



"Engeli Olan Bireyler İçin İlk Yardım ve İkincil Bakım Rehberi" broşürü, "Do Care (Disability Oriented firstaid and secondary CARE)" projesi (101049882-Do Care - ERASMUS-SPORT-2021-SSCP) kapsamında geliştirilmiştir.

Bu yayın Avrupa Birliği tarafından finanse edilmiştir. İfade edilen görüşler yalnızca yazar(lar)ın görüşleridir ve Avrupa Birliği veya Avrupa Eğitim ve Kültür Yürütme Ajansı'nın (EACEA) görüşlerini yansıtmak zorunda değildir. Ne Avrupa Birliği ne de EACEA rehber içeriğinden sorumlu tutulamaz.



Co-funded by
the European Union



İlk Yardım Uygulama Esasları



Eğitim

Engelli Bireylerde İlk Yardım
ve İkincil Bakımın
İyileştirilmesi

1 Kişisel Güvenliğe Öncelik Verilmesi

- Olay yerini olası tehlikeler veya tehlikeler açısından değerlendirin.
- Yaralı veya hasta kişiye yalnızca güvenli olduğu zaman yaklaşın.
- Unutmayın, kendinizi riske atarsanız başkalarına yardım edemezsiniz.

2 Durumun Değerlendirilmesi

- Yaralı veya hasta kişinin durumunu ve durumunu hızla değerlendirin.
- Durumun ciddiyetini belirleyin.
- Acil müdahale gerektiren yaşamı tehdit eden durumları tanımlayın.
- Sakin olun ve buna göre hareket edin.

Bizi takip edin!



www.docareproject.com



[docare.sport](https://www.instagram.com/docare.sport)



3 Acil Durum Servisleriyle İletişim Kurma



- Derhal profesyonel tıbbi yardım çağırın.
- Gerekirse yakındaki birinden arama yapmasını isteyin..
- Durumun detaylarını, konumunuzu ve acil müdahale ekiplerine yardımcı olabilecek herhangi bir özel bilgiyi net bir şekilde iletin.



4 Uygun Bakım Sağlama

Havayolu
Solunum
Dolaşım

- Açık bir hava yolu sağlamayı, nefes almayı değerlendirmeyi ve nabızı kontrol etmeyi vurgulayan "ABC" (Airway, Breathing, Circulation - Hava yolu, Solunum, Dolaşım) yaklaşımı gibi ilk yardım ilkelerini uygulayın.
- Bireyin durumuna göre kalp masajı, yara bakımı veya alçılama gibi teknikleri uygulayarak kişinin durumuna göre bakım sağlayın.

5 Güvence ve Destek Sunmak



İAcil durumlarda fiziksel bakımın yanı sıra duygusal destek de çok önemlidir.

- Yaralı veya hasta kişiye güvence vererek, rahatını sağlayarak ve onların itibarını koruyarak güvence sağlayın.
- Kaos ortasında sakinlik ve güven kaynağı olun.

6 Düzenli Olarak Öğrenme ve Pratik Yapma



İlk yardım becerileri düzenli pratik ve güncelleme gerektirir.

- En yeni teknikler, kılavuzlar ve protokoller hakkında bilgi sahibi olun.
- İlk yardım eğitim kurslarına katılın, bilginizi tazeleyin ve becerilerinizi geliştirin, böylece herhangi bir durumda etkili bir şekilde yanıt verecek şekilde hazırlıklı olun.