Hemşire / Sağlık Memuru – Konu Özeti

ASHB Unvan Değişikliği Sınavı · 10 konu · sınavda en çok sorulan bilgiler

1. Çocuk Sağlığı

- APGAR (1. ve 5. dk): kalp hızı, solunum, kas tonusu, refleks, renk; 7-10 normal. Yenidoğan nabız 120-160, solunum 30-60.
- Büyüme: ağırlık 5. ayda 2, 1 yaşta 3 katı; boy 1 yaşta 1,5 katı. Ön fontanel 12-18 ayda, arka 2-3 ayda kapanır.
- Süt dişi 6. ayda başlar, 20 adet; ilk kalıcı diş 6 yaş azısı. İlk 6 ay yalnız anne sütü, kolostrum IgA zengini, emzirme 2 yaşa kadar.
- İlk 24 saatte sarılık patolojiktir. Topuk kanı taraması: fenilketonüri, konjenital hipotiroidi, biotinidaz, kistik fibrozis, SMA.
- Aşı: HepB 0-1-6. ay, BCG 2. ay, beşli karma 2-4-6. ay, KKK 12. ay ve 48. ay. D vitamini doğumdan, demir 4. aydan itibaren.
- Moro refleksi 4-6. ayda kaybolur. ABÖS: sırtüstü yatır, sert yatak, sigara yok. Koplik lekesi = kızamık; boğmacada "horoz ötüşü".
- Ateşli havale 6 ay-5 yaş; ağza bir şey sokulmaz. Viral enfeksiyonda aspirin verilmez (Reye). Dehidratasyonda ORS.

2. İlk Yardım

- Temel uygulamalar KBK: Koru - Bildir (112) - Kurtar. Hayat kurtarma zinciri: 112 - olay yerinde TYD - ambulans - hastane.
- Yetişkin TYD: 30 bası / 2 soluk; sternum alt yarısı, 5-6 cm, dakikada 100-120. Çocuk ve bebekte 5 kurtarıcı solukla başlanır; bebekte iki parmak, ~4 cm, baş nötr.
- Hava yolu tıkanması (bilinçli yetişkin): 5 sırt vuruşu + 5 karın basısı (Heimlich). Öksürebiliyorsa müdahale edilmez.
- Yanık: en az 20 dk serin su; bül patlatılmaz, diş macunu/yoğurt sürülmez. Dokuzlar kuralı: baş %9, kol %9, gövde ön/arka %18, bacak %18, genital %1.
- Koma pozisyonu: bilinç kapalı + solunum var. Şok pozisyonu: bacaklar ~30 cm yukarı. Burun kanaması: baş öne, burun 5 dk sıkılır.
- Turnike son çare, eklem üzerine uygulanmaz, saat yazılır. Açık kırıkta kemik içeri itilmez; tespit üst ve alt eklemi kapsar.
- Yakıcı madde içende kusturulmaz (UZEM 114). Elektrikte önce akım kesilir. Hayvan ısırığı: 5 dk sabunlu su, kuduz-tetanoz.
- Sıcak çarpması: deri sıcak-kuru, bilinç bozuk, hızla soğut. Hipotermi: alkol verilmez, ovuşturulmaz. İlk yardımcı sertifikası 3 yıl geçerli.

3. Beslenme

- BKİ = kg / m². 18,5-24,9 normal, 25-29,9 fazla kilolu, 30+ obez.
- Yağda çözünen: A, D, E, K (depolanır, toksisite). B1: beriberi, B3: pellagra (3D), C: skorbüt, D: raşitizm, K eksikliği: kanama.
- Demir emilimini C vitamini artırır; çay, kahve, kalsiyum ve fitat azaltır.
- Gebelikte folik asit gebelik öncesinden ilk üç aya kadar.

4. Sağlıkta İletişim

- Empati: duyguyu yansıtma + açık uçlu davet. Engeller: boş güvence, öğüt, yargılama, söz kesme, yoğun tıbbi terim.
- Kötü haber (SPIKES): ortam, algı, davet, bilgi, duygular, strateji/özet.
- Johari penceresi: açık, kör, gizli, bilinmeyen alan. Ben dili: davranış + etki + duygu + istek.

5. Ruh Sağlığı

- Majör depresyon: en az 2 hafta, en az 5 belirti (çökkün duygudurum veya anhedoni zorunlu).
- İntihar mitleri: "söyleyen yapmaz" yanlış; sormak riski artırmaz; iyileşme döneminde risk artabilir.
- Şizofreni: pozitif (varsanı, sanrı), negatif (aleji, küntleşme, avolisyon).
- Lityum: dar terapötik aralık (~0,6-1,2 mEq/L); kusma, ishal, kaba tremor, ataksi = toksisite. Panik bozukluk: ani, dakikalar içinde doruk.

6. Mikrobiyoloji

- Gram pozitif: kalın peptidoglikan, mor. Gram negatif: ince peptidoglikan + dış zar, pembe.
- Otoklav: buhar, 121 °C, 15-20 dk, sporları öldürür. Isıya duyarlı alet: etilen oksit, plazma. Pastörizasyon sterilizasyon değildir.
- Virüsler: zorunlu hücre içi parazit, DNA veya RNA, elektron mikroskobu; antibiyotik etkisiz.

7. Sağlık Eğitimi

- Sağlık İnanç Modeli: algılanan duyarlılık, ciddiyet, yarar, engel, eyleme geçirici ipucu, öz yeterlik.
- Birincil koruma: aşı, eğitim. İkincil: tarama ve erken tanı (topuk kanı dahil). Üçüncül: rehabilitasyon.
- Psikomotor beceri (insülin enjeksiyonu) için demonstrasyon ve geri gösterim.

8. Meslek Esasları

- Hemşirelik süreci: tanılama - hemşirelik tanısı - planlama (hedef ve girişim) - uygulama - değerlendirme.
- Vital bulgular (yetişkin): nabız 60-100, solunum 12-20; sistolik 90 altı hipotansiyon.
- IM enjeksiyonda en güvenli bölge ventrogluteal; dorsogluteal siyatik sinir riski. Bebekte vastus lateralis.

9. Tıbbi Etik

- Dört ilke: özerkliğe saygı (aydınlatılmış onam), yararlılık, zarar vermeme, adalet.
- Hasta Hakları Yönetmeliği: ehil hasta tedaviyi reddedebilir; sonuçlar açıklanır, yazılı belge alınır.
- Sır saklamanın istisnası: bildirimi zorunlu bulaşıcı hastalıklar (1593), adli bildirim.

10. Bulaşıcı Hastalıklar

- Enfeksiyon zinciri: etken, rezervuar, çıkış kapısı, bulaş yolu (el hijyeni keser), giriş kapısı, duyarlı konak (aşı korur).
- Havayolu izolasyonu (TB, kızamık, suçiçeği): N95 + negatif basınçlı oda. Damlacık (grip, boğmaca): cerrahi maske. Temas (MRSA).
- Hepatit A ve E fekal-oral; B kan, cinsel ve perinatal (aşısı var); C kan yoluyla (aşısı yok).

MemurOdak

Bu konunun tüm sorularını ücretsiz çöz

Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı görevde yükselme ve unvan değişikliği hazırlığı

Bu özet, Memur Odak'taki konu çalışmasının bir parçasıdır. Ücretsiz üye ol; konunun bütün sorularını çöz, yanlışlarını takip et, unvanına göre deneme yap.

Ücretsiz üye ol, soru çözmeye başla →

Üyelere ücretsiz:

- 5.600+ özgün soru, madde açıklamalı çözümler
- Unvanına göre 50 soruluk deneme (şef, şube müdürü, VHKİ, memur...)
- Her Cuma 20.00 Türkiye geneli deneme ve sıralama
- Yanlışlarım listesi ve aralıklı tekrar
- Konu özetleri ve tüm PDF'lerin tam hâli

memurodak.tr