

# Kırıklar için ilk yardımın temelleri

Bir yetişkin insan genellikle 206 kemik içerir. Bir kemiğe, yük sınırını aşan doğrudan veya dolaylı bir kuvvet etki ederse, kemik kırılabilir ve kırık meydana gelir. Bakım müşterilerinizde de her an kemik kırığı meydana gelebileceğinden, kemik kırıklarında hangi ilk yardım önlemlerinin alınması gerektiğini bilmeniz gerekir.

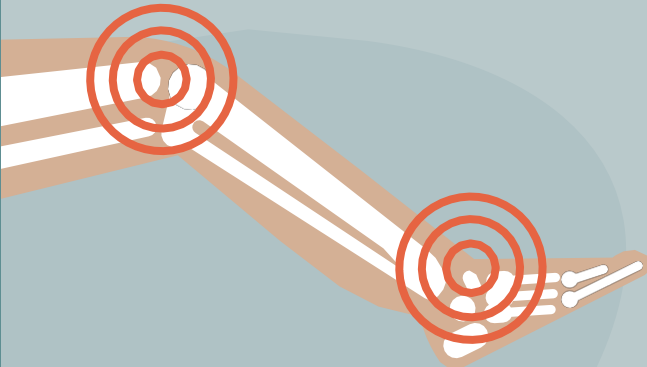


## En sık görülen kırıklar:

- Ön kol kemiği kırıkları genellikle ele düşme sonucu meydana gelir.
- Uyluk kemiği kırıkları genellikle osteoporozlu yaşlılarda kalça eklemi yakınında, genellikle düşme sonucu meydana gelir.
- Üst kol kemiği kırıkları da yaygındır.
- Kaval kemiği veya baldır kemiği kırıkları genellikle kazalar sonucu meydana gelir.

## Kırık türleri:

- **Tam kırık:** Kırık parçaları birbirine bağlı değildir.
- **Kısmi kırık:** Kemik sadece kısmen kırılmıştır.
- **Patolojik kırık:** Osteoporoz, tümör veya diğer patolojik değişiklikler nedeniyle zayıflamış bir kemiğin kırılması
- **Parçalı kırık:** 6'dan fazla parçaya ayrılan kemik kırığı
- **Açık kırık:** Kırık yerinde bir yara veya kemik parçaları görünür.
- **Kapalı kırık:** Görünür yara yok: örneğin anormal hareketlilik, bükülme, hareket sırasında sürtünme veya gıcırtı sesleri ile fark edilebilir. Şişlik, hareket kısıtlılığı ile birlikte ağrı, kanama ve koruyucu duruş, kesin olmayan kırık belirtileridir.





## Belirtiler ve semptomlar:

Kemik kırığının belirtileri, kırığın türüne ve ciddiyetine göre değişebilir, ancak tipik semptomlar şunlar olabilir şunlardır:

- **Ağrı:** Kırık bölgesinde hareket veya dokunulduğunda artabilen şiddetli ağrı.
- **Şişlik:** Kırık bölgesinde şişlik veya şişkinlik olabilir.
- **Kanama:** Kırık bölgenin çevresinde kanama meydana gelebilir.
- **Deformite:** Etkilenen bölge deforme olabilir veya doğal olmayan bir pozisyonda olabilir.
- **Hareket kısıtlılığı:** Etkilenen uzvu normal şekilde hareket ettirmede zorluk veya yetersizlik.
- **Uyuşma veya karıncalanma:** Özellikle kırık bölgesine yakın sinirler etkilenmişse uyuşma veya karıncalanma hissi ortaya çıkabilir.
- **Kırık sesi:** Bazı durumlarda, kemik kırılması duyulabilir bir çatlama sesiyle birlikte olabilir.
- **Kanama:** Açık kırıklarda dış kanama meydana gelebilir.

Birinin kemik kırığı olduğundan şüpheleniyorsanız, derhal tıbbi yardım almanız önemlidir. Profesyonel yardım gelene kadar, yaralı bölgeyi sabit tutmaya ve yaralıyı sakinleştirmeye çalışabilirsiniz. Ancak, kemik kırığını kendiniz tedavi etmeye veya manipüle etmeye çalışmayın, çünkü bu yaralanmayı daha da kötüleştirebilir.



## Kırıklar acil bir durumdur

Her kırık, kemiklerin yanı sıra çevre dokular, kan damarları ve sinirler ve en kötü durumda organlar da zarar görebilir. Bu, ciddi kan kaybına ve hayati tehlike arz eden şoka yol açabilir. Kırık şüphesi varsa, derhal acil servisi çağırmanızdır.



## İlk yardım önlemleri:

Örneğin, bakım müşterisini yerde bulursanız, aşağıdaki ilk yardım önlemlerini almalısınız:

- Sakin olun ve etkilenen kişiyi sakinleştirmeye çalışın.
- Öncelikle hayati fonksiyonlarını (bilinç, solunum ve nabız) kontrol edin.
- Ardından hemen acil yardım çağırın. Durumu ve bakım müşterinizin durumunu açıklayın.
- Hayati fonksiyonlarda bir bozukluk yoksa, yaralı kişinin yanında kalın ve ambulans gelene kadar yaralı kişiye mümkün olduğunca rahat ettirmeye çalışın. Genellikle yaralı kişi ağrıyı en aza indirmek için kendini koruyan bir pozisyon almış olacaktır. Yumuşak bir malzeme ile bu pozisyonu destekleyerek yardımcı olun.
- Bakım müşterinizi mümkün olduğunca sadece bu durumun rahatlamasına yardımcı olacaksa hareket ettirin.
- Açık kırığın yarasını steril bir ped veya bandajla örtün.
- Kapalı bir fitik, acil servis ekibi gelene kadar ağrı ve şişliği azaltmak için soğuk kompreslerle dikkatlice tedavi edilebilir.
- Sürekli sıcak tutmayı unutmayın – bakım hastasını örtün. Bakım hizmeti aldığınız kişiyi örtün.
- Bilinci kapalıysa, hastayı stabil yan pozisyona getirin ve hayati fonksiyonlarını sürekli kontrol edin.
- Kalp-dolaşım durması durumunda derhal resüsitasyona başlayın.



NOT: Yaralı kişi genellikle

çünkü ani ağrı dolaşım bozukluğuna yol açar. Bu durumda hayati fonksiyonlara özellikle dikkat edin, çünkü bayılma vücudun bir koruma tepkisidir.



### Özel durum "Kafatası kırığı"

Yaklaşık 206 kemik olduğundan, farklı kemik kırıklarında dikkate alınması gereken özel durumlar olduğu açıktır.

Kafatası kırıkları özel bir konuma sahiptir. Çünkü nispeten hafif kafa yaralanmaları (örn. yırtıklar) bile, kafa derisi ve yüz bölgesinin kan dolaşımının yoğun olması nedeniyle dramatik sonuçlar doğurabilir ve buna bağlı olarak şiddetli kanamalar ve şişlikler meydana gelebilir. Tersine, semptomları az olan ancak tehlikeli kafatası yaralanmaları da vardır, örneğin kafatası tabanı kırıkları: Bunlar bazen kulaktan hafif bir kanama ile fark edilir veya hatta dış belirtiler göstermez.



### Kafatası kırıklarında farklı semptomlar

- Kafa yaraları, burun veya kulaktan görülebilen kanamalar
- Görme bozuklukları (örneğin çift görme)
- Geçici bilinç bozuklukları
- Motor veya duyu bozuklukları (sadece baş bölgesinde değil, tüm vücutta)



### Yukarıdaki semptomlarda acil müdahale gerekir:

- Hayati fonksiyonları kontrol edin.
  - Hemen acil yardım çağırın, mümkün olduğunca yaralanmanın nasıl meydana geldiğini ve hastanın durumunu açıklayın.
- Kafatası yaralanması (şüphesi) durumunda, bilinçsiz veya sersemlemiş hastayı, ambulans gelene kadar stabil yan pozisyona getirin. Uyanık hastalar için, üst gövdesi yükseltilmiş oturma veya yatma pozisyonu uygundur.
- Tüm kafatası yaralanmaları olan hastalar – uyanık olanlar da dahil – durumları hızla değişebileceğinden kesintisiz olarak gözlemlenmelidir.
- Varsa, açık yaraları steril bandajlarla kapatın. Steril malzeme yoksa, mümkün olduğunca temiz malzeme kullanın.



### Özel durum "omurga kırığı"

Omurgada ağrı ile birlikte düşme sonrası her zaman bir yaralanma olasılığını göz önünde bulundurmalısınız. Nörolojik belirtiler (örneğin karıncalanma, uyuşma, güçsüzlük, felç, duyu bozuklukları, mesane/rektum bozuklukları) ortaya çıkarsa, ilgili omurga yaralanması çok muhtemeldir. Nörolojik bozukluklar genellikle yaralanma seviyesinin altındaki vücut bölgelerini etkiler.



### Tıbbi açıdan geçerli olan şudur:

İlgili kaza mekanizmasına göre, aksini kanıtlanana kadar omurga yaralanması . Hemen 112 acil servisi arayın. Bakım müşterilerinizden biri düşmüşse ve omurga bölgesinde ağrı hissediyorsa, her zaman bir yaralanma olasılığını göz önünde bulundurmalısınız. Ayrıca, sinir yetmezliği gibi nörolojik belirtiler de ortaya çıkarsa

- sinir yetmezliği,
- karıncalanma,
- uyuşma,
- halsizlik,
- felç,
- duyu bozuklukları,
- Mesane/bağırsak bozuklukları,

o zaman omurga kırığı olasılığı çok yüksektir. Bu kırıklar genellikle yaralanmanın altında bulunur, asla üstünde değil! Tıbbi açıdan, ilgili bir kaza sonrası her hastada, sonraki teşhislerle aksinin kanıtlanana kadar omurga yaralanması olduğu varsayılmalıdır. Bu nedenle her zaman acil yardım çağırın.



**DİKKAT:** Bakım müşteriniz uyanık ve iletişim kurabiliyorsa, hareket etmemelidir. Ancak bilinçsizse, burada da hayat kurtaran acil önlemler alınmalıdır. önlemler alınmalıdır, çünkü bunlar her zaman önceliklidir.



## İlk yardım ilkeleri:

### Hareket

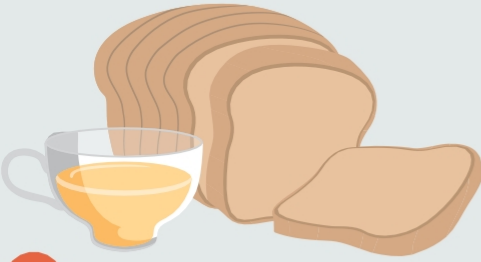
ettirmeyin;  
**baş/boynu nötr pozisyonda** elle sabitleyin, fleksiyon/rotasyon yapmayın.



**Sakinleştirin, sıcak tutun, izleyin** (bilinç, Solunum, dolaşım).



**Yiyecek/sıvı** vermeyin.



**Kaskları çıkarmayın** (akut solunum yetmezliği durumunda ve sadece eğitimli kişiler tarafından).



**Bilinci kapalı, ancak solunum var:** sadece solunum yollarını korumak için gerekliyse stabil yan pozisyon – bu sırada mümkün olduğunca nazik davranın, boyun omurgasını koruyun.



### Normal solunum yok:

Resüsitasyona başlayın – solunum yollarını güvence altına almak önceliklidir, teorik olarak bu durum boyun omurgasında hareketlere neden olabileceği.

