

## “Mülki müdafiə” dərslərində yeniyetmə və gənclərə ilk yardım zamanı yol verilən xətalərin aşılması

**Rafael Nəsir oğlu Soltanov**  
*tibb elmləri üzrə fəlsəfə doktoru*  
**E-mail:** Rafael.soltanov.52@bk.ru

**Rəyçilər:** t.ü.f.d. X.İ. Səfərova,  
psixol.r.f.d. L. Mürsəlbəyova

**Açar sözlər:** ilk yardım, xilasedicilər, zərərçəkmiş, sağlamlığın qorunması

**Ключевые слова:** первая помощь, спасатели, пострадавшие, здравоохранение

**Key words:** first aid, rescuers, victims, health care

İlk tibbi yardımın göstərilməsi məsələnin araşdıran beynəlxalq ekspert komissiyası ilk yardım dedikdə, təsadüfi şahid tərəfindən (və ya zərərçəkənlə) minimal tibbi ləvazimatlarla və ya onsuz (əl altında olan vasitələrlə), vəziyyəti qiymətləndirdikdən sonra göstərilən yardımı nəzərdə tutur.

“İlk yardım” termini beynəlxalq termindir, əksər ölkələrdə istifadə olunur. Son vaxtlara qədər “ilk yardım” və “ilk tibbi yardım” terminləri yanaşı işlədilirdi. Hal-hazırda ilk tibbi yardım termini rəsmən istifadə olunmur və köhnəlmiş hesab olunur. Terminoloji problemləri rəsmən aradan qaldırmaq üçün “ilk tibbi yardım” termini tədricən rəsmi sənədlərdən çıxarılmalıdır.

İlk yardım tibbi yardım hesab olunmur və zərərçəkənə tibbi yardıma qədər göstərilir (xüsusi tibbi alətlərdən, avadanlıqlardan, dərmanlardan və tibbi manipulyasiyalardan istifadə etmədən). Tibbi yardımdan fərqli olaraq, ilk yardımı istənilən şəxs göstərə bilər. Tibbi işçiləri isə ilk yardımı Səhiyyə Nazirliyinin əmri ilə təsdiq edilmiş həcmdə göstərməyi bir vəzifə borcu olaraq bacarmalıdır. Ona görə də tibbi yardım göstərilənədək zərərçəkənə ilkin tibbi yardım göstərilməlidir. Bu kimi vərdişlər isə yeniyetmə və gənclərimizə təhsil müəssisələrində keçirilən “Mülki müdafiə” dərsləri zamanı öyrədilməlidir.

Bütün bunlarla yanaşı, müəyyən kateqoriyaya aid olan şəxslər üçün ilk yardımın göstərilməsi müvafiq qanun və qaydalara əsasən vəzifə borcu hesab olunur. Bunlar Fövqəladə Hallar Nazirliyinin, Dövlət Yanğından Mühafizə Xidmətinin, Xüsusi Riskli Xilasetmə Xidmətinin, Daxili İşlər Nazirliyinin, Dövlət Yol Polisinin və s. qurumların əməkdaşları, hərbiçilər, əməyin mühafizəsi mütəxəssisləri, tibb işçiləri, hadisənin şahidləri, nəqliyyat vasitələrinin sürücüləri və sairə şəxslərdir.

Xəstəxanayaqədərki dövrdə hadisə yerində zərərçəkənin həyatı ona göstərilən ilk yardımın keyfiyyətindən asılıdır. Tez bir zamanda – ürəyin və tənəffüsün qəflətən dayanmasının ilk dəqiqələrində, digər hallarda isə - 1 saat (yəni “qızıl vaxt”) ərzində və yüksək səviyyəli ilk yardımın ardıcıl göstərilməsi əlillik və ölüm hallarının sayını azaldır. Məhz yeniyetmə və gənclərimiz də aşağıda qeyd edəcəyimiz bu kimi zəruri vərdişlərə məhz təhsil müəssisələrində yiyələnməlidirlər.

### 1. Burun qanaxması vaxtı başı arxaya qatlamaq

Burun qanaxmasının səbəbləri müxtəlifdir, çünki burun boşluğundakı qan damarları bir çox qıcıqlandırıcıya, o cümlədən quru havaya və sizin barmaqlarınıza qarşı həssasdır. Bəzi hallarda qanaxmanın səbəbi sağlamlıqla bağlı problemlər ola bilər, odur ki, həkimlə məsləhət-

ləşməyə dəyər. Lakin səbəbindən asılı olmayaraq, əvvəllər həmişə qanaxmanı dayandırmaq üçün başı arxaya qatlamaq tövsiyə olunurdu. Bu yanlış fikir unutmağın vaxtıdır! Bunu edən zaman bütün qan boğazınıza axır və siz onu ya udmalı, ya tükürməlisiniz. Yaxşı olar ki, burunüstünü 20 dəqiqəlik sıxıb saxlayasınız. Hə, ağızla nəfəs almalı olacaqsız, amma buna müqabil qanaxma tezliklə kəsiləcək.

## **2. Huşunu itirmiş adamı oturtmağa cəhd göstərmək.**

İnsan huşunu itirəndə bizim ilk reaksiyamız ona oturmağa kömək etməkdir, xüsusən, sil-kələyib oyatmağa cəhdləri nəticə vermirsə. İlk növbədə, onu tənəffüsünü və nəbzini yoxlamalısınız. Bu göstəricilər normaldırsa, adamı uzanıqlı vəziyyətdə saxlayın, amma ayaqlarını yerdən 30 sm hündürlüyə qaldırın. Yaxasını açın, kəmərinə boşaldın, qoy sərbəst nəfəs alsın. Özünə gələndən sonra onu qaldırmağa tələsməyin, çünki təkrar bayıla bilər.

## **3. Gərilmiş yerin ya sınığın üstünə isti kompres qoymaq**

Əslində, zədələnmiş yerin üzərində buz qoymaq gərəkdir, isti kompres xroniki ağrılar mütləq bel ağrıları üçündür. Sınıq və gərilmə hallarında isə kompres zədələnmiş yerə qan axımını gücləndirir və mayenin xaric olunmasını ləngidir. Buz isə şişkinliyi və əzələ spazmını azaldır. Buz kompresi həmişə parçaya bükülməli və ən azı 20 dəqiqə saxlanılmalıdır.

## **4. Qırıntıları yaradan təkbaşına çıxmaq**

Ayağınıza şüşə batıbsa, ilk reaksiyanız dərhal qırıntıları çıxarmaq olur. Amma bunu qeyri-steril alətlə etsəniz, yaxud yara güman etdiyinizdən dərindirsə, özünü xeyirdən çox zərər yetirəcəksiniz. Odur ki, əvvəlcə əmin olun ki, alətiniz sterildir. Ən yaxşısı isə peşəkarlara üz tutun. Qırıntı gözünüzdə düşübsə, onu yumun, tənizlə örtün və xəstəxanaya yollanın

## **5. Yanığı çox tez işləmək**

Yanıq vaxtı ən əvvəl yanmış yeri soyuq axar su altına tuturuq. Ən böyük səhvimizə də odur ki, bunu cəmi bir neçə saniyə və ya (nadir hallarda) bir-iki dəqiqəlik edirik. Əslində isə, yanıq ən azı 20 dəqiqə soyuq su altında saxlanılmalıdır. Belə ki, yanığa səbəb olmuş istilik səthi qatı soyutduqca istilik daxilə işləməyə davam edir. Məhz buna görə yanmış yeri mümkün qədər çox soyuq su altında saxlayın.

## **6. Boğazda yad cisim qalan kimi dərhal Heymlix üsulunu tətbiq etmək**

Ətrafınızda kiminsə boğazından şey qalıb boğulursa, Qırmızı Xaç dərhal Heymlix üsulunu tövsiyə etmir. Əslində, boğulanın arxasına keçib onu irəli əymək və ovcunuzun aşağısı ilə kürəyini 5 qısa zərbə ilə döyücləmək lazımdır. Yalnız nəticə almadıqda Heyvlx üsulu tətbiq olunur. Boğulanı tənəffüs yollarındakı yad cisimdən azad etmək üçün yuxarı qarın hissəsindən sıxıb yuxarı 5 sürətli təkan etmək lazımdır.

## **7. Epileptik tutma vaxtı adamın ağız boşluğuna əşya salmaq**

Epileptik tutma vəziyyətində olan şəxsi görəndə adamlar çalışır ki, onun ağızına əşya salıb dilini dişləməyə qoymasınlar. Əslində, bu cəhd həm xəstənin, həm yardım göstərənin özü üçün təhlükəlidir.

Digər bir səhv xəstənin hərəkətlərini məhdudlaşdırmaq cəhdidir. Əslində, tənəffüs yollarını azad etmək üçün onu böyür üstə çevirmək lazımdır. Əmin olmaq lazımdır ki, ətrafda zərərçəkmiş yaralaya biləcək iti əşyalar yoxdur. Tutmaların çoxu 5 dəqiqədən çox çəkmir, amma 5 dəqiqədən sonra xəstənin vəziyyəti düzəlmirsə, yardım çağırın.

## **8. Ürək tutması keçirənlərə süni tənəffüs etmək**

Ürək tutması keçirən adam görəndə kimi, bir saniyə itirmədən təcili yardım çağırın. Sonra qapalı ürək masajına başlayın. Ürək masajı zərərçəkmişin sağ qalma şansını iki, hətta üç dəfə artırır. Hətta adamın nəbzi əllənmirsə və tənəffüsü yoxdursa, qapalı ürək masajı sayəsində orqanizmdə dövr edəcək kifayət qədər oksigen var. Çoxları düşünür ki ağızdan-ağıza üsulu ilə

süni tənəffüs masajdan vacibdir. Amerika Ürək Assosiasiyası məlumatlarına əsasən, bu düzgün yanaşma deyil.

### **9. Anlamadığınız etmək**

Xeyirxah insanlar bütün təcili hallarda köməyə atılır. Amma tutaq ki, Heymlix üsulunu və ya qapalı ürək masajını bacarmırsınızsa, xeyirdən çox zərər vurarsınız. Belə ki, qapalı ürək masajına başlayırsınız, amma bimirsiniz ki, bu zaman tənəffü yollarını açmaq üçün zərərçəkmişin başını arxaya əymək lazımdır. Odur ki, atacağınız ilk addımı təcili yardıma zəng edib peşəkarların məsləhətini dinləməkdir.

### **10. Qanayan yaraya turna qoymaq**

Bəli, turna qanaxmanı dayandıra bilər, amma bu bütün yaralar üçün universal yardım deyil. Yara zərərçəkmişin qolunda ya qıçındadırsa, sıx turna zədə yerinə qan gəlməsini dayandıra bilər, toxumalar oksigen aclığına məruz qalar, vəziyyət amputasiya ilə nəticələnə bilər. Odur ki, turna göstərəcəyiniz sonuncu yardımdır. Artıq bilirsiniz ki, əvvəlcə təcili yardım çağırırsınız, tibb işçiləri gələnə qədər qanayan yaranı əllərinizlə sıxın. Ən yaxşısı, bakteriyalar əlinizdən açıq yaraya keçməsin deyərək yarananın üzərinə steril tənəffü salfet qoyun. Bu üsul, hətta güclü arterial və ya venoz qanaxmanın qarşısını ala bilər. Qanı dayandırmaq mümkün oldusa, dərhal sıx sarğı qoyun. Turna yalnız o halda istifadə olunur ki, bütün əvvəlki səylərdən sonra güclü qanaxma davam edir. Amma o vaxta qədər tibb işçiləri özünü yetirməlidir.

**Məqalənin aktuallığı.** İlk yardım, zərərçəkənə göstərilən yardımın ən vacib mərhələsidir. Aydın məsələdir ki, hadisə zamanı heç bir tibbi nəqliyyat vasitəsi tibb işçiləri ilə həmin anda hadisə yerində olub, tibbi yardım göstərə bilməyəcək. Hadisə qəfləti baş verdiyi üçün zərərçəkənə ilk yardımı ətrafda olan insanlar (bundan sonra xilasedicilər) göstərməlidirlər. Buna görə də əhəlinin geniş təbəqələrinə, xüsusən də təhsil müəssisələrində yeniyetmə və gənclərə ilk yardımın əsaslarının öyrədilməsi əsas məqsəd olmalıdır və onlara ölkəmizdə qəbul olunmuş təhsil standartları və tədris protokollarına uyğun təlimlər keçirilməlidir. Məqalənin də aktuallığı onun məhz bu kimi vacib bir mövzuya həsr edilməsi ilə bağlıdır.

**Məqalənin elmi yeniliyi.** Məqalədə hadisə zamanı zərərçəkənə ilk tibbi yardımın göstərilməsinin əhəmiyyəti diqqətə çatdırılmaqla, bu zaman görülməsi zəruri sayılan tədbirlər barədə ətraflı məlumat verilir.

**Məqalənin praktik əhəmiyyəti və tətbiqi.** Məqalədən ali, orta ixtisas və orta ümumtəhsil məktəblərinin müəllimləri, tələbə və magistrantlar, eləcə də tibb işçiləri istifadə edə bilərlər.

## **Ədəbiyyat**

1. “Əhəlinin sağlamlığının qorunması haqqında” Azərbaycan Respublikasının Qanunu. Bakı, 2007.
2. Həyat fəaliyyətinin təhlükəsizliyi və tibbi biliklərin əsasları. Bakı, 2019.
3. Курс по неотложной медицине для учебных центров в Евразии. Руководство для преподавателей. Американский Международный Союз Здравоохранения, 2005
4. ACLS Provider Manual. American Heart Association. 2015

**R.N. Солтанов****Закрепление ошибок, допущенных при оказании первой помощи подросткам и молодежи на занятиях «Гражданская оборона»****Резюме**

Первая помощь – важнейший этап оказания помощи пострадавшему. Понятно, что медицинская машина с медперсоналом в момент аварии не появлялась на месте и не сможет оказать медицинскую помощь.

Ввиду внезапности аварии первую помощь пострадавшему должны оказать окружающие люди (затем спасатели). Они должны не только знать, как оказать первую помощь, но и уметь сортировать и организовывать первую помощь на месте массового мероприятия (при количестве пострадавших более 3-х). Поэтому основной целью должно быть обучение основам оказания первой помощи широких слоев населения, а их обучение должно осуществляться в соответствии с образовательными стандартами и протоколами обучения, принятыми в нашей стране.

**R.N. Soltanov****Inculcation of mistakes made during the first aid to adolescents and young people in “Civil Défense” classes****Summary**

First aid is the most important stage of assistance to the victim. It is clear that no medical vehicle appeared at the scene with the medical staff at the time of the accident and will not be able to provide medical assistance.

Due to the suddenness of the accident, first aid to the victim should be provided by people around (hereinafter rescuers). They must not only know how to provide first aid, but also be able to sort and organize first aid at the scene of a mass event (when the number of victims is more than 3). Therefore, the main goal should be to teach the basics of first aid to the general population, and they should be trained in accordance with the educational standards and training protocols adopted in our country.

**Redaksiyaya daxil olub: 16.05.2022**