



# ESİM KURSU

(EV KADINLARI SAĞLIKTA İLK MÜDAHELE KURSU)

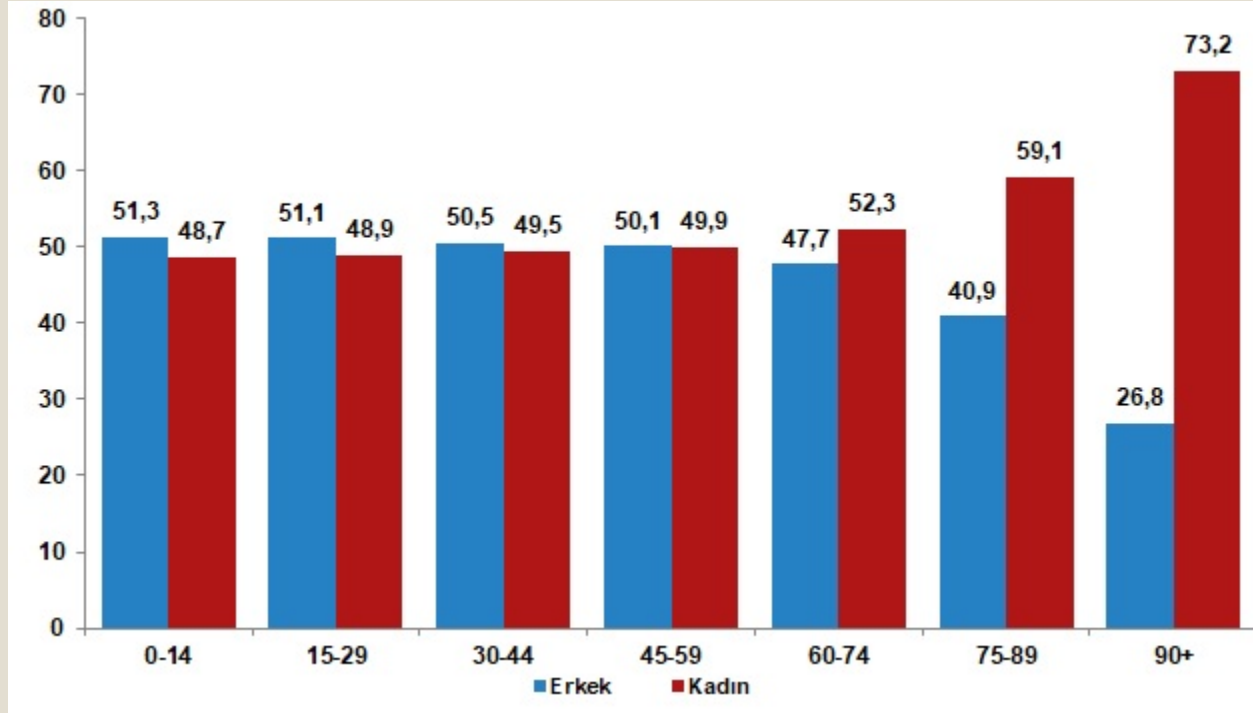
İNT.DR. ZEHRA BOLGÖNÜL  
İNT.DR.ZÜLAL ÇAY  
İNT.DR.MERVE KESKİN

# SUNUM İÇERİĞİ :

- TÜİK İSTATİSTİKLERİNDE EV KADINLARI
- EV KAZALARI
- KURS AMACI
- KURS İÇERİĞİ
- İŞBİRLİKLERİ



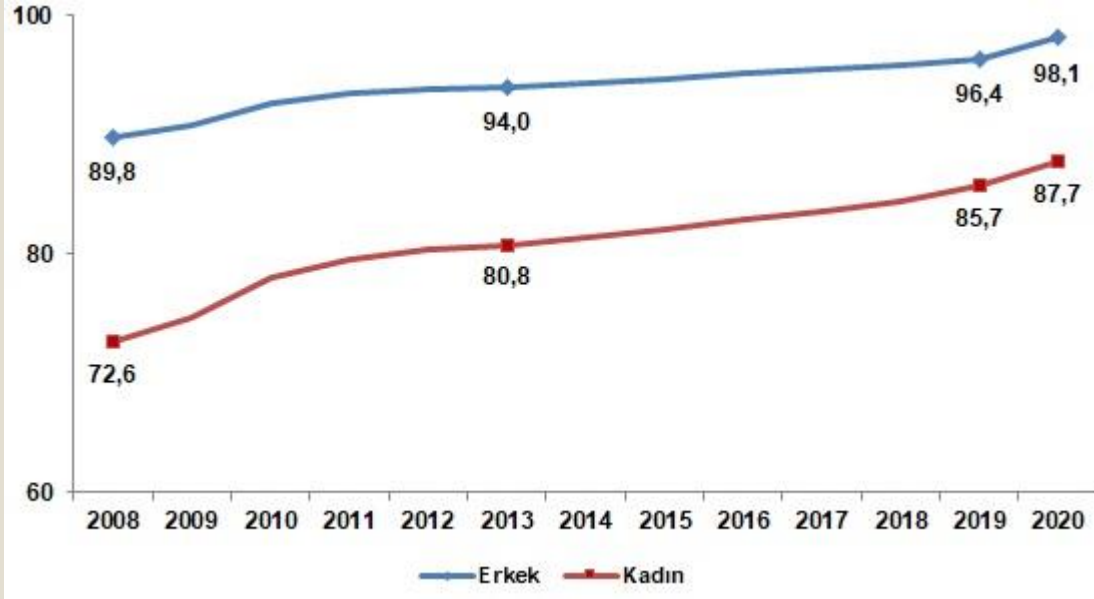
# CİNSİYETE VE YAŞ GRUBUNA GÖRE NÜFUS ORANI (%), 2021



Türkiye nüfusunun %49,9'unu kadınlar, %50,1'ini erkekler oluşturdu

Kaynak: TÜİK, Adrese Dayalı Nüfus Kayıt Sistemi Sonuçları, 2021

# CİNSİYETE GÖRE EN AZ BİR EĞİTİM DÜZEYİNİ TAMAMLAYANLARIN ORANI (%), 2008-2020



Kaynak: TÜİK, Ulusal Eğitim İstatistikleri Veri Tabanı, 2008-2020

- Ulusal Eğitim İstatistikleri Veri Tabanı sonuçlarına göre; 2008-2020 yılları arasında, 25 ve daha yukarı yaşta olan ve en az bir eğitim düzeyini tamamlayanların toplam nüfus içindeki oranının yıllar itibarıyla arttığı görüldü. En az bir eğitim düzeyini tamamlayan 25 ve daha yukarı yaştaki bireylerin toplam nüfus içindeki oranı, 2008 yılında %81,1 iken 2020 yılında %92,9 oldu. En az bir eğitim düzeyini tamamlayanların oranı cinsiyete göre incelendiğinde; 2008 yılında, kadınlarda %72,6, erkeklerde %89,8 olan bu oran, 2020 yılında sırasıyla %87,7 ve %98,1 oldu.

**En az bir eğitim düzeyini tamamlayan kadınların oranı %87,7 oldu**

# TÜİK İSTATİSTİKLERİNDE EV HANIMLARI:



**Türkiye'de 14.7 milyon ev hanımı var. Ev hanımları, Türkiye'de işgücüne dahil olmayan 29 milyon kişinin de yüzde 50'sini oluşturuyor.**

# EV KAZALARINA BAKIŞ

Ev kazaları, tüm dünyada önemli sağlık sorunları arasında. Her yaş grubunda görölmesine karşın özellikle çocuklar ve yaşlılar için önemli bir halk sağlığı sorunu.

Türkiye'de ev kazaları, trafik kazalarından sonra ikinci sırada ve kazaların yüzde 45,4 ü 0-6 yaş arasındaki çocuklarda görölüyor.

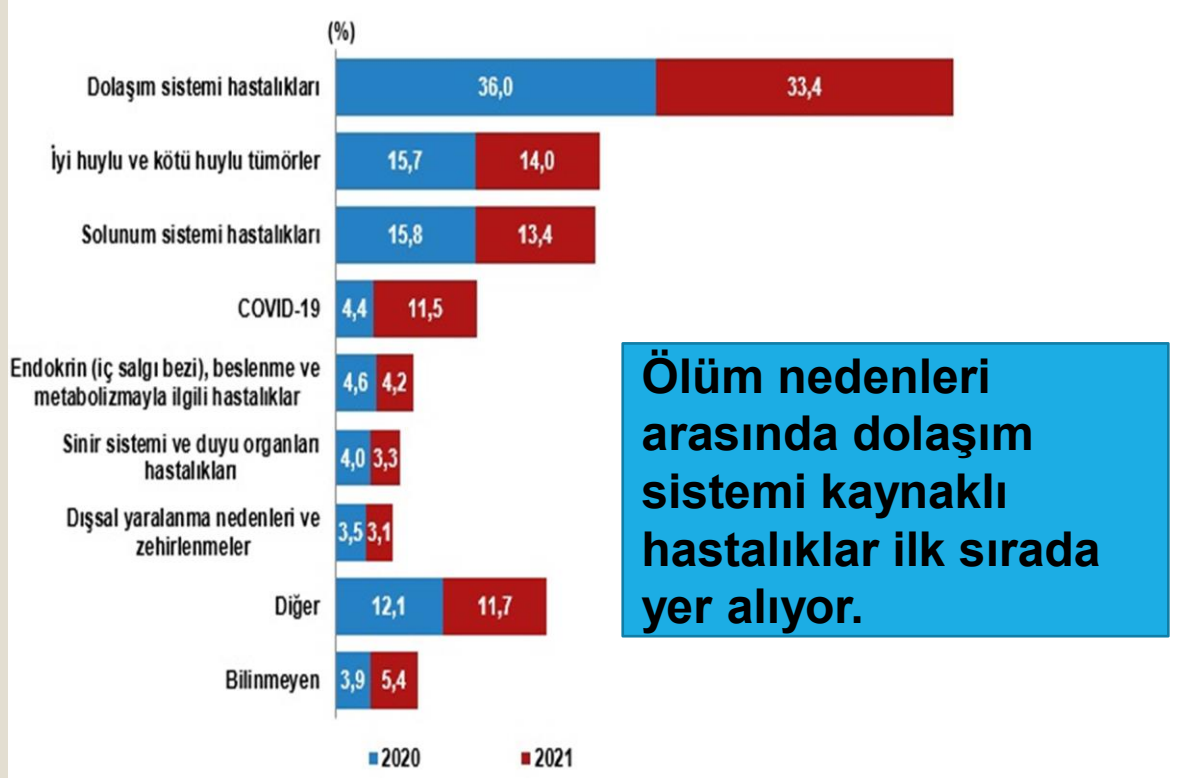
Düşmeler, yanıklar, zehirlenmeler evde yaşanabilecek kazaların başında geliyor.

Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) verilerine göre dünyada düşmeler, yanıklar, zehirlenmeler, ev kazalarındaki ağır yaralanma ve can kaybında en önemli sebeplerden.

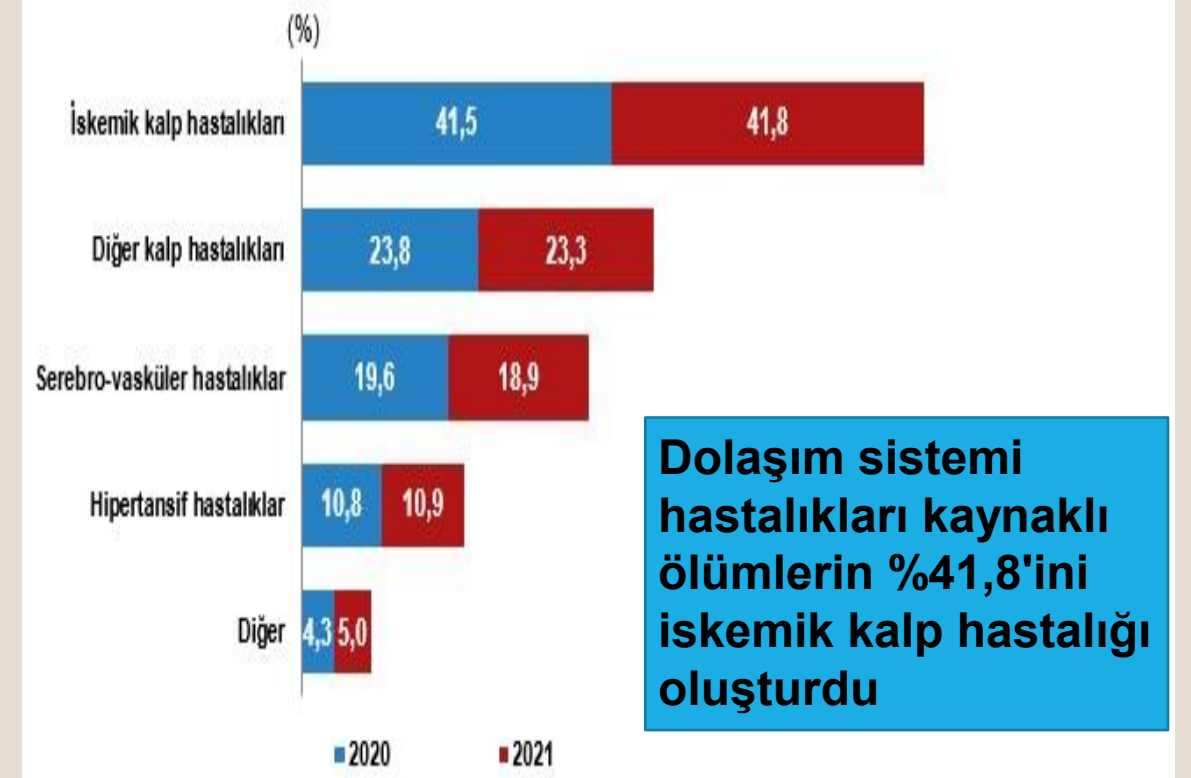
Uzmanlar, alınacak basit önlemlerle ev kazalarının önüne geçmenin mümkün olduğunu vurguluyor.



# TEMEL YAŞAM DESTEĞİ EĞİTİMİ NİÇİN VERİLMELİ?



<https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Olum-ve-Olum-Nedeni-Istatistikleri-2021-45715>



<https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Olum-ve-Olum-Nedeni-Istatistikleri-2021-45715>



**PEKİ BİZİM  
PLANLADIĞIMIZ BU  
KURSTA AMACIMIZ  
NEDİR ???**

## KALPTEN BİLGİLER

- Kalp, tüm vücuda kan pompalayan en önemli organımızdır.
- Kalbi besleyen atardamarlarımızda yağ, kolesterol, kalsiyum ve kandaki diğer maddelerle oluşan plaklar kan akımını azaltarak ya da tümüyle önleyerek kalp krizine yol açar.
- Kan akımı hızla eski haline döndürülemezse kalbin bu durumdan etkilenen bölümü hasar görür, canlılığını yitirebilir; bu da hem ömrü kısaltır, hem ömür boyu sürecek sorunlara yol açar.
- Kalp krizi sonucunda oluşan ölümlerin yansı krizin başlamasından sonraki 3-4 saat içinde olur.
- Kalp krizi sonrası iyileşme, tedaviye ne kadar kısa sürede başlandığına ve hastanın tedaviye nasıl cevap verdiğine göre değişir.
- Kalbinizin sağlığı için düzenli egzersiz yapın, dengeli beslenin ve sigaradan uzak durun.



HIZLI DAVRAN, HAYATINI KURTARI  
Avrupa Kardiyoloji Derneği'nin  
(European Society of Cardiology, ESC) bir dala olan  
Avrupa Perkütan Kardiyovasküler Girişimler Topluluğu'nun  
(European Association of Percutaneous Cardiovascular  
Interventions, EAPCI) ve EuroPCR'in ortak programı olan  
Stent for Life [www.stentforlife.com](http://www.stentforlife.com) projesinin bir bölümüdür.

## HIZLI DAVRAN HAYATINI KURTAR

Kalp krizinin belirtilerinde  
tedaviye en hızlı şekilde  
başlamak için hemen  
**112 Acil Sağlık**'i  
ara.



## Kalp krizi beklemez!



### KALP KRİZİNİ TANIYIN



### HIZLI DAVRANIN



### 112 ACIL SAĞLIK'I ARAYIN



### HAYATINIZI KURTARIN

Ayrıntılı bilgi için:  
[www.kalpkrizibeklemez.org](http://www.kalpkrizibeklemez.org)



## Ev kazalarına karşı nasıl önlemler alınmalı?

TRT HABER

• Zemin kaygan olmayan malzemeyle döşenmeli, halılar, dolap ve TV gibi ev eşyaları sabitlenmeli.

• Ocak üstünde tencerelerin sapı kişiye dönük olmamalı. Kesici aletlerle iş yaparken konsantre olunmalı.

• Temperli cam kullanılmalı, pencereler üstten açılabilmesi ve önlerine kolay çıkılır sehpa, sandalye gibi eşya konulmamalı.

• Islak zemin civarındaki prizlerin kapakları olmalı ve bunlar çocukların ulaşamayacağı seviyede konumlandırılmalı.

• İlaçlar, kimyasal maddeler ve temizlik malzemeleri üst dolaplarda olmalı. Orijinal şişesinin dışına aktarılmamalı.

## HEIMLICH MANEVRASI

Boğazına ve nefes yoluna soluk almayı güçleştirici bir cisim kaçtığından kullanılan Dr. Heimlich tarafından bulunan bir manevradır.



Eller düğüm yapılacak şekilde yumruk hale getirilir

Kazazedenin arkasına geçilir.  
Öne doğru kavris verilir



Hastaya arkadan sarılarak üst karında kavuşturulan düğüm içeri ve yukarı doğru hızlıca sıkıştırılır.  
İç basıncı arttırmaya yönelik bu manevra çoğu zaman hayat kurtarıcı rol oynar.

Çocuklarda ise; yüzüstü konumlandırıldıktan sonra elin ayasıyla sırtta basınç uygulamak en bilinen metottur.



Eğer yalnız başınızaysanız şekilde görüldüğü gibi Heimlich metodunu uygulayabilirsiniz.



# 114 UZEM

ulusal zehir danışma merkezi



Olası bir durumda Sağlık Bakanlığına bağlı UZEM hattı Alo 114'ü aranmalıdır.



Olası bir yanık durumunda o bölge bol su ile yıkanmalıdır.

# ESİM KURSU İÇİN PİLOT BÖLGE OLARAK GÜZELBAHÇE HALK EĞİTİM MERKEZİNİ SEÇTİK



# KURS İÇERİĞİ :

- KURS SÜRESİ 5 GÜNDÜR
- KURS VERECEK KİŞİLER PRATİSYEN HEKİMLERDİR
- KURS KONULARI
  - ✓ BOĞULMADA HEİMLİCH MANEVRASINI UYGULAYABİLME
  - ✓ YANIKLARA İLK MÜDAHELEYİ UYGULAYABİLME VE YAPILMAMASI GEREKENLER
  - ✓ ZEHİRLENMELERDE İLK MÜDAHALEYİ YAPABİLME VE UZEM HATTINI TANITMA
  - ✓ EV KAZALARININ ÖNLENMESİ HAKKINDA YAPILMASI /YAPILMAMASI GEREKENLERİN ANLAŞILMASI
  - ✓ TEMEL YAŞAM DESTEĞİNİ UYGULAYABİLME

- o Belediyenin ulaşım imkanlarının kullanılması ile kursiyerlerin daha aktif katılımına olanak sağlamayı amaçlıyoruz.



- o Ayrıca çocuklarını ebeveynsiz bırakamayacakları için kursa katılma konusunda çekinceleri olan kursiyerler için halk eğitim merkezi içerisinde kreş imkanı da sunmayı amaçlıyoruz.

# İŞ BİRLİKÇİLERİMİZ

- ❖ HALK EĞİTİM MERKEZİ
- ❖ PRATİSYEN HEKİMLER
- ❖ GÜZELBAHÇE BELEDİYESİ
- ❖ İLÇE SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ



Aile Hekimliği Uygulama ve Geliştirme Dairesi Başkanlığı

Aile Hekimliği Eğitim ve İzleme Dairesi Başkanlığı

Aşı İle Önlenilebilir Hastalıklar Dairesi Başkanlığı

Birinci Basamak Sağlık Kuruluşları Planlama ve Organizasyon Dairesi Başkanlığı

Bulaşıcı Hastalıklar ve Erken Uyarı Dairesi Başkanlığı

Bütçe ve Projeler Dairesi Başkanlığı

Çalışan Sağlığı Dairesi Başkanlığı

Çevre Sağlığı Dairesi Başkanlığı

Çocuk ve Ergen Sağlığı Dairesi Başkanlığı

Göç Sağlığı Dairesi Başkanlığı

Hukuk ve Mevzuat Dairesi Başkanlığı

İdari ve Mali İşler Dairesi Başkanlığı

Kadın ve Üreme Sağlığı Dairesi Başkanlığı

Ruh Sağlığı Dairesi Başkanlığı

Kanser Dairesi Başkanlığı

Kronik Hastalıklar ve Yaşlı Sağlığı Dairesi Başkanlığı

Mikrobiyoloji Referans Laboratuvarları ve Biyolojik Ürünler Dairesi Başkanlığı

Stok Yönetimi ve Lojistik Dairesi Başkanlığı

Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Hayat Dairesi Başkanlığı

Toplum Sağlığı Hizmetleri ve Eğitim Dairesi Başkanlığı

Tüberküloz Dairesi Başkanlığı

Tüketici Güvenliği ve Halk Sağlığı Laboratuvarları Dairesi Başkanlığı

Tütün ve Madde Bağımlılığı ile Mücadele Dairesi Başkanlığı

Zoonotik ve Vektörel Hastalıklar Dairesi Başkanlığı



# Türkiye Sürdürülebilir Kalkınma Amaçları

Sürdürülebilir Kalkınma Amaçları yoksulluğun son erdirilmesi, çevrenin korunması, iklim krizine karşı önlem alınması, refahın adil paylaşımı ve barışı hedefliyor. BM'nin çalıştığı Sürdürülebilir Kalkınma Amaçları şunlardan oluşuyor.

