

BASAMAK / UYGULAMA	TEKNİK AÇIKLAMA
GÜVENLİK 	Sizin, kazazedenin ve çevredekilerin güvende olduğundan emin olun
YANIT Yanıt olup olmadığını kontrol edin 	Kazazedenin omuzlarından hafifçe sarsın ve yüksek sesle: "İyi misin?" şeklinde sorun
ACİL HİZMETLERİ ARAYIN 	- Kişi yanıtız ise, bir yardımcından acil sağlık hizmetlerini aramasını isteyin veya kendiniz arayın - Mümkünse kazazedenin yanında kalın - Telefonda hoparlör işlevini veya eller-serbest seçeneğini etkinleştirin, böylece sevk görevlisiyle konuşurken KPR'ye başlayabilirsiniz
HAVA YOLU Hava yolunu açın 	- Yanıt yoksa, kazazedeyi sırt üstü yatırın - Eliniz alında ve parmak uçlarınız çenenin altında olacak şekilde, kazazedenin başını hafifçe geriye doğru yatırın ve hava yolunu açmak için çeneyi yukarı kaldırın
SOLUNUM Solunumu değerlendirmek için bakın, dinleyin ve hissedin 	- En fazla 10 saniye boyunca nefes alıp almadığına bakın, dinleyin ve hissedin - Zar zor nefes alan ya da seyrek, yavaş ve gürültülü nefesler alan bir kazazede normal solumuyor demektir
OED İSTE OED getirmesi için birini gönderin 	- Varsa, bir OED bulması ve getirmesi için birini gönderin - Kendi başınızaysanız, yalnızca bir dakika içinde alıp uygulayabiliyorsanız bir OED getirin; aksi takdirde hemen KPR'ye başlayın
DOLAŞIM Göğüs kompresyonlarına başlayın 	- Kazazedenin yanında diz çökün - Bir elinizin topuğunu kazazedenin göğsünün ortasına yerleştirin - bu, kazazedenin göğüs kemiğinin (sternum) alt yarısıdır - Diğer elinizin topuğunu ilk elinizin üzerine yerleştirin ve parmaklarınızı birbirine kenetleyin - Kollarınızı düz tutun - Kendinizi kazazedenin göğsünün üzerinde dikey olarak konumlandırın ve sternuma en az 5 cm (ancak 6 cm'den fazla olmamalıdır) çöktürün - Her kompresyondan sonra, elinizle göğüs arasındaki teması kaybetmeden göğüs üzerindeki tüm basıncı serbest bırakın 100-120 dk⁻¹ hızında tekrarlayın
SADECE KOMPRESYONLA KPR 	Eğitilmiş değilseniz veya kurtarıcı soluk veremiyorsanız, sadece göğüs kompresyonu ile KPR yapınız (100-120 dk⁻¹ hızında sürekli kompresyonlar)

OED - otomatik eksternal defibrilatör; KPR - kardiyopulmoner resüsitasyon

KURTARICI SOLUNUM
İLE GÖĞÜS
KOMPRESYONLARINI
BİRLEŞTİRİNİZ

- Eğer bu konuda eğitilmişseniz, 30 kompresyondan sonra, 'baş geri ve çene yukarı' yöntemlerini kullanarak hava yolunu tekrar açın**
- Burun yumuşak kısmını, elinizin işaret parmağı ve başparmağını alnın üzerinde kullanarak kapatın
- Kazazedenin ağzının açılmasına izin verin, ancak çeneyi kaldırmaya devam edin
- Normal bir nefes alın ve dudaklarınızı kazazedenin ağzının etrafına yerleştirin, hava geçirmez bir sızdırmazlık sağladığınızdan emin olun
- Göğsün yükselmesini izlerken, normal nefes almada olduğu gibi yaklaşık 1 saniye sürecek şekilde ağzın içine sürekli olarak üfleyin. Bu etkili bir kurtarma nefesidir
- Başını geriye doğru eğmeye ve çenesini kaldırmaya devam ederek ağzınızı kazazededen uzaklaştırın ve hava çıkarken göğsün indiğini izleyin
- Bir normal nefes daha alın ve toplam iki kurtarıcı soluk elde etmek için kazazedenin ağzına bir kez daha üfleyin
- Bir veya her ikisi de etkili olmasa bile, iki kurtarıcı soluk vermek için kompresyonlara 10 saniyeden fazla ara vermeyin
- Daha sonra ellerinizi gecikmeden sternum üzerindeki doğru konuma geri getirin ve 30 göğüs kompresyonu daha yapın
- Göğüs kompresyonlarına ve kurtarıcı soluklara 30:2 oranında devam edin

OED GELDİĞİNDE
OED'yi açın ve
elektrot pedlerini
yerleştirin

- OED gelir gelmez açın ve elektrot pedlerini kazazedenin çıplak göğsüne
- yerleştirin Birden fazla kurtarıcı varsa, elektrot pedleri göğse yapıştırılırken KPR'ye devam edilmelidir

SÖZLÜ/GÖRSEL
TALİMATLARI TAKİP EDİN

- OED tarafından verilen sözlü ve görsel talimatları izleyin
- Şok tavsiye edilirse, sizin ve başka birinin kazazedeye dokunmadığından emin olun**
- Şok düğmesine belirtildiği şekilde basın
- Ardından **hemen** OED tarafından belirtildiği şekilde KPR'ye devam edin

ŞOK ÖNERİLMİYORSA
KPR'ye devam edin

- Herhangi bir şok önerilmezse, derhal KPR'ye başlayın ve OED tarafından yönlendirildiği şekilde devam edin**

OED MEVCUT DEĞİLSE
KPR'ye devam edin

- OED yoksa **veya** bir OED'nin gelmesini beklerken KPR'ye devam edin
- Resüsitasyona şu durumlara kadar ara vermeyin:
 - Bir sağlık uzmanı size durmanızı söyleyene kadar VEYA
 - Kazazede kesinlikle uyanana, hareket edene, gözlerini açana ve normal soluyana kadar VEYA
 - Bitkin düşene kadar
- KPR'nin tek başına kalbi yeniden çalıştırması nadirdir. Kazazedenin iyileştiğinden emin olmadığınız sürece KPR'ye devam edin
- Kazazedenin iyileştiğine dair işaretler
 - Uyanma
 - Hareket etme
 - Gözlerini açma
 - Normal solunum

OED - otomatik eksternal defibrilatör; KPR - kardiyopulmoner resüsitasyon