



BİLGİ KARTI 7

GÜVENLİ İNŞAAT

KALP SAĞLIĞI

ACİL MÜDAHALE



Zamanla yarış

Kalp krizi veya ani kalp durması gibi kardiyovasküler sağlıkla ilgili beklenmedik bir durum geliştiğinde acil müdahale hayati önem taşımaktadır. Her geçen dakika kişinin hayatta kalma şansını ciddi şekilde etkilediğinden bu tür durumlarda yapılacak hızlı ve doğru müdahale, komplikasyonları minimize etmekte ve hayat kurtarmada kritik rol oynamaktadır.

Kardiyovasküler sağlığa yönelik acil durumlarda etkili müdahaleyi mümkün kılan ve destekleyen bazı önemli unsurlar aşağıda belirtilmektedir:

a) Farkındalık

İş yerinde kalp krizi, inme ve ani kalp durması gibi hayati risk taşıyan sağlık sorunlarının belirtilerinin bilinmesi, etkili acil müdahalenin ilk adımıdır.

Çalışma ortamında göğüs ağrısı, nefes darlığı, ani bilinç kaybı veya konuşma bozukluğu gibi işaretlerin hızla fark edilmesi, çalışanların hayatta kalma şansını belirgin şekilde artırmaktadır. Bu noktada çalışanların ve ilk yardım ekibinin bu belirtiler konusunda bilinçlendirilmesi, risk altındaki kişilerin ve yakın çalışma arkadaşlarının daha hazırlıklı olmasını sağlayarak müdahale süresini kısaltmakta ve komplikasyonları en aza indirmektedir.

b) Yardım çağrısı

Diğer bir kritik adım ise zaman kaybetmeden profesyonel destek ve yardım almaktır. Çalışma ortamında bir çalışan belirtiler gösterdiğinde, yakınındaki kişiler durumun ciddiyetini hızlıca değerlendirmeli ve derhal 112'yi aramalıdır. Yardım çağrısı sırasında olayın yeri, durumun ciddiyeti, kişinin bilinç durumu ve mevcut semptomlar açık ve net şekilde aktarılmalıdır. Bu bilgiler, acil sağlık ekiplerinin hızlı ve doğru müdahale planı oluşturmasını kolaylaştırmaktadır.

İş yerinde acil durum prosedürlerinin önceden belirlenmiş olması, çalışanların hangi adımları izleyeceğini bilmesi ve iş yeri hekimi ve/veya iş yeri sağlık ve güvenlik birimi dahil iletişim zincirinin hazır olması, müdahale süresini kısaltmakta ve hayatta kalma şansını önemli ölçüde artırmaktadır.

c) Temel yaşam desteği (TYD)

Ani sağlık sorunlarında hayati organlara kan ve oksijen akışını sürdürmek için göğüs kompresyonları ve gerektiğinde suni solunumdan oluşan kritik bir müdahaledir. Özellikle profesyonel yardım gelene kadar geçen sürede eğitim almış ilk yardım ekibi çalışanları tarafından yapılmalıdır (bilinç ve solunum durumuna göre).

Doğru el yerleşimi, kompresyon derinliği ve hızı, suni solunum teknikleri ve güvenlik önlemleri gibi unsurları kapsayan eğitimler sayesinde uygulama süresince panik yerine kontrollü ve bilinçli hareket edilecek ve müdahale etkinliği artırılacaktır. Ayrıca iş yerinde yapılacak düzenli tatbikatların acil durum farkındalığını pekiştirerek gerçek bir olay anında hız ve doğruluk kazandıracağı aşikârdır.

ç) Otomatik eksternal defibrilatör (OED)

OED, kalbin elektriksel aktivitesini analiz eden ve ritim bozukluğu tespit edildiğinde gerektiğinde otomatik olarak elektrik şoku uygulayan taşınabilir bir cihazdır. Genellikle ani kalp durması veya ventriküler fibrilasyon gibi yaşamı tehdit eden ritim bozukluklarında kullanılan OED'nin amacı, kalbin normal ritmine dönmelerini sağlamak ve hayati organlara kan akışını sürdürmeye yardımcı olmaktır. İş yerlerinde OED cihazları, kolay erişilebilir noktalara yerleştirilmeli ve çalışanlar cihazın konumu hakkında bilgilendirilmelidir. İlk yardım ekibi, acil durum prosedürleri kapsamında OED kullanımını koordine etmeli ve yardım gelene kadar hayatta kalma şansı artırılmalıdır.



d) Dijital araçlar

Giyilebilir cihazlar, akıllı saatler veya taşınabilir EKG ölçerler, kalp ritminde anormallik veya stres gibi erken uyarı sinyallerini tespit edebilmektedir. Böylece kişilerin durumu zamanında fark etmesi ve gerekli müdahaleyi başlatması mümkün olmaktadır. Bazı dijital uygulamalar, anormal değerleri belirlenmiş kişilere bildirebilir, böylece TYD ile OED gecikmeden uygulanabilir. Ayrıca toplanan dijital veriler sağlık ekiplerine sunulacak, olası komplikasyonların hızlı değerlendirilmesi sağlanabilir ve planlanma kolaylaştırılabilir.



Dijital araçlar erken uyarı, yönlendirme ve bilgi paylaşımı ile acil müdahalenin hızı ve etkinliğini belirgin şekilde artırmaktadır.