

Suni Solunum ve Kalp Durması

SOLUNUMUN SAĞLANMASI

SOLUNUM SİSTEMİ

Solunum fizyolojik bir olay olup, kişinin yaşamı için gerekli oksijeni sağlar. Temel fonksiyonu, dokulara oksijen sağlamak ve dokularda oluşan CO₂ i alıp dışarı atmaktır. Dolaşım sistemiyle koordineli çalışır. Gaz değişimini solunum sistemi; gaz taşıma işlemini ise dolaşım sistemi yapar.

Solunum sayısı:

- Yetişkinlerde: 15_20
- Çocuklarda: 20_25
- Bebeklerde: 25_40 arasındadır.

Solunum organları.

ASIL

- 1. Burun
- 2. Yutak
- 3. Gırtlak
- 4. Soluk borusu (Branşlar- bronşçuklar ve broşiolle- hava kesecikleri)
- 5. Akciğerler: SC 3, sol 2 loptur.

YARDIMCI

- 1. Diyafragma karın kası
- 2. Kaburgaları ve arası kasları
- 3. Göğüs kasları

Soluk alıp vermeye solunum adı verilir. Solunum, beyindeki solunum merkezinin akciğerlere CO₂'nin arttığını uyarması ile başlar. Merkezin diyaframı ve göğüs kaslarını uyarması üzerine de kaslar kasılarak göğüs kafesini genişletilir, kasılan kasların bir süre sonra gevşemesi ile göğüs kafesi daralır. Böylece soluk alıp verme işlemi gerçekleşecektir.

Solunumun durma nedenleri

- Soluk yolunun yabancı cisimlerle tıkanması
- kaburga kemiğinin kırılması sonucu (- kaburga dışarı çıkmış ise havanın pozitif akciğer etrafındaki negatif basınç nedeniyle akciğerin işlevini yapamayışı veya kaburganın akciğeri parçalaması nedeniyle)
- Boyun omurlarının kırılması
- Çok fazla kan kaybı
- Göğüs kafesinin sıkışması
- Zehirli gazların solunması

Suda boğulma

- Beyindeki solunum merkezinin elektrik şoku ve ilaçlar. nedeniyle bozulması
- Yüksek doz uyuşturucu kullanımı gibi.

Belirtileri

- Baş dönmesi, nefes darlığı
- Süratli ve düzensiz nabız atışı
- Bilinç kaybı
- Boyun damarlarında şişme
- Yüzde kızarma, dudaklarda -morarma
- Soluğun durmasını tanıma
- Yaralının karın ve göğüs hareketi incelenir.
- Pamuk titreşimi ile kontrol edilir.

BAK: Beyaz gözlük veya ayna ağız.ve burna yaklaştırılarak buharlaşma olup olmadığına bakılır:

DİNLE: İlk yardımcı kulağını, kazazedenin ağızına ve burnuna , yaklaştırarak soluk sesini dinler:

HİSSET: Elin üzeri veya işaret parmağı. ısıtarak yaralının ağız ve burnuna yaklaştırılır; ısınmış havanın gelip gelmediğine bakılır.

SOLUNUM SAĞLAMA UYGULAMALARI

Solunumu kolaylaştırıcı pozisyonlar.

- a. Çene göğüsten uzaklaştırılarak baş geri ye çekilir.
- b. Yan yatış pozisyonuna getirilir.
- c. Solunum zorluğu göğüs yaralanmasına bağlı ise bu durumda oturtulur veya yarı oturtulur.

Boğulmalarda ilk yardım

Boğazdan Yabancı Cismin Çıkarılması

Heimlich Yöntemi: Soluk yoluna yabancı cisim kaçan kişinin arkasına geçilir. Sol el yumruk yapılarak göbekten biraz yukarı yerleştirilir, sağ el ile sol bilek tutulur. Daha sonra aniden sertçe arkaya 4-5 kez basınçla birlikte solunum zorluğu çeken kişi ilkyardımcıya doğru çekilir. Bu sırada kişinin ağzının açık olmasına dikkat edilmelidir.

Çocuk ise yüzü yere doğru gelecek şekilde dizine veya kolun üzerine yatırarak 2 kürek kemiğinin ortasına 4 kez vurulur.

Elin ayası göbek çukurunun 3 parmak üstüne konur ve 5-6 kez ani basınç yapılır.

Solunum yolu tıkanan kişi yan yatırılarak yine iki kürek kemiğinin ortasına 4 kez vurulur Çocuk ise ayak bileklerinden sarkıtılarak yine sırtına vurulur.

SUDA BOĞULMA

Sudan Kurtarmanın temel kuralı:

- - At (simit gibi)
- - çek (ağaç dalı gibi)
- - kürek çek, işe yaramazsa yüzerek git

Eğer ilkyardım eğitiminden geçmişseniz su içinde ağızdan ağıza suni solunuma başlayabilirsiniz.

öncelikle iyi yüzme biliyorsanız boğulan kişiyi kurtarmak için suya girmelisiniz.

Arkadan ve yandan yaklaşarak koltuk altından tutarak sırtını omzunuzun üzerine getirin böylece baş yukarıda kalacaktır Sırtüstü veya yan yüzerek kişiyi karaya çıkarınız.

Hemen sırtüstü yatırarak başını yan çevirip bu arada bir diğer kişi bacaklarından yukarı kaldırarak suyun boşalması sağlanır. Veya boğulanın karnından iki elle tutularak bel yukarı doğru kaldırılır. Vücut ters V şeklinde olmalıdır. Bu pozisyonda su yine boşalacaktır.

Çocuk ise, ayak bilekleri tutularak yukarıya kaldırılır, bu pozisyonda suyun boşaldığı görülecektir.

Su bir miktar boşaldıktan sonra ağızda takma diş veya başka yabancı cisim varsa çıkarılır.

Ağızdan ağıza suni solunum yapılır ve her defasında baş yana çevrilerek varsa suyun çıkması sağlanır. Ancak bu işlem 5-6 kez yapılmalıdır. Sonra baş çevrilmeden suni solunuma devam edilmelidir.

Islak elbiseleri kuru ile değiştirilerek battaniye örtülür.

Bilinci yerine gelmişse sıcak içecekler verilir.

SUNİ SOLUNUM UYGULAMALARI

ÖNEMİ

İlkyarımda öncelikle hedef solunumu sağlamaktır.eğer bu sağlanamaz ise 3.dakikadan başlayarak beyin hücreleri oksijensiz kalacağından ölmeye başlar, dışardan hava takviye edilmezse 4.6 dk.sonra ölüm meydana gelebilir. Bu süreyi ilkyardımcı çok iyi kullanmak zorundadır.3-4 dakikalık sürede yapılacak son derece kolay uygulamalar ile yaşamın kurtarılabilceği asla unutulmalıdır.

ÇEŞİTLERİ

Dünya genelinde uygulanan pek çok suni solunum yöntemi bulunmaktadır. Burada yangın ve etkin suni solunum yöntemlerinin bazılarından söz edilecektir.suni solunum yöntemi yaralının durumuna göre belirlenmelidir.

Ağızdan ağıza suni solunum yöntemi:

En etkili solunum yöntemidir.yaralı sırt üstü yatırılarak ilkyardımcı yaralının yan tarafına geçer ağız boşluğu kontrol edilerek varsa takma dişler veya diğer yabancı cisimler çıkarılır.ilkyardımcı ellerinden birini (yaralının ayak tarafındaki)yaralının ensesinde altına sokar, diğer eli ile alından bastırarak başı geriye doğru getirir. Alından bastırarak elin baş ve işaret parmakları yaralının burnunu kapatır. İlkyardımcı derin bir nefes alarak yaralının ağızından üfler ve göğsün kabarmasını kontrol eder. İlkyardımcı isterse yaralının ağızına gazlı bez veya mendil koyabilir. Bu aşamada ağızdan hava kaçakları olmamalıdır.ağız yaralıdan çekildiğinde göğüs aşağı doğru iner. Bu işlem yetişkin bir kişide dakikada 15-20 kez olmak üzere kendiliğinden soluncaya kadar tekrarlanmalıdır ancak ilk 5 soluk verildiğinde göğüs kabarıyorsa ağız boşluğu tekrar kontrol edilmeli veya suni solunum yöntemi değiştirilmelidir. Solunum yoluyla zehirlenmelerde özellikle tercih edilmesi gereken bir yöntemdir. Bu yöntem ağızdan kan gelmiyorsa, çene kemiği kırık değilse uygulanabilir.

Ağızdan buruna:

Ağız boşluğunda kanama varsa ve dil geriye doğru toplanıyorsa tercih edilmesi gereken bir yöntemdir.

Yaralı ağızdan ağıza yönteminde olduğu gibi yaratılır.

İlkyardımcının eli bu kez ensenin altında değil yaralının çenesin altınaadır. Çeneyi yukarı yiterek baş parmak ağızı kapatır.

Burun deliklerinin yukarı gelmesi sağlanarak ilk yardımcı burundan soluşunu üfler.

Diğer aşamaları ağızdan olduğu gibidir.

Maske ile:

İlkyardım çantasında bulunması zorunlu malzemelerden biriside solunum makinesidir. Bilindiği gibi ülkemizde suni solunum bazı gerçeklerle yapılmamaktadır. Bunların başında:

- Toplumsal baskı (görüntü açısından)
- Direk temasla hastalık bulaşacağı endişesi gelmektedir.

İşte bu sıkıntıları gidermek için maske kullanarak hem ağızdan hem burundan soluk verilebilir. Özellikle bebeklerde suni solunum hem ağızdan hem burundan aynı anda az fakat sık hava üfleterek yapılacağından maske uygun malzemedir. Az havanın ölçütü ilkyardımcının yanaklarını şişirecek kadar hava ile doldurarak bebeğe üflenmesidir.

Holger- Nielsen (Sırttan bastırma)

Ağızdan, burundan kan geliyorsa, yüzde büyük yaralanma varsa ise ağızdan burundan suni solunum yapılamayacağından holger-nielsen yöntemi uygulanmalıdır. bu yöntem göğüs ve omurga yaralanmalarında uygulanmaz. Şöyle yapılır:

- Yaralı, yüzüstü yatırılarak başı yana çevrilir.
- Kollar dirsekten bükülerek başın altına konur.
- İlkyardımcı yaralının baş ucunda bir diz kalkık diğer diz yerde olacak şekilde durur.
- İlkyardımcının iki el parmağını omurgayı bulacak şekilde, diğer parmaklarını kürek kemiğinin üzerine yerleştirir ve basınç uygular. Böylece kirli hava dışarı atılır.
- Sonra ellerini kaydırarak dirseklerinden esnetir ve hava girmesini sağlamış olur.
- Çocuklarda kollar yanda olmalıdır.

Silvester Yöntemi: Göğüsten Bastırma.

Yine ağız ve burunda kanama varsa tercih edilmesi gereken yöntemlerden birisidir. Şöyle uygulanır:

- Yaralı sırtüstü yatırılır,
- Omzunun altı desteklenerek baş yana çevrilirken biraz geriye doğru çekilir.
- İlkyardımcı yaralının baş ucunda iki diz de yere gelecek şekilde diz çöker.
- Yaralının dirseklerinden tarak kolları yukarı ve kendine doğru çeker.
- Sonra dirsekleri yere doğru bastırarak akciğerin genişlemesini sağlar.
- Son hareket ise yaralının kolları kendi göğsüne baskı yaptırmaktır.

SUNİ SOLUNUM UYGULANAN YARALININ İZLENMESİ

Suni solunum yöntemlerine yaralı kendiliğinden soluyuncaya kadar (kalbi çalışıyor ise) devam edilir. Solumaya başlamış ise, solunumu rahatlatıcı pozisyonlardan biri olan yan yatış pozisyonu verilerek sevk edilmelidir.