

8. Bölüm

İlk Yardım

D. Zideman, A. Handley, T. Djärv, E. Singletary, P. Cassan,
E. De Buck, B. Klaassen, D. Meyran, V. Borra, D. Cimpoesu

- *Bu kılavuz 24 Nisan 2020'de oluşturulmuştur ve COVID-19 ile ilgili çıkan bilgi ve deneyime bağlı olarak geliştirilecektir. Ülkeler pandeminin farklı aşamalarında olduklarından, uygulamada bazı uluslararası farklılıklar olabilir.*

İlk yardım genellikle yaralanmaların ve ani hastalıkların yönetiminin kritik bir parçasıdır. 2019 koronavirüs hastalığı (COVID-19) yayılmasının ve tedavisinin önlenmesine odaklanan endişelere rağmen, koronavirüs ile ilgili olmayan yaralanmalar ve hastalıklar hala devam etmektedir. Acil ilk yardım yönetiminin sağlanması, bir ambulans çağırmak veya yaralıyı hastaneye götürmek yerine sahada basit yaralanma veya hastalıkları yöneterek sağlık sistemi üzerinde ek bir yükü önleyebilir. Ayrıca yaralıların virüse gereksiz yere maruz kalmasını da önleyebilir.

Bununla birlikte, ciddi yaralanmalar ve hastalıklar da tıbbi bakım gerektirecektir ve COVID-19 korkusu nedeniyle bu kişilerin değerlendirilmesi ve tedavisi ertelenmemelidir.

Şu anda önerilen ilk yardım protokollerinde, birçoğu virüs transferi riskinin önlenmesi veya en aza indirilmesi ile ilgili olan sadece birkaç değişiklik vardır.

COVID-19 pandemisi sırasında:

- Herhangi bir yaralıda COVID-19 bulunduğunu varsayınız ve uygun şekilde yönetiniz. Yaralı asemptomatik bir virüs taşıyıcısı olabilir.
- Yaralı ev halkı ile temaslı ve COVID-19 ile enfekte olmuşsa, bu uygulayıcı zaten enfeksiyona maruz kalmış olabilir ve doğrudan ilk yardım sağlamaya istekli olabilir.
- Yaralı ev halkı ile temas halinde değilse:
 - Mümkün olan her yerde sosyal mesafe ve KKE kullanımı ile ilgili ulusal tavsiyelere uyunuz.

- KKE (eldiven, maske, göz koruması vb.) kullanımı tüm ilk yardımlara uygulanamayabilir, ancak yaralıyı ve ilk yardım sağlayıcıyı korumak için daima dikkatli olunmalıdır.
 - Bakım yükümlülüğü olan kilit çalışanlar uygun KKE'yi giymeli ve daha fazla gecikmeden ilk yardım sağlamalıdır.
 - Yaralı **yanıt veriyor ise** ve kendi kendine bakım tavsiyelerini takip edebiliyorsa, güvenli (2m) mesafeden ilk yardım tavsiyesi veriniz. Yaralıda bir yüz örtüsü/maske varsa, bakım sırasında kullanmalarını teşvik ediniz. Aile üyeleri, eğer isterse, doğrudan ilk yardım sağlamak için çalıştırılabilir. Acil temas bölgesinin dışından pansuman, bandaj vb. temin etmek de gerekebilir.
 - Yaralı **yanıt vermezse** veya kendi kendine bakım sağlayamazsa, doğrudan bakım sağlanması gerekebilir. Ancak, yaralı ve ilk yardım uygulayıcı virüs geçiş riskinin farkında olmalıdır.
- Ev halkı dışındaki bir yaralıya bakan kişinin bakımı için yapılacak işlemlerin sırası:
 - Derhal tıbbi yardım çağırınız.
 - Mümkünse yaralıya dokunurken ya da taşırken eldiven giyiniz.
 - Varsa bir yüz örtüsü/maske takınız ve yaralının yüzüne bir yüz örtüsü/maske yerleştirmeyi düşününüz.
 - Sadece kesinlikle gerekli olan şeylere dokununuz, yaralı içindeki ve çevresindeki yüzeyler virüs tarafından kontamine olabilir.
 - Maruz kalma sürenizi sınırlamak için yalnızca gerekli doğrudan ilk yardım sağlayınız. Bu, önemli kanamanın kontrol altına alınmasını, bir pansumanın uygulanmasını, bir adrenalin oto enjektörünün kullanımını, kişiyi sallayarak ve bağırarak yanıt vermeyi değerlendirmeyi ve bir yaralıyı uygun pozisyona getirmeyi içerebilir.
 - Tamamlandıktan sonra, aşağıdakiler yapılmalıdır:
 - herhangi bir KKE'yi kaldırınız ve imha ediniz
 - ellerinizi sabun ve sıcak su ile en az 20 saniye boyunca iyice yıkayınız
 - tüm kıyafetlerinizi mümkün olan en kısa sürede yıkayınız

- doğrudan ilk yardım sağladıktan sonra sizde COVID-19 semptomları gelişirse, kendi kendinizi izole etmeye ve ulusal rehberliği takip etmeye hazır olunuz
- *Erişkinler ve çocuklar için kardiyopulmoner resüsitasyona ilişkin öneriler, ilgili bölümlerde verilmiştir.*