**1-7 Mayıs Trafik Ve İlk Yardım Haftası**

Trafik kazalarına dikkat çekmek ve farkındalık oluşturmak amacıyla mayıs ayının ilk haftası "Trafik ve İlkyardım Haftası" olarak kabul edilmiştir. Bu hafta süresince; yayın organları aracılığı ile trafik kazalarının önlenmesi için trafik kurallarına uymanın ve ilk yardımın önemi vurgulanmaktadır.

**Trafik Nedir?**

Yayaların, hayvanların ve araçların karayolu üzerinde hal ve hareketlerine "**trafik**" denir.

**İlk Yardım Nedir?**

Herhangi bir kaza ya da yaşamı tehlikeye düşüren bir durumda, sağlık görevlilerinin tıbbi yardımı sağlanıncaya kadar, hayatın kurtarılması ya da durumun daha kötüye gitmesini önlemek amacıyla olay yerinde, tıbbi araç gereç aranmaksızın mevcut araç ve gereçlerle yapılan geçici ve ilaçsız uygulamalardır.

**İlk yardımın temel amacı:**

Yaşamsal fonksiyonların sürdürülmesini sağlamak

Mevcut durumu korumak

Oluşabilecek sakatlıkları önlemek

İyileşmeyi kolaylaştırmak.

**İlkyardım temel uygulamaları:**

**1)Koruma:**Kaza sonuçlarının ağırlaşmasını önlemek için olay yerinin değerlendirilmesini kapsar. En önemli işlem olay yerinde oluşabilecek tehlikeleri belirleyerek güvenli bir çevre oluşturmak, bilinçsiz müdahalelere izin vermemektir.

**2)Bildirme:**Olay veya kaza mümkün olduğu kadar hızlı bir şekilde telefon veya diğer kişiler aracılığı ile gerekli yardım kuruluşlarına bildirilmelidir. Türkiye’de ilkyardım gerektiren her durumda telefon iletişimleri, 112 acil telefon numarası üzerinden gerçekleştirilir.

**3)Kurtarma:**Olay yerinde hasta veya yaralılara hızlı ancak sakin bir şekilde müdahale etmektir.

**İLK YARDIMIN TEMEL İLKELERİ**

**Emin bir yer arayın.**
Amaç kendimizin ve hasta veya yaralının biran önce tehlikeli bölgeden uzaklaştırılmasıdır.

İlk yardıma başlayabileceğimiz güvenli bir yere taşınır.

Taşıma yapılırken sakin davranılmalı, mümkünse sağlam tarafından tutularak taşınmalıdır.

**Sorularınıza yanıt veriyor mu?**
Sorulan sorulara yanıt veriyorsa hastayı yan yatırın.

Hava yolu, solunum, nabzını gözlemleyin, kanama var mı kontrol edin.

Yanıt vermiyorsa: **İlk yardım uygulayın.**

**A. HAVA YOLUNU AÇIN (AIRWAY):**

- Ağızdaki tıkanıklığı temizleyin, açın.
- Hastayı sırt üstü yatırın.
- Hava yolunu açmak için alını geriye, çeneyi öne çekin.
- Çeneyi destekleyin.
- Profesyonel yardım çağırın.

**B. SOLUNUM (BREATHING):**

**-**Hasta soluyorsa uygun pozisyonda yatırın.
- Hasta solumuyorsa ağızdan ağza iki yavaş ve tam soluk verin. Verdiğiniz soluk rahatça gidiyorsa hastanın solunumunun dönüp dönmediğini kontrol edin.
- Solunum geriye dönmediyse suni solunuma devam edin.

**C. DOLAŞIM (CIRCULATION):**

**-  Nabzı kontrol edin.**

Nabzı atıyorsa solunum desteğine devam edin;

kendiliğinden solunum başlarsa uygun pozisyonda yatırın.

**Tüm bunları sertifikalı bir ilk yardımcıysanız uygulayın.**

Sertifikası olmayan, ilk yardım için yanlış uygulamalarda bulunan kişi durumu daha da kötüye sevk edebilir.

İlk yardımda bilinç önemlidir, hayat kurtarır.

Bilinçsiz yaklaşımsa hayatı sonlandırır veya kalıcı sakatlıklara neden olur.

**İlk yardımcının müdahalede yapması gerekenler:**

- Hasta ya da yaralının durumunu değerlendirmek. (bilinç ve solunum )

- Hasta ya da yaralının korku ve endişelerini gidermek.

- Hasta ya da yaralıya müdahalede yardımcı olacak kişileri organize etmek.

-Hasta ya da yaralının durumunun ağırlaşmasını engellemek için gerekli müdahalede bulunmak.

- Kanama, kırık, çıkık ve burkulma vb. durumlarda yerinde müdahale etmek.

- Hasta ya da yaralının yarasını görmesine izin vermemek.

- Hasta ya da yaralıları hareket ettirmeden müdahalede bulunmak.

-Hasta ya da yaralıların en uygun yöntemlerle en yakın sağlık kuruluşuna sevkini sağlamak.

- Olay yeri güvenliği açısından herhangi bir tehlike yok ise, **hasta ya da yaralıyı kesinlikle yerinden kımıldatmamak.**