



## DOĞAL AFET SONRASI ACİL YARA BAKIMI\*

Deprem gibi doğal afetler sırasında ve sonrasında yaralanma riski yüksektir. Hızlı ilk yardım, küçük yaraların iyileşmesine ve enfeksiyonun önlenmesine yardımcı olabilir.



### Kendinizi ve ailenizi korumak için aşağıdaki adımları atın:



Açık yaranız varsa kirli sularla temastan kaçının.



Açık yaraları, sabun ve temiz su ile iyice yıkayarak mümkün olduğunca temiz tutun.



Enfeksiyon olasılığını azaltmak için temiz ve açık yaraları su geçirmez bir bandajla kapatın.



Bir yarada kızarıklık, şişme veya sızıntı veya ateş, artan ağrı, nefes darlığı, hızlı kalp atışı, bilinç bulanıklığı veya oryantasyon bozukluğu ve yüksek kalp hızı gibi diğer enfeksiyon belirtileri gelişirse derhal tıbbi yardım alın.

### Yaralara dikkat edin:

- Mümkünse ellerinizi sabun ve temiz su ile iyice yıkayın.
- Tedavi ederken yaraya parmaklarınızla dokunmaktan kaçınin (mümkünse tek kullanımlık eldivenler kullanın).
- Yaralı bölgeden engelleyici takıları ve giysileri çıkarın.
- Kanamayı kontrol etmek için herhangi bir kanayan yaraya doğrudan baskı uygulayın.
- Kanama durduktan sonra yarayı temizleyin.
  - » Yaraları kir ve yabancı cisimler açısından inceleyin.
  - » Yarayı yavaşça şişelenmiş su veya temiz akan suya tutun (varsa, salin solüsyonu tercih edilir).
  - » Yaranın etrafını sabun ve temiz su ile nazikçe temizleyin.
  - » Kurulayın ve yapışkan bir bandaj veya kuru temiz bir bez ile kapatın.
- Temiz olmayan yaraları, ısırıkları ve delikleri açık bırakın. Doğru şekilde temizlenmeyen yaralar bakterileri tutabilir ve enfeksiyona neden olabilir.
- Mümkün olduğunda ağrı kesiciler sağlayın.
- Yarayı 24 saatte bir gözden geçirin



### Aşağıdaki durumlarda en kısa sürede tıbbi yardım alın:

- Yaranın içine gömülü yabancı bir cisim (toprak, tahta, metal veya diğer cisimler) varsa;
- Yara, bir hayvan ısırığının sonucu ise;
- Yara, kirli bir nesnenin delmesinin sonucu ise;
- Yara enfekte ise (ağrı ve sızı, şişlik, kızarıklık, akıntı varsa veya ateşiniz çıkarsa);
- Bilinç bulanıklığı veya yönelim bozukluğu, nefes darlığı, yüksek kalp hızı, ateş veya titreme, aşırı ağrı veya rahatsızlık, nemli veya terli cilt gibi kan zehirlenmesi (sepsis) belirtileriniz varsa.



Yaralarınız varsa, tetanoz aşısı için değerlendirilmelidir. Delici bir cisim tarafından yaralanmışsanız veya dışkı, toprak veya tükürük bulaşmış bir yaraya sahipseniz, kişisel kayıtlarınıza göre güçlendirici bir doz tetanoz aşısının gerekli olup olmadığı hakkında bir sağlık uzmanına danışın.