

3

**TEMEL YAŞAM DESTEĞİ  
(SUNİ SOLUNUM VE GÖĞÜS BASISI)**

# **SOLUNUM VE KALP DURMASI NEDİR?**

## **Solunum Durması:**

Solunum hareketinin durması nedeniyle vücudun gerekli olan oksijenden yoksun kalmasıdır. Hemen yapay solunuma başlanmaz ise bir süre sonra kalp durması meydana gelir.

## **Kalp Durması:**

Bilinci kapalı kişide kalp atımının olmaması durumudur. Kalp durmasına en kısa sürede müdahale edilmezse dokuların oksijenlenmesi bozulacağı için beyin hasarı oluşur.



## TEMEL YAŞAM DESTEĞİ

Hayat kurtarmak amacı ile solunumu durmuş kiŐiye suni solunum ile akciğerlerine oksijen gitmesini, gĐĐüs basısı ile kalpten kan pompalanmasını sağlamak için yapılan ilaçsız müdahaledir.

# YETİŞKİNLERDE TEMEL YAŞAM DESTEĞİ

- 1.Kendisinin ve hasta/yaralının güvenliğinden emin olunur,
- 2.Hasta/yaralının omuzlarına dokunup “iyi misiniz?” diye sorularak bilinci kontrol edilir; eğer bilinci yok ise:
- 3.Çevreden yüksek sesle yardım çağrılır;  
**112** aratılır;
- 4.Hasta/yaralı sert bir zemin üzerine sırt üstü yatırılır,
- 5.Hasta/yaralının yanına diz çklr,

# YETİŞKİNLERDE TEMEL YAŞAM DESTEĞİ

- 6.Hasta/yaralının boynunu ve göğsünü saran giysiler açılır,
- 7.Hasta/yaralının ağız içi kontrol edilir; görünen yabancı cisim var ise çıkartılır,
- 8.Hava yolunu açmak için bir el hasta/yaralının alnına, 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; 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.

**11.**Hasta/ yaralının solunumu yok ise,

**12.**Çevrede başka kimse yok ve ilkyardımcı yalnız ise, kendisi 112'yi arar,

**13.**Kalp basısı uygulamak için göğüs kemiğinin alt ve üst ucu tespit edilerek alt yarısına bir elin topuğu yerleştirilir,

**14.**Diğer el bu elin üzerine yerleştirilir,

# YETİŞKİNLERDE TEMEL YAŞAM DESTEĞİ

**15.**Her iki elin parmakları birbirine kenetlenir,

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

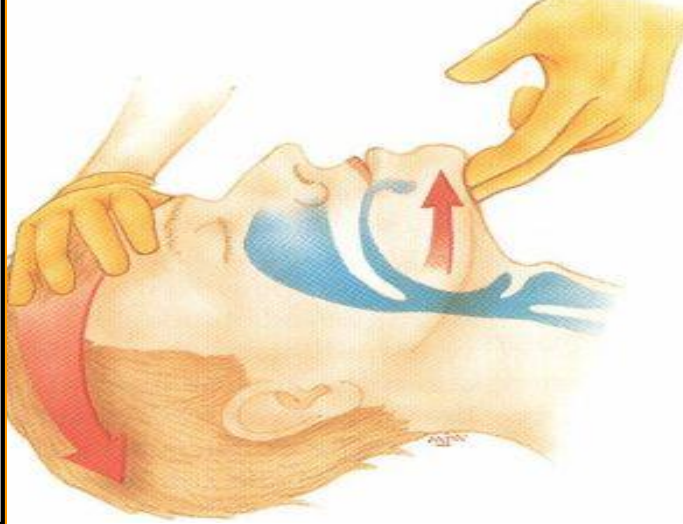
**17.**Göğüs kemiği 5 cm aşağı inecek şekilde ( yandan bakıldığında göğüs yüksekliğinin 1/3'ü kadar) 30 kalp basısı uygulanır, bu işlemin hızı dakikada 100 bası olacak şekilde ayarlanır,

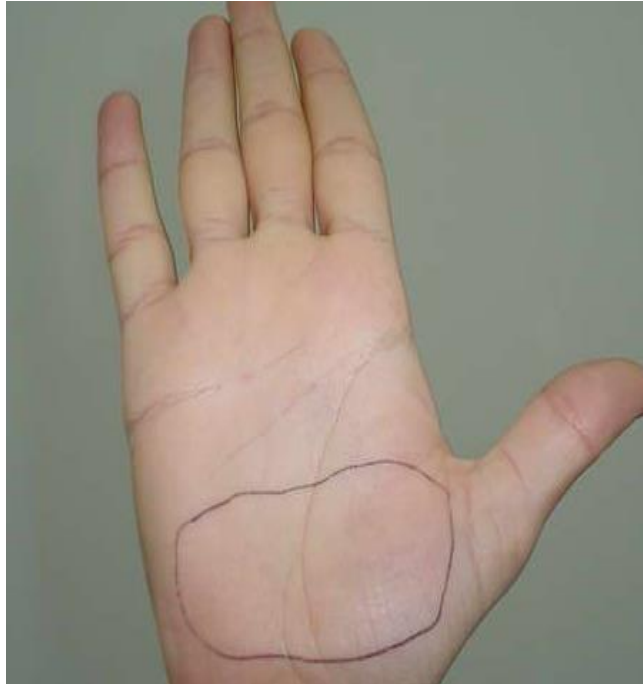
**18.**Baş geri çene yukarı pozisyonu tekrar verilerek hava yolu açıklığı sağlanır,

**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 saniye süren 2 nefes verilir, havanın geriye çıkması için zaman verilir,
- 22.**Hasta/ yaralıya 30 kalp masajından sonra 2 solunum yaptırılır,  
**(30;2)**
- 23.**Temel yaşam desteğine hasta/yaralının yaşamsal refleksleri veya tıbbi yardım gelene kadar kesintisiz devam edilir.



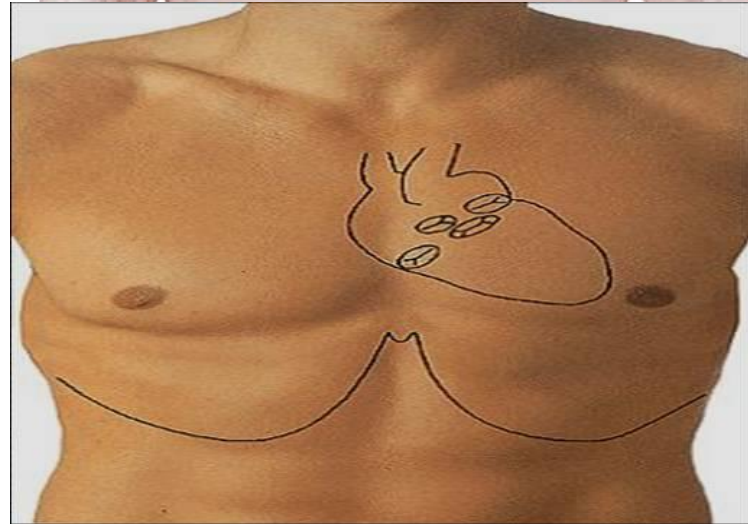
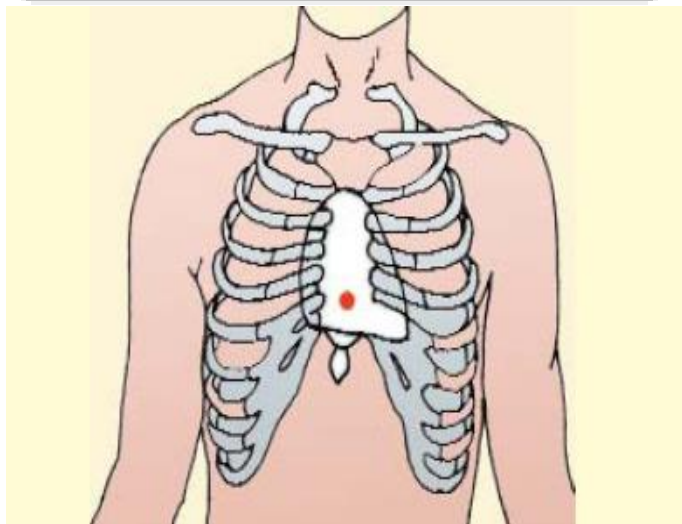
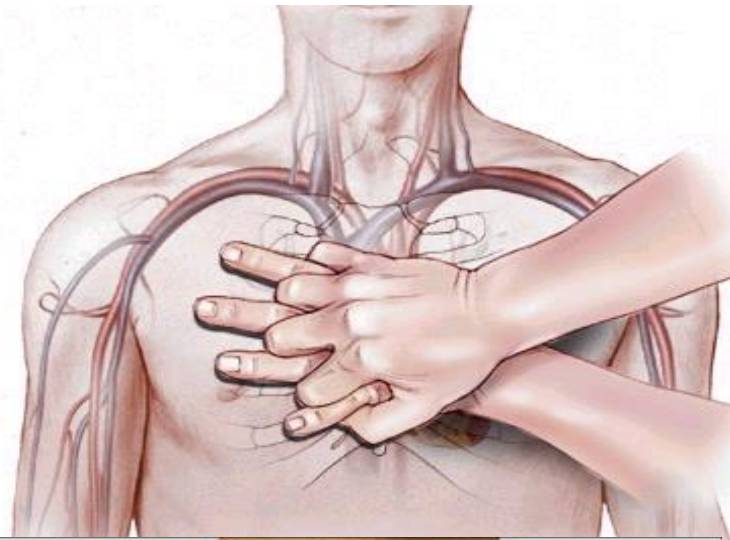
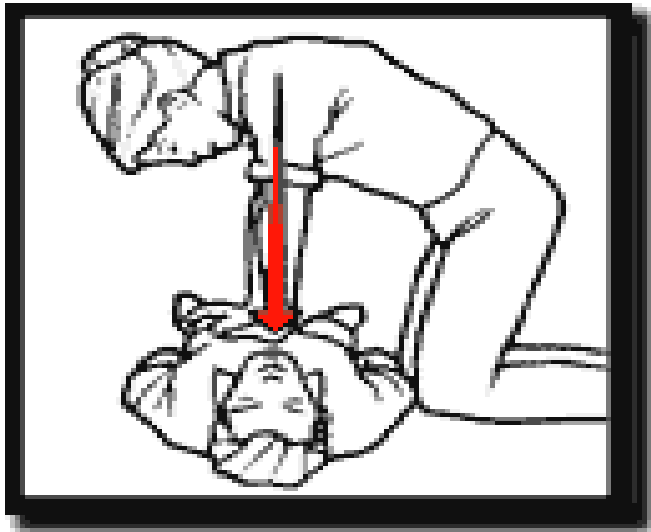


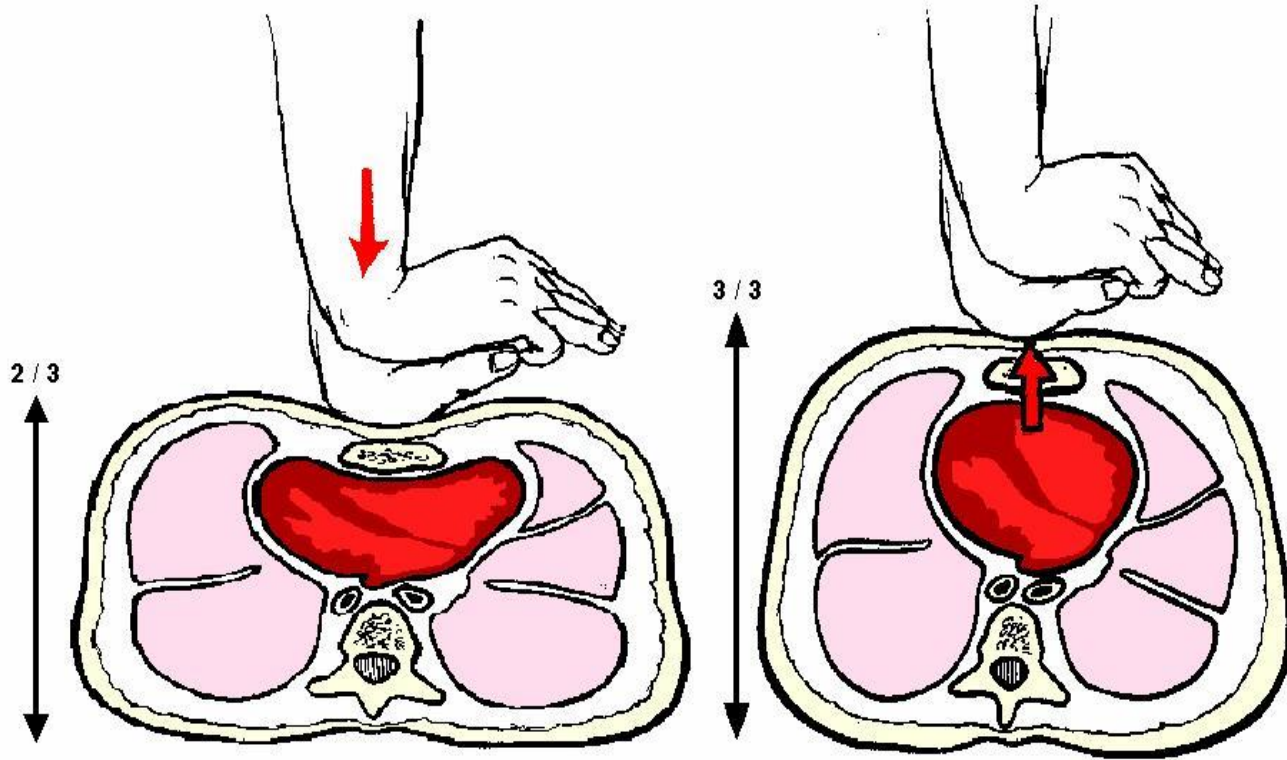
**GÖĞÜS BASISI İÇİN:**

**MÜMKÜN OLDUĞUNCA K/H'nın  
GÖĞSÜNE YAKIN DİZ ÇÖKÜN**

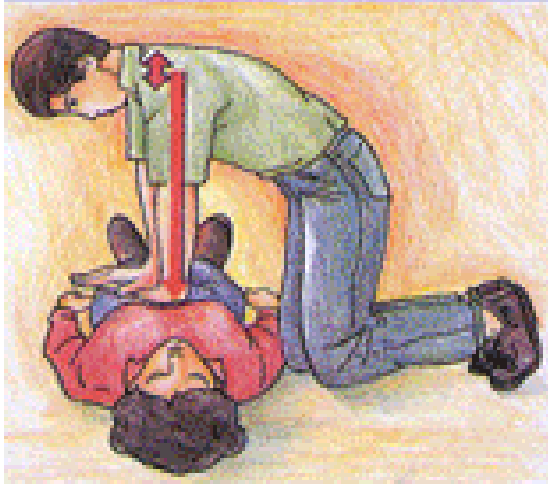


**ELİNİZİN TOPUK KISMINI,  
GÖĞÜS KEMİĞİNİN / STERNUMUN  
ALT YARISINA / İKİ MEME BAŞININ ORTASINA / GÖĞSÜN TAM ORTASINA  
YERLEŞTİRİN**





**GÖĞÜS KEMİĞİ, ÜÇTE BİR (1/3) ORANINDA İÇE ÇÖKTÜRÜLECEK KADAR BASINÇ UYGULANIR**



**30 KALP MASAJI**



**2 SOLUNUM**



**30 KALP MASAJI / 2  
NEFES**

# ÇOCUKLARDA (1-8 yaş) TEMEL YAŞAM DESTEĞİ

- 1.Kendisinin ve çocuğun güvenliğinden emin olunur,
- 2.Çocuğun omuzlarına dokunup “iyi misiniz?” diye sorularak bilinci kontrol edilir; eğer bilinci yok ise:
- 3.Çevreden yüksek sesle yardım çağrılır; 112 aratılır;
- 4.Çocuk sert bir zemin üzerine sırt üstü yatırılır,
- 5.Çocuğun yanına diz çökülür,
- 6.Çocuğun boynunu ve göğsünü saran giysiler açılır,
- 7.Ağız içi gözle kontrol edilir; hava yolu tıkanıklığına neden olan yabancı cisim var ise çıkartılır,

# ÇOCUKLARDA (1-8 yaş) 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,

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.

# ÇOCUKLARDA (1-8 yaş) 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,

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

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

# ÇOCUKLARDA (1-8 yaş) TEMEL YAŞAM DESTEĞİ

- 15.**Elin parmakları göğüs kafesiyle temas ettirilmeden, dirsek bükülmeden, göğüs kemiği üzerine vücuda dik olacak şekilde tutulur,
- 16.**Göğüs kemiği 5 cm aşağı inecek şekilde ( yandan bakıldığında göğüs yüksekliğinin 1/3'ü kadar) 30 kalp basısı uygulanır, bu işlemin hızı dakikada 100 bası olacak şekilde ayarlanır,
- 17.**Çocuğa 30 kalp masajından sonra 2 solunum yaptırılır (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.

## ÇOCUKTA KALP BASISI TEK EL İLE YAPILIR

(KURAL: GÖĞSÜ 1/3 ORANINDA İÇERİ ÇÖKTÜRECEK KADAR)

**BASI YERİ:  
GÖĞSÜN ORTASI  
VEYA  
İKİ MEMEBAŞININ ORTASI**

**2 KERE SOLUTMA  
30 KERE GÖĞSE BASI**





## **BEBEKLERDE (0-12 AY) TEMEL YAŞAM DESTEĞİ**

- 1.Kendisinin ve bebeğin güvenliğinden emin olunur,
- 2.Ayak tabanına hafifĐe vurarak bilinci kontrol edilir; eğer bilinci yok ise,
- 3.Đevreden yüksek sesle yardım ĐaĐrılır; 112 aratılır;
- 4.Bebek sert bir zemin üzerine sırt üstü yatırılır,
- 5.İlkyardımcı temel yaşam desteği uygulayacağı pozisyonu alır (yerde uygulama yapacak ise diz Đker, masa v.b. yerde uygulama yapacak ise ayakta durur),
- 6.Bebeğin boynunu ve göğsünü saran giysiler aÇılır,



## **BEBEKLERDE (0-12 AY) 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 alnına, diğer elin iki parmağı çene kemiğine koyulup baş hafifçe yukarı geri itilerek eğilir, baş geri çene yukarı pozisyonu verilir,

9.Bebeğin solunum yapıp yapmadığı bak-dinle-hisset yöntemiyle 10 saniye süre ile kontrol edilir:

- Gğs kafesinin solunum hareketlerine bakılır,
- Eğilip, kulağını hastanın ağzına yaklaştırarak solunum dinlenirken diğer el gğs üzerine hafifçe yerleştirilerek hissedilir,



## **BEBEKLERDE (0-12 AY) TEMEL YAŞAM DESTEĞİ**

**10.**Solunum yoksa ağız dolusu nefes alınır ve ağız bebeğin ağız ve burnunu içine alacak Şekilde yerleştirilir,

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

**12.**Kalp basısı uygulamak için bebeğin (iki meme başının altındaki hattın ortası ggs merkezini oluŐturur) ggs merkezi belirlenir,

**13.**Bir elin orta ve yüzük parmağı bebeğin ggs merkezine yerleştirilir,



## **BEBEKLERDE (0-12 AY) TEMEL YAŞAM DESTEĞİ**

**14.**Göğüs kemiği 4 cm aşağı inecek şekilde ( yandan bakıldığında göğüs yüksekliğinin 1/3'ü kadar) 30 kalp basısı uygulanır, bu işlemin hızı dakikada 100 bası olacak şekilde ayarlanır,

**15.**Bebeğe 30 kalp masajından 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 veya tıbbi yardım gelene kadar kesintisiz devam edilir.

**2 KERE KURTARICI SOLUK**  
**30 KERE GÖĞSE BASI**





## Hava Yolu Tıkanıklığı Nedir ?

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

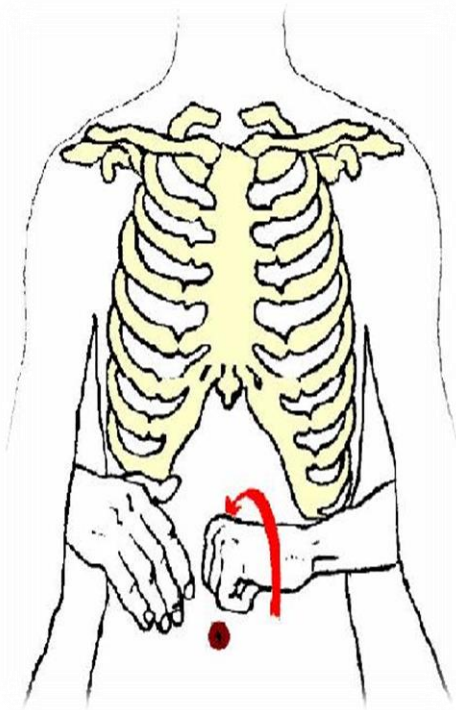
◆ Tıkanma iki şekilde olabilir :

1. **Tam tıkanma**
2. **Kısmi tıkanma**

# Tam tıkanıklık olan kişilerde Heimlich Manevrası (=Karına bası uygulama) nasıl uygulanır?

Bilinci yerinde olan(=bilinci açık) kişilerde Heimlich manevrası:

- ◆ Hasta ayakta ya da oturur pozisyonda olabilir,
- ◆ Arkadan sarılarak gövdesi kavranır,
- ◆ Bir elin baş parmağı midenin üst kısmına, göğüs kemiği altına gelecek şekilde yumruk yaparak konur. Diğer el ile yumruk yapılan el kavranır,
- ◆ Kuvvetle arkaya ve yukarı doğru bastırılır,
- ◆ Bu hareket 5-7 kez yabancı cisim çıkıncaya kadar tekrarlanır,
- ◆ Solunum değerlendirilir,
- ◆ Tıbbi yardım istenir (112).



# Kısmi tıkanıklık olan kişilerde nasıl ilkyardım uygulanır?

- ◆ Eğer kişinin hava yolunda yeterli hava giriş çıkışı mevcutsa, kazazede öksürmeye teşvik edilmeli, yakından izlenmeli ve başka bir girişimde bulunulmamalıdır. Kazazedenin henüz ayakta durabildiği bu dönemde onun arka tarafında yer alınmalıdır.
- ◆ Bu durumda, **kazazede öncelikle bulunduğu pozisyonda bırakılmalıdır**. Kazazedenin solunum ve öksürüğü zayıflarsa ya da kaybolursa ve morarma saptanırsa derhal girişimde bulunulmalıdır.
- ◆ Belirgin bir yabancı cisim, yerinden çıkmış veya gevşemiş takma dişleri varsa bunlar yerinden çıkarılır.
- ◆ Eğer yabancı cisim görülemiyorsa ve hastanın durumu kötüye gidiyorsa yukarıda tam tıkanmada anlatılan uygulamalara başlanır.

## ÇOCUKLARDA

YABANCI CİSMİ ÇIKARMA GİRİŞİMİ  
ERİŞKİNİN AYNIDIR:

1. KÜREK KEMİKLERİNİN ARASINDAN  
5 KERE SIRTA DARBE (ÇIKMAZSA)
2. 5 KERE HEİMLİCH YÖNTEMİ  
(KARINDAN İTME)

