



**T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI**  
ACIL SAĞLIK HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

# YANIK, SOĞUK VE SICAK ACİLLERİNDE İLKYARDIM





# Amaç ve Öğrenim Hedefleri

## Amaç;

Katılımcılar yanık soğuk ve sıcak acillerinde ilkyardım ile ilgili bilgi, beceri ve tutum kazanacaklardır.

## Öğrenim Hedefleri;

- Yanığın tanımını ve çeşitlerini söyleyebilmeli.
- Yanığın ciddiyetini belirleyen faktörleri söyleyebilmeli.
- Termal ve Kimyasal yanıkta ilkyardım uygulayabilmeli.
- Elektrik çarpması ile meydana gelen yanıklarda ilkyardım uygulayabilmeli.
- Sıcak çarpmasının belirti ve bulgularını sayabilmeli; ilkyardım uygulayabilmeli.
- Donuğun tanımını yapabilmeli ve ilkyardım uygulayabilmeli.

# Yanıklar

## Genel Bilgiler



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI  
ACIL SAĞLIK HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ



**Yanık**, cilt ve/veya cilt altı dokularda; ısı, soğuk, elektrik, radyasyon veya kimyasal ajanlara maruz kalarak oluşan akut hasarlanmaya verilen isimdir.

- Yanıklar, kaza sonucu yaralanmaların önde gelen nedenlerindedir.
- Dünyada her yıl yaklaşık 2,5 milyon insan yanıktan etkilenmektedir.
- Yanıkta esas etkilenen organ cilttir.

# Yanıklar

## Genel Bilgiler



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI  
ACIL SAĞLIK HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ



- Yanığın büyüklüğü ve derinliği; sebep olan maddeye, sıcaklığa ve etkilenme süresine bağlı olarak değişiklik gösterir.
- Cilt, insan vücudunda farklı yerlerde farklı kalınlıkta olduğundan dolayı, aynı süre ve şiddetteki ısı, farklı bölgelerde farklı derinliklerde yanıklara neden olabilir.
- Yanıklar oluş şekillerine göre;
  - **Termal yanıklar**
  - **Kimyasal yanıklar**
  - **Elektrik yanıkları**

# Yanıklar

## Termal Yanıklar



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI  
ACIL SAĞLIK HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

En sık görülen yanık tipidir. Genellikle ev kazaları şeklinde karşımıza çıkar.

- Yaralanmanın şiddeti; termal ajanın (sıcak su, alev gibi) sıcaklık derecesi, maruz kalma süresi ve dokunun ısıyı iletme özelliğine bağlı olarak değişir.
- 44°C'nin altındaki sıcaklıklar genellikle yanıklara neden olmadan tolere edilirken, 60°C'nin üzerinde hücre ölümü meydana gelir.

# Yanıklar

## Termal Yanıklar- Yanığın ciddiyetini belirleyen faktörler



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI  
ACIL SAĞLIK HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

- Derinlik
- Yaygınlık
- Bölge
- Enfeksiyon riski
- Yaş
- Solunum yoluyla görülen zarar
- Önceden var olan hastalıklar

# Yanıklar

## Termal Yanıklar- Belirti ve bulgular



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI  
ACIL SAĞLIK HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

Termal yanıklarda belirti ve bulgular yanık derinliğine göre değişir. Bu yüzden yanıklar 4 (dört) derece olarak tarif edilir.



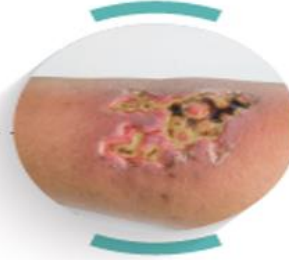
### 1. Derece

- Yanık cildin üst tabakası ile sınırlı olup, kızarıklık ve ağrıyla karakterizedir.
- Yanık bölgesi kırmızıdır ve bül adı verilen içi sıvı dolu kabarcık oluşumu gözlenmez.
- Genellikle birkaç gün içinde ya da bir haftada iyileşir.
- Güneş yanıkları en klasik örneğidir.



### 2. Derece

- Cildin hem üst hem alt tabakası etkilenmiştir.
- Yüzeysel ya da derin olabilir.
- Ciltte içi su dolu kabarcıklar (büller) ortaya çıkar.
- Ağrılıdır.
- Cildin kendini yenilemesi ile kendi kendine iyileşir.



### 3. Derece

- Cildin tüm tabakaları etkilenmiştir.
- Özellikle kaslar, sinirler ve damarlar etkilenir.
- Görünüşü kuru, sert, beyaz ya da kahverengi olabileceği gibi, kömürleşmiş bir görünümde de olabilir.
- Sınırlar zarar gördüğü için ağrı yoktur.



### 4. Derece

- Cildin tüm tabakalarına ilave olarak yanık, cilt altı yağ doku boyunca da uzanır.
- Ayrıca kısmen kas ve kemik dokusu da hasar görmüştür.
- Sert ve kömürleşmiş durumdadır.
- Yer yer derinliği değişen yanık alanları görülür.

# Yanıklar

## Yanığın vücuttaki olumsuz etkileri



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI  
ACIL SAĞLIK HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

### **Yanığın vücuttaki olumsuz etkileri;**

Yanık; derinliği, yaygınlığı ve oluştuğu bölgeye bağlı olarak organ ve sistemlerde işleyiş bozukluğuna yol açabilir. Yanık sonrası vücutta bulunan mikrop ve toksinlere bağlı olarak enfeksiyon, ağrı ve sıvı kaybına bağlı olarak ise şok meydana gelebilir.

# Yanıklar

## Termal Yanıklar- İlk Yardım



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI  
ACIL SAĞLIK HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

Termal yanıklara yapılacak erken ve doğru ilk yardım yanığın oluşturduğu hasar ve yaygınlığı azaltır. Aynı zamanda iyileşme sürecine de olumlu katkı sağlar. **Bunun için;**

- Yanma nedeni ortadan kaldırılır. Ateş varsa söndürülür ve gerekiyorsa elektrik sigortalarının kapatılması gibi olası riskler ortadan kaldırılır.
- Alev almış ve hala yanmakta olan hasta/yaralının koşması engellenir. Yerde yuvarlanması sağlanır ve üzeri battaniye ya da bir örtü ile kapatarak alevin hava ile teması kesilir.

# Yanıklar

## Termal Yanıklar- İlk Yardım



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI  
ACIL SAĞLIK HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

- Eğer gerekli ise hasta/yaralı, taşıma teknikleri kullanılarak müdahalenin yapılabileceği güvenli bir alana taşınır.
- Hasta/yaralının yaşam belirtileri değerlendirilir.
- Solunum yolunun etkilenip etkilenmediği, eğer etkilenmişse solunum sıkıntısı olup olmadığı kontrol edilir.
- Etkilenme varsa hızlı bir şekilde 112 acil numarası aranarak bilgi verilir ve yardım istenir.

# Yanıklar

## Termal Yanıklar- İlk Yardım



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI  
ACIL SAĞLIK HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

- Yanık bölge en az 20 dakika soğuk su altında tutulur. Ancak yanık yüzeyi büyükse ısı kaybı çok olacağından bu işlem yapılmaz.
- **Bunun yerine yanmış bölgelere soğuk su ile ıslatılmış gazlı bez ya da temiz bir bez örterek soğutma işlemi yapılır.** Bu işlem 15-30 dakika olacak şekilde uygulanır. Bu sayede küçük ve orta dereceli yanıklarda soğutma ile yaralanma alanı en aza indirilebilir.



# Yanıklar

## Termal Yanıklar- İlk Yardım



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI  
ACIL SAĞLIK HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

- Soğutma işlemi yapılırken hasta/yaralı ısı kaybını önlemek için battaniye ile örtülür.
- Hasta/yaralının yanmış alandaki giysileri cildi kaldırmadan çıkarılır.
- **Giysi çıkarma işlemi soğutma sonrasına bırakılır** ve mümkünse elbiseleri dikiş yerlerinden kesilerek çıkarılır.
- Hijyen ve temizliğe dikkat edilir.
- Elbiseler çıkarıldıktan sonra mümkünse yanık yerleri tiftiksiz, kuru ve temiz bir malzeme ile (örneğin; plastik streç film gibi) örtülür.

# Yanıklar

## Termal Yanıklar- İlk Yardım



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI  
ACIL SAĞLIK HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

- Şişme (ödem) oluşabileceği düşünülerek yüzük, bilezik ve saat gibi eşyaları çıkarılır.
- Şişmeyi (ödem) engellemek için 24 ila 48 saat süresince yanmış olan kolları ve bacaklar kalp seviyesinden yüksekte tutulur.
- Yanık dışı yaralanmaların yanıkla birlikte olabileceği unutulmamalıdır.
- 112 acil yardım numarası aranarak yardım istenir.

# Yanıklar

## Termal Yanıklar- Dikkat Edilmesi Gerekenler



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI  
ACIL SAĞLIK HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

- İçi su dolu kabarcıklar patlatılmamalıdır.
- Yanık yüzeyine diş macunu, yoğurt, buz, pudra ve merhem gibi maddeler sürülmemelidir.
- Yanık bölgelere bandaj veya gazlı bez uygulaması yapılmamalıdır.

# Yanıklar

## Kimyasal Yanıklar



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI  
ACIL SAĞLIK HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ



# Yanıklar

## Kimyasal Yanıklar



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI  
ACIL SAĞLIK HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

Kimyasal yanıklar, genellikle cildin, gözlerin, kolların, ellerin ve bacakların etkilendiği endüstriyel ürünlerden kaynaklanan bir yanık türüdür.

- Genellikle iş kazaları şeklinde karşımıza çıkarlar.
- Asit, alkali ya da petrol ürünlerinden kaynaklanabilirler.
- Hem asit hem de baz özellikli kimyasal maddeler ciddi doku hasarına neden olabilirler.

# Yanıklar

## Kimyasal Yanıklar



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI  
ACIL SAĞLIK HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

- Kimyasal yanıkların termal yanıklardan en önemli farkı, kimyasal madde tamamen uzaklaştırılıncaya kadar yanmanın derin dokulara ilerleyecek şekilde devam etmesidir.
- Kimyasal yanıklarda yaralanma şiddetinin en önemli belirleyicisi, cilt ile kimyasal maddenin temas süresidir.
- Kimyasal maddenin ciltteki derinliği, akciğer ve gözlerin etkilenip etkilenmemesi de yaralanmanın ciddiyetine etki eden faktörler arasında yer alır.
- Kimyasal yanıklar her zaman ciddi olarak düşünölmeli ve tıbbi yönden de takip edilmelidir.

# Yanıklar

## Kimyasal Yanıklar – Belirti Ve Bulgular



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI  
ACIL SAĞLIK HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

Hasta/yaralı şiddetli batma şeklindeki bir ağrıdan şikâyet edebilir.  
İlave olarak kimyasallarla temas eden vücut kısımlarında;

- Cilt tahriş olabilir veya yanabilir.
- Cilt rengi solmuş olabilir.
- Cilt şişmiş olabilir.
- Ciltte kabarcıklar oluşabilir.
- Cilt soyulabilir.
- Zehirlenme belirtileri olabilir.

# Yanıklar

## Kimyasal Yanıklar – İlk Yardım



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI  
ACIL SAĞLIK HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

Termal yanıklarda olduğu gibi yapılacak erken ve doğru ilk yardım yanığın oluşturduğu hasar ve yaygınlığı azaltır, iyileşme sürecine olumlu katkı sağlar. **Bunun için;**

- Korunmasız olarak kimyasal ile temas edilmediğinden emin olunur. Korunmak için eldiven giyilir. Eldiven yoksa elleri örtmek için plastik bir torba kullanılır.
- 112 acil yardım numarası aranır ve yardım istenir.
- Bol su ile yıkama hemen hemen tüm kimyasal yanıklar için kullanılmakla birlikte, bazı kimyasallarla su bir araya geldiği zaman yanık artabileceğinden yıkama öncesinde kimyasal madde ambalajları üzerindeki uyarılar dikkate alınır.

# Yanıklar

## Kimyasal Yanıklar – İlk Yardım



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI  
ACIL SAĞLIK HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

### Yıkama işlemi için genel öneriler;

- **Yanık nedeni eğer toz bir kimyasal ise;** önce yanık yerindeki bulaşmış olan kuru kimyasallar fırçalanarak temizlenir. Sonra da 10 ila 15 dakika boyunca soğuk ve nazikçe akan su ile cildin yüzeyi tekrar temizlenir.
- **Alkali ile meydana gelen yanıklarda** yıkama süresi daha uzun tutulur.
- **Çimento yanıklarında** çimento bulaşan giysiler ve ayakkabılar çıkarılıp, etkilenen cilt bol su ile iyice yıkanır.

# Yanıklar

## Kimyasal Yanıklar – İlk Yardım



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI  
ACIL SAĞLIK HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

- **Hidroklorik asit (tuz ruhu);** Evlerde ve endüstriyel alanlarda sıkça kullanılan son derece tehlikeli bir maddedir. Etkilenen bölge bol su ile yıkanır. Etkilenen alan 15-20 dakika buzlu su içinde bekletilir.
- **Sülfürik asit;** En sık meydana gelen asit yanıklarındır. Temas sonrası bol su ile yıkanır.
- **Güçlü alkaliler;** dokularda ev temizleme solüsyonları içinde (sodyum hidroksit, potasyum hidroksit) ve endüstriyel ortamlarda bulunmaktadır. Hayatı tehdit eden geniş yüzeyli yanıklara yol açarlar. Bol su ile uzun süreli yıkanır.

# Yanıklar

## Kimyasal Yanıklar – İlk Yardım



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI  
ACIL SAĞLIK HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

- Kimyasal bulaşmış olan giysiler veya takılar çıkarılır.
- Etkilenen alan temiz bir bezle gevşekçe sarılır.
- Hasta/yaralı ilk yıkamadan sonra daha fazla yanma hissederse, yanmış alanı birkaç dakika daha yıkanır.
- **Hasta/yaralıda bilinç kaybı var ancak hala nefes almaya devam ediyorsa;**
  - Hasta/yaralı derlenme pozisyonuna getirilir.
  - Hasta/yaralının yaşamsal bulguları kontrol edilir.
- **Ancak yaralının solunumu durursa;** Temel Yaşam Desteğine başlanır.

# Yanıklar

## Kimyasal Yanıklar – Dikkat Edilmesi Gereken Hususlar



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI  
ACIL SAĞLIK HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

- Kimyasal maddeler açıkta bırakılmamalıdır.
- Mutlaka çocukların ulaşamayacağı yerlerde ya da kilitli dolaplarda saklanmalıdır.
- Kimyasal madde ambalajları üzerindeki uyarılara dikkat edilerek ilk yardım yapılmalıdır.

# Yanıklar

## Elektrik Yanıkları



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI  
ACIL SAĞLIK HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ



# Yanıklar

## Elektrik Yanıkları



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI  
ACIL SAĞLIK HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

Elektrik yanıkları, elektrik akımının neden olduğu yanıklardır.

- Bu yanıklar düşük voltaj akımından (örneğin; ev aletleri), yüksek voltaj akımından (örneğin; transformatörler) veya yıldırım çarpmasından kaynaklanabilir.
- Elektrik yanıkları genellikle kazalar sonrası meydana gelir. Yetişkinlerde elektrik çarpmaları genellikle iş yerlerinde olurken, küçük çocuklarda elektrik kablolarının bulunduğu alanlarda, evde ya da ağaç veya elektrik direklerine tırmanma esnasında gelişir.

# Yanıklar

## Elektrik Yanıkları- Ciddiyeti Belirleyen Faktörler



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI  
ACIL SAĞLIK HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

- Akımın türü
- Akım gücü
- Maruz kalma süresi
- Vücut direnci
- Akımın elektrik alan kuvvetine ek olarak vücutta takip ettiği yola bağlı olarak değişir.

# Yanıklar

## Elektrik Yanıkları



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI  
ACIL SAĞLIK HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

- Elektrik, temas edilen noktadan vücuda girer, vücut boyunca ilerler ve vücudun yere değdiği noktadan veya zeminden çıkar.
- Bu giriş ve çıkış noktalarında sıklıkla yanık yaraları görülebilir.
- Ancak elektrik vücut içinde ilerlemiş olduğu yolda da dışarıdan gözle görülemeyecek şekilde hasarlara, hatta kalbin durmasına dahi neden olabilir.



# Yanıklar

## Elektrik Yanıkları – Belirti Ve Bulgular



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI  
ACIL SAĞLIK HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

- Bilinç kaybı
- Nefes almakta zorlanma
- Nefes alıp vermenin durması
- Düzensiz kalp atım hızı
- Kalp durması (kalp atışının olmaması)
- Yanık yaraları
- Kas spazmı

# Yanıklar

## Elektrik Yanıkları – İlk Yardım



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI  
ACIL SAĞLIK HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

- **Öncelikle güvenlik sağlanmalıdır. Bunun için;**
  - Hasta/yaralı hala elektrik kaynağına bağlı ise, **asla dokunulmamalıdır!**
  - Elektrik kaynağı ana sigortadan kapatılır.
  - **Yüksek voltaj akımlarında;** kablo veya elektrik kaynağı asla yaralıdan uzaklaştırmaya **çalışılmaz**. Çünkü yüksek voltaj akımı (+ 1000 Volt ve üzeri) yaklaşık olarak 18 metreye kadar sıçrayabilir ve ölüme neden olabilir. Bu yüzden hasta/yaralıya yaklaşımadan önce yüksek voltaj akım kaynağının kapatıldığından emin olunur.

# Yanıklar

## Elektrik Yanıkları – İlk Yardım



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI  
ACIL SAĞLIK HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

- **Ev elektriğinde** (220V); elektrik kaynağı kapatılamıyorsa karton, plastik veya tahtadan yapılmış kuru ve iletken olmayan bir nesne kullanılarak kaynak hem ilkyardımcıdan hem de hasta/yaralıdan uzaklaştırılır.
- **Yıldırım düşme** riski var ise; ilkyardımcının ve yaralının güvende olduğundan emin olunur ve tehlike geçene kadar beklenir. Mümkünse evin içinde veya arabada kalınır. Açık alanda bulunuluyorsa kapalı bir mekan bulunur, kapalı alanda beklenir. Eğer, kapalı bir yer bulunamaz ve ayakta duruluyor ise yere yatılır. Ağaç gibi yıldırımın fazlaca düştüğü yerlerden ise uzak durulur.
- 112 acil yardım numarası aranır ve yardım istenir.

# Yanıklar

## Elektrik Yanıkları – İlk Yardım



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI  
ACIL SAĞLIK HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

**Güvenlik önlemleri sonrası ilk yardım uygulamalarına başlanır. Bunun için;**

- Güvenli bir alanda ise hasta/yaralı olay yerinde değerlendirilir. Hareket ettirilmez. Eğer herhangi bir tehlike söz konusu değil ise yerinden oynatılmaz.
- Etkilenen bölgeye 10-15 dakika veya yanıkların acı vermesini durdurana kadar su dökülerek soğutulur ancak çok soğuk su hipotermiye neden olacağından kullanmaktan kaçınılır.

# Yanıklar

## Elektrik Yanıkları – İlk Yardım



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI  
ACIL SAĞLIK HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

- Soğutma işlemi yaparken yaralı battaniye ile örtülür.
- Varsa eldiven giyilir. Eldiven yok ise temiz bir plastik torba da kullanılır.
- Yanık yaraları temiz bir bezle örtülür.
- İçi sıvı dolu kabarcıklar varsa bunlar patlatılmaz.
- Yanmış cilde yapışmamış kıyafetleri veya takıları çıkarılır. Ancak yanık yaralarına takılan kıyafet veya takıları ise çıkarılmaz.

# Yanıklar

## Elektrik Yanıkları – İlk Yardım



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI  
ACIL SAĞLIK HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

- Mümkünse, uzuvda ortaya çıkması muhtemel şişmelerin neden olabileceği zararlara karşı bir önlem olarak hasta/yaralının kemeri, ayakkabıları veya botları çıkarılır.
- Hasta/yaralının üstü kapatılarak ısı kaybı önlenir.
- Hasta/yaralının yanmış olan el bacak veya ayakları mümkünse yüksek konumda tutulur.
- Hasta/yaralı 112 acil yardım ekibi gelinceye kadar yalnız bırakılmaz ve yaşamsal bulguları sağlık ekibi gelinceye kadar kontrol edilir.

# Yanıklar

## Elektrik Yanıkları – İlk Yardım



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI  
ACIL SAĞLIK HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

- **Hasta/yaralıda bilinç kaybı var ancak hala nefes almaya devam ediyorsa;**
  - Hasta/yaralı derlenme pozisyonuna getirilir.
  - Hasta/yaralıyı gözlemlemeye ve solunumunu kontrol etmeye devam edilir.
- **Ancak hasta/yaralının solunumu durursa;** Temel Yaşam Desteğine başlanır.

# Soğuk Acilleri

## Tanımlar



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI  
ACIL SAĞLIK HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

### **Donma nedir;**

Dokuların soğuğa maruz kalarak hasarlanmasıdır.

### **Hipotermi nedir;**

Normalde  $37\pm0,6^{\circ}\text{C}$  ( $36,4-37,6^{\circ}\text{C}$ ) olan vücut sıcaklığının  $35^{\circ}\text{C}$ 'nin altına düştüğünde ortaya çıkan durumdur.

# Soğuk Acilleri

## Donma



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI  
ACIL SAĞLIK HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

Donma tipik olarak sıfır derecenin altındaki herhangi bir sıcakta meydana gelebilir.

- Düşük ortam sıcaklığında, kan dolaşımının yetersiz olması ve/veya hareket etmeyen kişilerde donma riski daha fazladır.

### **Nedenleri;**

- Aşırı soğuk havaya maruz kalma,
- Yetersiz veya ıslak kıyafetler giyme,
- Soğuk rüzgâr olabilir.



# Soğuk Acilleri

## Donma

- Çok sıkı giysiler veya botlar, sıkışık bir konumda kalma, yorgunluk, bazı ilaçlar, sigara içme, alkol kullanımı veya şeker hastalığı gibi kan damarlarını etkileyen hastalıkların neden olduğu zayıf kan dolaşımı da süreci artırabilir.
- Donma vücudumuzun herhangi bir bölümünü etkileyebilir. Ancak en fazla eller, ayaklar, kulaklar, burun ve dudaklar gibi uzuvların etkilenme olasılığı yüksektir.
- Dokudaki donmanın derinliği ve derecesi; sıcaklığa, maruz kalma süresine ve donma hızına bağlıdır.
- Genellikle donma durumlarında olaya hipotermi eşlik eder. Bu durumda ilk yardım hipotermi dikkate alınarak yapılmalıdır.

# Soğuk Acilleri

## Donma – Belirti Ve Bulgular



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI  
ACIL SAĞLIK HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

### ***Başlangıçta;***

- Hasta/yaralı, etkilenen bölgede iğnelenme, zonklama veya ağrıdan şikâyet eder.
- Ciltte soğukluk, solukluk, uyuşma ve beyazlaşma vardır.
- Etkilenen bölgede karıncalanma hissi ortaya çıkabilir.



### ***Donma daha ilerlemişse;***

- Etkilenen bölge sert ve donmuş hissedilebilir.

### ***Kişi soğuktan çıktığında ise;***

- Dokuda çözülme ve yumuşama
- Ciltte kızarıklık, ağrı ve içi su dolu kabarcıklar
- Şişme ve kaşıntı ortaya çıkabilir.



# Soğuk Acilleri

## Donma – Belirti Ve Bulgular



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI  
ACIL SAĞLIK HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

### ***Soğuğa maruz kalma devam ederse ve donma daha da ilerlerse;***

- Cilt beyaz, mavi veya lekeli hale gelir ve altındaki dokuya dokunulduğunda sert ve soğuk hissedilir.
- **Hasta/yaralı soğuktan çıktığında ve cilt çözüldüğünde ise;**
  - İçerisi kan ile dolu kabarcıklar oluşur ve bunlar kalın siyah kabuklara dönüşür. Bu aşamada, muhtemelen bazı dokular artık ölmüştür.



# Soğuk Acilleri

## Donma – İlk Yardım



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI  
ACIL SAĞLIK HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

### Donmalarda İlk Yardım;

- İlk yardımcısı, donmakta olan hasta/yaralıya yardım etmeden önce soğuğa karşı yeterince korunduğundan emin olur.
- Hasta/yaralı daha sıcak ve kapalı bir ortama alınır. Ancak bunu yaparken **hasta/yaralı, hasarı artıracığından dolayı kesinlikle ayak ve ayak parmakları üzerinde yürütülmez.** Bunun yerine hasta/yaralı taşınır.
- Daha fazla ısı kaybını önlemek için ıslak giysiler çıkarılır ve kuru kıyafetler giydirilir.
- Eldiven, yüzük ve çizme gibi aksesuarları varsa çıkarılır.
- Bilinci açıksa sıcak içecekler verilir.

# Soğuk Acilleri

## Donma – İlk Yardım



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI  
ACIL SAĞLIK HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

- Hasta/yaralının göğüs kafesi, koltuk altları ve kasık bölgelerine ılık su paketleri koyulur.
- Isıtma işlemi hasta/yaralının soğukla temasının kesildiğinden emin olduktan sonra yapılır. Donmuş vücut kısımları soğuğa tekrar maruz kalarak tekrar donarsa, geri dönüşü olmayan hasarlar meydana gelir.
- Etkilenen bölge **ovulmaz**. Çünkü bu cilde ve diğer dokulara zarar verebilir.
- Daha fazla yaralanmaya neden olabileceğinden doğrudan **ısı uygulanmaz**. (ateş veya ısıtıcı gibi).

# Soğuk Acilleri

## Donma – İlk Yardım



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI  
ACIL SAĞLIK HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

- Yeniden ısıtma işlemi en az 30 dakika sürdürülür. Etkilenen vücut kısmı kırmızı-mor bir renge sahip olduğunda ve kolayca hareket ettirilebildiğinde ise yeniden ısıtma işlemi durdurulur.
- Hasta/yaralının sigara içmesine kesinlikle izin verilmez. Çünkü bu kan dolaşımını olumsuz etkileyebilir.
- Donmuş alan çözüldükten sonra, el ve ayak parmakları tek tek temiz bandajlar ile çok nazik bir şekilde sarılır.
- Enfeksiyonu önlemek için cildi temiz tutmak çok önemlidir.

# Soğuk Acilleri

## Donma – İlk Yardım



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI  
ACIL SAĞLIK HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

- Hasta/yaralı hareket ettirilmez.
- Dokular çok hassas olacağından, hasta/yaralıdan ısıdan etkilenmiş kısımlar üzerinde yürümemesi istenir.
- Donuk alan ısıtılıp tekrar kanlandıktan sonra şiddetli ağrı meydana gelebilir. Bu durumda hasta/yaralıya ısıtma öncesi, ısıtma esnasında veya ısıtma sonrasında ağrı kesici verilir.
- 112 acil yardım numarasını arayarak ya da aratarak tıbbi yardım istenir.

# Soğuk Acilleri

## Hipotermi



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI  
ACIL SAĞLIK HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

Hipotermi, hayatı tehdit eden bir durum olup hızla tedavi edilmesi gerekir.

- Genellikle ortamın soğuk olmasından kaynaklanır.
- Bunlar; soğuk koşullarda uzun süre açık havada kalmak, yeterince ısıtılmamış bir evde yaşamak veya soğuk suya düşmek gibi nedenlerden ya da nedenlerin birlikteliğinden kaynaklanır.

# Soğuk Acilleri

## Hipotermi –Belirti Ve Bulguları



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI  
ACIL SAĞLIK HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

- Titreme (vücut sıcaklığı düştükçe titreme azalabilir ya da tamamen durabilir)
- Konuşma bozukluğu veya mırıldanma
- Yavaş veya sığ (yüzeysel) solunum
- Zayıf nabız
- Beceriksizlik veya koordinasyon eksikliği
- Uyuşukluk veya enerji eksikliği
- Uykuya meyil veya hafıza kaybı
- Bilinç kaybı veya
- Parlak kırmızı, soğuk cilt (bebeklerde)

# Soğuk Acilleri

## Hipotermi – İlk Yardım



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI  
ACIL SAĞLIK HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

- İlkyardımcı hipotermide olan bir hasta/yaralıya yardım etmeden önce soğuğa karşı yeterince korunduğundan emin olur.
- Mümkünse hasta/yaralıyı daha sıcak ve kapalı bir yere taşıyarak soğukla teması kesilir.
- Eğer bu mümkün değil ise, hasta/yaralının özellikle baş ve boyun bölgesi rüzgârdan korunur. Soğuk zemin ile olan teması kesilir.
- Islak giysileri çıkarılır. Kuru kaban, palto, ceket giydirilir veya battaniye ile üstü örtülür.

# Soğuk Acilleri

## Hipotermi – İlk Yardım



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI  
ACIL SAĞLIK HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

- Daha fazla ısınma gerekiyorsa bu yavaş yavaş yapılır. Örneğin; boyun, göğüs ve kasık bölgeleri başta olmak üzere vücudun orta kısımlarına ılık-kuru kompresler uygulanır.
- Hasta/yaralıya, ilk yardımın genel ilkelerine göre önemli bir istisna oluşturmasına rağmen yudum yudum olacak şekilde yavaşça ılık, tatlı ve alkolsüz içecekler verilir.
- Doğrudan ısı **uygulanmaz**. Bir ısıtma lambası veya sıcak banyo gibi bir yöntem kullanarak hasta/yaralı yavaş yavaş ısıtılır.
- Kollar ve bacaklar gibi uzuvlar ısıtılmaya **çalışılmaz**. Uzuvları ısıtmak veya masaj yapmak kalbe ve akciğerlere ek yük oluşturabilir.

# Soğuk Acilleri

## Hipotermi – İlk Yardım



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI  
ACIL SAĞLIK HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

- Hasta/yaralının sigara içmesine kesinlikle izin verilmez.
- 112 acil yardım numarası aranır ve yardım istenir.
- Hasta/yaralıda bilinç kaybı var ancak hala **nefes almaya devam ediyorsa;**
  - Hasta/yaralı derlenme pozisyonuna getirilir.
  - Hasta/yaralının yaşamsal bulguları sağlık ekibi gelinceye kadar gözlemlenir.
- **Ancak hasta/yaralının solunumu durursa;** Temel Yaşam Desteğine başlanır.

# Sıcak Acilleri

## Tanımlar



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI  
ACIL SAĞLIK HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

### ***Sıcak yorgunluğu nedir;***

Yüksek sıcaklıklara uzun süre maruz kalınmasına ve sıvıların yetersiz veya dengesiz alımına bağlı olarak ortaya çıkabilen, hafif seyirli bir hastalık türüdür.

### **Sıcak çarpması nedir;**

Normalde vücudun ter bezleri yardımı ile dengelenen vücut ısısının terleme ile dengelenememesi veya susuzluk nedeni ile terleyememesi sonucunda vücut sıcaklığının 41,1 °C veya daha yüksek bir sıcaklığa yükselmesi ile karakterize bir hastalık türüdür. Sıcak çarpmasında temel sorun vücudun ısı düzenleme mekanizmasının bozulmuş olmasıdır.

# Sıcak Acilleri

## Sıcak Yorgunluğu-Belirti ve bulgular

Sıcak yorgunluğuna, yaşlı insanlar, yüksek tansiyonu olan kişiler ve sıcak bir ortamda çalışan veya egzersiz yapanlar daha yatkındır.



### Belirti ve bulgular;

- Aşırı terleme
- Solgunluk
- Kas krampları
- Baş ağrısı, baş dönmesi veya yorgunluk
- Uykuya meyil
- Hızlı, zayıf nabız
- Hızlı, yüzeysel nefes alma

# Sıcak Acilleri

## Sıcak yorgunluğu – İlk yardım



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI  
ACIL SAĞLIK HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ



- Hasta/yaralı serin bir yere taşınır.
- Hasta/yaralı sırtüstü yatırılır ve bacakları yukarı kaldırılarak şok pozisyonu verilir ve dinlenmesi sağlanır.
- Hasta/yaralıyı temiz bir bez veya sünger gibi bir malzemeyle silerek ya da serin bir duş alması sağlanarak vücut ısısının düşmesi sağlanır.

# Sıcak Acilleri

## Sıcak Yorgunluğu – İlk Yardım



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI  
ACIL SAĞLIK HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

- Normal şartlarda hasta/yaralıdan ilk yardımın temel bir kuralı olarak herhangi bir şey yememesi ve içmemesi istenirken, sıcak yorgunluğunda istisnai bir durum olarak bol su içmesi istenir.
- 112 acil yardım numarası aranır ve yardım istenir.
- Hasta/yaralının yaşamsal bulguları sağlık ekibi gelinceye kadar kontrol edilir.



# Sıcak Acilleri

## Sıcak Yorgunluğu – İlk Yardım



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI  
ACIL SAĞLIK HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

- Hasta/yaralıda bilinç kaybı var ancak hala **nefes almaya devam ediyorsa;**
  - Hasta/yaralı derlenme pozisyonuna getirilir.
  - Hasta/yaralıyı gözlemlemeye ve solunumunu kontrol etmeye devam edilir.
- **Ancak hasta/yaralının solunumu durursa;** Temel Yaşam Desteğine başlanır.

# Sıcak Acilleri

## Sıcak arpması



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI  
ACIL SAĞLIK HIZMETLERI GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

Sıcak arpması, doğru ve hızlı bir şekilde tedavi edilmezse ölümcül olabilecek gerçek bir acil durumdur.

- Sıcak arpmasına en duyarlı olanlar; **bebekler ve yaşlılardır.**

# Sıcak Acilleri

## Sıcak arpması – Korunma Yöntemleri



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI  
ACIL SAĞLIK HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

- Özellikle şapka, güneş gözlüğü ve şemsiye gibi güneş ışığından koruyacak aksesuarlar kullanılmalıdır.
- Güneşe çıkmadan en az 30 dakika önce en az 30 faktörlü koruyucu bir güneş kremi kullanılmalıdır. Eğer yüzülüyorsa güneş koruyucu krem iki saatte bir yenilenmelidir.
- Mevsim şartlarına uygun, bol, terletmeyen, açık renkli ve hafif giysiler giyilmelidir.
- Bol miktarda sıvı tüketilmelidir.
- Vücut temiz tutulmalıdır.
- Her öğünde yeteri miktarda sindirimi kolay hafif yiyecekler tercih edilmelidir.

# Sıcak Acilleri

## Sıcak Çarpması – Korunma Yöntemleri



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI  
ACIL SAĞLIK HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

- Gereksiz ve bilinçsiz ilaç kullanılmamalıdır.
- Direkt güneş ışığında kalınmamalıdır.
- Kapalı mekânların düzenli aralıklarla havalandırılmasına özen gösterilmelidir.
- Ağır egzersiz yapılmamalı, fırsat buldukça ılık duş alınmalıdır.
- Park halindeki arabaların içerisinde beklenmemelidir.
- Alkol ve kahve tüketilmemelidir.
- Günün sıcak saatlerinde aktiviteler yapılmamalıdır.
- Mümkünse 10.00-16.00 saatleri arasında güneşe çıkılmamalıdır.

# Sıcak Acilleri

## Sıcak Çarpması – Belirti Ve Bulguları



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI  
ACIL SAĞLIK HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

- Sıcak, kızarmış, kırmızı kuru bir cilt
- Baş ağrısı veya baş dönmesi
- Uykuya meyil veya huzursuzluk
- Çarpıntı
- Terlemenin olmaması (egzersize bağlı olanlar hariç)
- Kaslarda hassasiyet ve kramp
- İdrar miktarında azalma
- Görme bozukluğu
- Nöbet
- Koma
- Vücut sıcaklığının 41.1°C ve üzerinde olmasıdır.

# Sıcak Acilleri

## Sıcak Çarpması – İlk Yardım



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI  
ACIL SAĞLIK HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

- Hasta/yaralı serin bir ortama alınır, serin bir yere taşınmasına yardımcı olunur.
- Bilinci ve yaşamsal bulguları kontrol edilir.
- Hasta/yaralı sırtüstü yatırılır ve bacakları yukarı kaldırılarak şok pozisyonu verilir ve dinlenmesi sağlanır.
- Soğutma işlemi uygulanır.
- Kişiyi temiz bir bez veya sünger gibi bir malzemeyle silerek ya da serin bir duş almasını sağlayarak vücut ısısının düşmesi sağlanır.

# Sıcak Acilleri

## Sıcak Çarpması – İlk Yardım



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI  
ACIL SAĞLIK HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

- Bilinç değişikliği olan hastalarda soğutma için acele edilmeli, ateş ölçümü nedeniyle tedavi geciktirilmemelidir. Soğutma işlemi vücut sıcaklığı 38-39 °C olduğunda durdurulmalıdır.
- Normal şartlarda hasta/yaralılardan ilk yardımın temel bir kuralı herhangi bir şey yememesi ve içmemesi istenirken, sıcak çarpmasında istisnai bir durum olarak bol su içmeleri istenir.
- 112 acil yardım numarası aranarak ya da aratılarak yardım istenir.
- Sağlık ekibi gelinceye kadar hasta/yaralının yaşamsal bulguları gözlemlenir.

# Sıcak Acilleri

## Sıcak Çarpması – İlk Yardım



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI  
ACIL SAĞLIK HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

- **Hasta/yaralıda bilinç kaybı var ancak hala nefes almaya devam ediyorsa;**
  - Hasta/yaralı derlenme pozisyonuna getirilir.
  - Hasta/yaralının yaşamsal bulguları gözlemlenir.
- **Ancak hasta/yaralının solunumu durursa;** Temel Yaşam Desteğine başlanır.



**T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI**  
ACİL SAĞLIK HİZMETLERİ GENEL MÜDÜRLÜĞÜ  
EĞİTİM VE PROJELER DAİRE BAŞKANLIĞI