

Bir trafik kazası ile karşı karşıya kaldığımız zaman ne yapacağız?

Trafik kazalarında yaşamını olay yerinde yitiren kişilerin sayısı çok azdır. % 80 gibi yüksek orandaki kayıplar, yaralının bilinçsizce araçtan çıkartılması ve hastaneye taşınması sırasında meydana gelmektedir.

İlkyardım hakkında bilgi sahibi olmasanız bile, uzman ekipler gelmeden yaralıya müdahale edilmesini engellemeyiz, hayat kurtarmada son derece etkili olacaktır.

Dikkat! Burada verilen bilgiler çok temel ve basit işlemlerden ibarettir. Sağlıklı bir ilkyardım müdahalesinde bulunabilmek için bu eğitimi almanızı tavsiye ediyoruz. Unutmayınız! İlkyardım hayat kurtarır.

Dikkat!

Soluk alıp veren ve nabız vuruşları hissedilen bir hastaya baygın olsa bile kesinlikle kalp masajı yapılmaz!

KANAMAYI DURDURUNUZ!

Trafik kazalarında kanamalı bir kazazede ile karşılaşmanız durumunda, kesik ve darbe sonucu oluşan yaralanmalarda yapılacak temel eylem, kanama olan bölgeye bastırarak kanamayı durdurmaktır.

Steril gazlı bezle uygulanacak basınç, genellikle sorunu çözer. Çözemediği durumlarda ise yaralının yardım gelene kadar kan kaybederek şoka girmesini önler. Ardından kanamanın meydana geldiği yer yukarı (göğüs seviyesinin üzerine) kaldırılır. Turnike, tavsiye edilen bir yöntem değildir. Bu yöntem sadece kopan bir uzuv söz konusu olduğunda denenmelidir. Turnike yapmak yerine yaranın üzerine kalın bir pedle (gazlı bez sarılmış pamuk topu) bastırınız ve elastik bir bandajla sarınız. Tamponun arasında kalan boşluk kan dolaşımını sağlayacak ve kangren oluşmasını önleyecektir. Bulduğunuz ortamda elinizin altında tıbbi malzeme yoksa alt uzuvlarda, özellikle bacaklardaki kanamalarda uzun kollu t-shirt, sweat-shirt gibi bir giysiyi ortada toplayıp kollarını birbirine düğümleyerek basit, ama sonuç alabileceğiniz bir tampon malzemesi elde edersiniz.

Eğer kopan bir uzuv söz konusuysa, kopan parçanın bulunarak hastanın bu parça ile birlikte en fazla dört-altı saat içinde bir mikrocerrahi hastaneye ulaştırılması gerekir. Kopan uzvu, serum fizyolojik ile yıkadıktan sonra steril bir torbaya koyun. Bu torbayı içi buz dolu ikinci bir torbanın içine yerleştiriniz. Ancak bu işlemi yaparken araya bir parça gazlı bez koymayı ihmal etmeyiniz.

Dikkat!

- Burada önemli olan kopan parçayı doğrudan buzun içine koymamaktır. Bu, doku tahribatına yol açar. Torbaya rağmen araya gazlı bezin konmasında da amaç aynıdır.
- Gerek kopan uzvu, gerek koptuğu yeri yıkayacağınız serum fizyolojiğin boşalan plastik torbası, ihtiyaç duyacağınız steril torba olarak kullanılabilir.
- Kopan parçayı sterilize etmek için kesinlikle üzerine tentürdiyot veya benzer dezenfektan dökmeyiniz. Uzun koptuğu yer (ayak, parmak, kol vb.) serum fizyolojik ile iyice yıkanır, daha sonra yaranın üzerine gazlı bez konularak enfekte olması önlenir. Daha sonra turnike uygulayarak kanamayı durdurunuz.
- Şunu kesinlikle unutmayınız. Her türlü yırtıkta ve benzer yaralanmalarda ilk yapılacak işlem yaranın temizlenmesidir. Ardından lokal baskı ve bandajla yaranın mikrop kapmasının engellenmesi gelmektedir.

Bunlar, yaygın olarak kanama durdurabilen basit çözümlerdir. İç ve dış kanamalara ve farklı yaralara, farklı şekilde müdahale edilir. Ancak bunların tespiti ve tedavisi bir eğitim sürecini gerektirmektedir.

YARDIM GELENE KADAR

Yardım gelene kadar kazazedeyi bekletmenin en rahat ve güvenli şekli "Recovery Pozisyonu" dur.

Recovery Pozisyonu

Hasta her iki yöne de çevrilebilir. Ancak kalbin daha rahat pozisyon alabilmesi için sol tarafın yukarıya gelmesi tercih sebebidir. Ancak, bulunduğunuz yerin buna uygun olmaması halinde hastayı diğer tarafa çevirebilirsiniz.

- 1) Hastanın sağ tarafına, dizleriniz ona değecek şekilde yerleşerek çökünüz.

- 2) Sizden yana olan sağ kolunu hafifçe hastanın altına doğru itiniz. (Ancak bunu yaparken hastayı kaldırmayınız)
- 3) Hastanın sizden uzak kolunu kıvrınız ve avuç iini sağ kulak altına yerleştiriniz. Böylelikle hem elin istemsiz hareketi nlenecek, hem de boyun desteklenecektir.
- 4) Sol bacağını dizinden bükerek, ayağı sağ dizkapağı seviyesine gelene kadar geri çekiniz. (Eger leğen kemiği kırıkrsa, hastanın iki bacağı birbirine bağlanmalıdır. Eğer bu imkanınız yoksa ayakkabı bağcıklarını da birbirine bağlayabilirsiniz.)
- 5) Hastanın zerine eğiliniz, bir elinizle omzundan, diğer elinizle de kalça gerisinden kavrayarak hareket gücünü gvdenizden alıp onu kendinize doğru yuvarlayarak çeviriniz. (Bu sırada dizlerinizin hastanın vücuduna yapışık olmasına dikkat edin).
- 6) Başını, nazikçe geri iterek rahat nefes almasını sağlayınız.
- 7) Sağ kolunu, altından hafifçe çıkartıp rahatlatınız. (Boynunu kavrayan koluna dokunmayınız)

Hastayı sırtüstü bekletmek tehlikeli olabilir. Bu pozisyonu kazandırdığınız hastanın dili geri kaçamayacak, rahat soluk alabilecek, yemek borusundan gelebilecek artıkların ve kusmukların nefes borusuna kaçması önlenebilecektir. Hasta bu pozisyonda ambulans gelene kadar rahatlıkla bekletilebilir. Ancak bu sırada nefes alıp verişini ve nabzını aralıklarla kontrol etmeyi unutmayınız.

Dikkat!

Omurilik yaralanmasından veya kırıklardan kuşkulanma söz konusu olduğunda, hastayı kesinlikle kıpırdatmamalı ve recovery pozisyona getirmeye alışmamalıyız.

- Bilinci açıksa, bunu en kolay şekilde yaralıdan el ve ayak parmaklarını oynatmasını isteyerek anlayabiliriz.
- Eğer hastanın bilinci kapalıysa, kulağından veya burnundan sümüksü bir madde akıp akmadığı kontrol edilir. Bu madde omurilik sıvısıdır ve omurilik yaralanmasının belirtisidir.

- Parmaklarımızı boynunda nazikçe gezdirerek, olağandışı bir çıkıntı veya girinti hissetmeye çalışınız. Olağandışı bir şişlik veya eziklik, boynun zarar gördüğünün işaretidir. Kuşku duyuyorsak, kendi boynumuzla karşılaştırmalıyız

ARAÇ YANGINLARI

Bir araç yangını ile karşılaşıldığında, yangına müdahale edebilmek için aracınızda bir yangın söndürücü bulundurmalısınız.

Cihazın Seçimi:

Yangın söndürücü seçiminde dikkatli davranmak gerekir. Komple trafik kitleri arasında yer alan sprey tipi yangın söndürücüler hiçbir işe yaramayacaktır. Bu "yasak savma" türü cihazlar yerine, kuru kimyevi tozlu ve 3 kg'lık söndürücüleri tercih edilmelidir. Genelde bulundurulan 1 kg'lık mini max'lar hemen tükeneceği için yetersiz kalacaktır.

Dikkat: Yanıcı/patlayıcı madde taşıyıcı araçlar ile kimyasal madde taşıyanlar araçlarda bu tip maddelerin yangınına söndürmeye uygun bileşim ve ağırlıkta söndürücü bulundurulması şarttır.

Cihazın Kullanımı:

Kara nakil araçlarında yangınlar genellikle motor bölümünde çıkar. Kesinlikle kaputu açmayı denemeyiniz. Çünkü bu hareket, alevlerin bir anda oluşan hava sirkülasyonu nedeniyle büyümesine yol açar. Bunun yerine kimyasal tozu, çamurluk ve tekerlek arasından (motor bölümü ile arasında siperlik yoksa) veya otomobilin altından motora doğru püskürterek kullanınız.

Yangına müdahale etmeden önce araçta bulunan kişi veya kişileri dikkatli bir şekilde çıkartmalısınız. Eğer olaya müdahale eden kişi sayısı fazlaysa, bir kişi yangını söndürmekle ilgilenebilir.

Bir trafik kazası ile karşılaşılması durumlarında yapılacak işlemler belli kurallarla sınırlanmıştır:

a) Yardım çağırınız

Trafik kazası ile karşılaşan bir kişi genellikle hemen 155 veya 156 numaralı telefonları arayarak polise haber verir. Oysa ilk aranması gereken yer 112 Acil Ambulans'tır. Polisin ambulansı harekete geçirmesi zaman kaybına yol açar. 112 Acil Ambulans servisinin operasyon merkezi, ihbarı aldıktan sonra zaten polisi bilgilendirecektir. İhbarı yaparken olayın tam olarak aktarılmasını sağlayın. (Hastanın durumu, bulunduğu yer, tam olarak adres, cinsiyet, yaş, kazanın türü vb.)

b) Ek kazalara meydan vermeyiniz

Bu durumda yapılacak işlemler kazazedenin olduğu kadar sizin yaşamınızı da güvence altına alacaktır.

- Trafik kazasına müdahale ederken aracınızı güvenli bir yerde durdurunuz ve flaşörlerinizi açınız.
- Üzerinizde dikkat çekici renkte (tercihen fosforlu) bir giysi olmasına dikkat ediniz. Böyle bir giysinizin bulunmaması halinde atletinizi çıkartıp giysinizin üzerine giyiniz. Ancak dikkat çekici yelek veya ceket benzeri bir giysiyi bagajınızda bulundurmanız en iyi çözüm olacaktır.
- Trafik uyarı işaretlerini koyunuz veya zaman kazanmak için birisinden bu konuda size yardım etmesini isteyiniz. Yine aynı dikkat çekici giysiye sahip birine, belli bir mesafede trafikteki araçları uyarmasını söyleyiniz.

c) Durumu değerlendiriniz

Bir kazayla karşılaştığınızda yapılacak ilk hareket durumu değerlendirmek, kazazedeye boyunluk takmak ve yangın söz konusu değilse onu hareket ettirmemektir.

Konuşunuz

Yaralıyla sözlü temas kurmaya çalışınız. "Adın ne, olay nasıl oldu?" gibi sorularla hem şuurunun açık kalmasını sağlayabilir, hem ona moral verebilir, hem de ambulans gelene kadar bazı gerekli bilgileri edinebilirsiniz. Ancak bunları yaparken muhtemel bir felci önlemek için boyunluğu takmış olmalı ve yaralının alnını tutarak başını hareket ettirmesine engel olmalısınız. Eğer sorularınıza mantıklı cevaplar verebiliyorsa, bilinci açık demektir. Vücudundaki hasarı en iyi ondan öğrenebileceğinizden acil yardım ekibinin işini kolaylaştırmış olursunuz. Sorularınıza mantıksız cevaplar veriyor, konuşması kayıyorsa bu muhtemel bir beyin kanamasına işaret eder.

İzleyiniz

Sözlü uyarılara cevap vermeyen yaralının vücut fonksiyonları gözlemleyiniz. Nefes alıp veriyor mu? Göğüs kafesi kalıp iniyor mu? Bunu, hastanın giysilerinin üst bölümünü kesip çıkartmayla anlayabilirsiniz. Yaralının gözbebeklerine eğer varsa ışık tutunuz, yoksa, gözkapaklarını elinizle bir süre örtüp tekrar açarak gözbebeğinin hareketlerini izleyiniz. Eğer gözbebekleri ışığa tepki gösteriyor ve küçülüyorsa beyinde problem yok demektir. Ancak kazazede olaydan önce morfin veya aşırı alkol gibi uyuşturucu etkisi altındaysa veya gözüne atropin gibi bir ilaç damlatmışsa, tepkiler yanıltıcı olacaktır. Unutmayın; kazazedede kalp atışları, dolayısıyla solunum durmuşsa, en belirgin görünüm tende ve dudaklarda morarmadır. İnsan teni normalde pembe beyazdır. Ancak hasta fazlasıyla esmer tenli, hatta zenci olabilir. O zaman dudak içlerine bakmanız gerekir. İrk, renk, cinsiyet farkı ne olursa olsun dudak içi (mukoza) aynı renktir. Morarma olup olmadığını buradan gözlemleyebilirsiniz.

Dokununuz

- **Nabız**

Yaralının nabzına bakarken bilek yerine boyun atardamarını tercih ediniz. Zira kalp faaliyeti yavaşlamış ve kan basıncı düşmüşse, kolda nabız atışını hissetmeniz çok zordur. Özellikle hasta şoka girmişse, bilekten hiç nabız alamazsınız ve hastanın öldüğünü zannedebilirsiniz. Boyundan nabız almayı öğrenmek için önce kendinizi dinleyerek pratik yapın.

- **Kulak memeleri**

İnsan bedeninde sinir uçlarının toplandığı bölgeler meme uçlarıdır. Parmak uçlarınızla yaralının kulak memesini sıkarak acıya karşı tepkisini anlamaya çalışınız.

- **Parmak uçları**

Yaralının tırnağının üzerine iki parmağınızla basınç uygulayınız. Basıncı kaldırdığınız takdirde beyazlık kızarmaya başlarsa kan dolaşımı, dolayısıyla kalp atışı var demektir. Beyazlığın kalıcı olması, kalbin durduğu anlamına gelebilir.

d) Solunumun devamını sağlayınız

Solunum yollarının devamlılığını sağlamak için öncelikle ağız ve burunda yabancı bir cismin olup olmadığını kontrol ediniz.

Boyunluk yoksa, bunları yaparken hastanın ensesini desteklemelisiniz. Ayakkabılarını, bir tişörtü, içi havayla şişirilmiş bir torbayı hastanın ense boşluğunu desteklemek için kullanabilirsiniz.

Tüm gözlemlerde hayat belirtisi almadıysanız, yani sözlü uyarı cevapsız kaldıysa, nabız ve kalp atışı yoksa, soluk alıp vermiyorsa, gözbebekleri hareketsizse veya belli belirsiz bir kıpırtı varsa, kazazedenin vücudu sıcak, ancak ağrı uyarılarına tepki gelmiyorsa, nefes kokusu yoksa, göğüs kafesi kıpırdamıyorsa, dudak içlerinde morarma başladıysa hasta tıbben ölmüştür. Hiç vakit geçirmeden suni solunum ve kalp masajına başlamak gerekir.

ÇOK ÖNEMLİ:

Eğer kalp masajı ve suni solunum konusunda gerekli ilkyardım eğitimine ve becerisine sahip değilseniz, göreviniz sona ermektedir. Ancak o ana kadar edindiğiniz bulgular, ambulanstaki sağlık görevlilerine zaman kazandıracak ve yaralının yaşıama şansını yükseltecektir.