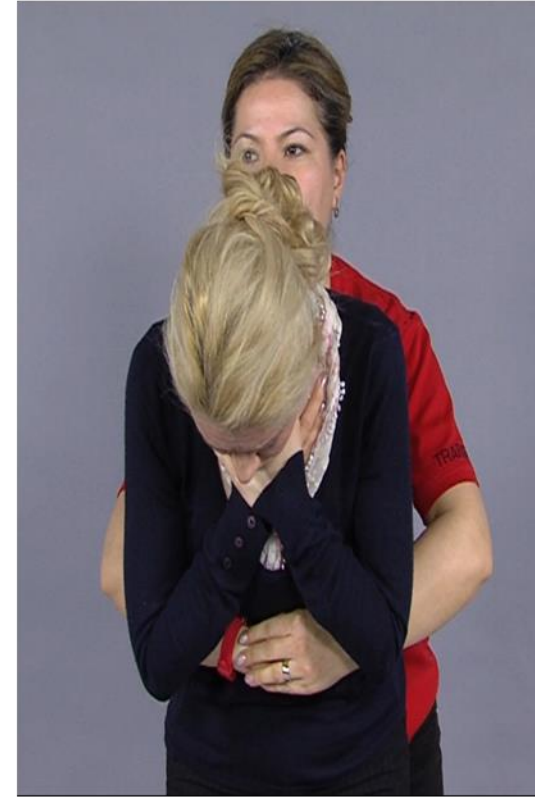
- Tıkanıklığın açılıp açılmadığına bakılır, açıldıysa işlem durdurulur,
- Tıkanıklık açılmadıysa “Heimlich Manevrası” yapılır;
- Hastanın arkasına geçip sarılarak gövdesi kavranır,
- **Bir elin başparmağı midenin üst kısmına, göğüs kemiği altına gelecek şekilde yumruk yaparak konur. Diğer el ile yumruk yapılan el kavranır,**





BİLİNCİ YERİNDE KİŞİYE HEIMLICH UYGULAMASI

- Kuvvetle arkaya ve yukarı doğru bastırılır,
- Bu hareket 5 kez yabancı cisim çıkıncaya kadar tekrarlanır,
- Tıkanıklık açılmadıysa tekrar hasta/yaralının sırtına vurulur,
- **Bu işlemler 5'er kez olacak şekilde dönüşümlü olarak tekrarlanır.**





BİLİNCİ YERİNDE KİŞİYE HEIMLICH UYGULAMASI

- Hastanın bilinci kapanırsa, sert zemin üzerine yatırılır,
- Solunum ve şah damarından nabız değerlendirilir,
- Tıbbi yardım istenir **(112)**,
- Temel yaşam desteği uygulanır.



HEIMLICH UYGULAMASI (YETİŞKİN – ÇOCUK)





HEIMLICH UYGULAMASI (YETİŞKİN – ÇOCUK)





TEK BAŞINIZA İSENİZ





BEBEKLERDE TAM TIKANMA

- Bebek ilkyardımcının bir kolu üzerine ters olarak yatırılır,
- Başparmak ve diğer parmakların yardımıyla bebeğin çenesi kavranarak boynundan tutulur ve yüzüstü pozisyonda öne doğru eğilir,





BEBEKLERDE TAM TIKANMA

- Baş gergin ve gövdesinden aşağıda bir pozisyonda tutulur,
- **5 kez el bileğinin iç kısmı ile** bebeğin sırtına kürek kemiklerinin arasına hafifçe vurulur,
- Diğer kolun üzerine başı elle kavranarak sırtüstü çevrilir, yabancı cismin çıkıp çıkmadığına bakılır,





BEBEKLERDE TAM TIKANMA

- Çıkmadıysa başı gövdesinden aşağıda olacak sırtüstü şekilde tutulur,
- **5 kez iki parmakla göğüs kemiğinin alt kısmından karnın üs kısmına baskı uygulanır,**
- Yabancı cisim çıkana kadar devam edilir,
- Tıbbi yardım istenir (112).



Hayatta öğrendiğin en önemli şey bu olabilir.

İlk yardım eğitimi al, hayat kurtar!

Türk Kızılayı her yıl binlerce kişiye ilk yardım eğitimi veriyor, insanlar acil durumlarda ne yapılması gerektiğini öğreniyor. Türk Kızılayı'nın yurt geneline yayılmış ilk yardım merkezleri ile ilk yardım öğren, sen de hayat kurtar.

