

## Acil durumlar için mutlaka bilinmesi gereken 7 ilk yardım kuralı

Araştırmalar, trafik, iş ve ev kazaları ile deprem, sel gibi doğal afetler sonucunda yaşanan kalıcı yaralanmaların ve ölümlerin büyük çoğunluğunun, paniğin hakim olduğu ilk dakikalarda ve yanlış müdahaleler sonrasında gerçekleştiğini ortaya koyuyor. Oysaki, temel ilk yardım bilgilerine sahip olmak yaşanabilecek olası kalıcı yaralanmaların ve ölümlerin önüne geçiyor. 150 yılı aşkın köklü geçmişiyle müşterilerine hizmet veren **Generali Sigorta**, herkesin mutlaka bilmesi gereken ilk yardım kurallarını paylaştı.

Generali Türkiye  
**Zeren Kurt Turan**  
+90 535 702 44 21  
[zeren.turan@generali.com.tr](mailto:zeren.turan@generali.com.tr)

Ajans Dijital Kalem  
**Özkan Özbey**  
+90 507 589 19 96  
[ozbey@ajansdijitalkalem.com](mailto:ozbey@ajansdijitalkalem.com)

Generali Sigorta'nın paylaştığı hayat kurtaran 7 ilk yardım kuralı şu şekilde:

### Öncelik ortam güvenliği

Acil yardım gereken bir duruma müdahale eden kişiler, ortam güvenliğinin sağlanmaması nedeniyle kazazede olma riski ile karşı karşıyadır. Örneğin trafik kazası yaşanan bir ortamda güvenliğin sağlanamaması hem kazaya müdahale edenler hem de diğer araçların güvenliği için tehdit oluşturabilir. Bu riskin önüne geçmek için müdahalenin yapıldığı ortamın güvenliği mutlaka sağlanmalıdır.

### Bayılma durumunda

Kısa süreli bilinç kaybının sebebi kan basıncındaki düşüş, havasızlık, aşırı duygusal dalgalanmalar veya açlık olabilir. Bu gibi bir durumda öncelikle nabız ve solunum kontrol edilmeli, düzenli ise bayılan kişi sırt üstü yatırılıp ayakları yükseltilmeli ve hareketsiz bir şekilde yatması sağlanmalıdır. Sonrasında ise baygın kişi kalabalık ve kapalı bir yerde duruyorsa mutlaka sakin ve açık bir alana alınmalıdır.

### Kırık ve çıkık durumlarında

Kırık ve çıkık durumlarında en önemli nokta o bölgeyi hareket ettirmemektir. Bu önemli detayın ardından kişi hareket ettirilmeden yaralı bölgeye destek bağlanmalıdır. Kemik ucunun dışarıda olduğu



açık bir kırık söz konusu ise, steril bir bez yardımıyla yaranın üstü kapatılıp, mümkün olan en az hareketle sağlık kuruluşuna intikal edilmelidir.

### **Zehirlenme şüphesi durumunda**

Zehirlenme durumunda kişi kusturulmamalı, ağızdan herhangi bir sıvı verilmemeli, ağız ve ağız çevresi yıkanarak temizlemelidir. Bu müdahale ile zehirlenen kişi en yakın sağlık kurumuna ulaştırılmalıdır.

### **Kesik durumunda**

Kesiklerde ilk yapılması gereken, yarayı temiz suyla yıkadıktan sonra kanayan bölgenin üstüne temiz bir bezle bastırmak ve kanamayı durduraktır. Aynı zamanda hasta vakit kaybedilmeden ambulans çağrılmalı ve kişi en yakın sağlık kuruluşuna götürülmelidir.

### **Yanık durumunda**

Yanan bölgede su kabarcıkları oluşmamış ve deri hafif kızarıklık şeklinde ise 10 dakika soğuk suyun altında tutulmalıdır. Yanığın üzeri temiz bir bezle kapatılmalı ve yanan kişi sakinleştirilmelidir. Yanan kişinin elbiselerinin çıkarılması gerekiyorsa, elbiseler yanık etrafından keserek çıkarılmalı, hasta ambulans çağırıp hemen bir sağlık kuruluşuna ulaştırılmalıdır.

### **Boğulma durumunda**

Boğulmalar ağırlık olarak dumana maruz kalmaktan ya da sudan kaynaklanan tehlikeli durumlardır. Bu durumları yaşayan kişinin ilk olarak nabzı, kalp atışları ve solunumu kontrol edilmeli ve ambulans çağrılmalıdır. Durumun ağır olması halinde eğitilmiş kişilerce solunum ve kalp masajı uygulanmalıdır.

### **Generali Hakkında:**

En büyük global sigorta ve varlık yönetimi sağlayıcılarından biri olan Generali, 1831'de kuruldu. Grup, 2021'de 75,8 milyar Euro'nun üzerinde toplam prim geliri ile dünyanın 50 ülkesinde faaliyet gösteriyor. 67 milyon müşteriye hizmet veren ve yaklaşık 75.000 çalışanı bulunan Grup, Avrupa'da lider konumda yer alırken, Asya ve Latin Amerika'da yükselen bir varlığa sahip. Generali'nin amacı, benzersiz dağıtım ağı sayesinde yenilikçi ve kişiselleştirilmiş çözümler sunarak müşterilerinin yaşam boyu ortağı olmak. Generali Sigorta A.Ş. ise 150 yılı aşkın süredir Türkiye'de faaliyet gösteriyor.