



www.einlebenretten.de



Giriřim sahipleri:

Alman Anesteziyoloji ve Yoęun
Bakım Derneęi e. V.
Alman Anesteziřtler Meslek Birlięi e. V.
German Resuscitation Council e. V.
Alman Anesteziyoloji Vakfı



Destek veren kurumlar:



Bundesministerium
für Gesundheit

**Bir Hayat
Kurtarmak**

100 P 
reanimation



www.einlebenretten.de



Giriřim sahipleri:

Alman Anesteziyoloji ve Yoęun Bakım Derneęi e. V.
Alman Anesteziřtler Meslek Birlięi e. V.
German Resuscitation Council e. V.
Alman Anesteziyoloji Vakfı



Destek veren kurumlar:



Bundesministerium
für Gesundheit



**ANİ KALP DURMASI.
NE YAPMALI?**

**Bir Hayat
Kurtarmak**

100 P 
reanimation



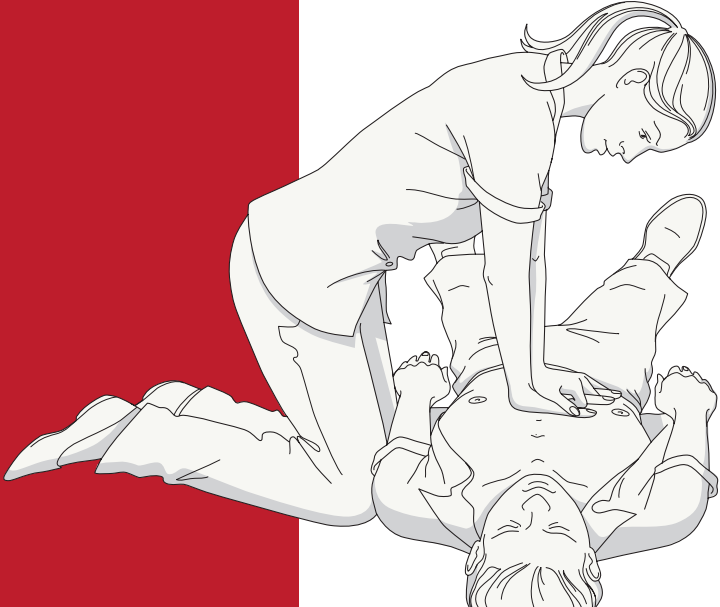
Dakikada
100 kere kalp
masajı hayat
kurtarır

ÜÇ KAT DAHA FAZLA YAŞAMA ŞANSI

Ani bir kalp durması herkesin başına her zaman gelebilir. Hasta hemen bilincini kaybeder ve normal solunum yapamaz ya da solunum kesilir.

Kalp durmasının ardından 5 dakika içinde bir kalp masajı uygulanmazsa yaşama şansı hemen hemen yoktur. Ne kadar erken başlarsanız o kadar iyi olur. Başka bir deyişle: Hemen uygulanan kalp masajı yaşama dönme şansını neredeyse üç kat artırır.

Canlandırma işlemi kolaydır.
Herkes yapabilir.
100'de yüz!



Eğer bir kişi bilincini kaybedip bayılırsa üç şey önemlidir:

1. KONTROL EDİN

- ♥ Hastayla konuşun: "Beni duyuyor musunuz?"
- ♥ Omuzlarından tutup sallayın: Reaksiyon yok mu?
- ♥ Solunumu kontrol edin: Solunum yok mu ya da kesintili ve sesli solunum mu var?

2. YARDIM ÇAĞIRIN

- ♥ **112**'ye telefon açın. Ya da başka bir kişinin Acil Yardım'a telefon açmasını sağlayın

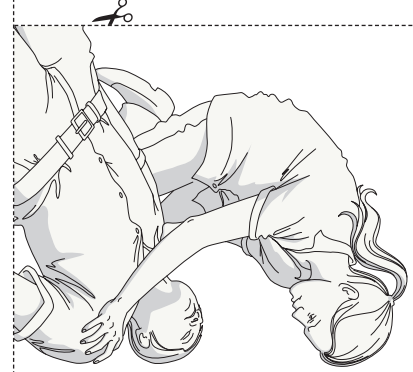
3. MASAJ YAPIN

Güçlü ve hızlı şekilde bastırın. Hemen kalp masajına başlayın:

- ♥ Hastanın göğsünü açın
- ♥ El ayanızı göğsün ortasına koyun, diğer elinizin ayasını üzerine yerleştirin
- ♥ Parmaklarınızı birbirinin arasına geçirin. Kollarınızı dirseklerinizi bükmeden tutun ve dik bir şekilde omuzlarınızla birlikte basınç uygulayın, bu şekilde güçlü bir masaj yapabilirsiniz
- ♥ Göğüs kafesinin üzerine **5-6 cm** aşağıya çökecek şekilde bastırın
- ♥ Bastırma işlemini **dakikada 100-120 defa uygulayın**
- ♥ Yardım gelene kadar ara vermeyin
- ♥ Eğitim almış olanlar **ağızdan ağıza suni solunumu** her 30 kalp masajından sonra 2 defa olacak şekilde uygulayabilirler

ACIL DURUMLAR İÇİN KILAVUZ

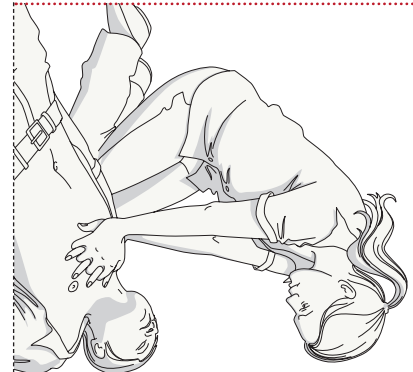
Hatırlamanız için: Kesin, iki defa katlayın ve acil durumlar için saklayın.



1. KONTROL EDİN
Reaksiyon yok mu? Solunum kesilmiş mi ya da normal değil mi?



2. YARDIM ÇAĞIRIN
112'ye telefon açın. Ya da başka bir kişinin Acil Yardım'a telefon açmasını sağlayın.



3. MASAJ YAPIN
Güçlü ve hızlı şekilde göğüs kafesinin ortasına bastırın: en az **dakikada 100 kere**. Yardım gelene kadar ara vermeyin.