



TÜRKİYE
ACİL TIP
DERNEĞİ

Güncel İlk Yardım Kılavuzu

Editör:

Prof. Dr. Özgür Karcıoğlu

Yardımcı Editörler:

Doç. Dr. Müge Günalp Eneyli

Doç. Dr. Önder Limon

Uzm. Dr. Özgür Dikme



© 2019 Güncel İlk Yardım Kılavuzu

ISBN: 978-605-7874-16-0

Tüm hakları saklıdır. 5846 ve 2936 sayılı Fikir ve Sanat Eserleri yasası gereği; bu kitabın basım, yayın ve satış hakları Hipokrat Yayınevi'ne aittir. Anılan kuruluşun izni alınmadan kitabın tümü ya da bölümleri mekanik, elektronik, fotokopi, manyetik kağıt ve/veya başka yöntemlerle çoğaltılamaz, basılamaz, dağıtılamaz. Tablo, şekil ve grafikler izin alınmadan, ticari amaçlı kullanılamaz.

Editör

Prof. Dr. Özgür Karcıoğlu

Yardımcı Editörler

Doç. Dr. Müge Günalp Eneyli

Doç. Dr. Önder Limon

Uzm. Dr. Özgür Dikme

Yayıncı

Hipokrat Kitabevi

Grafik-Tasarım

Hipokrat Grafik Tasarım

Baskı - Cilt

Sözkesen Matbaacılık

İvedik Organize 1518. Sokak Matsit İş Merkezi No: 2/40

Tel: (0312) 395 21 10 - Yenimahalle / Ankara



Süleyman Sırrı Caddesi
No:16/2 Sıhhiye/ANKARA
Tel: (0312) 433 03 05 - 15
www.hipokratkitabevi.com



Bana bir harf öğretenin kırk yıl kölesi olurum.
—Hz. Ali

Bildiğim tek şey hiçbir şey bilmediğimdir.
—Sokrates

Önsöz

İlk Yardım: Yaşamın en temel yol ayrımı

Acil sağlık hizmetleri uzun yıllardır var olmakla birlikte son 25 yıldır acil tıp uzmanlığı ile birlikte yeni bir ivme kazanmış ve hem sağlık emekçilerinin hem de kamuoyunun gündemine gelmiştir. **Ancak bilinmelidir ki; gelişmiş ülkeler sağlıkçıların yanında halkı eğiterek acil durumlarda nitelikli ve yerinde ilk yardım uygulamaları yapılmasını sağlamakla toplumun ileriye yolculuğuna tanıklık etmiştir.** Türkiye Acil Tıp Derneği 1995'teki kuruluşundan beri temel görevlerinden saydığı ilk yardım konusunda halkın bilinçlenmesi ve eğitimi için sayısız kurslar düzenlemiş ve yayınlar yapmıştır.

Genel anlamda ilk yardım bilgisi sağlayan yabancı dillerden çevirilmiş veya özgün olarak yazılmış birçok yapıt bulunmakla birlikte, acil durumlara odaklanan, yaşam kurtarıcı becerileri öne çıkaran, değişik kültürel gruplardan gelen bakım sağlayıcılara ortaklaştırılmış bir dil ile kolay okunur, pratik bilgi veren kaynak azdır. Bu kitap projesi bu eksikliğin görülmesi sonucu ortaya çıkmış ve konusunun uzmanı yazarlar tarafından ayrıntılı bir çalışma ile tamamlanmıştır.

"Güncel İlk Yardım Kılavuzu" ilk baskısı toplumda her an görülebilen beklenmedik kaza ve hastalıklar ile ilişkili acil durumlara aletsiz ve ilaçsız yapılabilecek ilkyardıma yönelik özet ve doğrudan pratiğe yönelik bilgi sunmak için tasarlanmıştır. Amacımız hem halktan kişilere hem de sağlık çalışanlarına günlük pratiklerinde yardımcı

olacak yararlı ve doğru bilgilere en kısa zamanda ulaşabilecekleri bir kaynak sağlamaktır. Kitapta patofizyoloji tartışmaları hedeflenmemiş ve geri planda tutulmuştur. Bölümler yaşamı tehdit eden sorunlara yaklaşım ve ilkyardımlı vurgulamaktadır.

Dileğimiz bu yapının, toplumumuzun hak ettiği yüksek nitelikli sağlık hizmetine ayırımızsız ulaşması için gecesini gündüzüne katan tüm sağlık emekçilerine ve halkımıza yardımcı olmasıdır. **Unutmamalıyız ki acil bir durumda bize çok donanımlı sağlıkçılar değil, yoldan geçen biri veya kapı komşumuz müdahale edecektir. Zincir en zayıf halkası kadar güçlüdür.**

Tüm emeği geçenlere teşekkürler.

TATD Resüsitasyon Çalışma Grubu

Editörler Kurulu adına

Özgür KARCIOĞLU



Prof. Dr. Özgür Karcioğlu

1969 yılında Aydın'da doğdum. Ege Üniversitesi Tıp Fakültesi'nden 1993 yılında mezun oldum. DEÜTF Acil Tıp Anabilim Dalı'nda 1998'de Acil Tıp Uzmanı, 2004'te Doçent unvanı aldım. 2005 Nisan-2007 Eylül arasında aynı anabilim dalında başkanlık görevinde bulundum. 2007'den itibaren Bakırköy Eğitim ve Araştırma Hastanesinde Acil Tıp Kliniği eğitim direktörü olarak görev aldım. 2009-15 arasında Acıbadem Üniversitesi Tıp Fakültesi Acil Tıp Anabilim Dalı Başkanı olarak çalıştım. 2010 yılında aynı üniversitede Profesör ünvanı aldım. 2015 yılından beri İstanbul Eğitim ve Araştırma Hastanesi Acil Tıp Kliniği'nde çalışmaktayım.

1995 yılında kurucuları içinde olduğum Türkiye Acil Tıp Derneği'nde 2007-9 döneminde Yönetim Kurulunda bulundum. TATD Kritik Bakım çalışma grubunun başkanıyım. Travma ve Resüsitasyon Çalışma Gruplarında çalışıyorum.



Doç. Dr. Müge Günalp Eneyli

1972 yılında Ankara'da doğdum. Orta ve Lise öğrenimimi Ankara Anadolu Lisesi Fransızca Bölümünde tamamladım. 1996 yılında Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi'nden mezun oldum. 2004 yılında Acil Tıp Uzmanlık Eğitimi'ni Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Acil Tıp Anabilim Dalı'nda tamamladım.

2004 yılından itibaren Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi Acil Tıp Anabilim Dalı'nda görev yapmaktayım. Acil Tıp Tıpta Uzmanlık Eğitim Sorumlusu, Dönem 4 ve Dönem 6 Acil Tıp Staj Eğitimi Sorumlusu olarak eğitim alanında görevlerde bulunmaktayım. 2015 yılında Doçentlik ünvanı almaya hak kazandım. 2016 yılından itibaren Acil Tıp Anabilim Dalı Başkanlığı idari görevini yürütmekteyim.



Doç. Dr. Önder Limon

Ege üniversitesi Tıp fakültesinden mezun olduktan sonra 2004 yılında Dokuz Eylül Üniversitesi Tıp Fakültesinde Acil Tıp uzmanlığına başladım. İzmir Atatürk Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Erzincan Üniversitesi Hastanesi'nde acil tıp uzmanı olarak çalıştım. 2012 yılından bu yana Medicalpark İzmir Hastanesinde çalışmaktayım. İleri kardiyak yaşam desteği ve temel yaşam desteği American Heart Association (AHA ACLS, BLS instructor) eğitimcisi ve Sağlık Bakanlığı temel yaşam desteği eğitimcisi sertifikalarına sahibim. Türkiye Acil Tıp Derneği Resüsitasyon Çalışma Grubu üyesiyim. İzmir Medicalpark Hastanesi'nde çalışıyorum.



Uzm. Dr. Özgür Dikme

1977 yılında Tunceli’de doğdum. İlk, orta ve lise öğrenimimi Adana’da tamamladım. 1996 yılında başladığım Dokuz Eylül Üniversitesi Tıp Fakültesi’nden 2002 yılında mezun oldum. 2003-2008 yılları arasında Dokuz Eylül Üniversitesi Tıp Fakültesi Acil Tıp Anabilim Dalı’nda Acil Tıp Uzmanlık Eğitimimi tamamladım.

2009-2011 yılları arasında Burdur Devlet Hastanesi’nde devlet hizmet yükümlülüğümü tamamladım. 2011 yılından günümüze kadar SBÜ İstanbul Eğitim ve Araştırma Hastanesi Acil Tıp Kliniği’nde acil tıp uzmanı olarak çalışmaktayım. 2017 yılından beri acil tıp kliniği idari sorumlusu olarak görev yapmaktayım. Türkiye Acil Tıp Derneği Ultrasonografi, Resüsitasyonve Kritik Hasta Bakım Çalışma Grupları üyesiyim.

Katkıda Bulunanlar

Ahmet Burak OĞUZ, Dr.

Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi Acil Tıp Anabilim Dalı

Ayça KOCA TANRIVERDİ, Dr.

Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi, Acil Tıp Anabilim Dalı

Azade SARI, Dr.

Çukurova Üniversitesi Abdi Sütçü Sağlık Hizmetleri
Meslek Yüksek Okulu

Aziz VATAN, Dr.

SBÜ İstanbul Eğitim ve Araştırma Hastanesi Acil Tıp Kliniği

Barış Murat AYVACI, Dr.

Yeditepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Acil Tıp Anabilim Dalı

Behlül BAŞ, Dr.

SBÜ İstanbul Eğitim ve Araştırma Hastanesi Acil Tıp Kliniği

Bülent ERBİL, Dr.

Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Acil Tıp Anabilim Dalı

Cem AYAN, Dr.

SBÜ Bakırköy Sadi Konuk Eğitim ve Araştırma Hastanesi
Acil Tıp Kliniği

Cem OKTAY, Dr.

Akdeniz Üniversitesi Acil Tıp Anabilim Dalı

Cem ŞİMŞEK, Dr.

Yeditepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Acil Tıp Anabilim Dalı

Derya ABUŞKA, Dr.

SBÜ İstanbul Eğitim ve Araştırma Hastanesi Acil Tıp Kliniği

Emine GAFFARİ, Dr.

SBÜ İstanbul Eğitim ve Araştırma Hastanesi Acil Tıp Kliniği

Engin Deniz ARSLAN, Dr.

SBÜ Dışkapı Yıldırım Beyazıt Eğitim ve Araştırma Hastanesi
Acil Tıp Kliniği

Funda Karbek AKARCA, Dr.

Ege Üniversitesi Tıp Fakültesi Acil Tıp Anabilim Dalı

Gökçe AKGÜL KARADANA, Dr.

Koç Üniversitesi Tıp Fakültesi Acil Tıp Anabilim Dalı

Gökçe ÖZBAY YENİCE, Dr.

SBÜ Tepecik Eğitim ve Araştırma Hastanesi Acil Tıp Kliniği

Göksu AFACAN, Dr.

Biruni Üniversitesi Acil Tıp Anabilim Dalı

Gül PAMUKÇU GÜNAYDIN, Dr.

SBÜ Ankara Atatürk Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Acil Tıp Kliniği

Gülsüm LİMON, Dr.

Medical Park İzmir Hastanesi Acil Tıp Kliniği

Halil DOĞAN, Dr.

SBÜ Bakırköy Sadi Konuk Eğitim ve Araştırma Hastanesi
Acil Tıp Kliniği

İncifer KANBUR, Dr.

SBÜ Gazi Yaşargil Eğitim ve Araştırma Hastanesi Acil Tıp Kliniği

M. Ferudun ÇELİKMEN, Dr.

Yeditepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Acil Tıp Anabilim Dalı

Murat ÇETİN, Dr.

Tekirdağ Devlet Hastanesi Acil Servisi

Mustafa Burak SAYHAN, Dr.

Trakya Üniversitesi Acil Tıp Anabilim Dalı

Mustafa YAZICIOĞLU, Dr.

Yeditepe Üniversitesi Acil Tıp Anabilim Dalı

Mustafa YILMAZ, Dr.

Fırat Üniversitesi Tıp Fakültesi Acil Tıp Anabilim Dalı

Ökkeş Taha KÜÇÜKDAĞLI, Dr.

SBÜ Bakırköy Sadi Konuk Eğitim ve Araştırma Hastanesi
Acil Tıp Kliniği

Ömer SALT, Dr.

Trakya Üniversitesi Tıp Fakültesi Acil Tıp Anabilim Dalı

Önder LİMON, Dr.

Medical Park İzmir Hastanesi, Acil Servis

Özge DUMAN ATİLLA, Dr.

SBÜ Tepecik Eğitim ve Araştırma Hastanesi Acil Tıp Kliniği

Özgür DİKME, Dr.

SBÜ İstanbul Eğitim ve Araştırma Hastanesi

Özlem DİKME, Dr.

Koç Üniversitesi Hastanesi Acil Tıp Anabilim Dalı

Özlem KÖKSAL, Dr.

Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi Acil Tıp Anabilim Dalı

Seda ÖZKAN, Dr.

SBÜ Dışkapı Yıldırım Beyazıt Eğitim ve Araştırma Hastanesi
Acil Tıp Kliniği

Selman YENİOCAK, Dr.

SBÜ Haseki Eğitim ve Araştırma Hastanesi Acil Tıp Kliniği

Sevilay ÜNVER, Dr.

SBÜ Okmeydanı Eğitim ve Araştırma Hastanesi Acil Tıp Kliniği

Sezgin SARIKAYA, Dr.

Yeditepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Acil Tıp Anabilim Dalı

Sultan TUNA AKGÖL GÜR, Dr.

Biruni Üniversitesi Acil Tıp Anabilim Dalı

Şeyhmus IŞIK, Dr.

SBÜ Bakırköy Sadi Konuk Eğitim ve Araştırma Hastanesi
Acil Tıp Kliniği

Ülkü AÇIKSÖZ, Dr.

Biruni Üniversitesi Acil Tıp Anabilim Dalı

Yusuf Cankat BOZKURT, Dr.

SBÜ İstanbul Eğitim ve Araştırma Hastanesi Acil Tıp Kliniği

İçindekiler

KISIM I: Genel İlk Yardım Bilgileri

Bölüm 1

İlk Yardım 3

Bölüm 2

Olay Yeri Güvenliği ve Değerlendirilmesi..... 17

Bölüm 3

Hasta ve Yaralının Değerlendirilmesi 23

Bölüm 4

Yardım Çağırma..... 29

Bölüm 5

Kendini Koruma 33

Bölüm 6

Hasta ve Yaralı Taşıma Teknikleri..... 37

KISIM II: Temel Yaşam Desteği

Bölüm 7

Yenidoğan Temel Yaşam Desteği 51

Bölüm 8

Çocuklarda Temel Yaşam Desteği..... 61

Bölüm 9

Erişkin Temel Yaşam Desteği..... 69

Bölüm 10

Otomatik Harici Defibrilatör (OED) ve Kullanımı 85

KISIM III: Hastalıklarda İlk Yardım

Bölüm 11

Solunum Yolları Tıkanıklığında İlk Yardım 95

Bölüm 12

Senkop ve Bilinç Bozukluğunda İlk Yardım 103

Bölüm 13

İnmede İlk Yardım 109

Bölüm 14

Nöbet (Havale) Geçiren Hastada İlk Yardım 113

Bölüm 15

Solunum Sıkıntısında İlk Yardım..... 121

Bölüm 16

Ateşte İlk Yardım..... 131

Bölüm 17

Allerji ve Anafilakside İlk Yardım 139

Bölüm 18

Gebelik ve Doğum Acillerinde İlk Yardım 149

Bölüm 19

Diyabet Acillerinde İlk Yardım 159

Bölüm 20

Göğüs Ağrısında İlk Yardım 165

KISIM IV: Travmada İlk Yardım**Bölüm 21**

Kanamalarda İlk Yardım 171

Bölüm 22

Yaralanmalarda İlk Yardım 179

Bölüm 23

Kafa Travmasında İlk Yardım 185

Bölüm 24

Göğüs Travmasında İlk Yardım 199

Bölüm 25

Karın Travmasında İlk Yardım 203

Bölüm 26

Delici Yaralanmalarda İlk Yardım 209

Bölüm 27

Trafik Kazaları ve İlk Yardım..... 221

Bölüm 28

Ev Kazaları ve İlk Yardım..... 227

Bölüm 29

Göz, Kulak ve Buruna Yabancı Cisim Kaçmasında İlk Yardım 245

Bölüm 30

Kırık, Çıkık ve Burkulmalarda İlk Yardım 253

Bölüm 31

Dış Acilleri ve Travmalarında İlk Yardım..... 259

KISIM V: Çevresel Aciller, Zehirlenmeler ve Özel Durumlarda İlk Yardım**Bölüm 32**

Yanıklarda İlk Yardım 273

Bölüm 33

Sıcak Çarpması ve Sıcak Acillerinde İlk Yardım..... 281

Bölüm 34

Donma ve Hipotermi'de İlk Yardım 285

Bölüm 35

Elektrik ve Yıldırım Çarpmalarında İlk Yardım..... 297

Bölüm 36

Boğulmalarda İlk Yardım 303

Bölüm 37

Zehirlenmede İlk Yardım 311

Bölüm 38

Yangında ve Duman Zehirlenmelerinde İlk Yardım..... 319

Bölüm 39Hayvan Isırık ve Sokmalarında İlk Yardım
(Memeli ve Deniz Canlıları) 325**Bölüm 40**

Yılan ve Akrep Sokmalarında İlk Yardım 331

Bölüm 41

Kostik ve Koroziv Alımlarında İlk Yardım 337

KISIM VI: Afet ve ilişkili Acillerde İlk Yardım**Bölüm 42**

En Ölümcül Afet Olan Depremlerde Bireysel Eylem Planlaması 343

Bölüm 43

Triaj ve İlk Yardım..... 357

Bölüm 44

Doğada ilk yardım 367

Bölüm 45

Uzak Gözükten Yakın Tehditler; KBRN-P 385

