



**MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI**  
**İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ**  
**DAİRE BAŞKANLIĞI**

2020



# MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

## BİLİNÇ BOZUKLUKLARI



# MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

## BİLİNÇ BOZUKLUĞU /KAYBI

Beynin normal fonksiyonlarındaki bir aksama sonucu, **uyku halinden başlayarak, hiçbir uyarıya cevap vermeme** haline giden **bilincin kısmen ya da tamamen** kapanmasıdır.



# MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

## BAYILMA/SENKOP

**Bayılma (Senkop):** Beyne giden kan akışının azalması sonucu oluşan kısa süreli, yüzeysel ve geçici bilinç kaybıdır.

### **Bayılma nedenleri;**

- Korku, aşırı heyecan,
- Sıcak, yorgunluk,
- Kapalı ortam, kirli hava,
- Aniden ayağa kalkma,
- Kan şekerinin düşmesi,
- Şiddetli enfeksiyonlar.



# MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

## BAYILMA BELİRTİLERİ

- Baş dönmesi, baygınlık, yere düşme,
- Bacaklarda uyuşma,
- Bilinçte bulanıklık,
- Yüzde solgunluk,
- Üşüme, terleme,
- Hızlı ve zayıf nabız.



# MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

## BAYILMALARDA İLK YARDIM

### Kişi başının döneceğini hissederse;

- Sırt üstü yatırılır, ayakları 30 cm kaldırılır (**Şok pozisyonu**).
- Sıkan giysiler gevşetilir.
- Kendini iyi hissedinceye kadar dinlenmesi sağlanır.





# MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

## KOMA

**Koma;** yutkunma, öksürük gibi reflekslerin ve dıştan gelen uyarılara karşı tepkinin azalması ya da yok olması ile ortaya çıkan **uzun süreli bilinç kaybıdır.**

### **Koma nedenleri**

- Düşme ya da şiddetli darbe, kafa travmaları,
- Zehirlenmeler,
- Şeker hastalığı,
- Aşırı alkol, uyuşturucu kullanımı,
- Havale vb. ateşli hastalıklar,
- Karaciğer hastalıkları.



# MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

## KOMA BELİRTİLERİ

- Yutkunma, öksürük vb. tepkilerin olmaması,
- Sesli ve ağrılı uyarılara cevap vermeme hali,
- İdrar ve dışkı kontrolünün kaybolması.





# MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

## KOMADA İLK YARDIM

- Hasta /yaralının **bilinci** kontrol edilir.
- Sıkan giysiler **gevşetilir**.
- Ağız içinde **yabancı cisim** olup olmadığı kontrol edilir.
- Bak-dinle –hisset ile **solunum** kontrol edilir.
- Şah damarından **nabız** kontrol edilir.



# MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

## KURTARMA/DERLENME/İYİLEŞME POZİSYONU VERİLMESİ

- Hasta /yaralının döndürüleceği tarafa diz çökülür.
- Hasta /yaralının karşı taraftaki kolu/eli ilk yardımcıya yakın olan omzunun üzerine konulur.





# MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

## KURTARMA/DERLENME/İYİLEŞME POZİSYONU VERİLMESİ

- Karşı taraftaki bacağı dik açı yapacak şekilde kıvrılır.
- İlk yardımcıya yakın kolu baş hizasında omuzdan yukarı doğru uzatılır.





# MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

## KURTARMA/DERLENME/İYİLEŞME POZİSYONU VERİLMESİ

- Karşı taraf omuz ve kalçasından tutularak hasta/yaralı bir hamlede çevrilir.
- Üstteki bacak kalça ve dizden bükülerek öne doğru destek yapılır.





# MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

## KURTARMA/DERLENME/İYİLEŞME POZİSYONU VERİLMESİ

- Alttaki bacak hafif dizden bükülerek arkaya destek yapılır.
- Hasta/ yaralının başı kolun üzerine yan pozisyonda hafif öne eğik konur.
- Hasta/yaralı tıbbi yardım (112) gelinceye kadar bu pozisyonda tutulur.
- Hasta/yaralının **solunum ve nabızı 3-5 dk. ara ile kontrol edilir.**





# MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

## HAVALE

**Havale;** vücudun kas yapısında kontrol edilemeyen kasılmalardır. Sinir sisteminin merkezindeki bir tahriş yüzünden beyinde meydana gelen elektriksel boşalmalar sonucu oluşur.

### **Havale nedenleri:**

- Kafa travmasına bağlı beyinde yaralanmalar,
- Beyin enfeksiyonları,
- Yüksek ateş,
- Bazı hastalıklar (sara vb.)



# MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

## HAVALE ÇEŞİTLERİ

### Nedenlerine göre havale çeşitleri;

- Ateş nedeniyle oluşan havale,
- Sara (Epilepsi) krizi.



# MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

## YÜKSEK ATEŞ DURUMUNDA İLK YARDIM

Herhangi bir ateşli hastalık sonucu vücut sıcaklığının **38° C**'nin üzerine çıkmasıyla oluşur. Genellikle **6 ay- 6 yaş** arasındaki çocuklarda rastlanır.

### İlk yardım

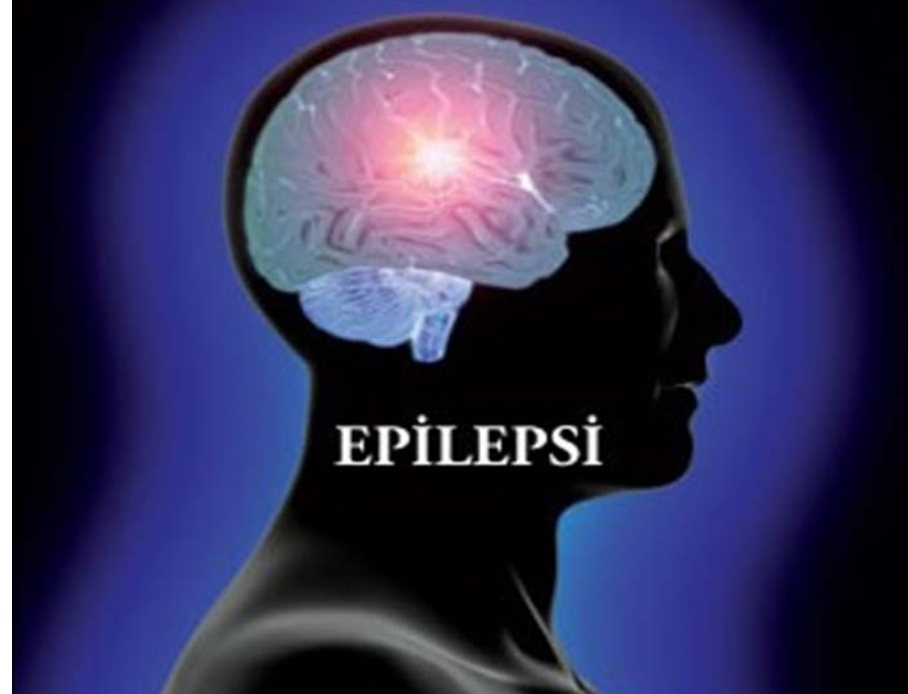
- Öncelikle hasta ıslak havlu ya da çarşafa sarılır.
- Ateş bu yöntemle düşmüyorsa oda sıcaklığında suyla dolu küvete sokulur.
- Tıbbi yardım için 112 aranır.





# MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

## SARA (EPİLEPSİ) KRİZİ





# MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

## SARA KRİZİ BELİRTİLERİ

- Hastada sonradan oluşan ve ön haberci denilen normalde olmayan kokuları alma, kas kasılmaları gibi ön belirtiler oluşur.
- Bazen hasta bağırır, şiddetli ve ani bir şekilde bilincini kaybederek yığılır.
- Yoğun ve genel kas kasılmaları görülebilir.



# MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

## SARA KRİZİ BELİRTİLERİ

- 10-20 saniye kadar nefesi kesilebilir.
- Dokularda ve yüzde morarma gözlenir.
- Ardından kısa ve genel kas kasılması, sesli nefes alma, aşırı tükürük salgılanması ve altına kaçırma görülebilir.
- Hasta dilini ısırabilir, başını yere çarpıp yaralayabilir. Aşırı kontrolsüz hareketler gözlenir.



# MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

## SARA KRİZİ BELİRTİLERİ

- Son aşamada hasta uyanır, şaşkındır, nerede olduğundan habersiz, uykulu hali vardır.
- Bir noktaya doğru dalgın bakış ve hayal alemine dalmış gibi görünür.
- İstemsiz mimik ve hareketler, dudak ısırma vb. görülebilir.
- Anlamsız konuşma ve tekrarlayan hareketler vardır.
- Bellek kaybı olabilir.



# MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

## SARA KRİZİNDE İLK YARDIM

- Öncelikle olay yeri güvenlik önlemleri alınır.
- **Kriz kendi sürecini tamamlamaya bırakılır.**
- Hasta bağlanmaya çalışılmaz.
- **Kilitlenmiş çene açılmaya çalışılmaz.**
- Genel olarak yabancı herhangi bir madde kullanılmaz, koklatılmaz ya da ağızdan herhangi bir yiyecek içecek verilmez.



# MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

## SARA KRİZİNDE İLK YARDIM

- Hastanın kendisini yaralamamasına dikkat edilir.
- **Başını çarpmasını önlemek için altına yumuşak bir malzeme konulur.**
- Yaralanmaya neden olabilecek eşyalar etraftan kaldırılır.
- Sıkan giysiler gevşetilir.
- Kusmaya karşı tedbirli olunur.
- Düşme sonucu yaralanma varsa gerekli işlemler yapılır.
- Tıbbi yardım istenir (112).



# MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

## SARA KRİZİNDE İLK YARDIM





# MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

## KAN ŞEKERİ DÜŞÜKLÜĞÜ







# MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

## KAN ŞEKERİ DÜŞÜKLÜĞÜ

Kan şekeri düşüklüğü; herhangi bir nedene bağlı olarak vücutta **kan şekeri (glikoz)** eksilmesiyle ortaya çıkan durumdur.

### Nedenleri

- Şeker hastalığı,
- Uzun süreli egzersizler,
- Uzun süre aç kalma,
- Bağırsak ameliyatı geçirenlerde yemek sonrası.



# MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

## KAN ŞEKERİ DÜŞÜKLÜĞÜ BELİRTİLERİ

### **Kan şekerinin aniden düşmesi durumunda;**

- Korku
- Terleme
- Hızlı nabız
- Titreme
- Yorgunluk
- Bulantı
- Aniden acıkma

### **Uzun sürede düşmesi durumunda;**

- Baş ağrısı
- Konuşma güçlüğü
- Görme bozukluğu
- Uyuşukluk
- Kafa karışıklığı
- Sarsıntı, şuur kaybı



# MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

## KAN ŞEKERİ DÜŞÜKLÜĞÜNDE İLK YARDIM

- Hasta/ yaralının **ABC**'si değerlendirilir.
- **Kişinin bilinci yerinde ve kusmuyorsa;** ağızdan şeker ve/veya şekerli içecekler verilir.
- **Belirtiler 15-20 dakika içerisinde geçmez ise sağlık kuruluşuna gitmesi için tıbbi yardım çağrılır(112).**
- **Kişinin bilinci kapalı ise; koma pozisyonu** verilerek tıbbi yardım için 112 aranır.



# MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

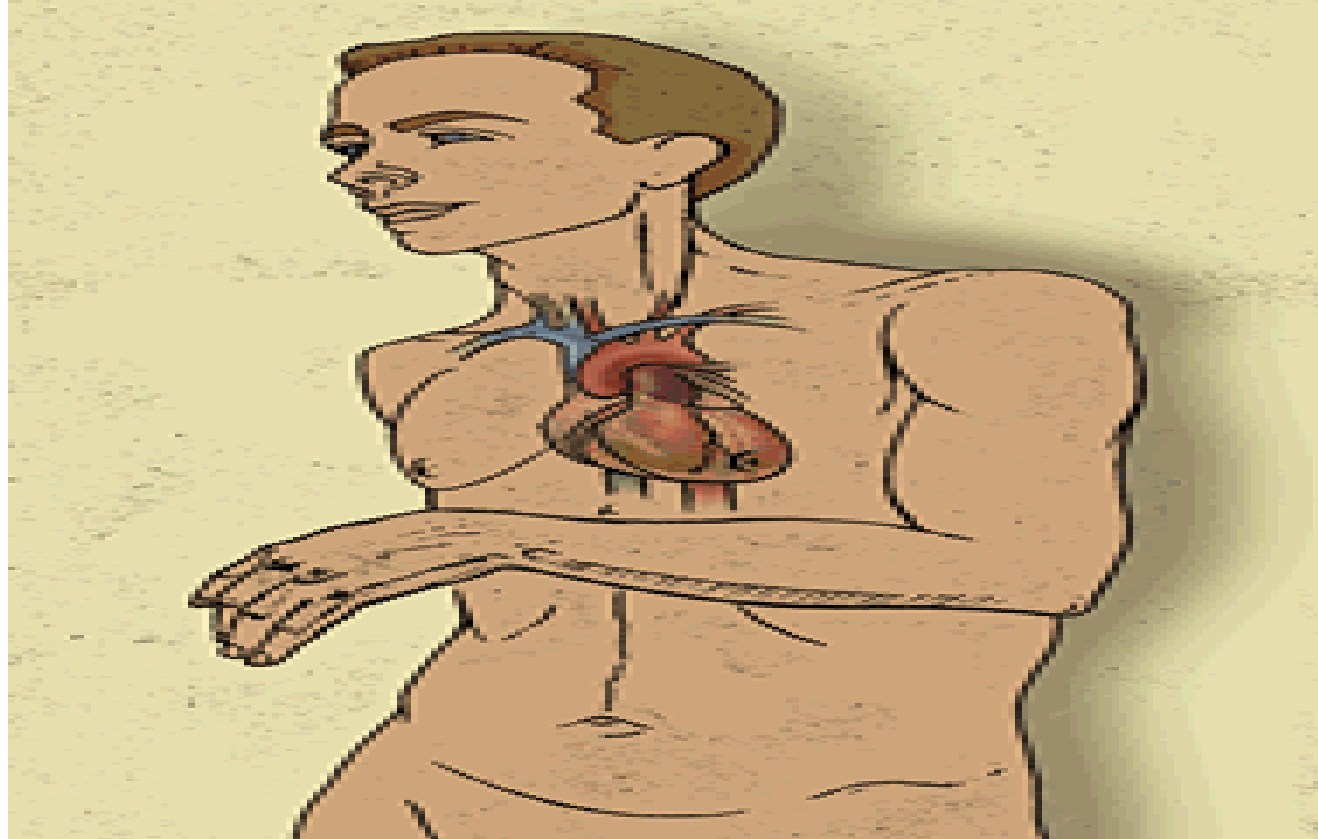
## KAN ŞEKERİ DÜŞÜKLÜĞÜNDE İLK YARDIM





# MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

## GÖĞÜSTE KUVVETLİ AĞRI





## MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

### GÖĞÜSTE KUVVETLİ AĞRI NEDENLERİ

Göğüste kuvvetli ağrı nedenleri arasında en sık **kalp spazmı** (Angina pectoris) ve **kalp krizi** (miyokart enfarktüsü) görülür.

Her iki durum da kalp kasının belli bir yerine gönderilen kanın azalması sonucu oluşur.



# MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

## KALP SPAZMI (ANGİNA PEKTORİS) BELİRTİLERİ

- Sıkıntı veya nefes darlığı olur.
- Ağrı hissi; genellikle göğüs ortasında başlar, kollara, boyuna, sırta ve çeneye doğru yayılır.

Sıklıkla fiziksel hareket, fiziksel zorlanma, heyecan, üzüntü ya da fazla yemek yeme sonucu ortaya çıkar.



# MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

## KALP SPAZMI (ANGİNA PEKTORİS) BELİRTİLERİ

- Ağrı kısa sürelidir. Yaklaşık 5-10 dakika sürer.
- Ağrı, istirahat ile durur. İstirahat halindeyken görülmesi ciddi bir durumu gösterir.
- **Nefes alıp vermekle ağrının şekli ve şiddeti değişmez.**







## MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

### KALP KRİZİ (MYOKART ENFARKTÜSÜ) BELİRTİLERİ

- Hasta ciddi bir ölüm korkusu ve yoğun sıkıntı hisseder.
- Terleme, mide bulantısı, kusma gibi bulgular görülür.
- Ağrı; göğüs ya da mide boşluğunun herhangi bir yerinde, sıklıkla kravat bölgesinde görülür. Omuzlara, boyuna, çeneye ve sol kola yayılır.



## MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

### KALP KRİZİ (MYOKART ENFARKTÜSÜ) BELİRTİLERİ

- Ağrı; süre ve yoğunluk olarak kalp spazmı (angina pectoris) ağrısına benzemekle birlikte daha **şiddetli ve uzun sürelidir**.
- En çok hazımsızlık, gaz sancısı veya kas ağrısı şeklinde belirti verir(Bu tür gaz ya da kas ağrıları, aksi ispat edilinceye kadar kalp krizi olarak düşünölmelidir.).
- **Nefes alıp vermekle ağrının şekli ve şiddeti değişmez.**



# MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

## GÖĞÜSTE KUVVETLİ AĞRIDA İLK YARDIM

- Hasta /yaralının yaşam bulguları kontrol edilir.
- Hastanın bilinci açık ve solunumu varsa **yarı oturur pozisyonda** dinlenmesi sağlanır.
- Hasta sakinleştirilir.
- Kullandığı ilaçları varsa almasına yardımcı olunur.
- Tıbbi yardım için 112 aranır.



# MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

## YARI OTURUR POZİSYON





# MERKEZ İŞYERİ SAĞLIK VE GÜVENLİK BİRİMİ

