

T.C.  
MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI  
Hayat Boyu Öğrenme Genel Müdürlüğü

**SAĞLIK ALANI**  
**İLK YARDIM**  
**KURS PROGRAMI**

Ankara, 2016

## İÇİNDEKİLER

PROGRAMIN ADI .....	1
PROGRAMIN DAYANAĞI .....	1
PROGRAMA GİRİŞ KOŞULLARI .....	1
EĞİTİMCİLERİN NİTELİĞİ .....	1
PROGRAMIN AMAÇLARI .....	1
PROGRAMIN UYGULANMASIYLA İLGİLİ AÇIKLAMALAR .....	2
PROGRAMIN KREDİSİ .....	3
PROGRAM SÜRESİ VE İÇERİĞİ .....	3
İLK YARDIMIN TEMEL İLKELERİ .....	3
TEMEL YAŞAM DESTEĞİ .....	3
YARALANMALARDA İLK YARDIM .....	4
KIRIK, ÇIKIK VE BURKULMALARDA İLK YARDIM .....	5
DİĞER ACİL DURUMLARDA İLK YARDIM .....	6
TAŞIMALAR .....	7
ÖLÇME VE DEĞERLENDİRMEYLE İLGİLİ ESASLAR .....	7
PROGRAMIN UYGULANMASINDA KULLANILACAK ÖĞRETİM ARAÇ-GEREÇLERİ .....	8
BELGELENDİRME .....	8

## **PROGRAMIN ADI**

İlk Yardım

## **PROGRAMIN DAYANAĞI**

1. 29.07.2015 tarih ve 29429 sayılı Sağlık Bakanlığı İlk Yardım Yönetmeliği
2. Talim ve Terbiye Kurulu'nun 04.11.2011 tarih ve 160 sayılı Kararı ile kabul edilen, Ortaöğretim Trafik ve İlk Yardım Dersi Öğretim Programı”
3. Talim ve Terbiye Kurulu'nun 02.06.2014 tarih ve 51 sayılı Kararı ile kabul edilen, “Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi Anadolu Meslek ve Anadolu Teknik Programı Sağlık Hizmetleri Alanı Çerçeve Öğretim Programı”.

## **PROGRAMA GİRİŞ KOŞULLARI**

1. En az ilkokul mezunu olmak.
2. 14 yaşını tamamlamış olmak.

## **EĞİTİMCİLERİN NİTELİĞİ**

1. Talim ve Terbiye Kurulunca yayınlanan “Öğretmenlik Alanları, Atama ve Ders Okutma Esasları” göre atanan;
  - a) Sağlık Hizmetleri alan öğretmenleri
  - b) Hasta ve Yaşlı Hizmetleri alan öğretmenleri görev almalıdır.
2. İlk yardım eğitmeni yetki belgesi bulunanlardan yararlanılabilir.
3. İlk yardım konusunda eğitim alan sağlık personelinden yararlanılabilir.

## **PROGRAMIN AMAÇLARI**

İlk yardım kursunu bitiren bireyin;

1. İlk yardım ile ilgili temel kavramları açıklaması,
2. İlk yardım ile acil yardım arasındaki farkları ayırt etmesi,
3. İlk yardımın temel ilkelerini uygulaması,
4. İlk yardımda temel yaşam desteği uygulamalarını yapması,
5. Yabancı cisme bağlı solunum yolu tıkanmasında ilk yardım uygulaması,
6. Kanamalarda ve şokta ilk yardım uygulaması,
7. Yaralanmalarda ilk yardım uygulaması,
8. Kırık, çıkık ve burkulmalarda ilk yardım uygulaması,
9. Acil bakım gerektiren hastalıklarda ilk yardım uygulaması,
10. Zehirlenmelerde ilk yardım uygulaması,
11. Sıcak çarpması, yanık ve donmalarda ilk yardım uygulaması,
12. Vücuda yabancı cisim kaçmalarında ilk yardım uygulaması,
13. Hasta / yaralı taşımanın temel kurallarını açıklaması,
14. Hasta/yaralı taşıma tekniklerini uygulaması amaçlanmaktadır.

## PROGRAMIN UYGULANMASIYLA İLGİLİ AÇIKLAMALAR

Kurs programı aşağıda belirtilen hususlar çerçevesinde düzenlenmiştir.

- 1) Yaşam boyu çeşitli nedenlerle hastalıklar veya yaralanmalarla karşılaşmak kaçınılmazdır. Her ortamda farklı zamanlarda kaza ve hastalanma riski bulunmaktadır. Bu gibi durumlara karşılaşıldığında, müdahalede bulunanların ilkyardım eğitimi almış olmaları, yaşamın devam ettirilmesinde, sakatlanmaların önlenmesinde ve iyileşme sürecinin kısaltılmasında belirleyici rol oynamaktadır. İlkyardım eğitimi almamış kişilerin, ilkyardım uygulamalarında bulunmaları sakıncalı durumlar oluşturacağından ilkyardım uygulayacak olan kişilerin, mutlaka ilkyardım eğitimi almış olmaları son derece önemlidir. Bu nedenle hazırlanan kurs programında temel düzeyde ilkyardım eğitimi verilerek bireylerin bilinçlendirilmesi amaçlanmaktadır.
- 2) Ağırlıklı olarak bireysel öğrenmeyi destekleyici yöntem ve teknikler uygulanır.
- 3) Konular basitten karmaşığa, kolaydan zora göre yer alacak şekilde düzenlenmiştir. Ancak eğitimciler planlarını hazırlarken sınıfın fiziksel altyapısı ve imkânlarını, bireylerin hazır bulunuşluğu ve yeteneklerini göz önünde bulundurarak içerik sıralamasını uygun şekilde tasarlayabilirler. Esas olan kurs süresi sonuna kadar içeriğin tamamının verilmesidir.
- 4) İlk yardım kurs programının amaçları ve içeriği yoluyla kursa katılan bireylere aşağıdaki tabloda verilen değerlerin kazandırılması ve geliştirilmesi hedeflenmiştir.

Değerler
1. Kurallara uyma
2. Sabır
3. Sorumluluk
4. Saygı
5. Hoşgörü
6. Nezaket
7. Yardımlaşma
8. Duyarlılık

- 5) Program yaygın eğitim kurumlarında veya kurumlarca uygun görülen diğer yerlerde uygulanır.
- 6) Program uygulanırken kaynak ders kitaplarının bulunmaması durumunda öğretmen/öğretici tarafından hazırlanan ders notlarından yararlanılabilir.
- 7) Kurs programı sonunda kursiyerler teorik ve uygulamalı sınava tabi tutulacaktır.

## PROGRAMIN KREDİSİ

Genel kurs programlarında kredilendirilme yapılmamaktadır.

## PROGRAM SÜRESİ VE İÇERİĞİ

Kurs programının süresi; günde en fazla 8 ders saati uygulanacak şekilde toplam 18 ders saatidir. Sürelerin konulara göre dağılımı aşağıdaki tabloda verilmiştir.

Konular	Süre (Ders Saati)
İlk Yardımın Temel İlkeleri	2
Temel Yaşam Desteği	2
Yaralanmalarda İlk Yardım	4
Kırık, Çıkık ve Burkulmalarda İlk Yardım	4
Diğer Acil Durumlarda İlk Yardım	3
Taşımalar	3
<b>TOPLAM</b>	<b>18</b>

### 1. İLK YARDIMIN TEMEL İLKELERİ

#### 1.1. İlk yardımın temel uygulamaları

##### 1.1.1. İlk yardım ile ilgili kavramlar

###### 1.1.1.1. İlk yardım

###### 1.1.1.2. Acil bakım

###### 1.1.1.3. İlk yardım ile acil bakım arasındaki farklar

###### 1.1.1.4. İlk yardımın amaçları

###### 1.1.1.5. İlk yardımcı ve özellikleri

##### 1.1.2. Koruma, bildirme ve kurtarma

##### 1.1.3. Olay yeri güvenliğinin sağlanması

#### 1.2. Hasta veya yaralıların birinci değerlendirmesi

##### 1.2.1. İnsan vücudu ve işleyişi

##### 1.2.2. Bilinç düzeyinin değerlendirilmesi

##### 1.2.3. Hava yolu açıklığının sağlanması

##### 1.2.4. Solunumun değerlendirilmesi

##### 1.2.5. Dolaşımın değerlendirilmesi

##### 1.2.6. Koma pozisyonu

#### 1.3. Hasta veya yaralıların ikinci değerlendirmesi

##### 1.3.1. Görüşerek bilgi edinme

##### 1.3.2. Baş ve boyun muayenesi

##### 1.3.3. Göğüs ve karın muayenesi

##### 1.3.4. Kol ve bacak muayenesi

### 2. Temel yaşam desteği

#### 2.1. Yetişkinlerde temel yaşam desteği

##### 2.1.1. Temel yaşama desteği

##### 2.1.2. Yetişkinlerde temel yaşam desteği uygulama tekniği

###### 2.1.2.1. Yetişkinlerde hava yolu açıklığının sağlanması

- 2.1.2.1. Yetişkinlerde ağızdan ağza suni solunum
- 2.1.2.3. Yetişkinlerde ağızdan burna suni solunum
- 2.1.2.4. Yetişkinlerde dış kalp masajı
- 2.1.3. Temel yaşam desteği sonlandırma ölçütleri
- 2.1.4. Temel yaşam desteğinin komplikasyonları
- 2.2. Çocuklarda temel yaşam desteği
  - 2.2.1. Solunum sistemi farklılıkları
  - 2.2.2. Dolaşım sistemi farklılıkları
  - 2.2.3. Çocuklarda temel yaşam desteği uygulama tekniği
    - 2.2.3.1. Çocuklarda hava yolu açıklığının sağlanması
    - 2.2.3.2. Çocuklarda ağızdan ağza suni solunum
    - 2.2.3.3. Çocuklarda dış kalp masajı
- 2.3. Bebeklerde temel yaşam desteği
  - 2.3.1. Bebeklerde temel yaşam desteği uygulama tekniği
    - 2.3.1.1. Bebeklerde hava yolu açıklığının sağlanması
    - 2.3.1.2. Bebeklerde suni solunum
    - 2.3.1.3. Bebeklerde dış kalp masajı
- 2.4. Solunum yolu tıkanıklığında ilk yardım
  - 2.4.1. Solunum yolu tıkanıklığı
  - 2.4.2. Tıkanma çeşitleri
    - 2.4.1.1. Kısmi tıkanma
      - 2.4.1.1.1. Yetişkinlerde ve çocuklarda "Heimlich Manevrası
      - 2.4.1.1.2. Bebeklerde "Heimlich Manevrası
      - 2.4.1.1.3. Solunum yolu tıkanıklığını gidermede dikkat edilecek noktalar

### 3. YARALANMALARDA İLK YARDIM

#### 3.1. Dış kanamalar

- 3.1.1. Kanama
- 3.1.2. Kanama çeşitleri
  - 3.1.2.1. Vücutta kanın aktığı bölgeye göre kanamalar
  - 3.1.2.2. Kanayan damarın özelliğine göre kanamalar
- 3.1.3. Dış kanamalarda ilk yardım
  - 3.1.3.1. Yara üzerine direkt baskı uygulama
  - 3.1.3.2. Kanayan bölgeyi yukarıya kaldırma
  - 3.1.3.3. Bası noktalarına basınç uygulanma
  - 3.1.3.4. Turnike (boğucu sargı) uygulama
  - 3.1.3.5. Uzun kopması durumunda ilk yardım uygulama

#### 3.2. İç kanamalar

- 3.2.1. İç kanamalarda ilk yardım
  - 3.2.1.1. İç kanaması olan hasta veya yaralıda görülebilecek değişiklikler
  - 3.2.1.2. İç kanamalarda ilk yardım uygulaması
- 3.2.2. Şok
  - 3.2.2.1. Şok nedenleri
  - 3.2.2.2. Şok çeşitleri
  - 3.2.2.3. Şok belirtileri
  - 3.2.2.4. Şokta ilk yardım
- 3.2.3. Diğer kanamalarda ilk yardım

- 3.2.3.1. Burun kanamalarında ilk yardım
  - 3.2.3.2. Kulak kanamalarında ilk yardım
  - 3.3. Yara ve yara çeşitleri
    - 3.3.1. Yara çeşitleri
      - 3.3.1.1. Sıyrık yara
      - 3.3.1.2. Kesik yara
      - 3.3.1.3. Ezik yara
      - 3.3.1.4. Delici yara
      - 3.3.1.5. Parçalı yara
      - 3.3.1.6. Enfekte yara
    - 3.3.2. Ciddi yaralar
    - 3.3.3. Yaralanmalarda ilk yardım
    - 3.3.4. Açık yaralarda kullanılmaması gereken malzemeler
  - 3.4. Bölgesel yaralanmalarda ilk yardım
    - 3.4.1. Kafa ve omurga yaralanmaları
      - 3.4.1.1. Kafa ve omurga yaralanma çeşitleri
        - 3.4.1.1.1. Saçlı deride yaralanmaları
        - 3.4.1.1.2. Kafatası kırıkları
        - 3.4.1.1.3. Yüz yaralanmaları
        - 3.4.1.1.4. Omurga (bel kemiği) yaralanmaları
      - 3.4.1.2. Kafa ve omurga yaralanma nedenleri
      - 3.4.1.3. Kafa ve omurga yaralanmalarının belirtileri
      - 3.4.1.4. Kafa ve omurga yaralanmalarında ilk yardım
    - 3.4.2. Delici göğüs yaralanmaları
      - 3.4.2.1. Delici göğüs yaralanmalarının belirtileri
      - 3.4.2.2. Delici göğüs yaralanmalarında ilk yardım
    - 3.4.3. Delici karın yaralanmaları
      - 3.4.3.1. Delici karın yaralanmalarının belirtileri
      - 3.4.3.2. Delici karın yaralanmalarında ilk yardım
4. KIRIK, ÇIKIK VE BURKULMALARDA İLK YARDIM
- 4.1. Baş ve omurga kırıklarında ilk yardım
    - 4.1.1. Kırık
      - 4.1.1.1. Açık kırık
      - 4.1.1.2. Kapalı kırık
    - 4.1.2. Kırık belirtileri
    - 4.1.3. Kırıklarda hasta veya yaralı öyküsü alma
    - 4.1.4. Kırıklarda ilk yardım
    - 4.1.5. Çıkık
      - 4.1.5.1. Çıkık belirtileri
      - 4.1.5.2. Çıkıklarda ilk yardım
    - 4.1.6. Burkulma
      - 4.1.6.1. Burkulma belirtileri
      - 4.1.6.2. Burkulmalarda ilk yardım
    - 4.1.7. Baş ve omurga kırıkları
    - 4.1.8. Başa üçgen ve silindir sargı uygulama
    - 4.1.9. Boyun ve omurgaya tespit uygulama
      - 4.1.9.1. Boyuna tespit uygulama

- 4.1.9.2. Omurgaya tespit uygulama
- 4.2. Üst ekstremitelere kırık, çıkık ve burkulmalarında ilk yardım
  - 4.2.1. Üst ekstremitelere üçgen sargı ve bandaj uygulama
    - 4.2.1.1. Omuza üçgen sargı uygulama
    - 4.2.1.2. Kola üçgen sargı uygulama
    - 4.2.1.3. Ele üçgen sargı uygulama
    - 4.2.1.4. Gövdeye üçgen sargı uygulama
    - 4.2.1.5. Dirseğe bandaj uygulama
    - 4.2.1.6. Ele bandaj uygulama
  - 4.2.2. Üst ekstremitelere kırık çıkık ve burkulmalarında tespitler
    - 4.2.2.1. Köprücük kemiği kırığında tespit
    - 4.2.2.2. Kol kemiği kırığında tespit
    - 4.2.2.3. Dirsek kemiği kırığında tespit
    - 4.2.2.4. Ön kol ve el bileği kırığında tespit
    - 4.2.2.5. Tespit uygulamasında dikkat edilmesi gereken noktalar
  - 4.2.3. Üst ekstremitelere kırıklarında ilk yardım
- 4.3. Kalça ve alt ekstremitelere kırık, çıkık ve burkulmalarında ilk yardım
  - 4.3.1. Alt ekstremitelere üçgen sargı ve bandaj uygulama
    - 4.3.1.1. Dize üçgen sargı uygulama
    - 4.3.1.2. Ayağa üçgen sargı uygulama
    - 4.3.1.3. Dize bandaj uygulama
    - 4.3.1.4. Ayağa bandaj uygulama
  - 4.3.2. Kalça ve alt ekstremitelere kırık, çıkık ve burkulmalarında tespitler
    - 4.3.2.1. Kalça kemiği kırığında tespit
    - 4.3.2.2. Uyluk kemiği kırığında tespit
    - 4.3.2.3. Diz kapağı kemiği kırığında tespit
    - 4.3.2.4. Bacak kemiği kırığında tespit
    - 4.3.2.5. Ayak ve ayak bileği kırığında tespit
  - 4.3.3. Alt ekstremitelere kırıklarında ilk yardım
- 5. DİĞER ACİL DURUMLARDA İLK YARDIM
  - 5.1. Acil Bakım Gerektiren Hastalıklarda İlk Yardım
    - 5.1.1. Bilinç Bozukluğunda İlk yardım
      - 5.1.1.1. Bilinç Bozukluğu nedenleri ve belirtileri
        - 5.1.1.1.1. Ateşli Havaledede İlk yardım
        - 5.1.1.1.2. Sara Krizinde İlk yardım
        - 5.1.1.1.3. Kan şekeri düşüklüğünde(Hipoglisemi) ilk yardım
      - 5.1.2. Göğüs Ağrılarında İlk yardım
    - 5.2. Zehirlenmeler
      - 5.2.1. Zehirlenme ve çeşitleri
        - 5.2.1.1. Sindirim yolu zehirlenmeleri
          - 5.2.1.1.1. Sindirim yoluyla zehirlenme nedenleri
          - 5.2.1.1.2. Sindirim yoluyla zehirlenme belirtileri
          - 5.2.1.1.3. Sindirim yoluyla zehirlenmelerde ilk yardım
        - 5.2.1.2. Solunum yolu zehirlenmeleri
          - 5.2.1.2.1. Solunum yoluyla zehirlenme nedenleri
          - 5.2.1.2.2. Solunum yoluyla zehirlenme belirtileri
          - 5.2.1.2.3. Solunum yoluyla zehirlenmelerde ilk yardım



- 5.2.1.3. Deri yoluyla zehirlenmeler
  - 5.2.1.3.1. Hayvan ısırık ve sokmalarında ilk yardım
- 5.3. Sıcak çarpması, yanık ve donmalar
  - 5.3.1. Sıcak çarpmasında ilk yardım
  - 5.3.2. Yanıklarda ilk yardım.
    - 5.3.2.1. Yanık çeşitleri
    - 5.3.2.2. Yanık dereceleri?
      - 5.3.2.2.1. Isı ile oluşan yanıklarda ilk yardım
      - 5.3.2.2.1. Kimyasal yanıklarda ilk yardım
      - 5.3.2.2.3. Elektrik yanıklarında ilk yardım
  - 5.3.3. Donmalarda ilk yardım
- 5.4. Vücuda yabancı cisim kaçmalarında ilk yardım
  - 5.4.1. Göze yabancı cisim kaçmasında ilk yardım
  - 5.4.2. Kulağa yabancı cisim kaçmasında ilk yardım
  - 5.4.3. Buruna yabancı cisim kaçmasında ilk yardım
  - 5.4.4. Boğulmalarda ilk yardım
- 6. TAŞIMALAR
  - 6.1. Acil Taşıma Teknikleri
    - 6.1.1. Taşımalarda genel kurallar
    - 6.1.2. Hasta veya yaralıyı sürükleme yöntemleri
      - 6.1.2.1. Hasta veya yaralıyı tutarak sürükleme
      - 6.1.2.2. İtfaiyeci yöntemi ile sürükleme
    - 6.1.3. Araç içindeki hasta veya yaralıyı çıkarma (rentek manevrası)
  - 6.2. Kısa mesafede hızlı taşıma teknikleri
    - 6.2.1. Bir kişi ile taşıma yöntemleri
      - 6.2.1.1. Omuzdan destek vererek taşıma
      - 6.2.1.2. Kucakta taşıma
      - 6.2.1.3. İtfaiyeci yöntemi ile omuzda taşıma
      - 6.2.1.4. Sırtta taşıma
    - 6.2.2. İki kişi ile taşıma yöntemleri
      - 6.2.2.1. İki elle altın beşik yöntemi
      - 6.2.2.2. Üç elle altın beşik yöntemi
      - 6.2.2.3. Dört elle altın beşik yöntemi
      - 6.2.2.4. Teskereci yöntemi
  - 6.3. Sedyeye oluşturarak hasta veya yaralıları taşıma
    - 6.3.1. Sandalye ile taşıma
    - 6.3.2. Battaniye ile geçici sedye oluşturma
    - 6.3.3. Kaşık tekniği ile sedyeye yerleştirme
    - 6.3.4. Köprü tekniği ile sedyeye yerleştirme
    - 6.3.5. Sedyeyi iki ve dört kişi ile taşıma

## **ÖLÇME VE DEĞERLENDİRMEYLE İLGİLİ ESASLAR**

Bireylerin, çeşitli ölçme araçları kullanılarak;

1. Kursun amaçlarına ulaşmış ulaşmadığı ölçülecektir.
2. Kursiyerin kendi kendine yaptığı tüm öğrenim faaliyetleri değerlendirilecektir.

3. Deęerlendirme; teorik ve uygulamalı olarak yapılmalıdır.
4. Teorik değerlendirme, programın tüm amaçlarının kazanılıp kazanılmadığını ölçecek şekilde yapılmalıdır.
5. Deęerlendirme 100 puan üzerinden yapılmalı ve sınav başarısı Yaygın Eğitim Kurumları Yönetmeliği esaslarına göre belirlenmelidir.

### **PROGRAMIN UYGULANMASINDA KULLANILACAK ÖğRETİM ARAÇ-GEREÇLERİ**

- 1) Programın uygulama sürecinde; kaynak ders kitapları, bireysel öğrenme materyalleri ve kaynak ders kitaplarının bulunmaması durumunda öğretmen/öğretici tarafından hazırlanan ders notlarından yararlanılabilir.
- 2) Yararlanılacak kaynak araç-gereçler;
  - Reflektör ve uyarı işareti,
  - Temel yaşam desteği mankenleri,
  - Kırık, ıkık ve burkulmalarda tespit malzemeleri,
  - Değişik ebatlarda sargı malzemeleri,
  - Bandajlar,
  - Telefon,
  - Karton,
  - Gazete,
  - Battaniye, yastık, havlu
  - Geçici sedy malzemeleri,
  - Temiz bez parçaları,
  - Saniyeli saat

### **BELGELENDİRME**

Kursu başarı ile tamamlayanlara, kurs bitirme belgesi düzenlenir.