



- KENDİSİNİN VE HASTA/YARALININ GÜVENLİĞİNDEN EMİN OLMA



- HASTA/YARALININ OMUZLARINA HAFİF DOKUNARAK VE "İYİ MİSİNİZ?" DİYE SORARAK BİLİNCİNİ KONTROL ETME

- EĞER BİLİNCİ YOK İSE;



ÇEVREDEDEN YÜKSEK SESLE YARDIM ÇAĞIRMA, TIBBİ YARDIM İSTEME (112)



HASTA/YARALININ KRAVAT, KEMER VE YAKASINI AÇMA



AĞIZ İÇİNİ KONTROL EDEREK HAVA YOLU TIKANIKLIĞINA NEDEN OLAN CİSİM VARSA ÇIKARMA



- HAVA YOLUNU AÇMAK İÇİN BİR ELİNİ HASTANIN/YARALININ ALNINA, DİĞER ELİNİN PARMAK UÇLARINI ÇENESİNİN ALTINA YERLEŞTİRME
- ÇENE KEMİĞİNİN UZUN KENARI YERE DİK GELECEK ŞEKİLDE BAŞI GERİYE DOĞRU EĞME, BAŞ GERİ ÇENE YUKARI POZİSYONU VERME



HASTA/YARALININ SOLUNUM YAPIP YAPMADIĞINI BAK-DİNLE-HİSSET YÖNTEMİYLE 10 SANİYE SÜRE İLE KONTROL ETME



- HASTA SOLUK ALIP VERMİYORSA (**İLK YARDIMCI YALNIZ İSE 112'YE BU AŞAMADA KENDİ HABER VERİR**) KALP BASISI UYGULAMAK İÇİN GÖĞÜS KEMİĞİNİ ORTALAYARAK GÖĞÜS KEMİĞİNİN ÜST VE ALT UCUNU TESPİT ETME



GÖĞSÜN MERKEZİNİ TESPİT ETME



GÖĞÜS MERKEZİNİN ALT YARISINA BİR ELİN TOPUĞUNU YERLEŞTİRME



- DİĞER ELİ BU ELİN ÜZERİNE YERLEŞTİRME
- HER İKİ ELİN PARMAKLARINI BİRBİRİNE KENETLEME



- PARMAKLARI GÖĞÜS KAFESIYLE TEMAS ETTİRMEYEN, DİRSEKLERİ BÜKMEYEN, GÖĞÜS KEMİĞİ ÜZERİNE VÜCUDA DİK OLACAK ŞEKİLDE TUTMA
- GÖĞÜS KEMİĞİ 5 CM İNECEK ŞEKİLDE 30 BASI UYGULAMA (DAKİKADA 100 KEZ)





- BAŞ GERİ ÇENE YUKARI POZİSYONU TEKRAR VERİLEREK HAVA YOLU AÇIKLIĞINI SAĞLAMA
- ALIN ÜZERİNE KONAN ELİN BAŞ VE İŞARET PARMAĞINI KULLANARAK HASTANIN BURNUNU KAPATMA
- HASTANIN GÖĞSÜNÜ YÜKSELTMEYE YARAYACAK KADAR HER BİRİ 1 SANİYE SÜREN 2 NEFES VERME, HAVANIN GERİYE ÇIKMASI İÇİN ZAMAN VERME



TEMEL YAŞAM DESTEĞİNE HASTA/YARALININ YAŞAMSAL REFLEKLERİ VEYA TIBBİ YARDIM GELENE KADAR KESİNTİSİZ DEVAM ETME