

İÇİNDEKİLER

TEMEL İLK YARDIM KONULARI

- 1. Bölüm:** İlk Yardım Temel Uygulamaları..... 11 - 15
İlk yardım, ilk yardımın öncelikli amaçları
İlk yardımcı, ilkyardımcının özellikleri
İlk yardım temel uygulamaları (Koruma-Bildirme-Kurtarma)
- 2. Bölüm:** İnsan Vücudu ve İşleyişi 17 - 18
Vücudu oluşturan yapılar
İlk yardım açısından önemli olan sistemler
- 3. Bölüm:** Hasta Yaralının Değerlendirilmesi 21 - 25
Hasta ya da yaralının ilk değerlendirilmesi
Hasta ya da yaralının ikinci değerlendirilmesi
- 4. Bölüm:** Temel Yaşam Desteği 27 - 34
Yaşam kurtarma zinciri
Temel yaşam desteği aşamaları
Yetişkin, çocuk ve bebeklerde temel yaşam desteği
Temel yaşam desteği uygulama rehberi
- 5. Bölüm:** Solunum Yolu Tıkanıklığı 37 - 40
Solunum yolunun kısmen tıkanması
Solunum yolunun tam tıkanması
Solunum yolu tıkanmalarında ilk yardım
Yetişkin, çocuk ve bebeklerde karın basısı (Heimlich Manevrası) uygulama tekniği
- 6. Bölüm:** Kanamalar 43 - 47
Kanama çeşitleri
Kanamalarda ilk yardım
Dış kanamalarda ilk yardım
Baskı noktaları
Turnike
İç kanamalarda ilk yardım
Bazı organ kanamalarında ilk yardım
Yara üzerine baskı ve bandajla kanama durdurma uygulama rehberi
Şok
Şok belirtileri ve çeşitleri
Şok durumunda hasta ya da yaralıya ilk yardım uygulama rehberi

İÇİNDEKİLER

7. Bölüm:	Yaralanmalar	49 - 52
	Yaralanmalarda ilk yardım	
	Göğüs yaralanmalarında ilk yardım	
	Karın yaralanmalarında ilk yardım	
	Kafatası ve omurga yaralanmalarında ilk yardım	
8. Bölüm:	Göz, Kulak, Burun ve Deriye Yabancı Cisim Kaçması/Batması	55 - 56
	Deriye yabancı cisim batmasında ilk yardım	
	Göze yabancı cisim batmasında ilk yardım	
	Burunda yabancı cisim varlığında ilk yardım	
	Kulakta yabancı cisim varlığında ilk yardım	
9. Bölüm:	Yanık, Sıcak Çarpması ve Donmalar	59 - 62
	Yanık belirtileri ve dereceleri	
	Yanıklarda ilk yardım	
	Isı ile oluşan yanıklarda ilk yardım	
	Kimyasal madde yanıklarında ilk yardım	
	Elektrik yanıklarında ilk yardım	
	Sıcak çarpmasında ilk yardım	
	Donmalarda ilk yardım	
10. Bölüm:	Kırık, Çıkık ve Burkulmalar	65 - 68
	Kırıklarda ilk yardım	
	Burkulmalarda ilk yardım	
	Çıkıklarda ilk yardım	
11. Bölüm:	Bilinç Bozuklukları	73 - 77
	Göğüste kuvvetli ağrı durumunda ilk yardım	
	Komada ilk yardım	
	Bayılmada ilk yardım	
	Kan şekeri düşüklüğünde ilk yardım	
	Sara krizinde ilk yardım	
	Havale durumunda ilk yardım	
12. Bölüm:	Zehirlenme	81 - 83
	Zehirlenme çeşitleri ve belirtileri	
	Zehirlenmelerde ilk yardım	
	Sindirim yoluyla zehirlenmelerde ilk yardım	
	Solunum yoluyla zehirlenmelerde ilk yardım	
	Deri yoluyla zehirlenmelerde ilk yardım	

İÇİNDEKİLER

13. Bölüm: Hayvan Isırmaları ve Sokmaları	85 - 87
Arı sokmalarında ilk yardım	
Akrep sokmalarında ilk yardım	
Yılan sokmalarında ilk yardım	
Deniz canlılarının sokmalarında ilk yardım	
Ev hayvanlarının ısırmasında ilk yardım	
14. Bölüm: Boğulmalar	93
Boğulmalarda ilk yardım	
Suda boğulmalarda ilk yardım	
15. Bölüm: Hasta / Yaralı Taşıma Teknikleri.....	97 - 103
Hasta ya da yaralının taşınmasında genel kurallar	
Taşıma teknikleri	
Acil taşıma teknikleri	
Hasta ya da yaralının sürüklenmesi	
Araç içindeki yaralıyı taşıma tekniği (Rentek Manevrası)	
Kısa mesafede süratli taşıma teknikleri	
Tek ilk yardımcı ile taşıma teknikleri	
İki ilk yardımcı ile taşıma teknikleri	
Sedye ile taşıma teknikleri	
Hasta yada yaralının sedye üzerine yerleştirme teknikleri	
Sedye ile taşımada genel kurallar	
EK BİLGİLER	
İlk Yardım ve HIV/AIDS	107 - 108
Psikolojik İlk Yardım	111 - 112
İnme	115
Kene Isırması	119
İlk Yardım Çantası	121
Depremde Güvenli Davranış Hareketleri	123 - 125
KAYNAKÇA	135