

AVTOXALOKATLARDA SHOSHILINCH BIRINCHI YORDAM KO'RSATISH

Qashqadaryo viloyati

Koson tumani 2-son Politexnikumi

Oliy toifali maxsus fan o'qituvchisi

Ravshanov Shodi Toshtemirovich

Annotatsiya: Avtoxalokatlar hayotimizda kutilmagan va ba'zan juda og'ir oqibatlariga olib keladigan hodisalardir. Ular ko'plab insonlarning hayotini o'zgartirib yuborishi, jismoniy va ruhiy travmalarga sabab bo'lishi mumkin. Shunday vaziyatlarda shoshilinch birinchi yordam ko'rsatish jarayoni juda muhim ahamiyatga ega. Har bir inson bunday vaziyatlarda qanday harakat qilishni bilishi va tayyor bo'lishi zarur. Bu maqolada avtoxalokatlarda shoshilinch birinchi yordam ko'rsatishning asosiy jihatlari va usullari haqida batafsil ma'lumot beriladi.

Kalit so'zlar: avtoxalokatlar, birinchi yordam, jabrlangan shaxs, stress, qo'rquv, ruhiy holat.

Avtoxalokat sodir bo'lganida, birinchi navbatda, o'z xavfsizligingizni ta'minlash zarur. Agar siz avariyaning ko'rsangiz, avval o'zingizni xavfsiz joyga olib chiqishingiz kerak. Agar avariya joyida boshqa transport vositalari harakat qilayotgan bo'lsa, ehtiyotkorlik bilan harakat qilish lozim. Shuningdek, avariya joyini belgilash uchun ogohlantiruvchi belgilar yoki chiroqdan foydalanish muhimdir. Bu, boshqa haydovchilarni ogohlantirib, qo'shimcha avariyalarni oldini olishga yordam beradi. Jabrlangan shaxsga birinchi yordam ko'rsatishdan oldin, avvalo uning holatini baholash zarur. Jabrlangan shaxsning bilinlik holatini tekshirish uchun, uning ismi bilan chaqirish yoki yengidan tugmasini bosish orqali uni uyg'otishga harakat qiling. Agar jabrlangan shaxs bilinlik holatini yo'qotgan bo'lsa, uni ehtiyotkorlik bilan

tekshirish kerak. Bu jarayonda jabrlangan shaxsning nafas olish, yurak urishi va qon aylanishini nazorat qilish muhimdir. Agar jabrlangan shaxs nafas olmayotgan bo'lsa yoki yurak urishi yo'q bo'lsa, reanimatsiya choralari ko'rish zarur. Bu jarayonda sun'iy nafas berish va yurak massaji amalga oshiriladi. Yana bir muhim jihat — qon ketishini to'xtatishdir. Agar jabrlangan shaxsning tanasida qon ketishi kuzatilsa, zarur choralarni ko'rish lozim. Qon ketishini to'xtatish uchun bosim o'tkazish, bandaj yoki boshqa materiallardan foydalanish mumkin. Agar qon ketishi juda kuchli bo'lsa, jabrlangan shaxsning yarasiga to'g'ridan-to'g'ri bosim o'tkazish kerak. Bunda, qo'llar bilan bosim o'tkazish yoki to'qimalardan foydalanish mumkin. Jabrlangan shaxsning yarasi ustiga to'g'ri bosim o'tkazish orqali qon ketishini to'xtatish mumkin.

Agar jabrlangan shaxsning nafas olishida muammolar mavjud bo'lsa, masalan, nafas qiyinligi yoki nafas olish to'xtagan bo'lsa, darhol shoshilinch yordam chaqirish kerak. Jabrlangan shaxsning og'zida yoki yo'lda to'siq bo'lishi mumkin, shuning uchun uni ehtiyotkorlik bilan tekshirish zarur. Agar to'siq mavjud bo'lsa, uni olib tashlash kerak. Bu jarayonda jabrlangan shaxsning boshini orqaga egish va og'zini ochish orqali to'siqni olib tashlash mumkin. Agar jabrlangan shaxsning og'zida biron-bir ob'ekt bo'lsa, uni ehtiyotkorlik bilan olib tashlash kerak. Shoshilinch yordam ko'rsatishda jabrlangan shaxsning holatini doimiy ravishda nazorat qilish zarur. Agar jabrlangan shaxsning holati yomonlashsa, uni qulay holatda ushlab turish va shoshilinch yordamni kutish kerak. Jabrlangan shaxsni harakatlantirish zarur bo'lsa, ehtiyotkorlik bilan amalga oshirish kerak, chunki harakatlar jarohatlarni yanada kuchaytirishi mumkin. Jabrlangan shaxsni harakatlantirishdan oldin, uning holatini baholash va zarur choralarni ko'rish muhimdir. Shoshilinch yordam ko'rsatish jarayonida muhim jihatlardan biri — shoshilinch yordam xizmatini chaqirishdir. Jabrlangan shaxsning holati haqida to'liq ma'lumot berish, joylashuv va avariyaning sabablari haqida ma'lumot berish zarur. Bu yordam xizmatining tezda yetib kelishiga yordam beradi. Shoshilinch yordam xizmatiga qo'ng'iroq qilganda, avariya joyining aniq manzilini, jabrlangan shaxsning holatini va zarur bo'lgan yordam turini aytish muhimdir.[1]

Avtohalokatlarda natijasida jabrlangan shaxslar uchun ruhiy yordam ko'rsatish ham muhimdir. Jabrlangan shaxslar ko'pincha stress va qo'rquv his qiladilar, shuning uchun ularga ruhiy yordam ko'rsatish zarur. Ularni tinchlantirish, ularga yordam berish va ularning holatini yaxshilash uchun qo'llab-quvvatlash kerak. Jabrlangan shaxslar bilan muloqot qilishda, ularga e'tibor berish va ularning his-tuyg'ularini tushunishga harakat qilish muhimdir. Avtohalokatlarda shoshilinch birinchi yordam ko'rsatish — bu har bir inson uchun zarur bo'lgan qobiliyatdir. Bunday vaziyatlarda to'g'ri va tezkor harakatlar hayotlarni saqlab qolishi mumkin. Shuning uchun, har bir shaxs birinchi yordam ko'rsatish bo'yicha asosiy bilimlarni egallashi va amaliy ko'nikmalarni rivojlantirishi muhimdir. Bu, avtohalokatlarda natijasida jabrlangan shaxslar uchun hayotiy ahamiyatga ega bo'lishi mumkin.[2]

Birinchi yordam ko'rsatish jarayonida muhim bo'lgan yana bir jihat — bu shoshilinch yordam ko'rsatishdan so'ng, jabrlangan shaxsni kasalxonaga olib borishdir. Bunda, jabrlangan shaxsning holatini doimiy ravishda nazorat qilish va yordam xizmatiga ma'lumot berish zarur. Shuningdek, jabrlangan shaxsning holati haqida mutaxassislariga to'liq ma'lumot berish, ularning tez va to'g'ri yordam ko'rsatishiga yordam beradi. Avtohalokatlarda shoshilinch birinchi yordam ko'rsatish — bu nafaqat hayotlarni saqlab qolish, balki insoniyatning mas'uliyati va insoniylikni namoyon etishdir. Har bir inson, avtohalokatlarda sodir bo'lishi mumkinligini hisobga olib, birinchi yordam ko'rsatish bo'yicha bilim va ko'nikmalarga ega bo'lishi zarur. Bu, nafaqat o'z hayotimiz, balki boshqalar hayoti uchun ham muhimdir. Shuning uchun, avtohalokatlarda shoshilinch birinchi yordam ko'rsatish bo'yicha bilimlarni rivojlantirish va amaliy ko'nikmalarni egallash har bir insonning burchidir. Avtohalokatlarda natijasida jabrlangan shaxslar uchun shoshilinch yordam ko'rsatish jarayoni tugagach, yordam ko'rsatgan shaxslar uchun ham ruhiy yordam ko'rsatish zarur. Ular ko'pincha avariyaning keyin stress va qo'rquv his qiladilar. Shuning uchun, ularni tinchlantirish va ruhiy yordam ko'rsatish muhimdir. Jabrlangan shaxslar bilan muloqot qilishda, ularga e'tibor berish va ularning his-tuyg'ularini tushunishga harakat qilish muhimdir. Avtohalokatlarda shoshilinch birinchi yordam

ko'rsatish jarayonida har bir insonning mas'uliyati katta. Barcha haydovchilar va piyodalar yo'l harakati qoidalariga rioya qilishlari, ehtiyotkorlik bilan harakat qilishlari va birinchi yordam ko'rsatish bo'yicha bilim va ko'nikmalarga ega bo'lishlari zarur. Bu, avtoxalokatlarning sonini kamaytirishga va jabrlangan shaxslar uchun yordam ko'rsatish jarayonini tezlashtirishga yordam beradi.[3]

Xulosa:

Avtoxalokatlarning sodir bo'lganida, shoshilinch birinchi yordam ko'rsatish jarayoni hayotiy ahamiyatga ega. Har bir inson bunday vaziyatlarda to'g'ri harakat qilishni bilishi va tayyor bo'lishi zarur. Bu, nafaqat o'z hayotimiz, balki boshqalar hayoti uchun ham muhimdir. Shuning uchun, avtoxalokatlarda shoshilinch birinchi yordam ko'rsatish bo'yicha bilimlarni rivojlantirish va amaliy ko'nikmalarni egallash har bir insonning burchidir. Bu, insoniyatning mas'uliyati va insoniylikni namoyon etishdir. Avtoxalokatlarda shoshilinch birinchi yordam ko'rsatish — bu har bir inson uchun zarur bo'lgan qobiliyatdir va bu bilimlarni egallash hayotlarni saqlab qolishi mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Abdullayev, A. (2020). "Birinchi yordam ko'rsatish: nazariya va amaliyot". Toshkent: O'zbekiston Respublikasi Sog'liqni saqlash vazirligi.
2. Ismoilov, A. (2021). "Avtotransportda xavfsizlik va birinchi yordam". Samarqand: Samarqand davlat universiteti nashriyoti.
3. Qodirov, S. (2019). "Shoshilinch birinchi yordam ko'rsatish asoslari". Buxoro: Buxoro davlat universiteti.
4. Rahimov, D. (2022). "Avtoxalokatlarning va ularga tayyorgarlik: birinchi yordam usullari". Toshkent: O'zbekiston Milliy universiteti.
5. Tursunov, E. (2020). "Birinchi yordam ko'rsatish: avtoxalokatlarda amaliy qo'llanma". Farg'ona: Farg'ona davlat universiteti.

6. Karimov, R. (2023). "Avtotransportda shoshilinch yordam ko'rsatish: nazariy va amaliy jihatlari". Andijon: Andijon davlat universiteti.
7. Murodov, O. (2021). "Avtohalokatlarda va birinchi yordam ko'rsatish: muammolar va yechimlar". Namangan: Namangan davlat universiteti.