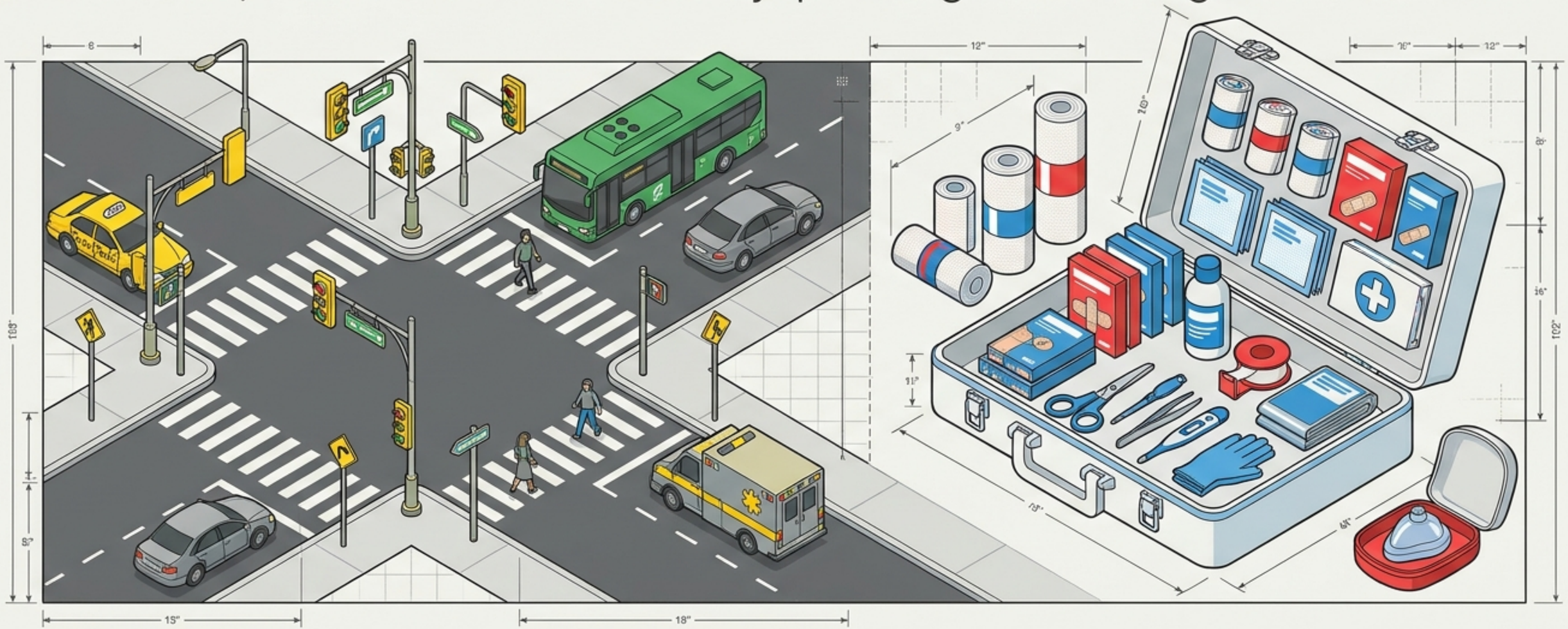
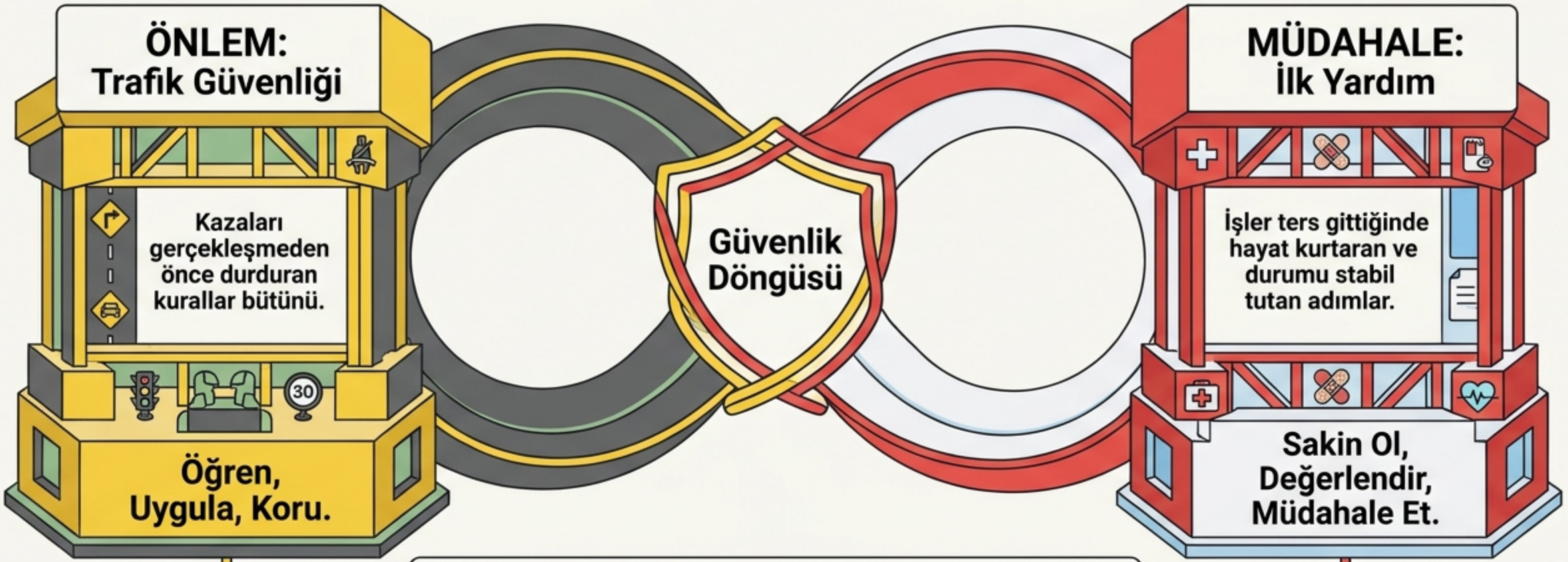
Bölüm 1: Önlem (Trafik) | **Bölüm 2:** Müdahale (İlk Yardım)

Hayatta Kalma Kılavuzu: Trafik ve İlk Yardım

Kuralların, tehlikelerin ve kriz anında yapılması gerekenlerin görsel anatomisi.



Güvenliğin İki Sütunlu Savunma Hattı



Trafik Ekosisteminin Aktörleri

Trafik Ekosistemi

İnsanlar



Yaya

Taşıtlar



Taşıt



Toplu Taşıma

Yollar ve Alanlar



Yaya kaldırımı



Yaya geçidi



Üst geçit



Alt geçit



Banket

Taşıt yolu kenarında yayalar için ayrılmış zorunlu alan

Düzenleyiciler



Işıklı trafik işaret cihazı



Trafik işaret levhası

Trafik İşaretlerinin Geometrik Dili



Üçgen

Tehlike ve Uyarı İşaretleri

Sizi yoldaki olası bir tehlikeye karşı uyarır. Dikkatli olmanızı söyler.



Yuvarlak

Trafik Tanzim İşaretleri

Trafiği düzenler. Yasakları, kısıtlamaları ve zorunlulllukları bildirir.



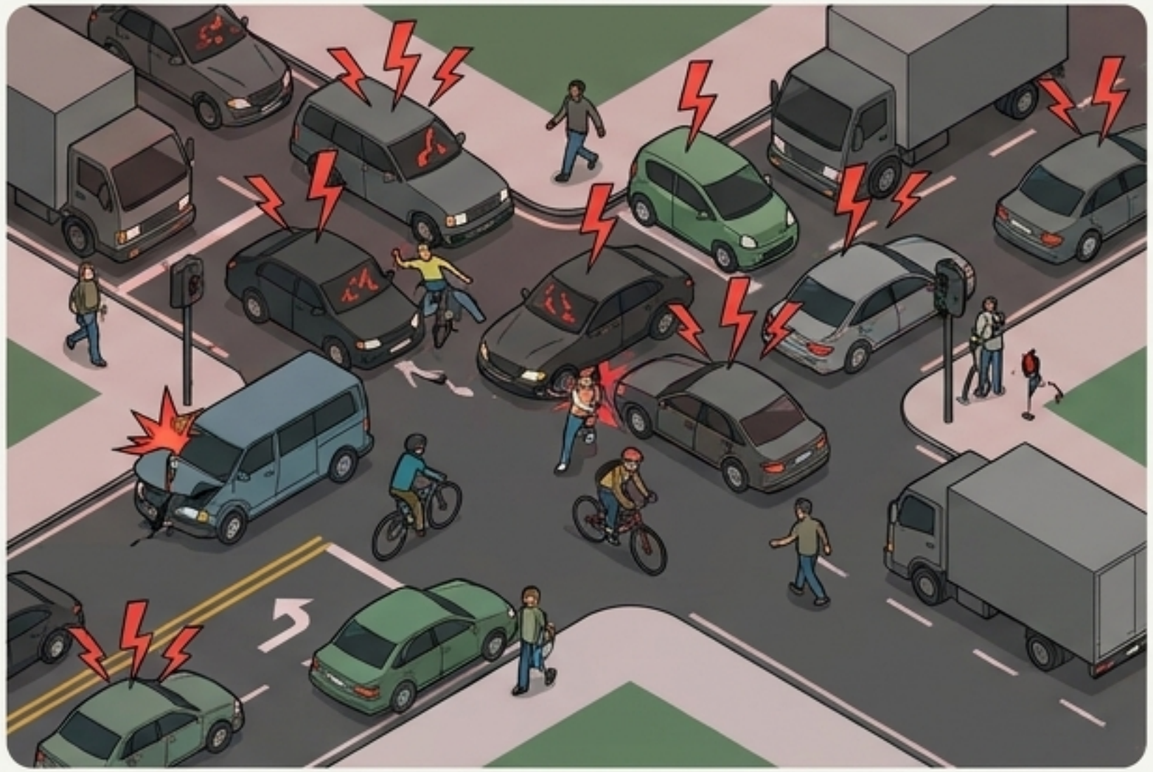
Kare / Dikdörtgen

Bilgi İşaretleri

Yol, güzergah ve çevredeki tesisler hakkında rehberlik sağlar.

Kurallar Neden Hayatidir?

Kaos



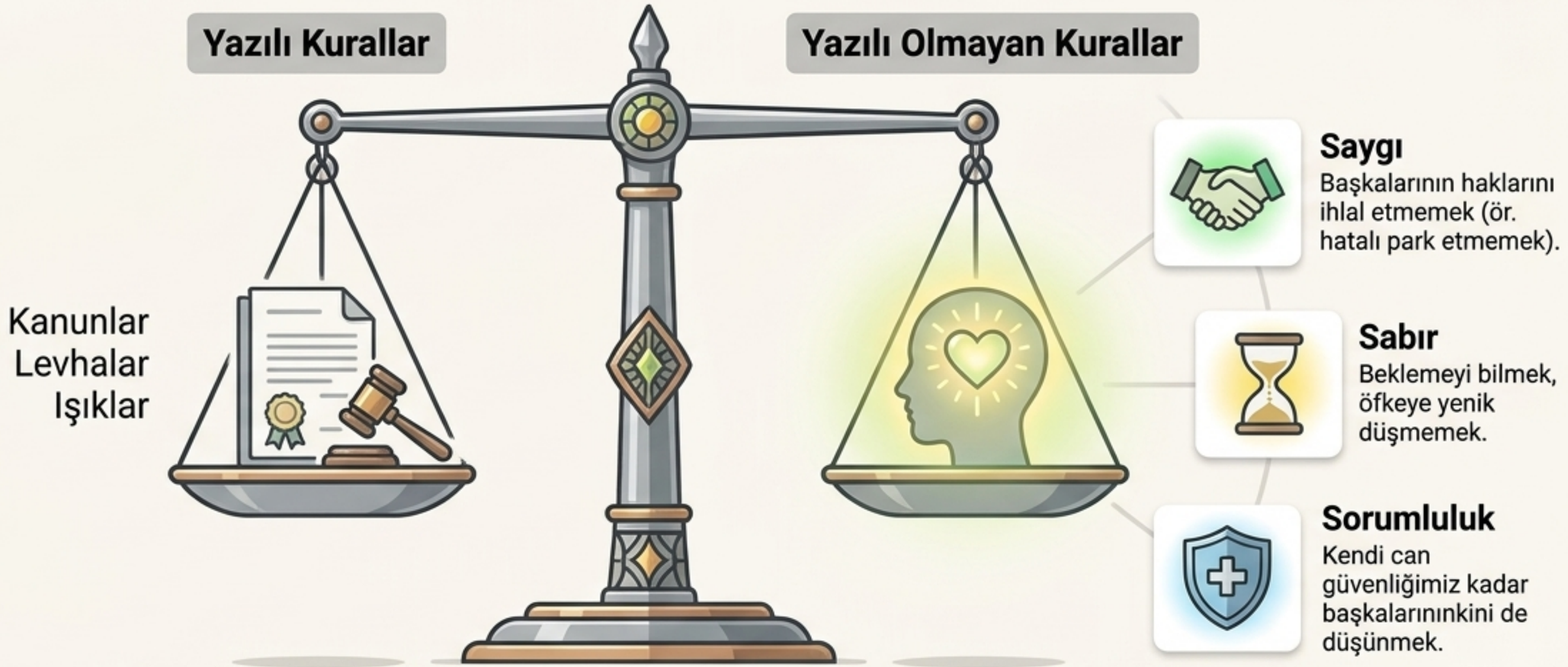
Trafik düzeni Karayolları Trafik Kanunu ile güvence altına alınmasaydı, can ve mal güvenliği tehlikeye girerdi.

Düzen



Kurallar, herkesin ne yapacağını önceden bilmesini sağlayarak sistemi akıcı ve güvenli hale getirir.

Yazılı Olmayan Kurallar: İnsan Faktörü



Trafik güvenliği, tehlikelerin farkında olmakla başlar; ancak sadece kendi canımızı değil, trafikteki herkesin güvenliğini gözeterek sağlanır.

Kriz Anı: İlk Yardı İlk Yardım Nedir, Ne Değildir?

İlk Yardım	Acil Tıbbi Müdahale
Kim Yapar? İlk yardım eğitimi almış kişi.	**Kim Yapar?** Sağlık profesyonelleri (Doktor, Paramedik).
Nerede? Olay yerinde (sağlık ekibi gelene kadar).	**Nerede?** Ambulansta veya hastanede.
Ne ile? Tıbbi araç gereç aranmaksızın, olay yerindeki mevcut araç ve gereçlerle.	**Ne ile?** Özel tıbbi ekipman ve cihazlarla.
Yöntem: İlaçsız uygulamalardır.	**Yöntem:** İlaçlı ve cerrahi müdahaleler içerir.

112 İletişim Hunisi



Olay Yeri Yönetimi: Altın Kurallar

YAPMA! (Kesin Yasaklar)

Hareket Ettirme:

Hasta veya yaralı, olay yerinde tehlike (yanma, patlama vb.) yoksa ASLA yerinden kımıldatılmaz. Baş-boyun-gövde ekseni korunmalıdır.

Yarayı Gösterme:

Hasta/yaralının kendi yarasını görmesine izin verilmemelidir (paniği ve şoku önlemek için).

Ağızdan Bir Şey Verme:

Bilinci kapalı veya ağır yaralı kişilere yiyecek/içecek verilmez.

YAP! (Altın Kurallar)

Hızlı ve Sakin Ol:

Müdahale hızlı ancak sakin ve bilinçli bir şekilde yapılmalıdır.

Yalnız Bırakma:

Tıbbi yardım (112) gelene kadar yaşamsal bulgular izlenmeli, hasta yalnız bırakılmamalıdır.

Doğru Bilinen Yanlış: Burun Kanaması

Yanlış Uygulama



✗ Başı geriye atmak kanın mideye veya nefes borusuna kaçmasına neden olur.

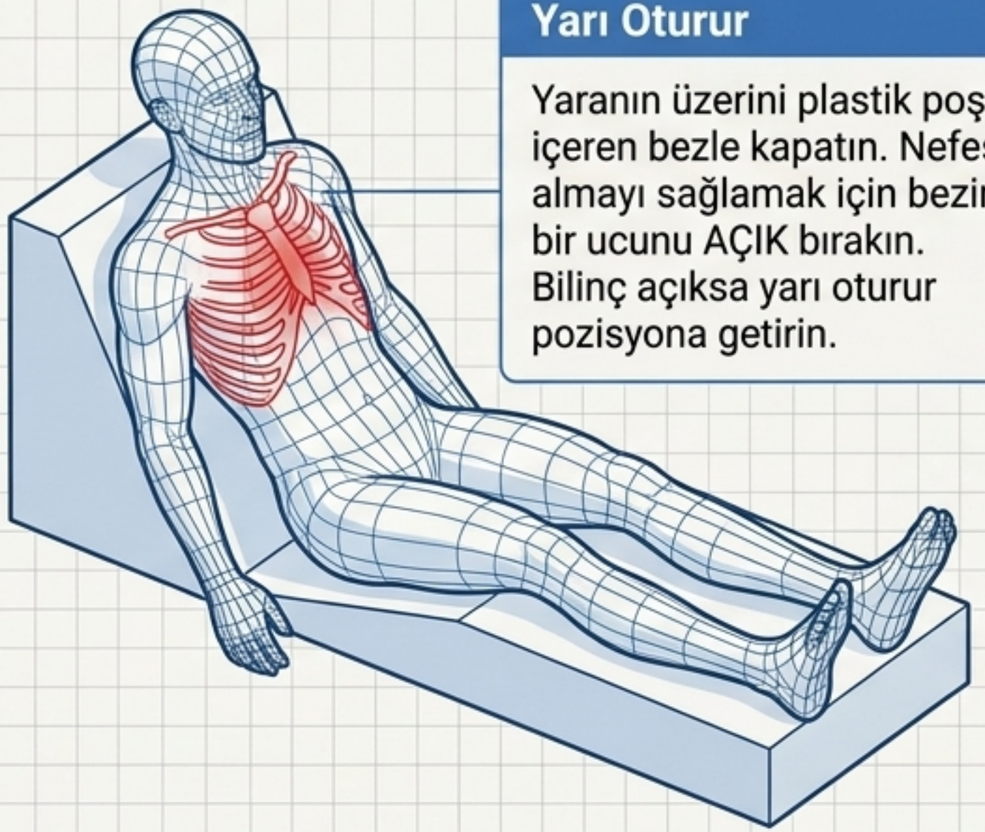
Doğru Uygulama



✓ Öncelikle **sakin olun**. Mümkünse oturtun. Hastanın başını öne doğru eğin. Bu sayede kanama dışarı akar ve boğulma riski önlenir.

Anatomik Pozisyon Matrisi

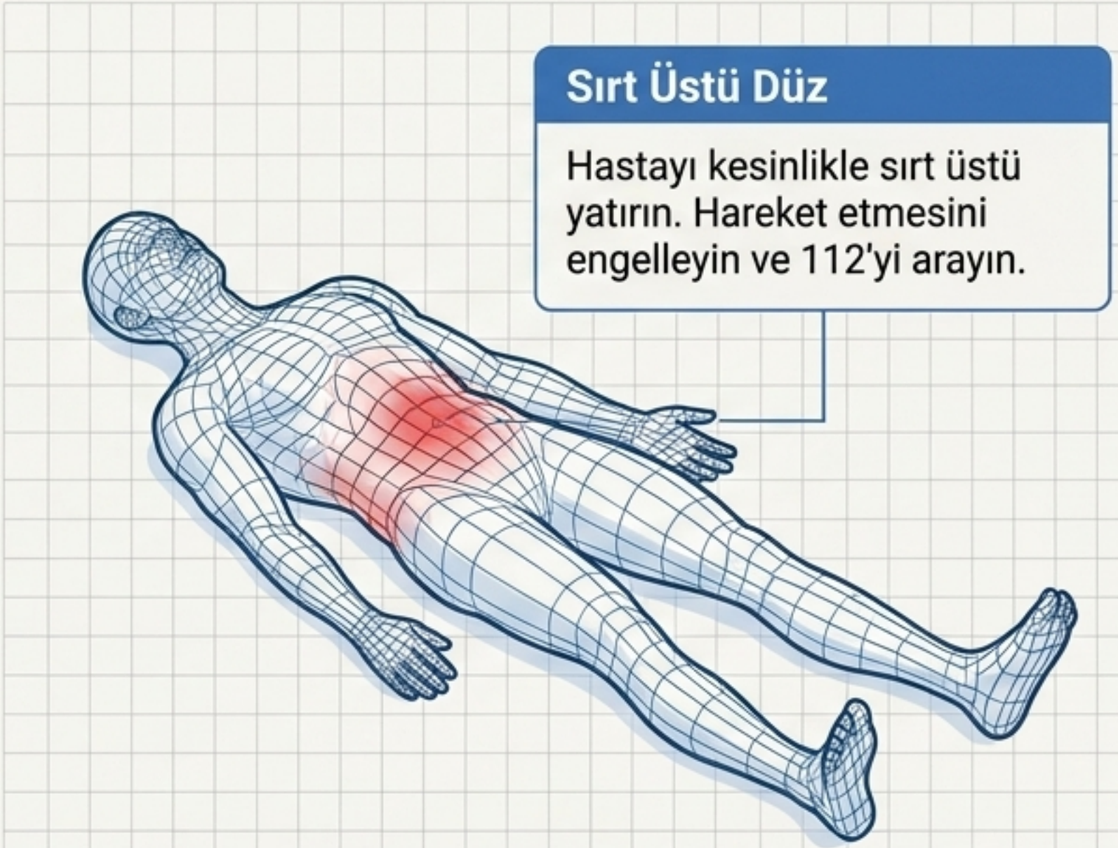
Delici Göğüs Yaralanması



Yarı Oturur

Yaranın üzerini plastik poşet içeren bezle kapatın. Nefes almayı sağlamak için bezin bir ucunu AÇIK bırakın. Bilinç açıksa yarı oturur pozisyona getirin.

Delici Karın Yaralanması



Sırt Üstü Düz

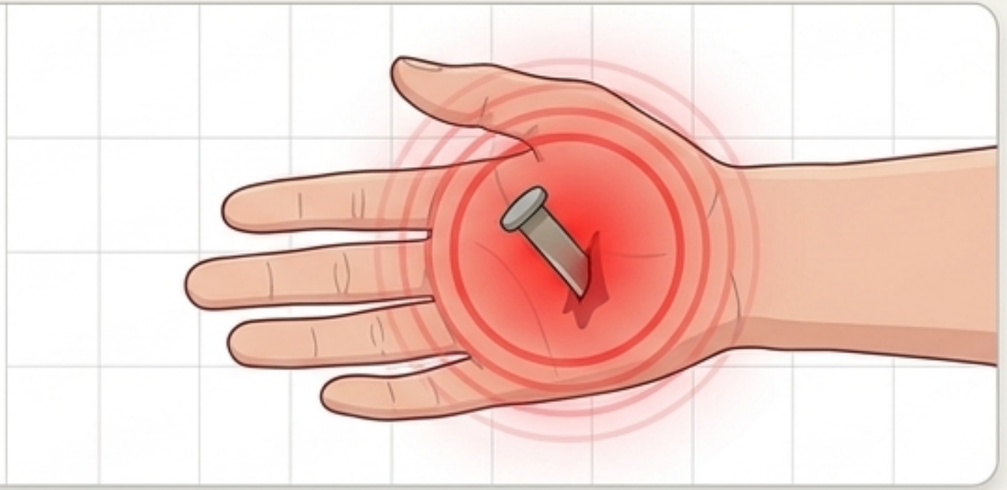
Hastayı kesinlikle sırt üstü yatırın. Hareket etmesini engelleyin ve 112'yi arayın.

Yabancı Cisimler ve Temas

Batan Cisimler

Batan cisim varsa ASLA çıkarmayın!

Cisim bir tıpaya dönüşmüş olabilir. Çıkarmak, ani ve durdurulamaz bir kanamaya veya iç damar yırtılmasına yol açar. Etrafını sabitleyin.



Deri Yoluyla Zehirlenme

Deriyi 15-20 dakika boyunca bol suyla yıkayın.

Zehir bulaşmış giysileri derhal çıkarın. Ellerin zehirli madde ile temasını önleyin.



Güvenlik Çemberi: İyi Vatandaşlık

Trafik Bilinci (Önlem)

Kurallara uymak, kazaları minimuma indirir. Bu, başkalarına duyduğumuz saygıdır.



İlk Yardım Bilinci (Müdahale)

Kaza gerçekleştiğinde doğru adımları bilmek, hayatta kalma oranını artırır. Bu, başkalarına duyduğumuz sorumluluktur.

Toplumsal Hayatta Kalma ve Refah

Trafik kazalarının birçoğu kurallara uyulmadığı için gerçekleşir. Ancak bir kriz anında hayatı kurtaran şey, panik değil, doğru ilk yardım bilgisidir. İyi bir vatandaş, hem kurallara uyan hem de gerektiğinde ne yapacağını bilen kişidir.