

DOĞADA YAŞAMI SÜRDÜRMEİNİN ÉL KİTABI

SURVIVAL

İ.KENAN ATASAVUN

Askerler, avcılar, dağcılar, kayakçılar ve doğa ile mücadele etmek zorunda kalabilecek bütün diğer görevliler, sporcular ve seyahat edenler için tehlike halinde kullanılacak bir rehber.

İÇİNDEKİLER

	SAYFA
(1) Yaşamı Sürdürme	1-2
(2) Yaşamı Sürdürme Felsefesi	3-4
(3) Yaşamı Sürdürmenin Psikolojik Yönleri	5-8
(4) Barınak	9-33
(5) Ates	34-47
(6) Su	48-59
(7) Avcılık ve Balıkçılık	60-124
(8) Bitkilerle Beslenme	125-135
(9) İlk Yardım	136-156
(10) Özel Yetenekler	157-173
(11) Soğukta Yaşamı Sürdürme	173-177
(12) İz Sürme	178-182
(13) İşaret Verme	183-190
(14) Düşme ve İnme Teknikleri	191-197
(15) Yön Bulma	198-206
(16) Hava Durumu	207-215
(17) Su Üstünde Yaşamı Sürdürme	216-225
(18) Yaşamı Sürdürme Malzemesi	226-231

Yaşamı Sürdürme 1

"Geleceğimizin cevabı geçmişimizde yazılıdır"

İkinci Dünya Savaşı sırasında, değişik cephelerde savaşan askerlerin uçak düşmesi, gemi batması veya uçsuz bucaksız alanlarda yollarını kaybetmeleri sonucunda balta girmemiş ormanlar, çöller veya kutup bölgeleri gibi uygarlık köşelerinden çok uzaklarda yaşam savaşı vererek önemli bir kısmının hayatlarını kaybetmeleri ilgililerin dikkatini çekmiştir. Diğer taraftan, savaşı izleyen yıllarda, orman muhafaza memurları, jandarma birlikleri, avcılar, kayak ve dağcılık sporu yapanlar, yolcular ve hatta piknik yapan kişilerin yanlışlıkla veya kaza sonucunda yollarını kaybetmeleri ve doğa koşullarının ağırlığı karşısında mücadele edemiyerek yaşamlarını yitirmeleri, özellikle nüfus yoğunluğunun az olduğu Kuzey Amerika, Afrika ve Avustralya gibi bölgelerde sık rastlanan olaylar haline gelmiştir. Kore ve özellikle Vietnam savaşları sırasında önemsenmeyecek sayıda müttefik askerin kaybolma durumunda yaşamını kolaylıkla yitirebilmesi üzerine çeşitli ülkelerin silahlı kuvvetleri tarafından araştırmalar yapılarak el kitapları ve talimatnameler hazırlanmıştır. Avcılık, atıcılık, dağcılık, kayak gibi doğa ile mücadele gerektiren sporların yaygın olduğu ülkelerde, yaşamı sürdürme teknikleri ayrı bir eğitim dalı olarak ele alınmış ve hatta bazı üniversitelerin öğretim programlarına girmiştir.

Yaşamı sürdürme veya komando ve hava kuvvetlerimizde kullanılan deyimini ile "hayatta kalma"nın Anglo-Sakson sözlüklerinde tanımı şöyle yapılmaktadır :

Yaşamı sürdürme (survival), tüm yardım olanaklarından ümit kesilmiş bir durumda iken yaşama mücadelesi vermektir. Yaşamını sürdüren (survivor), diğerleri yaşamlarını yitirmiş iken kurtularak yaşamını sürdürmeye devam eden kişidir. Yaşamını sürdürücü (survivalist), vahşi doğa koşullarında yaşamını sürdürmeyi bir sanat ve teknik olarak ele alıp eğitimini yapan ve uygulayan kişidir.

Yaşam sürprizlerle doludur. Herhangi birinin hiç ummadığı bir anda yaşamı sürdürme sorunu ile karşılaşması mümkündür. Böyle bir durumda az bir zaman, gayret ve para harcayarak yapılmış olan hazırlık kişinin yaşamını kurtarabilir.

Ayrıntıları bu kitapta da görüleceği gibi, insanların kaybolduklarında dehşete kapılarak acı çektikleri ve sonunda yaşamlarını yitirdikleri vahşi doğada her zaman, toplamak için gıda, barınak inşa etmek için gerekli malzeme, korunmak için elbise, yakıp karşısında ısınmak için ateş, bulmak için yön bulunur.

Vahşi doğa karşısında ne yapabileceğini bilmek kişiye başka nitelikler de kazandıracaktır. Yaşamı sürdürme tekniklerini bilen ve uygulayan bir kişi, bugüne kadar gitmekten çekindiği ve korktuğu yerlere rahatlıkla gidebilecek ve dolayısıyla kendisini daha özgür hissedecektir. İkincisi ve daha önemlisi, doğanın zor koşullarının getirdiği baskı altında neyi nasıl yapacağını bildiği için rahat düşünebilen, kendi yaşamını sürdürdüğü gibi çevresinde bulunan bir kaç kişinin de yaşamlarının devam etmesinde etken olabilen, facia ile sonuçlanabilecek durumları tatlı bir anı haline getirebilen kişinin kendine güveni artacaktır.

Konfor diye tanımlanan bir çeşit tembelliğin hakim olduğu çağımızda, insanların büyük bir kısmı günlük yaşamlarını bir düğmeye basmak, bir kolu çekmek v.b. şekillerde hiç bir gayret göstermeksizin kumanda edilebilen alet, cihaz ve araçlarla sürdürmektedir. Günümüzde modern yaşam o kadar kolay hale gelmiştir ki bu yaşamın içinde bulunan insanların kas ve diğer uzuvları ve hatta zihinsel faaliyetleri rehavet içine girmiştir. Tarih, konforlu evlerinin lüksünü bir kaç saat içinde terketmek zorunluluğunda kalarak açık doğada ümitsizlik içinde yok olan uygarlıklarla doludur. Üstün kişi, atalarının sert mücadele gücünü zihinsel gelişimi ile birleştirerek en kötü için olduğu kadar en iyi için de her an hazır olabilmektedir. İşte bu nedenle başta Japonya'da olmak üzere birçok batılı ülkedeki şirketler, yöneticilerinin mücadele gücünü arttırmak için onları bir çeşit komando eğitime tabi tutmakta, bu eğitimde, uygar merkezlerden 40-50 km uzakta bırakılarak yön, barınak, yiyecek bulma suretiyle yaşamlarını sürdürerek şehir merkezine dönme çalışması önemli bir yer tutmaktadır.

Uygarlığın konforundan çok uzaklarda, kendisini birden bire ilkel koşullara uydurma zorunluluğunda olan bir kişi, fiziksel olduğu kadar psikolojik sorunlarla da karşılaşacaktır. En güçlü olan yaşamını sürdürür kuralından ziyade en fazla düşünebilen veya zihinsel yeteneklerini kullanabilen yaşamını sürdürür kuralı geçerlidir. Bir insanın beyni, yaşamını sürdürme uzuvlarının en önemlisidir.

İkinci dünya savaşı sırasında torpillenerek batırılan ticaret gemilerinin fizik üstünlüğe sahip genç gemicilerinin büyük kısmının denizde pes edip yok olmasına karşılık yaşlı ve tecrübeli denizcilerinin çok daha uzun süreler mücadele edip yaşamlarını sürdürebildikleri tespit edilmiştir. Yaşamı sürdürebilmek için en önemli nitelikler : yüksek moral, heyecanı yenebilme yeteneği ve duygusal direnç, sarsılmaz bir yaşama azmi ve ne yapılacağını bilmektir.

İnsanların bir çoğu, ne kadar baskıya, yalnızlığa ve yokluğa dayanabileceklerini bilmeden yaşar. Kişinin bu niteliklerini keşfetmeye çalışması yaşamı sürdürme eğitiminin temeli olmalıdır. Unutulmamalıdır ki paniğe kapılanlar ne yapacaklarını bilemezler. Ne yapacaklarını bilseler dahi paniğe kapıldıkları takdirde bir şey yapamazlar.

Yaşamı Sürdürme Felsefesi 2

"İnsan ne kadar azla yetinirse o kadar zengindir"

Thoreau, kaşif ve doğabilimci

Bir baskı durumuna kolaylıkla uyum gösterebilen kişilerin, uyum gösteremiyerek çöküntüye uğrayan kişilere kıyasla bazı müşterek özellikler taşıdıklarını yaşamı sürdürme tekniklerinin geliştirilmesi konusunda yapılan araştırmalar ortaya koymuştur.

Yaşamını sürdürebilen kişi kararlıdır. Olumlu yönde etki yapan bir inatçılığa sahiptir. Değer verdiği hususlar iyi tanımlanmıştır. Kendisine bir yön verebilmesini becerebilmiştir. İnsan ırkının iyiliğine ve Tanrının büyüklüğüne gönülden inanmaktadır. İnsanlarla işbirliği yapmayı sever. İnsanların temel özelliklerinin yalnız kişisel yarar peşinde koşmak olmadığını, insanların başka insanları kollamak ve onlara yardım etmek şeklinde de davranabileceklerine inanır. Bu nitelikleri onu lider yapabileceği gibi, başka birinin liderliği altında faydalı bir grup üyesi haline de getirebilir.

Yaşamını sürdürebilen kişi kendine karşı da saygılıdır. Acı çekme, rahatsız olma ve konforsuzluktan korkmadığı gibi kendi kendine eziyet etmek için de bunları aramaz. Kendinden nefret etmez. Değiştirme gücüne sahip olmadığı en zor yaşam koşullarını dahi kabullenmek cesaretini gösterir. Değiştirebileceğine inanıyorsa, var gücü ile mücadele ederek bu koşulları düzeltmeye çalışır.

Yaşamı sürdürme mücadelesi ile karşı karşıya kalınan bir ortamda zaman kavramı yoktur. Amaç, ne kadar zaman harcanırsa harcanсын yaşamı sürdürebilmektir. Sürdürülen yaşamın niteliğinin de önemi yoktur. Koşullar ne kadar kötü olursa olsun önemli olan yaşamaktır.

Modern dünyada yaşayan uygar bir kişi ise sıkı zaman kuralları ile bağlıdır. Belli bir işin belirli bir zamanda yapılmaması kişinin programını aksatacağı gibi verimlilik göstergesinin düşük bir düzeyde yer alması ile sonuçlanacaktır. Yaşamı sürdürme koşullarında bulunan bir kişi kendisini zaman kavramından kolaylıkla kurtaramadığı takdirde moral kaybı ve ümitsizliğe kapılacak ve kolay pes edecektir.

Yaşamını sürdürmeye çalışan kişi hayal kuran bir davranışa sahiptir. Bu hayalcilik, bir konfor arayışı şeklinde değil, sanata ve güzelliğe karşı bir tutku şeklinde gerçekleşir. Bu şekilde, en ağır yaşam koşullarında dahi mutluluk duyulabilecek bir unsur yer alır. Bir ateşin etrafına yerleştirilen taşların şekinden tutun da kampta yokluklar içinde gerçekleştirilen diğer unsurları göz önüne aldığınızda

ham olmayan ince bir teknik ve sanat ruhu ortaya çıkacaktır. Bu incelik, her şeye rağmen yaşamını sürdürmeye çalışan kişinin sanatı aramaya devam etmesi, mutluluğunu yitirmemesi demektir.

Yaşamı sürdürme mücadelesi, konfordan ve diğer uygarlık kolaylıklarından uzaklaşmış bir yaşam biçimi demektir. Konfordan ve kolaylıklardan uzak bir yaşamı peşinen kabul etmek bugünkü kültürümüze ters düşen bir olaydır. Yaşamını sürdürebilen kişinin en önemli niteliği konforu ve hayatın diğer kolaylıklarını hiçe sayar olmasıdır. Konforundan vaz geçemiyen bir kişinin vahşi doğada kaybolması vahim sonuçlar doğurur. A.B.D. nin Utah eyaletinde bir çöl kaynağındaki suyu çok pis bulduğu için içmeyen kişi susuzluktan ölmüştür.

Zamanın yaşam, var oluşun ise elden ağıza giden bir kaç lokma olduğu bir ortamda konfor ikinci planda yer almalıdır. Ancak, konfor ve kolaylık aramıyorum diyebilmek için insan kendisini gereksiz yere risk ve tehlikeye de atmamalıdır. Çok güçlü bir insan bir çöl ortamında her tarafı açık bir şekilde yakıcı güneşe meydan okuyarak yürüdüğü takdirde bir süre sonra su kaybından ve güneş yanıklarından ölebileceği gibi, aynı insan kendi kendine bebek muamelesi yapıp gündüz sıcağından, gece ise soğuktan ötürü yürümekten çekinirse bu sefer açlıktan ve susuzluktan ölecektir. Suyu kaynatarak içme imkanı varken kaynatmadan içen kişi hiç yoktan ateşli bir hastalığa yakalanabilir. Ancak, kaynatma imkanı olmadığı için pis suyu içmeyen kişi de susuzluktan ölmeye mahkumdur.

Ölümün çok yakında gözüktüğü en zor yaşam koşullarında dahi kendine güveni ve iyimserliği bırakmayan kişi daha kolay mücadele edebilecektir. Olayın geçtiği tarihte yaşı yetmişin üzerinde bulunan alabalık avcısı bir arkadaşım bir gün soğuk kış koşullarında kamp yerinden bir kaç kilometre uzakta tek başına avlanırken dereye düşmüş ve yüzmeye bilmemesine rağmen büyük bir uğraşı göstererek kendi kendini kurtarmıştı. Yüzü ve dudakları morarmış durumda kamp yerine gelebilen bu kişi, üşümüş vücuduna masaj yapmaya çalışan bizlere espriler yaparak ve hikayeler anlatarak moralimizi yükseltmeye çalışıyordu. Onun halini gören ve kampı derhal toplayarak geri dönülmesini öneren başka bir arkadaşımıza cevabı "elbiselerimi kurutayım, akşam yemeği için bir kaç alabalık daha tutmam gerekli" olmuş, bir saat gibi kısa bir sürede kendini toplayarak tekrar balığa çıkmıştır. Bir kaç yıl sonra yaşı yetmişbeşe yaklaşan aynı arkadaşımızla yaptığımız başka bir kış kampında aşırı yağış sonucunda gece kampı su basmış ve uyku tulumunda uyuyan bu kişi sular içinde kalmıştır. Bu duruma rağmen halinden hiç şikayet etmeyen ve bulunduğu kötü durumda titreyerek uyumaya çalışan arkadaşımız; gün ağardıktan sonra yağışın durması üzerine yaptığımız ateşin başında ısınıp kurulanırken neşesinden hiç bir şey kaybetmediğini tekrar ortaya koymuş ve geçirdiği o soğuk geceyi tatlı bir kamp anısı olarak herkese anlatacağını belirtmiştir.

Yaşamı Sürdürmenin Psikolojik Yönleri 3

Tehlike ile karşıya kalan bir insan önce, müthiş bir korku duymaya başlar. Bu korku bir süre sonra şoka, şok kızgınlığa, kızgınlık ise tiksintiye dönüşür. İnsanın yaşama arzusu ne kadar güçlü olursa olsun, bu duygularını kontrol altına alamadığı takdirde paniğe kapılır ve mücadeleyi bırakır.

Korku, önemli ihtiyaçlarından birini tehdit eden bir tehlikeli durum ile karşılaşmış bulunan bir kişinin normal bir tepkisidir. Korku duygusu, kişinin davranışını, dolayısıyla yaşamını sürdürme şansını etkiler. Korku, bu şansı yokedebileceği gibi arttırabilir. Var olan tehlikeyi dikkate almamak veya varlığını yalanlamak suretiyle korkuyu ortadan kaldırmanın faydası yoktur. Ne kadar olumsuz olursa olsun durumu düzeltmeye yönelik bir şeyler yapmaya her zaman imkan olacaktır. Korkunun tehdit edici bir duruma karşı doğal bir tepki olarak kabul edilmesi kişinin davranışının tesadüfi olması yerine amaçlı olmasını sonuçlandırarak yaşamını sürdürmesine katkıda bulunacaktır.

Kişilerin korkuya karşı gösterecekleri tepki, korkuyu yaratan tehlikeli durumdan ziyade kişinin manevi durumlarına bağlıdır. Bazen baskı altında kalan güçlü fizik yapıya sahip veya vurdum duymaz kişilerin paniğe kapıldıkları, buna karşın çekingen, endişeli ve zayıf olarak bilinen insanların çok daha serinkanlı ve etkin hareket ettikleri görülmüştür. Korku tanınmalı ve kabul edilmeli, onunla birlikte yaşanmalı, ve mümkünse faydalanacak şekilde kullanılmalıdır.

Yaşamı Sürdürmenin Yedi Düşmanı:

Kişiler; soğuk, acı, susuzluk, açlık, yorgunluk, can sıkıntısı ve yalnızlığı normal yaşamlarında bir çok kez duymuşlardır. Yaşamı sürdürme mücadelesinin var olduğu bir ortamda bu duygular çok daha etkili ve tehlikelidir. Korku duygusunun olduğu gibi bu duyguların da kontrol altına alınmasına gayret edilmeli, duyguların kişinin davranışlarını etkileyerek yönlendirmesine imkan verilmemelidir.

Bu duygular ve bunların kişinin üzerindeki etkileri hakkında ne kadar çok bilinirse, kontrolleri o kadar kolaylaşır.

(1) Soğuk

Soğuk, yaşamı sürdürme durumu ile karşılaşan bir kişiyi tehdit eden, tahminlerin çok üstünde boyut taşıyan bir tehlikedir. Kişinin düşünme yeteneğini azalttığı gibi, tekrar ısınabilmenin dışında her hangi bir şey yapma arzusunun da zayıflatır. Soğuk, düşünebilme yeteneği ve vücudu dondurduğu gibi bir şeyler yapma arzusunun da ortadan kaldıran sinsi bir düşmandır. Bu duyguyu uzaklaştırmak giderek zorlaşır, kişi uyumak ister ve..yaşamı sürdürme amacı unutulur gider..

(2) Acı

Acı, insanın yara, bere veya başka bir bozukluğun var olduğu bir uzvuna kişinin dikkatini çekmek için var olan doğal bir duygudur. Kişi, acının geldiği noktaya derhal ihtimam göstermek yerine başka bir işi yapmakla aşırı derecede meşgul ise, acı duygusu kaybolur. Kişinin zihni yaşamı sürdürme planlarıyla dolu ise acı duygusunun etkisi çok azalır ve hatta ortadan kalkar. Diğer taraftan acı duygusuna teslim olduğunda yaşamı sürdürme hamlesi zayıflar. Ciddi ve sürekli olmayan acı duygusu dahi, karşı konulmadığında, kişiden çok şey alır götürür. Acı duygusunu yenebilmek için umudu yüksek tutmak ve devamlı çalışmak ve meşgul olmak için özel gayret gösterilmelidir.

(3) Susuzluk

Susuzluk duygusu da yaşamı sürdürme mücadelesinin bir diğer düşmanıdır. İleri safhada olmayan susuzluk duygusu dahi zihinsel faaliyeti felce uğratar. Soğuk ve acıda olduğu gibi susuzluk duygusu da yeteri kadar güçlü olan yaşamı sürdürme arzusu karşısında unutulur. Kişinin kendisini gereksiz yere sudan mahrum etmemesi asla unutulmamalıdır.

(4) Açlık

Açlık, özellikle kişinin akılcı düşünme yeteneğini azaltıcı yönde zihinsel faaliyetleri etkilediğinden tehlikelidir. Açlık ve susuzluk; kişinin soğukun, acının ve korkunun zayıflatıcı etkilerine maruz kalmasını kolaylaştırır.

(5) Yorgunluk

Yüksek derecede olmayan bir yorgunluk dahi zihinsel yeteneğin azalmasında etkili olur. Yorgunluk kişiyi dikkatsiz ve umursamaz yapar. Yorgunluk ve enerji harcanmasının birbirleriyle doğrudan ilişkili oldukları konusunda genellikle yanlış olan bir görüş mevcuttur. İnsan enerjisinin tükenerek tehlikenin başladığı bir nokta vardır. Ancak yorgunluk, enerji tükenmesinin dışında ümitsizlik, amaçsızlık, memnuniyetsizlik, ruhsal buhran veya can sıkıntısından da doğabilir.

Yorgunluk, aşırı derecede zor hale gelen bir durumdan kaçışı temsil edebilir. Kişi, karşılaştığı durumun tehlikelerinin farkında ise, devam edebilmek için gerekli gücü toplayabilecektir.

(6) Ruhsal buhran

Ruhsal buhrana girme, kişi açısından beklenmeyen bir olay niteliği taşıdığı için kötüdür. Bir şeyler beklerken hiç bir şeyin olmaması veya başlamaması, kişinin mevcut sıkıntılı sessiz ve yalnız haline devam etmeye zorunlu bulunması endişeler doğurur ve birikimi arttırır.

(7) Yalnızlık

Yalnızlık duygusu giderek benliği sarar; korku, endişe ve hatta panik getirir. Zihinsel ve bedensel faaliyet ruhsal buhrana girilmesini önler, yalnızlığı unutturur.

KİŞİLİĞİN YAŞAMI SÜRDÜRME MÜCADELESİNDEKİ ROLÜ

Yaşamı sürdürme şansı; var olan tehlikelerin cinsi, hava şartları, arazi durumundan ziyade insanın kişiliğine bağlı olabilir. Korku bir insanda panik mi yaratacak veya onu daha keskin hale mi getirecek? Yorgunluk karşısında kişi pes mi edecek yoksa yaşamını sürdürebilmek için gerekli olan faaliyeti mi gösterecek? Bütün bunlar zor koşullarda, örneğin bir ayak donmakta iken gerçekleştirilebilecek mi?

Bu sorunların olumlu sonuçlanması insanın içinde bulunduğu durumdan ziyade kişiliğine bağlıdır. Yaşamı sürdürme kavgası veren bir kişi için gerekli olan başlıca nitelikler şöyle sıralanabilir :

- 1- Karar verebilen,
- 2- Zeka ve becerisini kullanarak basit araç ve gereçler imal edebilen,
- 3- Kendi kendine tek başına yaşayabilen (Bazı kişiler tek başlarına kalmaya tahammül edemezler. Diğer bir grup insan ise kendi kendilerine bakabilir, kötü bir şeyi iyi bir şey haline getirebilir, kendilerinin ve başkalarının morallerini yüksek tutabilirler)
- 4- Duruma uyum gösterebilenler. Diğer bir grup insan ise inatçılıkları neye mal olursa olsun kendi kendilerini değiştiremezler.
- 5- Zor karşısında serinkanlı, sakin ve toparlanmış durumda olanlar.

6- En iyisini ümit eden ancak en kötüsüne hazırlıklı olanlar.

7- Sabırlılar. Bazı kişiler her şeyi derhal yapmak zorunluluğunu duyarlar. Diğerleri, daha emin bir şans elde etmek için beklemeye muktedir ve tahammüllüdürler.

8- Tahammüllüler. Durumun zor ve nahoş olacağı bekleyişi içinde olmak, mümkün olan en kötü şey ile karşılaşmanın en iyi hazırlığıdır.

9- Başkalarını düşünenler. Bazı insanlar herkesin nasırına basmaktan zevk alırlar. Diğerleri ise az veya çok herkesi memnun edebilme becerisini gösterirler. Bu ikinci grup insanın daha başarılı olmasının ana nedeni başka kişilerin ruh halleri ve duygularını daha iyi tanıyabilmeleridir. Başkalarını anlama ve onların ne yapabileceğini önceden kestirme, yaşamı sürdürebilmek için gerekli olan bir yetenektir.

10- Kendi korkularının ve endişelerinin nereden kaynaklandığını bilmeye, kendi kendilerine adeta psikanaliz yapmaya çalışanlar. Tehlike içeren yaşamı sürdürme durumlarında, korkularının kaynağını bulabildikleri için bu duygularını kontrol altında tutarak panikten kurtulurlar.

Barınak 4

"Dünyada mekan, ahirette iman"

Doğada yaşamını sürdürmeye çalışan bir kişinin bilmesi gereken ilk şey barınak inşa edebilmektir. İsteyerek veya istemeyerek açık arazide geceleme zorunda kalan kişinin yapması gerekli olan, bütün hayvanların içgüdüsel olarak yaptıkları gibi varlığını dış etkenlere karşı koruyacak önlemi almaktır.

İnşa edilecek veya bulunacak barınağın ne tip ve şekilde olacağı kişinin kendisini korumaya çalıştığı dış etkenlere göre değişir. Söz konusu dış etkenler yağmur, soğuk, rüzgar, sıcak veya böcek ve haşereler olabilir. Barınağın sağlamlığı ve yapıma tarzı, kalınacak sürenin bir gece veya belirsiz bir süre olmasına göre değişir.

Barınak için uygulanacak genel kurallar şunlardır :

1- Kamp yeri dikkatlice seçilmelidir. Önce yakın çevrede bir keşif yapılarak bölge tanınmaya çalışılmalıdır. Terkedilmiş bir kulübe, çobanların veya ormancuların yapmış oldukları bir barınak, veya gecenin rahatlıkla geçirilebileceği başka bir yer bulunduğu takdirde sarfedilecek enerji ve zamandan tasarruf ederek barınağın dışında gerekli olan diğer hazırlıklara geçilebilir.

2- Kaya veya taş heyelanına veya çığa maruz kalacak şekilde dik bir yamacın dibine veya üzerine yerleşilmemelidir.

3- Kurumuş ölü ağaçların hemen altına kamp kurulmamalıdır. Gece çıkacak bir rüzgar veya fırtına sonucu ağacın barınağın üzerine yıkılarak maddi ve manevi zarar vermesi mümkündür.

4- Mümkün olduğu takdirde barınak şiddetli rüzgarlar ve fırtınalardan korunmuş bir yere kurulmalıdır.

5- Şayet ormanlık bir bölgede bulunuluyorsa, barınak ağaçlık bölgenin içinde yer alan küçük bir meydana yapılmalıdır. Bu şekilde rüzgarlardan korunulacağı gibi ateş yakmak için gerekli odun kaynağının da içinde bulunmuş olunur. Ormanlık bölge içinde küçük bir dere veya kaynak mevcut olduğu takdirde kamp yerinin suya yakın bir yerde seçilmesi; rüzgarlardan korunma. bol odun imkanı elde etme ve suyun mevcut olması açısından ideal olacaktır. İleride tekrar ele alınacağı üzere, kamp yerindeki ateşin yeri orman yangınına neden olmayacak şekilde seçilmelidir.

6- Barınak o şekilde kurulmalıdır ki kapı tarafı rüzgarın aksi yönünde yer alsın. Bu şekilde rüzgarın barınağa dolması önlenileceği gibi

barınağın hemen önünde yakılacak ateşin kıvılcıklarının barınanı rahatsız etmesi engellenecektir.

7- Rüzgarın çok şiddetli esmesi halinde barınak ile rüzgarın geliş yönü arasına odun veya çalı çırpı yığarak, buz parçaları yerleştirerek veya kardan bir tepe yaparak bir engel yerleştirilmesi halinde barınaktaki ısı daha hızlı yükselecektir. Bir kaya dibi veya bir ağaç kütüğü gibi doğal bir engelin önüne yapılan barınak rüzgardan daha fazla korunmuş olacaktır.

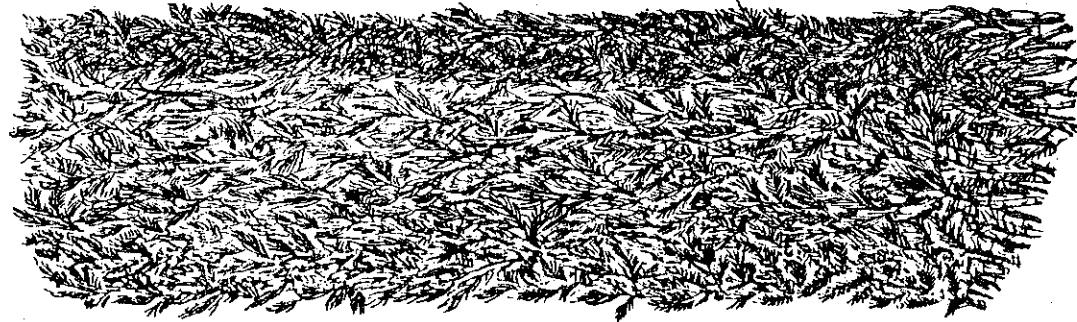
8- Kamp yeri için kuru bir dere veya nehir yatağı seçilmemelidir. Gece çıkacak bir fırtına sonucu kilometrelerce ileride de olsa bir nehrin taşması sonucu kampın kurulduğu dere yatağını su basabilir. Bazı durumlarda 3-4 metre yüksekliğe varan bu tip su baskınları, kamp ve barınağı kazıyıp götürüleceği gibi can kaybına da neden olabilir.

AGAÇ DALI YATAĞI

İnşa edilecek veya hazırlanacak barınakta yerin neminden, soğuktan veya ıslaklığından korunmak ve aynı zamanda rahat bir şekilde dinlenip uyuyabilmek için yatak hazırlamak gereklidir.

Kuru otlar veya yaprak, özellikle iğne yapraklı ağaçlar olmak üzere çeşitli ağaçların yapraklarıyla birlikte koparılmış ince dallarını kullanmak suretiyle yatak hazırlanabilir. Özellikle aromatik bir koku

KAMP YATAĞI



neşreden bazı çam türü ağaç dallarıyla hazırlanan yatak kişiye büyük bir rahatlık ve huzur verecektir. Yatağın kaba ölçülerle eni 90 cm, boyu 180 cm, yüksekliği ise 30-35 cm olmalıdır. İnce ağaç dalları kullanıldığı takdirde yapraklı dallar yatağın boyuna paralel yerleştirilmelidir. Bir sıra serildikten sonra ikinci sırayı sererken yeni konulan dalların eskilere takılarak kaymalarına engel olunacak şekilde yerleştirilmelerine özen gösterilmelidir. Ayrıca, yatağın kenarına daha fazla dal konularak üzerine yatıldığında bir kuş yuvasını andırır şekilde vücudun ortada kalması sağlanmalıdır.

Yatak hazırlandıktan sonra üzerine uzanılarak denenmeli ve vücuda batan dal kısımları varsa bunlar el ile düzeltilmelidir. Özellikle ince çam dallarından yapılan bir yatak tıpkı yaylı bir somye gibi üzerine yatan kişinin bir iki gün rahat bir şekilde dinlenebilmesine ve uyumasına imkan verecektir. Bir süre sonra dallar ezileceğinden, yatağın eski rahatlığına kavuşturulması için ya kabartılması ya da üzerine yeni dallar sermek suretiyle 15-20 cm'lik yeni bir tabaka eklenmesi gerekecektir.

EĞİK DAMLI BARINAK

Koruluk veya ormanlık bölgelerde kolaylıkla çeşitli şekillerde inşa edilebilecek bir barınak şeklidir. Yere paralel tepe direğinin her iki ucu birbirine 2-2,5 metre uzaklıkta bulunan iki ağacın yerden yüksekliği aşağı yukarı eşit iki dalının gövde ile birleştiği yere takılabileceği gibi bir tarafı ağaca diğer tarafı da tepesinden birbirine bağlanmış veya birbirine geçmiş üç ayak şeklindeki ayağa takılabilir.

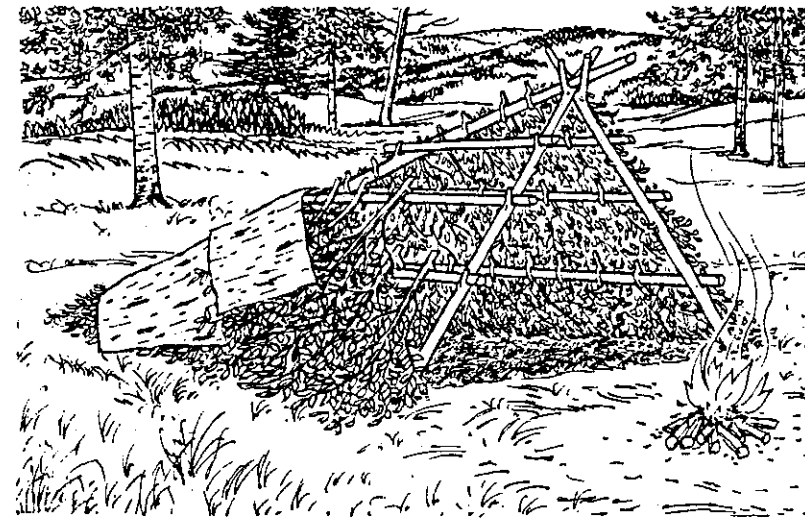
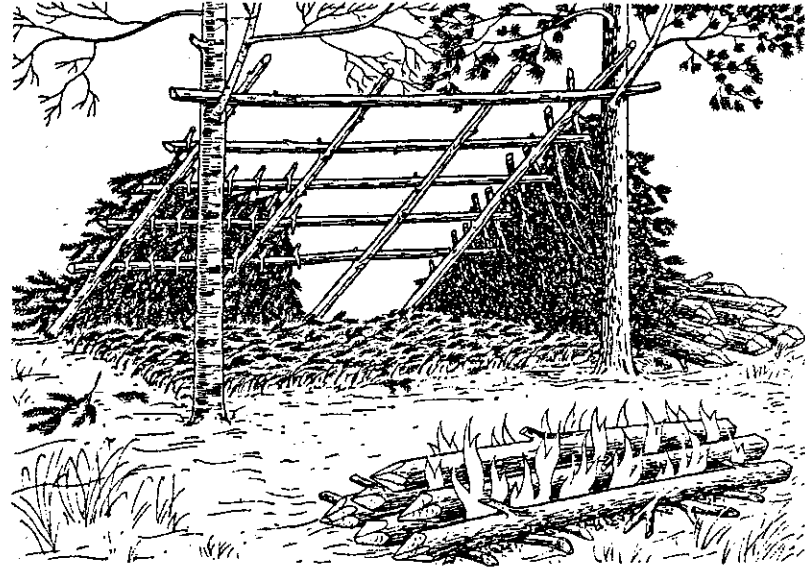
Uygun nitelikte, dalları gövdenin alt kısmından fıskırmış ağaç bulunmadığı takdirde yere paralel tepe direğinin her iki ucunun da hazırlanacak üç ayaklı sehpalara yerleştirilmesi mümkündür.

Diğer bir eğik damlı barınak şekli de biri uzun, ikisi daha kısa olan üç direğinin tepelerinden birbirlerine bağlanması ve yere üç ayak şeklinde oturtulması suretiyle inşa edilebilir.

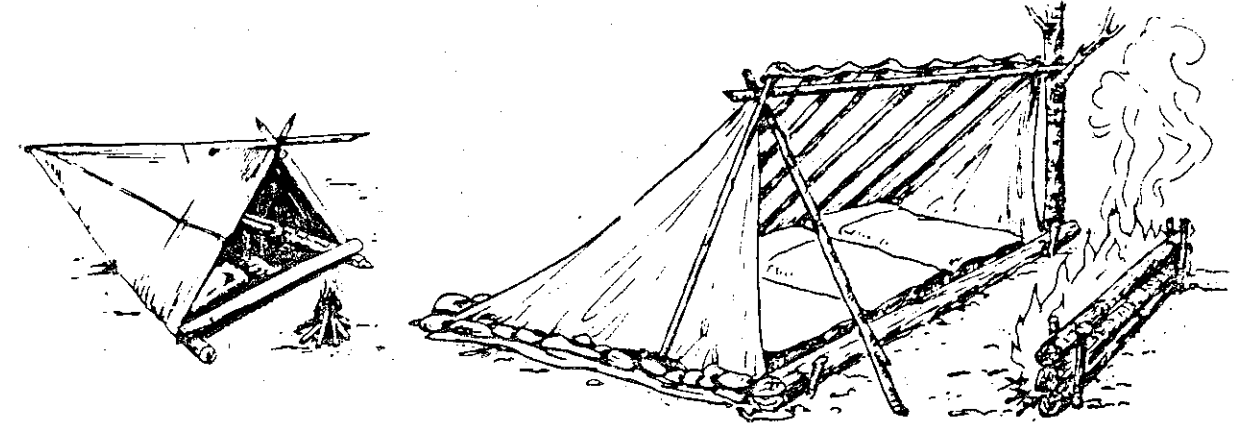
İskelet kurulduktan sonra üzerine kısa aralıklarla önce yere dik ince direkler, daha sonra bunların üzerine yere paralel direkler budak yerlerine takılmak veya sarmaşık veya uzun otlarla bağlamak suretiyle yerleştirilir. Bundan sonra barınağın üstü civarda mevcut ağaç dalları, otlar v.b. unsurların serilmesi suretiyle örtülür. Bir naylon veya branda örtü veya paraşüt mevcut olduğu takdirde bu malzemelerden herhangi birisinin dam örtüsü olarak kullanılması mümkündür.

Dikdörtgen ağızlı veya yere paralel direk ile inşa edilen eğik damlı barınağın ana direğinin uzunluğu, yerden yüksekliği, ana direğinin

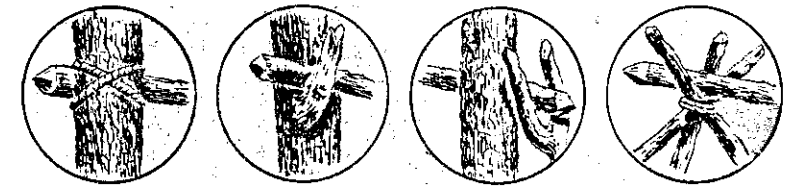
üzerine serilecek direklerin yere açılıarı ne olmalıdır?

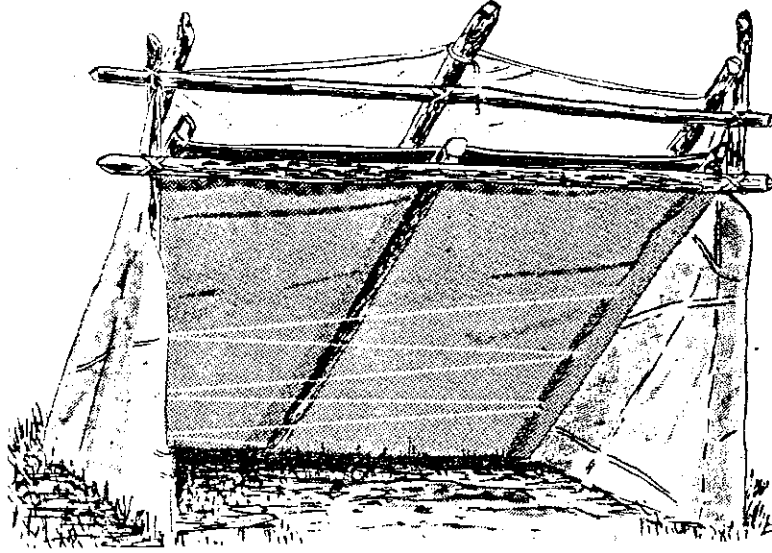


Eğik damlı barınağın boyu içinde yatacak kişinin veya kişilerin en uzununun boyundan kısa olmamalıdır. Yüksekliğe gelince, içinde ayakta durulacak kadar yüksek bir barınağın ısıtılması güç olacaktır. En iyi çözüm, barınağın içinde girişe yakın kısmında oturacak kişilerin başlarının tavana değmeyecek şekilde inşa edilmesidir. Genellikle yere kırkbeş derece açı ile yerleştirilmiş bir dam, yağışların en iyi şekilde akıp gitmesini sağlayacağı gibi barınağın karşısında yakılacak ateşin vereceği ısının içinde barınanlara uygun bir biçimde yansımını da kolaylaştıracaktır.



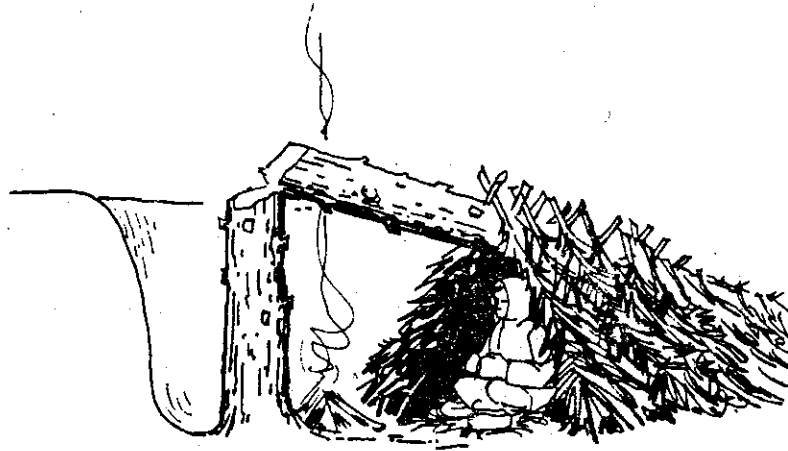
Barınağın hafif eğimli bir yerde yapılması halinde yağacak yağmurun veya eriycek karların barınanı rahatsız etmesi söz konusu olmayacaktır. Barınağın düz bir yere yapılması halinde civardan gelecek veya damından akacak suların barınağın içine girmesine engel olacak şekilde etrafına küçük bir hendek kazılarak önlem alınmalıdır. Bu hendeğin derin olmasına gerek yoktur. Kalın bir dal ucunun veya bir kaya parçasının kazma gibi kullanılması suretiyle kazılacak 3-5 cm derinlikte drenaj kanalı yeterli olacaktır.





DEVRIK AĞAÇ BARINAGI

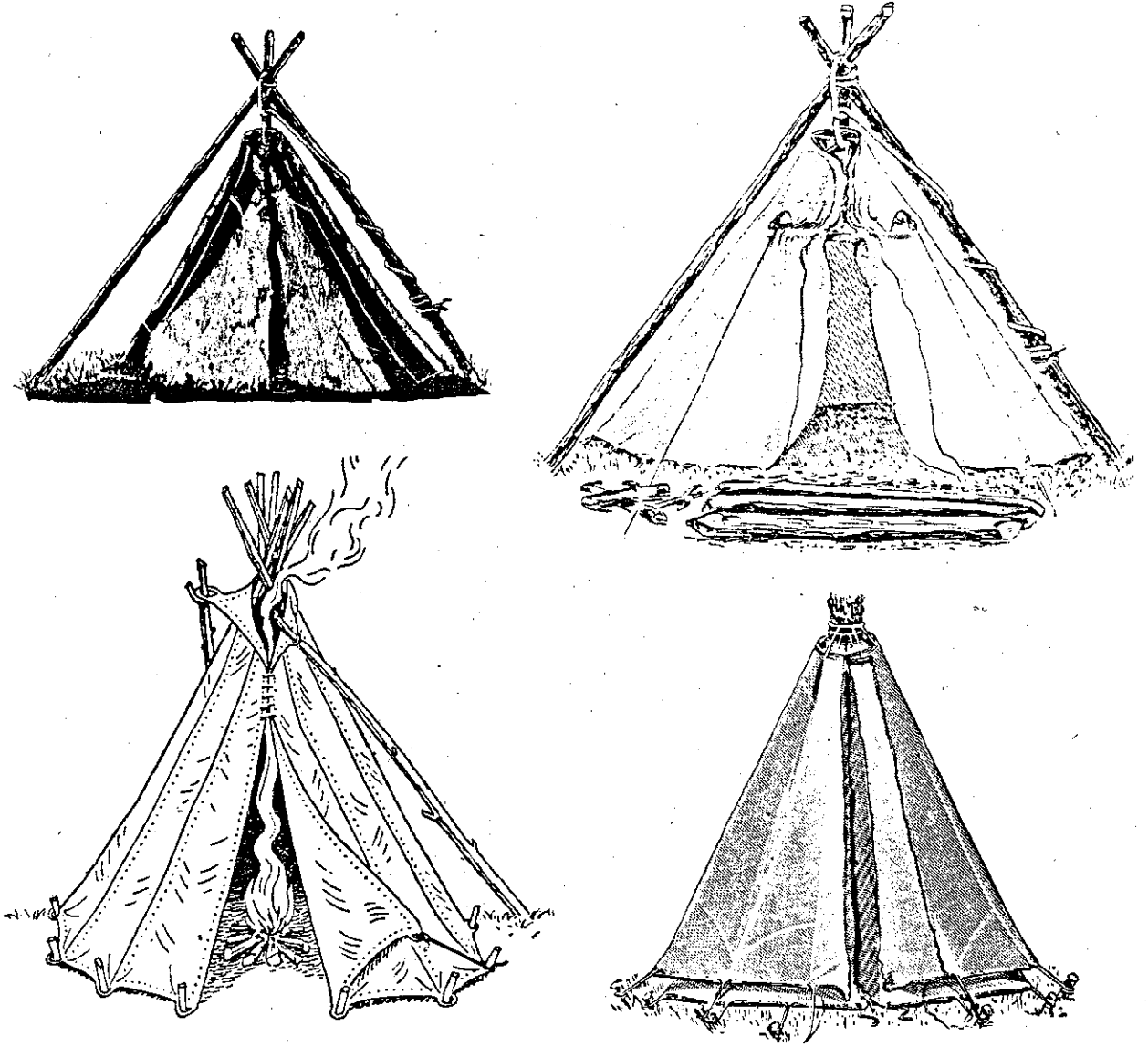
Yerden bir ile bir buçuk metre yükseklikte gövde kısmından kesilmiş veya doğal etkilerle bölünerek devrilmiş bir ağacın gövdesi boyunca altta kalan yapraklı dallarının koparılarak veya kesilerek üst kısmına yerleştirilmesi ve civarda bulunacak sair yeşil ot, yosun veya yapraklı dallarla üstünün açık kalan yerlerinin örtülmesi suretiyle barınak sorunu halledilebilir.



KIZILDERİLİ ÇADIRI

Sivil veya askeri amaçlı uçaklara ait pilot, mürettebat veya yolcuların kaza sonucu ıssız bir bölgeye paraşütle inmiş olmaları halinde paraşüt kumaşının kullanılması ile Kuzey Amerika kızilderililerinin kullandıkları tipte konik bir çadır yapımı az bir gayretle gerçekleştirilebilir.

Asağıdaki resimde görüleceği gibi çadırın konik tepesi açık bırakılmalıdır. Bu durumda çadırın içinde yakılacak küçük boy bir ateşin dumanı, deliğin baca görevi yapması sonucu rahatlıkla dışarıya çıkabilecektir. Özellikle, sivrisinek ve karasinek gibi uçucu haşarelerin fazla olduğu bölgelerde çadırın içinde yakılacak ateş, içinde oturanlara veya dinlenenlere rahat bir ortam sağlayacaktır. Bu niteliği ile kızilderili çadırı en soğuk iklimlerde olduğu kadar sıcak iklim ve mevsimlerde de faydalı bir barınak olacaktır.

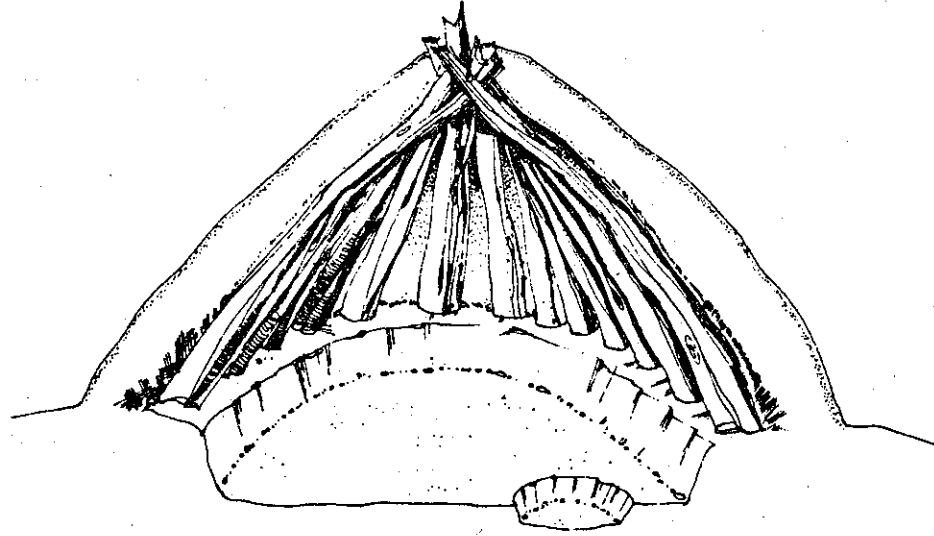


TERLEME KABINI

Navajo kızılderililerine özgü olan bu barınak özellikle açık arazide terlemek suretiyle kendilerini tedavi eden yerliler tarafından kullanılmaktaydı. Bu tip bir kabinin soğuk iklimde sıcak bir barınak olarak da kullanılması mümkündür.

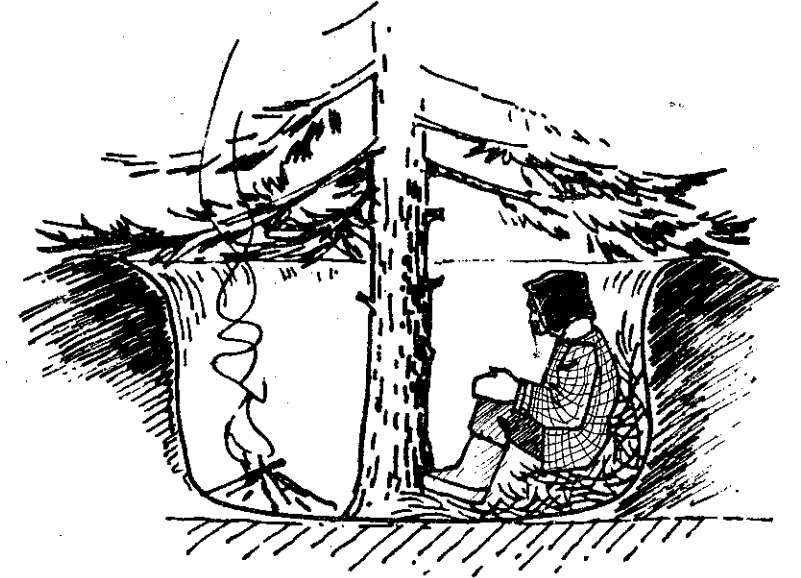
Çukur bir alanın üzerine ağaç dallarının tepelerinden birbirlerine bağlanması ve aralarının dal, ot, bitki artıkları, toprak v.b. her çeşit malzemenin kullanılması ile hiç hava geçirmeyecek şekilde tıkanması suretiyle inşa edilir. Barınağın ağzının bir insanın ancak yere yatıp sürünerek girebileceği kadar dar bir delik olması gerekir. İçeri giren insanın giriş deliğini kapatması için içeride bir miktar ilave dal bulundurmak gereklidir.

Barınağı ısıtmak için hemen dışında giriş ağzının önünde büyükçe bir ateş yakılarak üç beş tane iri taş veya kaya parçasının bu ateşin içinde kızdırılması sağlanmalıdır. Kabinin içinde oturan kişi, bir kaç ağaç dalını çengel gibi kullanmak suretiyle kızgın taşlardan birini veya bir kaçını kabinin içine çekerek hazırlanmış çukura düşürmelidir. Soğuyan taş el ile kaldırılarak dışardaki ateşin üzerine atılmalı, kızgın taşlardan bir veya bir kaçını yeniden kabinin içindeki çukura çekilmelidir. Kabine çekilen kızgın taşı değiştirilmeksizin bir kaç saat süre ile kabini sıcak tutmaya yeterli olacaktır. Kızgın taşların 20-30 dakikalık aralarla değiştirilmesi halinde kabindeki ısı yükselecek ve terleyerek tedavi olmak isteyen kişi bu amacını gerçekleştirebilecektir.



AĞAÇ ALTI BARINAGI

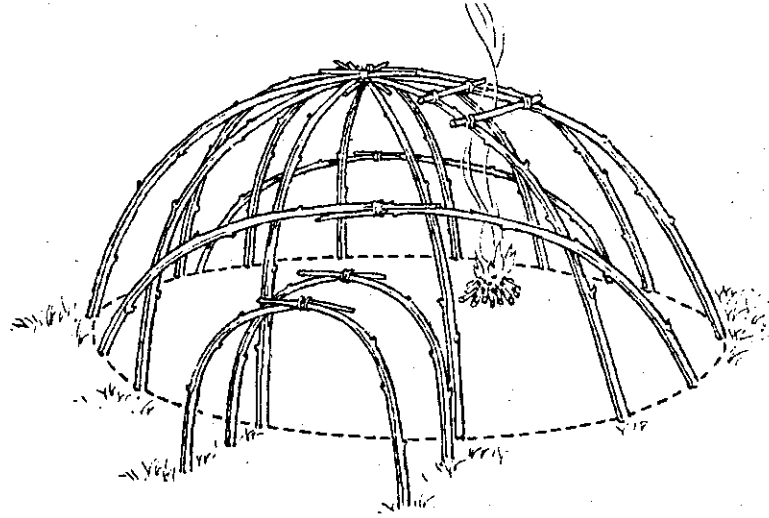
Kar kalınlığının 1-1,5 metre olduğu ağaçlı bölgelerde özellikle yolunu kaybetmiş kayakçılar için yapılması nispeten kolay olan bir barınak şekli de ağaç dibi çukurudur. Kayaklar veya hediğin yardımı ile ağacın dibindeki kar atılarak ağaç gövdesi merkez olacak şekilde yaklaşık bir metre yarıçapında bir çember üzerinde, içine oturacak kişinin tamamen gizlenmesini sağlayacak derinlikte bir çukur açılır. Ağacın çukurun içinde bulunan dalları imkan bulunursa kesilir ve çukurun içinde barınacak kişilerin oturup yaslanmaları için kullanılır. İstenilirse, oturulacak kısmın üstü civardan temin edilecek sair ağaç dalları ile örtülür. Ağaç dalının uzağında kalacak şekilde küçük bir ateş yakılarak gece geçirilir.



KUBBELİ BARINAK

Eğik damlı barınak kurmaya elverişli kalınlıkta ağaç dallarının mevcut olmadığı, buna karşılık ince saz, maki dalı, söğüt çubuğu gibi bitkilerin bol olduğu ortamda kurulabilecek bir barınak tipidir. Eğik damlı barınağın tabanı çember şeklinde olabileceği gibi yumurta şeklinde veya dikdörtgen de olabilir.

Elde mevcut dal veya çubukların kalın taraflarının kararlaştırılan taban şeklinin çevresi boyunca çıkmayacak şekilde toprağa gömülmesi ile işe başlanır. Daha sonra bunlar uçlarından ip, meşin parçası, sarmaşık, ot veya benzeri bir malzeme ile birkaç yerinden birbirlerine bağlanır. Aşağıdaki resimde görüldüğü gibi yarı küreyi üç kısma ayıracak şekilde iki giriş karşılıklı olarak sapların toprağa gömülmesi ve uçlarının bağlanması suretiyle çerçeveye ilave edilir. Daha sonra barınağın içine sürünerek girilecek şekilde bir giriş deliği bırakmak üzere iki giriş açıklığı ile aynı genişlikte dört adet kısa çubuk birer taraflarından toprağa gömülerek uçlarından bağlanır. Barınağın içinde ateş yakılmak istenirse, baca görevini yapmak üzere resimde görüldüğü gibi bir baca deliği bırakılır. Bundan sonra yapılacak işlem 2-3 cm aralıklarla ot, çubuk, dal ve benzeri bitki parçaları ile iskeletin bir sepet gibi örülmesidir. Örülen kubbenin üstü, çamur, ot parçaları, yosun veya toprak ile örtülebilir.



KAR BARINAKLARI

Kar iyi bir yalıtıcıdır. Bu nedenle kuru soğuk bir iklimin hüküm sürdüğü ağaçsız ve çıplak bir araziye kıyasla karlı bir ortamda yaşamı sürdürmek çok daha kolaydır.

İçgüdüleri ile hareket eden vahşi hayvanlar, soğuk rüzgarlardan kendilerini korumak için karın içine çukur kazarak barınmaya çalışırlar. Eskimoların kızak çeken köpekleri, verilen molalarda kendilerini kara gömerek dondurucu kutup rüzgarlarından korunurlar.

Kar barınağı yapılırken dikkat edilecek hususların başında barınağın çığ düşebilecek bir güzergah üzerinde kurulmamasıdır. Çığ, genellikle dağların tepesinden koparak ve önündeki engellerin bir çoğunu silip süpürerek vadiye kadar iner ve ancak geniş bir alana yayıldıktan sonra gücünü kaybeder. Çığ yolu; oldukça dik, nispeten çıplak veya aşağıya doğru eğilmiş bir kaç ağaç ihtiva eden ve dağın tepelerinden aşağıya vadiye doğru uzanan bir görünümüdür. Çığ yolları genellikle yüzde yirmi ve daha fazla eğimlidir. Barınak, geniş ağaçların da yer aldığı engebeli kısımlara kurulduğu takdirde çığ tehlikesinden nispeten uzaklaşmış olunur.

Diğer bir husus, barınağın rüzgardan korunmuş bir küçük tepe veya kaya gibi bir engelin arkasına değil, rüzgarın etkilerine açık bir yere yapılmasıdır. Karsız bir ortamda yapılması gerekli olanın tamamen zıddı olan bu önlemin başlıca nedeni, karın rüzgarın etkisine açık yerlerde birikmediği, tam tersine rüzgardan korunmuş yerlerde büyük birikimler yaptığı, buralarda kurulmuş barınakları kısa zamanda tamamen örterek içindekilerin havasızlıktan boğulmaları sonucunu doğurabileceğidir.

Dikkat edilecek bir üçüncü husus havanın ısısı ile ilgilidir. Kar barınaklarının işlevlerini iyi bir şekilde yerine getirmeleri için hava ısısının ideal olarak sıfırın altında 17 ile 20 derece santigrad veya daha düşük olmasıdır. Gerektiğinde, sıfırın altında 7 ile 8 derece santigrad ısıya kadar da kar barınağı yapılabilir. Bu ısının üzerinde rutubetlenme ve damlama ihtimali çoğalır. Daha yüksek ısılarda ise yıkılma veya çökme tehlikesi mevcuttur.

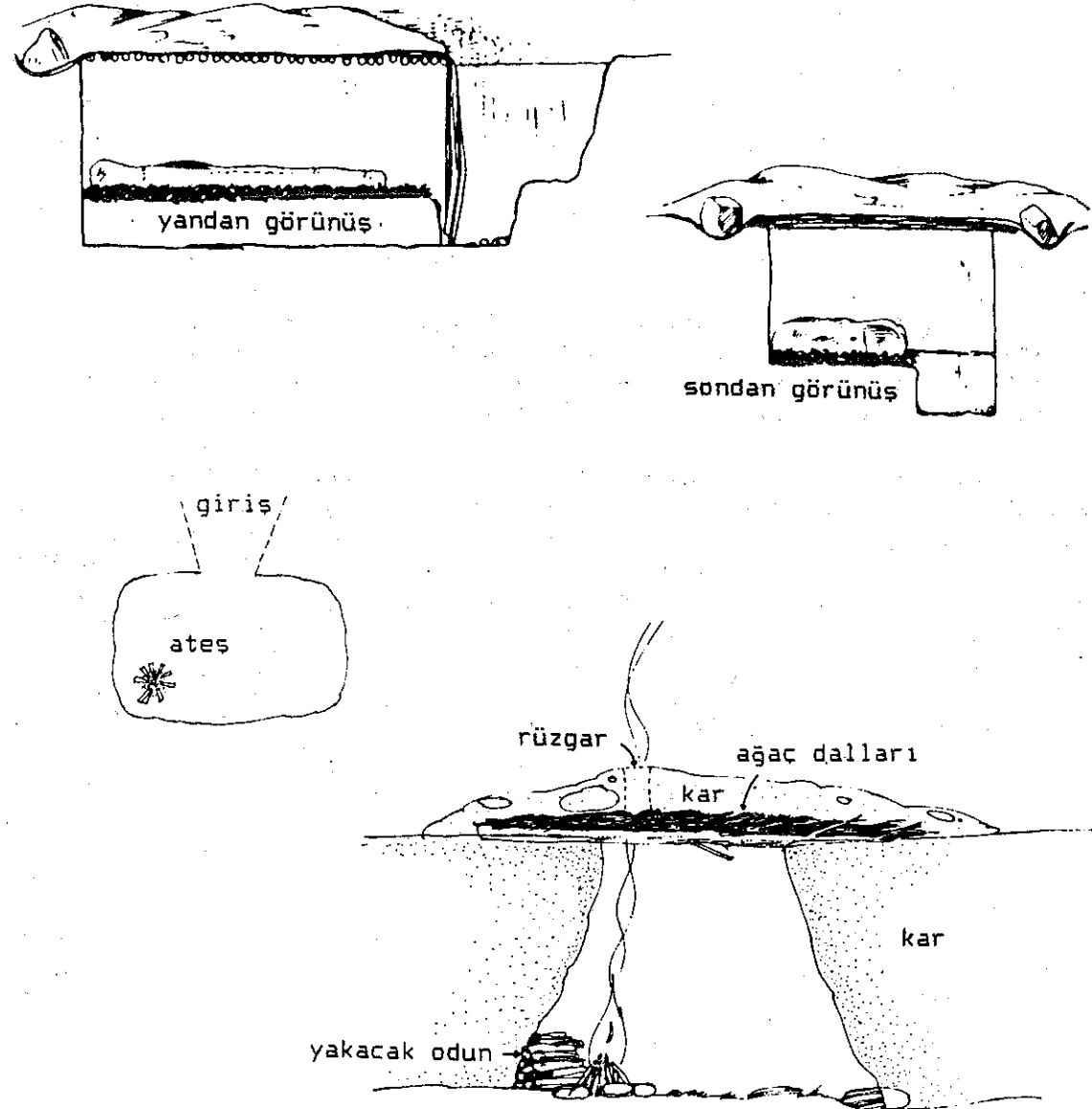
Gözden uzak tutulmaması gerekli olan en önemli noktalardan biri de sıfırın altında dondurucu ısılarda kar barınağı yapmaya çalışan kişinin ister terleme, ister yoğunlaşma, ister doğrudan ıslanma olsun, hiç bir şekilde ıslanmamaya gayret göstermesidir. Vücudun kısmen veya tamamen ıslaklığa maruz kalması, dondurucu soğuklarda yaşam savaşı veren insan için vahim bir olaydır.

Barınak yapıldıktan ve içinde dinlenmeye çekildikten sonra oturma veya yatma amacıyla buz veya karla doğrudan temas edilmemeli; ağaç dalı, yaprak, ince bir naylon örtü veya düz kaya parçaları gibi şeylerin

üzerine yatılmalı veya oturulmalıdır.

KAR ÇUKURU

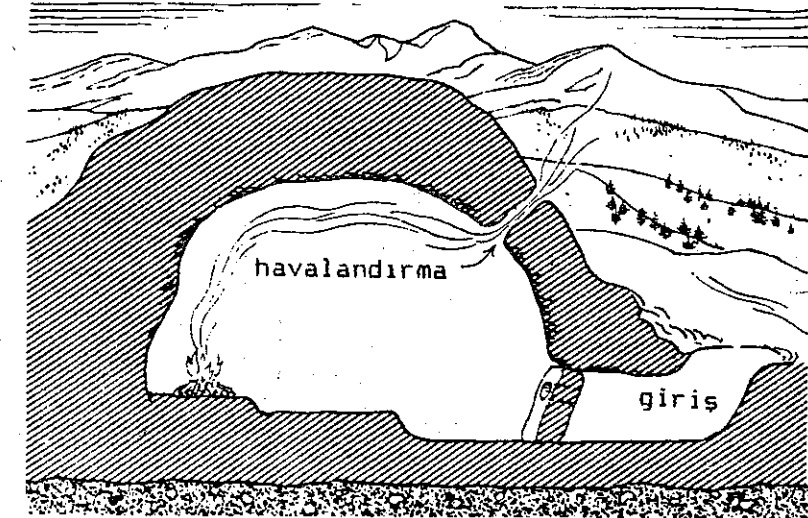
1-1,5 metre derinliğinde, oturarak barınmak istenildiği takdirde yaklaşık 1 metre eninde; uzanılmak istenildiği takdirde barınacak insanın boyunda bir çukur kazılır. Çukurun üzeri ağaç dalları, örtü, battaniye, branda, paraşüt bezi gibi seylerle örtülür ve uçmalarına engel olmak için kar veya buz parçaları ile sağlamlaştırılır. Çukurun içinde gerektiğinde küçük bir ateş yakılabilir.



KAR EVİ (KAR MAĞARASI)

2-3 metre kalınlığında karın biriktiği bir yerde, yığının nispeten dik olan bir tarafından kayalar, hedik veya başka bir alet kullanılarak kar kazılır. Mağara genişletilip son şeklini aldıktan sonra içerden dışarıya doğru kayak veya bir ağaç dalı kullanılmak suretiyle bir delik açılır. Bu deliğin amacı mağarada bir ateş yakıldığı takdirde haca görevi yapmaktır. Kar mağarasında yakılacak ateş; bir mum, birkaç çalı çırpı veya bir ispirto ocağından büyük olmamalıdır. İçeri girdikten sonra giriş deliğini kapatmak için önceden mağaranın içine bir buz parçası veya taze kar yığını tedarik edilmelidir.

Mağarada yakılan küçük bir ateş veya içinde barınanların vücut ısılarının etkisiyle karın erimesi ve damlama yapması söz konusu olabilir. Bu durumda yapılacak işlem, havalandırma deliğinin büyütülmesi veya mağaranın kapasitesinin biraz aralık bırakılacak biçimde kapatılmasıdır. Mağara içinin ideal ısı, erimenin tekrar donarak buza dönüşmesini sağlayacak 15 derecesidir.



AŞIRI SOĞUK İKLİM BARINAKLARI

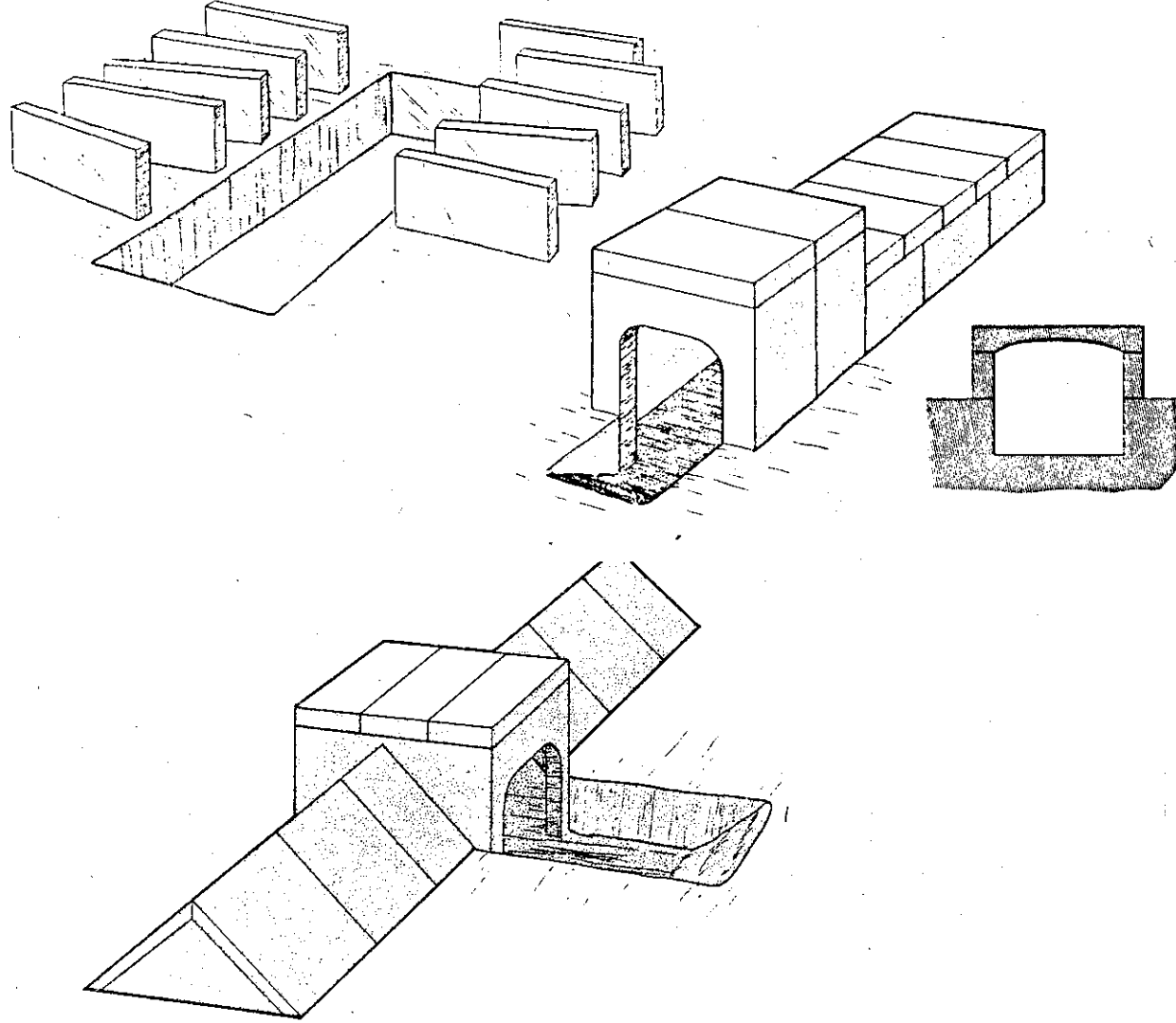
Aşırı soğuk iklimlerde kar tabakalarının yaklaşık 1 dm³ hacminde olan bir bloğunun bir insanın ağırlığını taşıyabilme direnci mevcuttur. Bu tabakaların poliüretan veya ytong blok tuğla gibi testere veya uzun bir bıçak ile kolaylıkla kesilip istenilen şekillere sokulma özelliği de vardır. Bir kar tabakasının blok halinde kullanılma niteliğinin tespit edilmesi için bir parça kesilmeli ve bu parçanın üzerine ayakkabı ile basılmalıdır. Belirli bir iz çıkarsa kar elverişli değildir. Kar parçası

fazla etkilenmemişse, örneğin alındığı yığın blok halinde kullanılmaya uygun demektir.

KAR HENDEĞİ (SAVAŞCI HENDEĞİ)

Testere veya büyük bıçak türünde bir alet mevcut olduğu takdirde yapımı, aşağıdaki şekilde görüleceği üzere nispeten kolay bir aşırı soğuk iklim barınak türüdür. Dikdörtgen damlı giriş kısmı yemek pişirmek ve uykuya yatmadan önce fazla elbiseleri çıkarmak için kullanılabilir. Ateş yakıldığı takdirde havalandırma deliğini unutmamak gerekir.

Kar hendeği inşa etmek için kar kalınlığının en az 90 cm olması gerekir. Hendeğin genişliği bir insanın yatabileceği genişlikten biraz fazla, uzunluğu ise içinde kaç kişi kalacaksa (2-3 kişi) kişilerin uc uca yatmalarını sağlayacak kadar uzun olmalıdır.

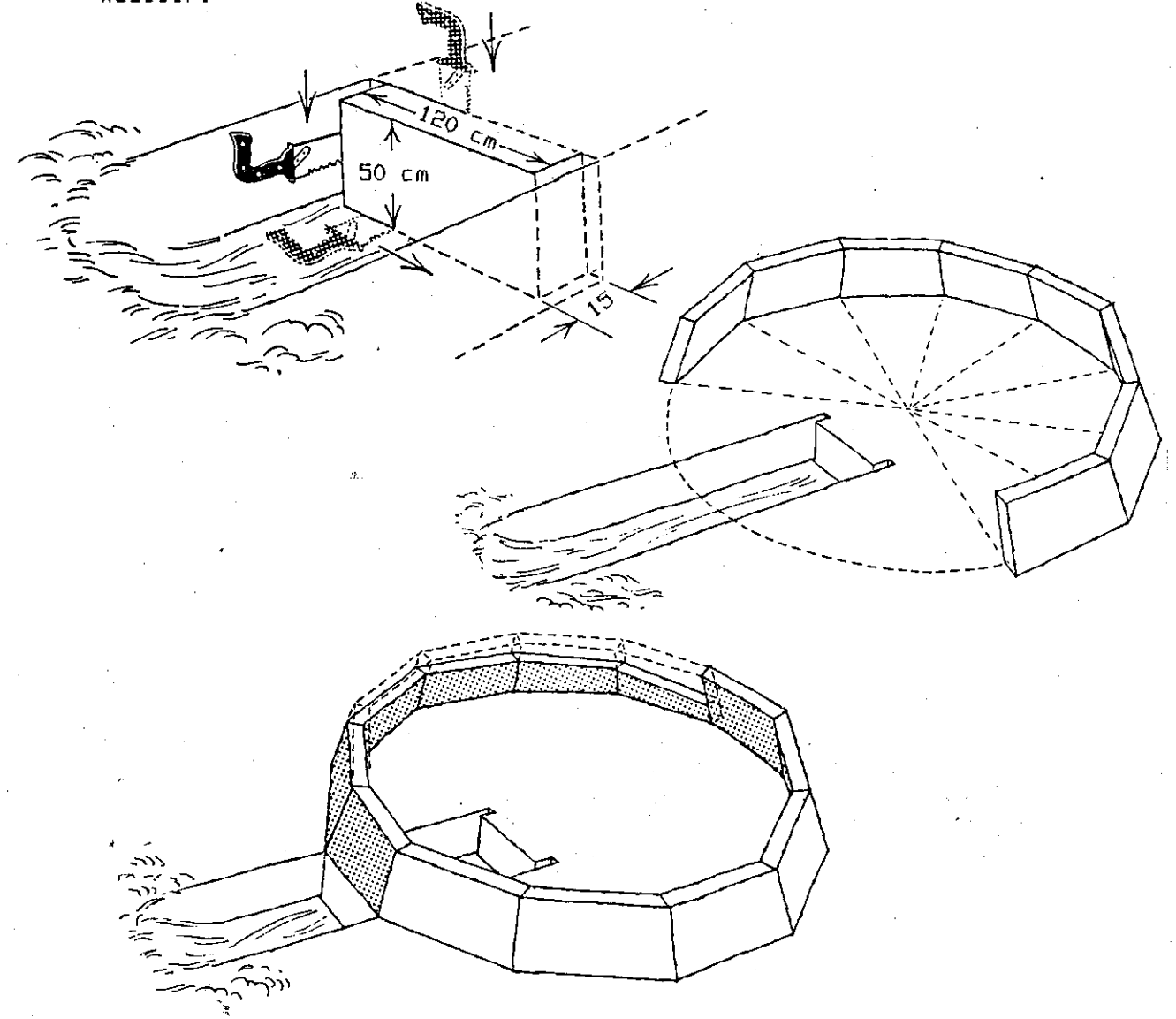


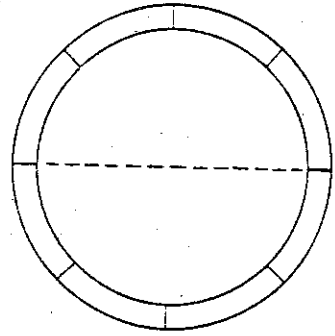
KAR EVİ (IGLOO)

Kuzey kutbu çevresinde yaşayan eskimo ırkının geleneksel evi olan iglu, aşırı soğuk iklimlerin üstün nitelikli barınağıdır. Iglu yapımına önce yere bir çember çizmekle başlanır. Bir kişilik bir barınak için çemberin çapı yaklaşık 2,4 metre, iki kişi için 2,7 metre, 3 kişi için 3 metre, 4 kişi için 3,6 metre, 5 kişi için ise 3,9 metredir. Daha büyük iglu yapımı tavsiye edilmemektedir.

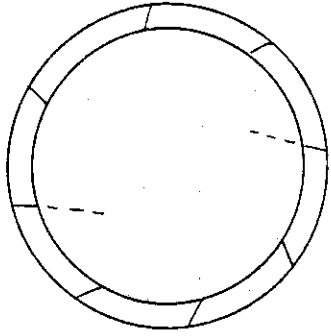
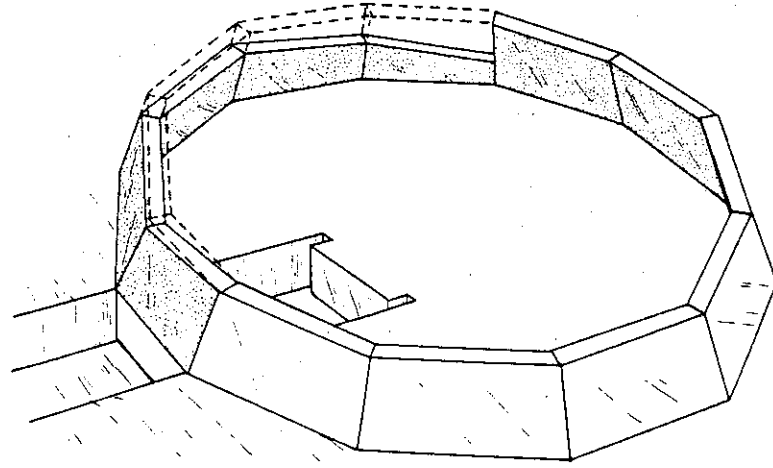
Iglu inşa ederken dikkat edilecek hususlar şunlardır :

1. Temeli oluşturan ilk sıra kalıpları yerleştirirken, bunların birbirlerine değdikleri noktaları merkeze birleştiren doğrunun, tıpkı bir at arabasının tekerlekleri gibi düzenli olmasıdır. Aksi takdirde kubbe yapımı zorlaşacaktır. İlk sıra yapıldıktan sonra spiral şeklinde yükselmeyi sağlamak amacıyla 3-4 blok şekilde görüldüğü gibi boylamasına kesilir.

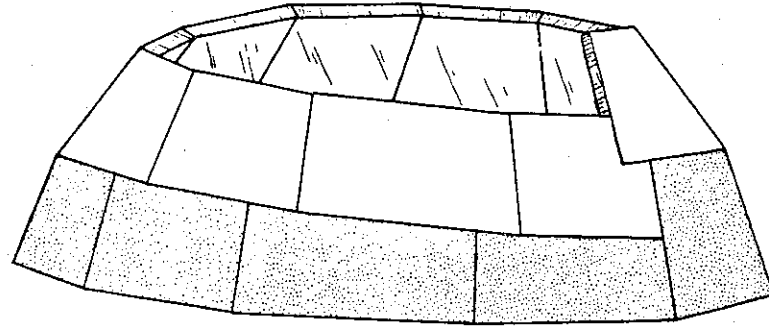




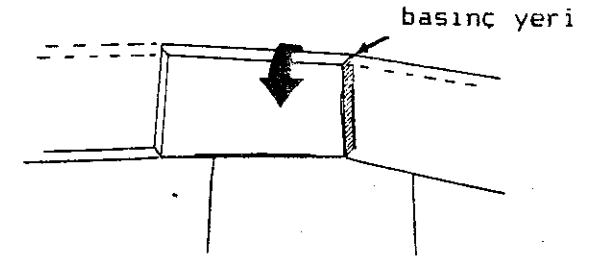
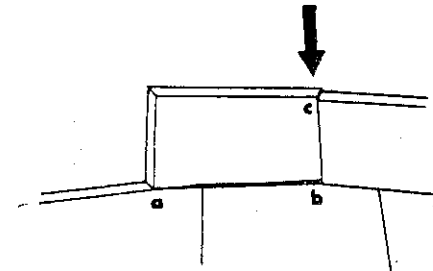
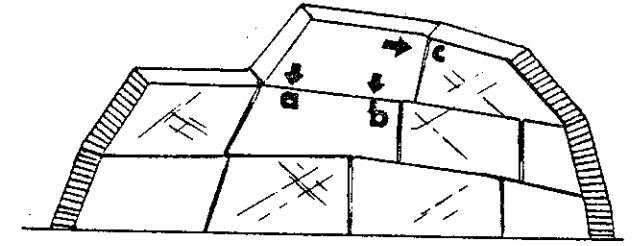
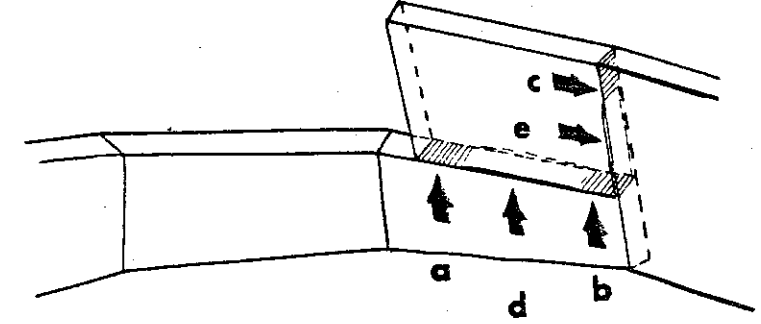
doğru eğim



yanlış eğim

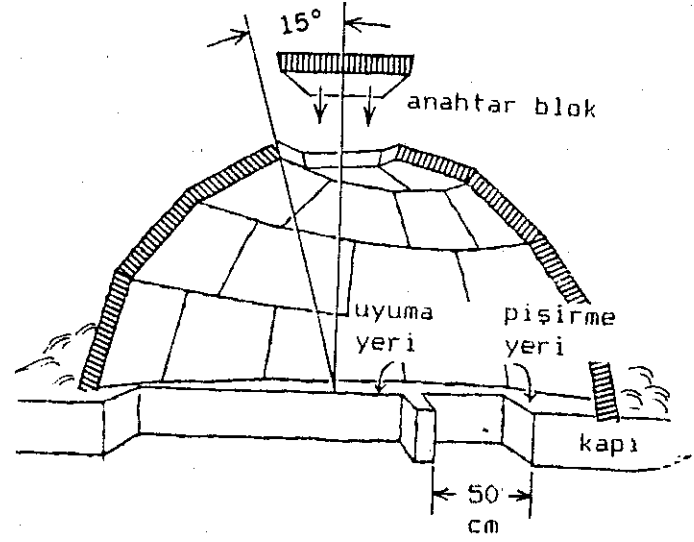


2. İkinci dikkat edilecek husus, blokların yerleştirilmesinde aşağıdaki şekilde görüleceği gibi birbirlerine a, b ve c kısımlarında temas etmeleri, d ve e kısımlarında temas etmemeleridir. Bloklar kesilirken bu hususa dikkat etmeli, veya kesildikten sonra traşlanarak birbirlerine yukarıda belirtildiği tarzda değmeyecek hale getirilmelidir.

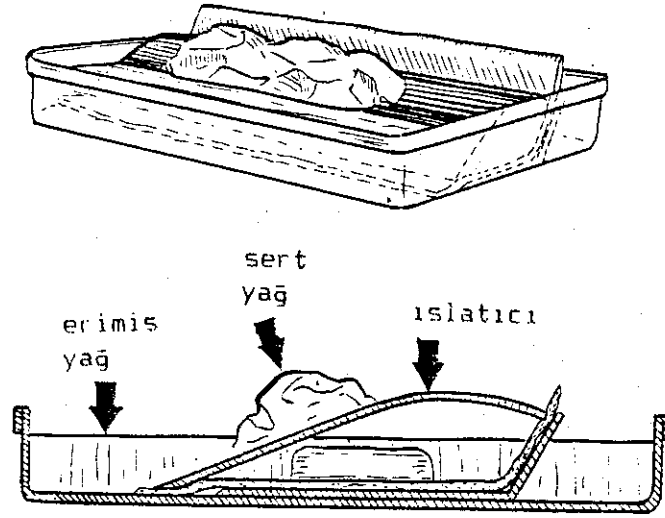


Iglu inşaatı resimde görüldüğü gibi spiral veya salyangoz kabuğu gibi blokları yükselen bir sırada yerleştirerek yapılır. Anahtar blok veya kral blok denilen kubbenin tepesindeki son blok içerden çalışılarak yerleştirilir. Bu arada, bir insanın sürünerek girebileceği büyüklükte bir giriş deliği dikkatlice kesilir.

Kubbe yapıldıktan sonra taze kar kullanarak delikler tıkanmalıdır. Aşırı soğuk iklimlerde kuru kar, şiddetli rüzgarla birlikte tıpkı kum taneleri gibi etki yaparak önündeki engeller üzerinde erozyon yapar. Bu nedenle, barınağın erozyondan korunmasını sağlamak için rüzgarın geldiği tarafı buz ve kar parçaları ile destekleyerek engel olmak gereklidir.



Kar evini ısıtmak veya yemek pişirmek için eskimolar kudlik (koodlik) denilen bir çeşit yatık yağ lambası kullanırlar. Eskimo yağ lambasını aşağıdaki şekilde görüleceği üzere bir teneke kutuyu kesmek suretiyle imal etmek mümkündür. Kudlik'de don yağ, madeni yağ, gaz yağı, motorin gibi yakıtlar kullanılabilir.



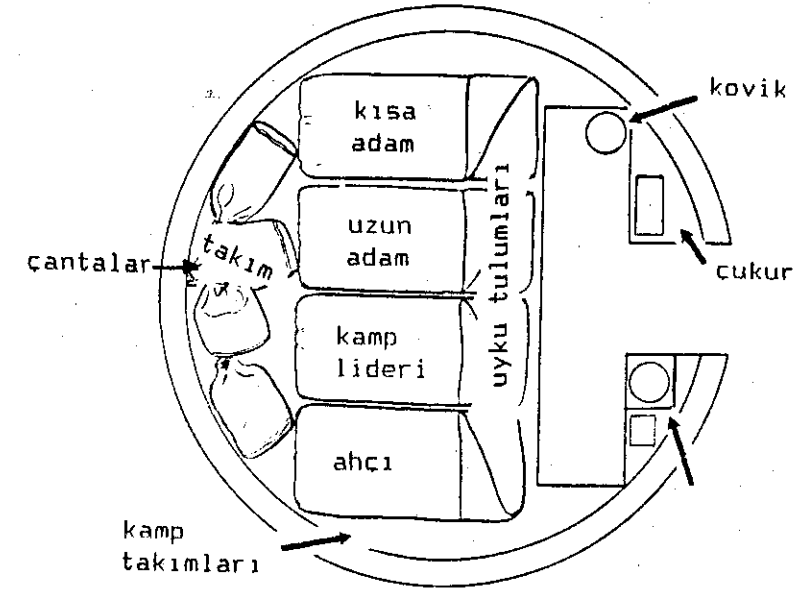
Her ne şekilde olursa olsun, hava giriş ve duman çıkış deliği bırakmadan kar evi içinde hiç bir şey yakmamak gerekir. Baca için bırakılan deliğin rüzgar nedeniyle dumanı dışarı çekmemesi halinde, deliğin üzerine kar ve buz kullanmak suretiyle küçük bir baca inşa edilmelidir. Havalandırma deliklerinin küçüklüğü karbon monoksit zehirlenmesine, aşırı büyüklüğü ise dışarıda hüküm süren dondurucu soğuğun içeriye etki yapmasına yol açacağından bu iki uç nokta arasında en iyi konum seçilmelidir.

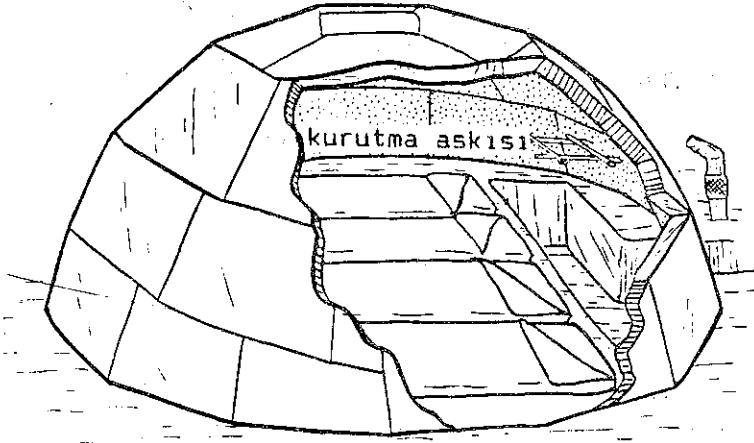
IGLU'DA YAŞAM

Iglu'ya girmeden önce elbise veya eşyanın üzerinde bulunan karlar silkelenerek veya kazınarak temizlenmelidir.

Ocak yakılan yerin üzerine blokların arasına sopa veya tel parçaları sokularak askı haline getirilir ve bunlara kurutmak amacıyla elbise veya buzunun çözülmesi için çiğ yenilecek gıdalar asılır. Askı kullanmanın diğer bir amacı ise ateş kaynağının doğrudan tavanı etkilemesini engelleyerek buzun erimesini önlemektir.

Iglu içinde yerleşim tarzının yerin dar olması nedeniyle iyi düzenlenmesi gerekir. Aksi takdirde, bazen bir kaç günü kapsayacak uzun bir süre devamlı olarak kalınacak iglu içinde yaşam çok sıkıcı hale gelebilir. Aşağıda uygun bir yerleşme planı verilmiştir.





Nefes alınan havayı bozacağı gerekçesiyle tava veya ızgara şeklinde pişirme yapılmamalı, kaynatma ve ısıtma ile yetinilmelidir.

İçinde yaşayan kişilerin vücut ısıları ve yakılan ateş kaynağının etkisi ile ıgılı hızla ısınacaktır. Bu durumda iç cidar erimeye ve hatta damlamaya başladığı takdirde ocak alevi azaltılmalı veya ocak söndürülmelidir. Gerekirse ıgılı bir miktar havalandırılmalıdır.

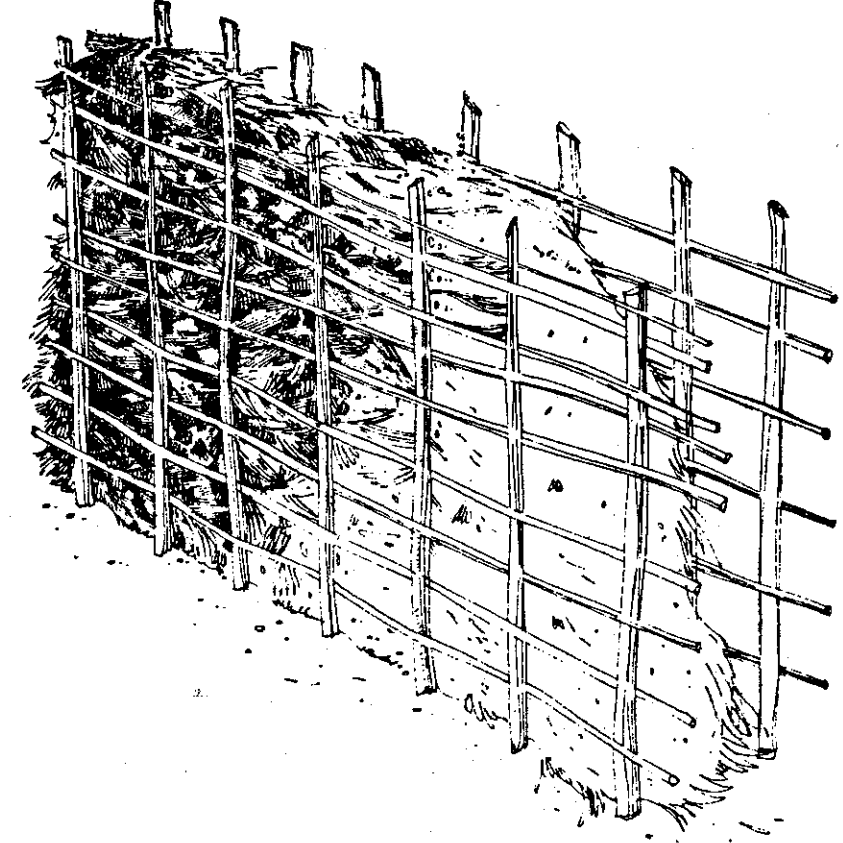
Gece aşırı dondurucu soğuk nedeniyle dışarı çıkmak mümkün olamayacağından tuvalet ihtiyacını gidermek amacıyla lazımlık şeklinde bir buz parçası (eskimoların deyimi ile kovik) kullanılabilir. Kovik'i kullanan kişinin sabah olunca yapacağı ilk şey arkadaşlarının rahatsız olmasına imkan vermeden etrafı temizlemesidir.

UZUN SÜRELİ BARINMA

Aşırı soğuk iklimin hüküm sürdüğü ormanlık bölgelerde uzun bir süre kalmak zorunluluğunda olan bir kişinin soğuk ve yağışlardan kendisini yıkılmadan ve bozulmadan koruyacak, dış etkenlere karşı oldukça yalıtkan bir barınağa ihtiyaç vardır. Uzun süre barınma söz konusu olacağından, yalnız uyuma amacı ile kullanılacak küçük hacimli bir barınaktan ziyade, içinde günlerin geçirileceği, günlük ihtiyaçların giderileceği daha büyük hacimli, oda görünümünde olan bir konuta ihtiyaç duyulabilir. Bölgede bulunan ağaçların tipine göre iki değişik şekilde uzun süreli barınak inşa edilebilir.

YALITKAN ÇIT

Birbirlerine 30-40 cm aralıklarla uçları toprağa gömülmüş iki sıra paralel ağaç kazıkların arası daha ince dallarla şekilde görüldüğü gibi sepet şeklinde örülür. Daha sonra aradaki boşluğa yalıtkanlığı sağlayacak dal, yaprak, yosun, ot parçaları v.b. artıklar doldurulur ve sıkıştırılır. Barınağın dört duvarı bu şekilde yapıldıktan sonra üzerine yük taşıyabilecek kadar kalın ağaç direkler serilir. Damın iskeletini oluşturan direklerin üzerine ağaç dalları ve ot serilerek ve otların üzerine belirli yerlere rüzgarla uçmayı önleyecek küçük taş ve kaya parçaları, kökler gibi ağırlıklar konularak kulübe tamamlanmış olur.



AĞAÇ KULÜBE

Düzgün gövdeli ağaç cinslerinin bulunduğu ormanlık bölgelerde inşa edilebilecek uzun bir süre kullanılmaya elverişli bir barınak çeşidi de ağaç kulübedir.

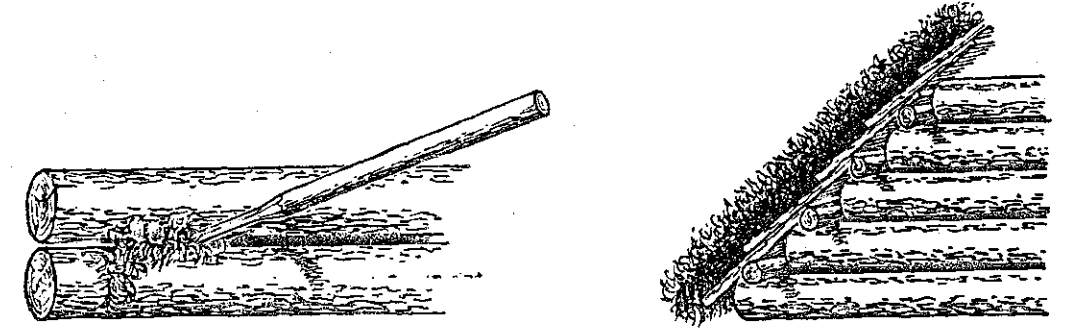
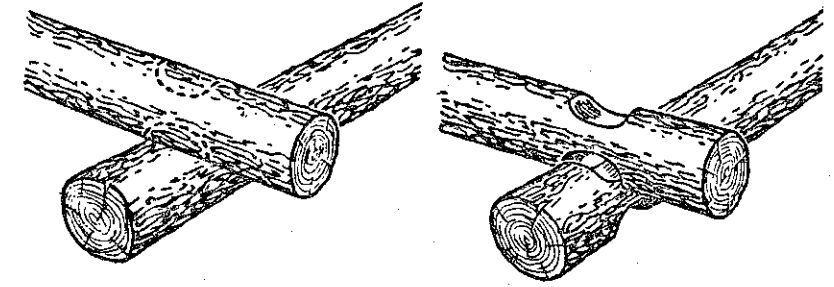
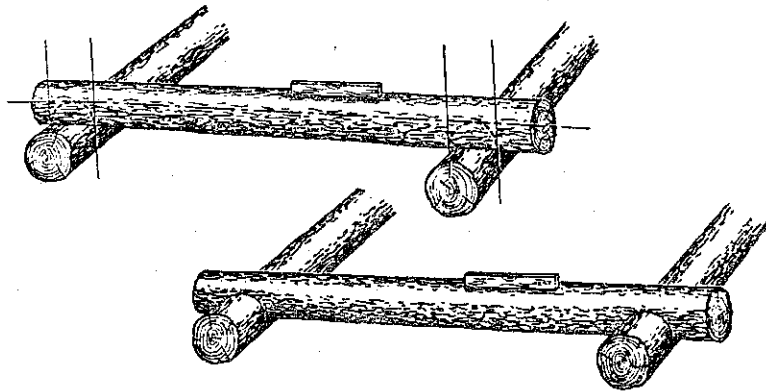
Yaklaşık 50-60 kadar tomruğun kullanılmasıyla yeterli büyüklük ve hacimde bir kulübe inşa edilebilir. Tomrukların çapının 15 ile 25 cm arasında olması yeterlidir. Bu çaptan daha büyük olanlar maksada uygun olmakla beraber taşınmaları ve yerleştirilmeleri fazla ağırlık nedeniyle

sorun yaratacağından, kullanılmaları tavsiye edilmez. Aynı sakınca, aşırı uzun tomruklar için de geçerlidir.

Tomruğun kalın ucu ile ince ucu arasındaki çap farkı az ise kulübenin inşası kolaylaşmış olur. Duvarları terazili bir şekilde inşa etmek için tomruklar saat yönünde ve kalın tarafından başlanmak suretiyle yerleştirilmeye başlanır. Bu şekilde bir dikdörtgenin dört kenarı yerleştirildikten sonra yine saat yönünde devam etmek suretiyle ikinci dikdörtgen olarak bu sefer önce ince kenar, sonra kalın kenar yerleştirilir. Üçüncü dikdörtgenin yerleştirilmesinde önce kalın taraf sonra ince taraf olarak devam edilir. Genelleştirilirse, bir dikdörtgenin kenarlarının ağacın ince tarafından, ikinci dikdörtgenin kenarlarının ağacın kalın tarafından başlanarak yukarıya doğru duvarlar yükseltilir. Daha sonra aralıklar kuru yosun, ot gibi elastiki maddelerle tıkanır ve gerek iç gerek dış taraftan çamur ile sıvanır.

Kulübenin yüksekliğinin çok fazla olmasına gerek yoktur. İçinde barınacak kişinin ayakta durabileceği kadar yüksek olması yeterlidir. Yüksekliğin sınırlı olması inşaatı kolaylaştıracağı gibi kulübenin daha kolay ısıtılmasını da sağlayacaktır. Kulübenin içinde ateş yakabilmek için taş ve kaya parçalarını çamuru harç gibi kullanmak suretiyle örerek ocak veya basit bir şömine inşa edilebilir. Şöminenin üstü baca görevini yapacak şekilde kulübenin damından daha yüksek olmalıdır.

Çatıya gelince, kulübeyi oluşturan dikdörtgenin kısa kenarına paralel olarak giriş görevi yapacak ağaçlar yerleştirildikten sonra bunların üzeri dal parçaları, otlar, yapraklı ince dallar, yosun v.b. malzeme ile kaplanarak yağışların kulübeye girmesine engel olacak şekilde barınağın damı örtülmelidir. İstenildiği takdirde çamur kullanmak suretiyle tavan içerden sıvanarak ısı kaybı azaltılmış olur. Akıntının kolaylaşmasını sağlamak amacıyla kulübenin damına her üç metrede yaklaşık 5-6 cm eğim vermek yararlı olur. Aşırı kar yağışlarının olduğu bölgelerde bu eğim 10-15 kat arttırılmalıdır.

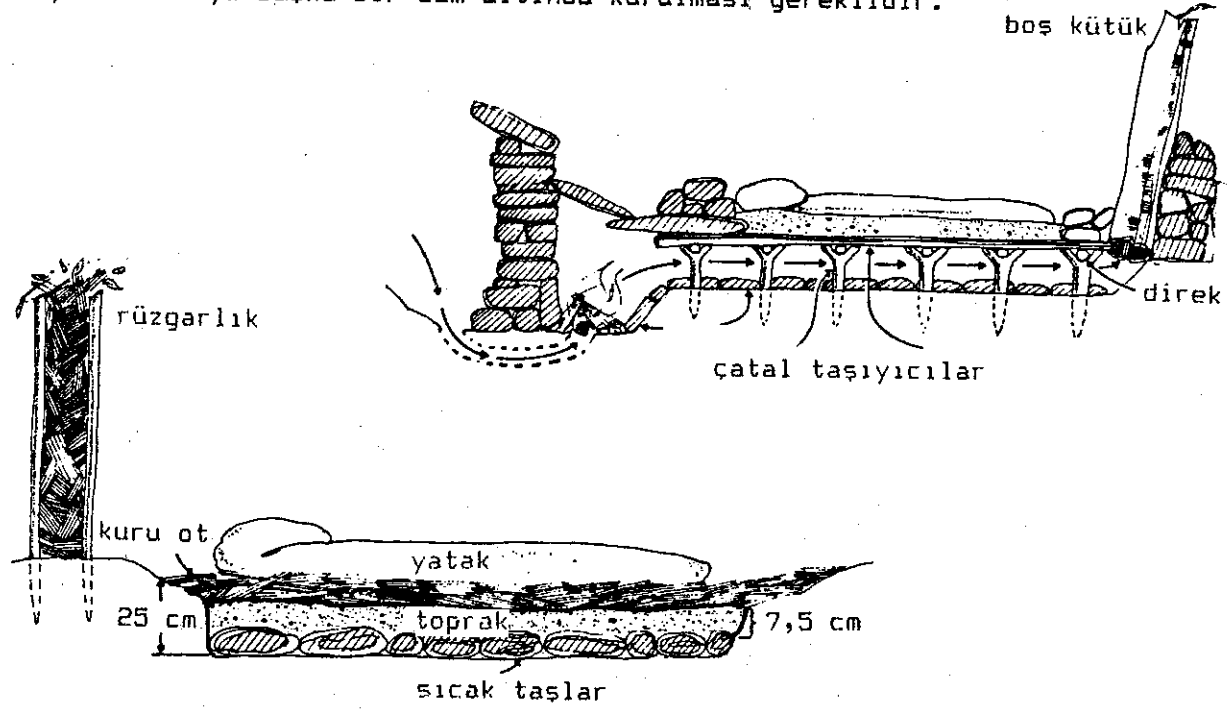


Ağaç kulübe bir balta ve bir bıçak gibi iki basit aletle inşa edilebilir. Zamanı olan ve marangozluktan biraz anlayan bir kişi, yaklaşık 3-5 cm çapında odun kullanmak suretiyle kapı inşa edebilir. Bununla beraber bir veya bir kaç hayvan postunun kapı olarak kullanılması da mümkündür. Pencerelelere gelince, naylon örtü veya cam gibi sınavi ürünlerin bulunmaması halinde tüyleri traş edilmiş ve basit usulle tabaklanmış yaban keçisi, koyunu, karaca veya geyik derisi rahatlıkla cam yerine kullanılabilir.

SICAK YATAK

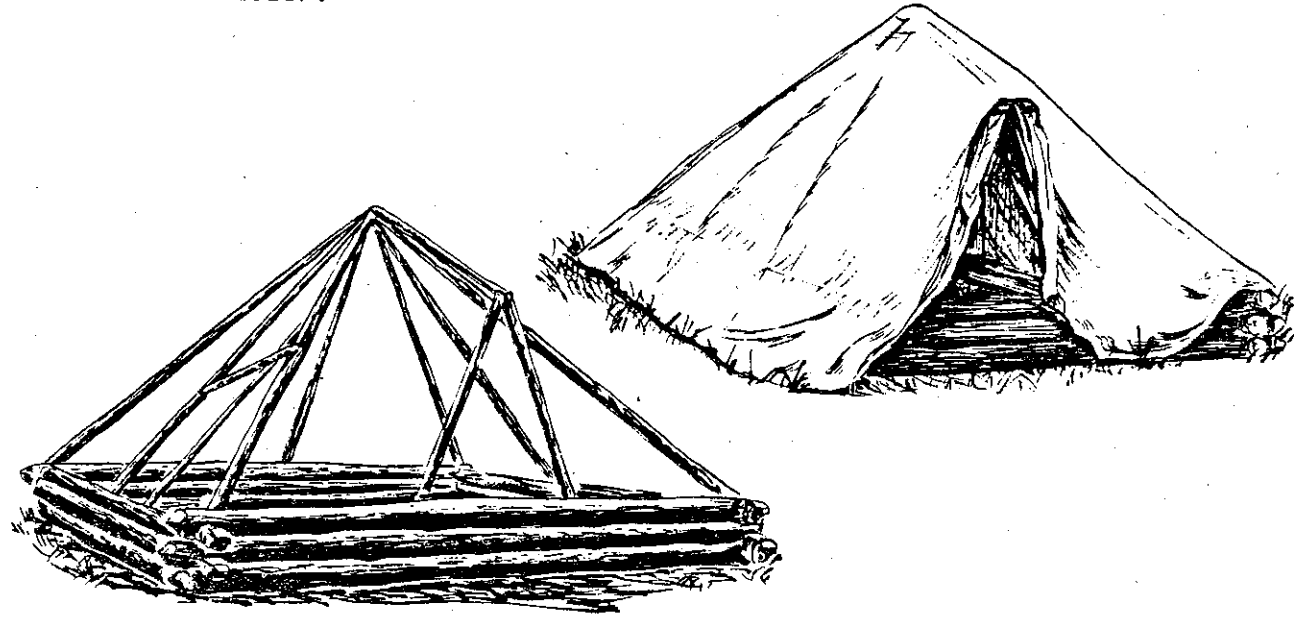
Soğuk bölgelerde yaşayan Kuzey Amerika kıızılderililerinin kullandıkları bir barınma biçimi de sıcak yataktır. Resimde görüleceği üzere sıcak yatak inşası zaman gerektiren ve zor; ancak yapıldıktan sonra da üzerinde uyuyan kişiyi sığağa kavuşturan ve geclemeyi kolaylaştıran bir nitelik taşır. Sıcak yatak, yağış ve rüzgâr gibi

atmosferik etkilerden koruyamayacağı için, sıcak yatağın bir mağara içi, kaya altı veya başka bir dam altında kurulması gereklidir.



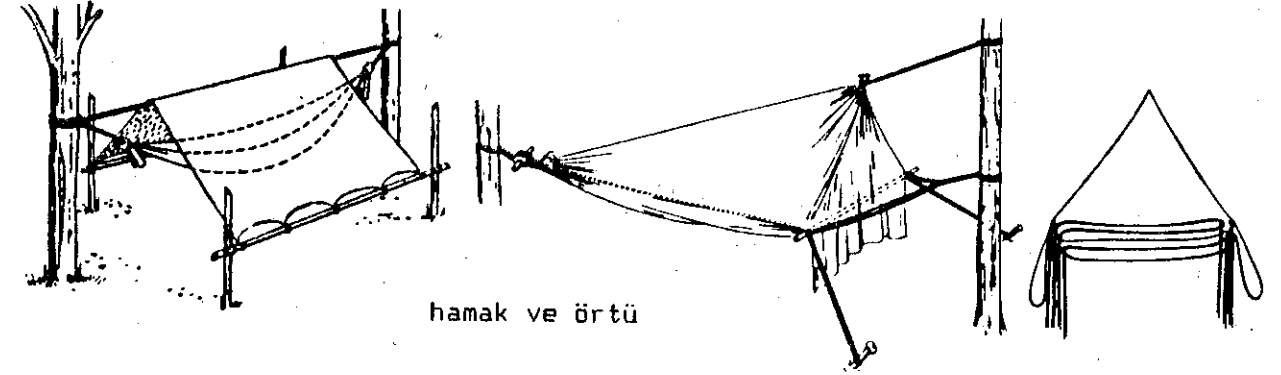
BEZ DAMLI KABİN

Paraşüt bezi, branda, naylon örtü veya başka bir yalıtkan bezin mevcut olduğu durumlarda, aşağıdaki şekilde görülen kabin kolaylıkla inşa edilebilir. Kabinin duvar kısmının yerden yaklaşık 80-90 cm yüksek olması yeterlidir. Bez malzeme bol olduğu takdirde yalıtımı arttırmak amacıyla arada bir hava tabakası bırakacak şekilde bir kaç kat kullanılmalıdır.

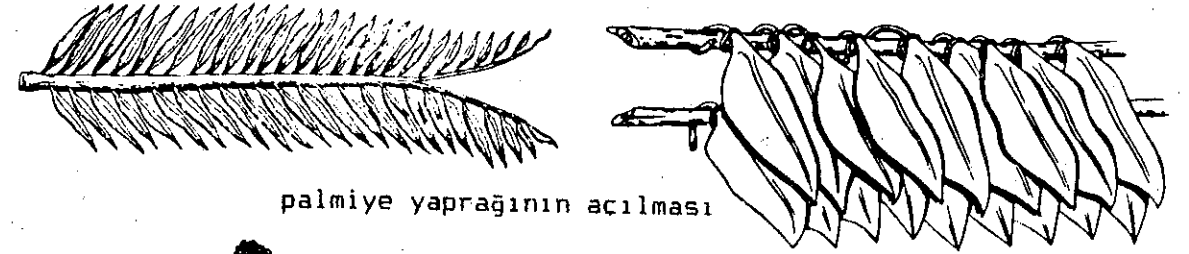


SICAK IKLİM YATAKLARI

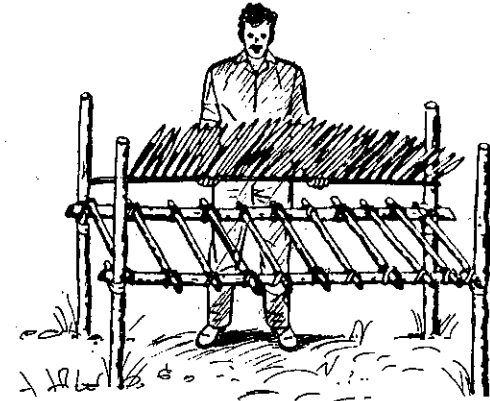
Sıcak ve yağışlı iklimlerde zeminin rutubetinden ve yürüyen haşerelerden korunmak için aşağıda şekilleri verilen yerden yükseltilmiş yataklar kullanılabilir.



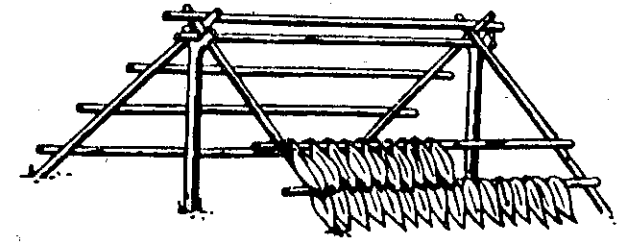
hamak ve örtü



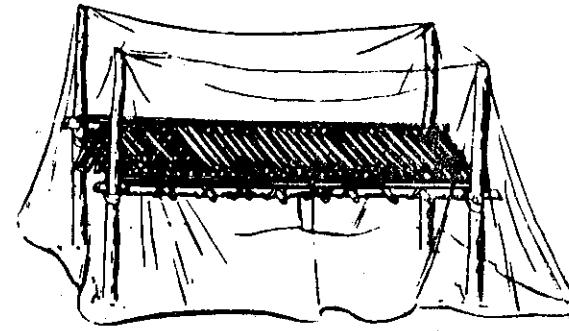
palmiye yaprağının açılması



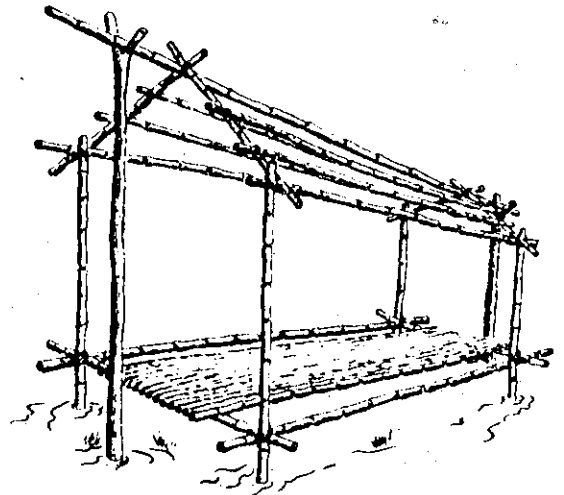
palmiye yatağı çerçevesi



palmiye yapraklı dam



yükseltilmiş yataklar



Ateş 5

Ateş, dünyanın kuruluşundan bu yana insanlığın en büyük dostu olmuştur. Kontrolden çıktığı zamanlarda ise insanlara büyük mal ve can kayıpları vermiştir.

Yaşamı sürdürme mücadelesi veren bir insanın sahip olabileceği en büyük varlık ve konfor ateştir.

Doğada insan :

- Isınmak,
- Kurumak ve elbiselerini kurutmak,
- İşaret vermek,
- Yemek pişirmek,
- İçeceği suyu kaynatarak mikrop ve parazitleri öldürmek,
- Gerektiğinde vahşi hayvanların saldırısından korunmak,
- Duman saçarak sivrisinek, karasinek gibi uçan haşareleri kovmak,

amacıyla ateşe ihtiyaç duyar.

Ateş yakarken aşağıdaki hususlara dikkat etmek gerekir :

1- Ateş yakılacak yer dikkatlice hazırlanmalıdır. Ağaç artıkları, yapraklar, kuru otlar gibi yangına neden olacak bütün maddeler temizlenmelidir. Şayet, ateş yakılacak yerin üzeri kurumuş organik maddelerle kaplı ise, çıplak toprağa (mineral toprak) erişinceye kadar kazılarak temizlenmelidir.

2- Ateşi çamurlu toprak, buz veya kar üzerinde yakmak zorunluluğunda kalırsa, kaya ve taşlardan veya yaş ağaç dalları ve odunlardan küçük bir platform hazırlayarak ateş bu platformun üzerinde yakılmalıdır.

Dere yataklarında veya başka su birikintilerinde kalmış taş ve kaya parçaları hiç bir zaman ateşe yakın konulmamalı veya bunlar üzerinde ateş yakılmamalıdır. Bu tür kaya veya taşların içine sızan su damlacıkları ısınma ile buharlaşarak taş veya kayayı bir bomba gibi patlatabilir.

3- Alçak bir ağaç dalının altında ateş yakılmamalıdır. Yakıldığı takdirde, ateşin etkisi ile üzerinde bulunan dallar önce kurumaya, daha sonra ise yanmaya maruz kalabilir. Karla örtülü bir ağacın altında, dallar ateşten oldukça yüksekte olsa bile ateş yakılmamalıdır. Isının etkisi ile kar ve buz parçaları eriyerek ateşin üzerine düşüp ateşi söndürebilir.

4- Ateş yakmakta kullanılacak maddeler büyük bir titizlik ve tasarrufla kullanılmalıdır.

5- İyi yerleştirilmemiş çalı, çırpı ve odunları yakmaya çalışmak için boşuna kibrit harcanmamalıdır. Yanmadığı takdirde yığın yeniden yerleştirilmelidir. Şayet sigara kullanılıyorsa, sigarayı yakmak için kibrit harcanmamalı, ateşten yararlanılmalıdır.

6- Islanmış veya yaş odunlar kurutmak amacıyla ateşin kenarına yığılmalıdır.

7- Ertesi sabah ateşi canlandırmak amacıyla bir miktar kuru çalı çırpı ayrılmalıdır.

8- Ateşin bütün gece boyunca yanmasını ve sabaha kadar dayanmasını sağlamak amacıyla kalın odun ve kütükler yakılarak kor haline getirilmeli ve biraz kül ve toprakla üzerleri örtülmelidir.

9- Çok uzun odunları ortadan kırarak veya bölerek yakmaya çalışılmamalıdır. Bunlar ortalarından ateşin üzerine konulmalı, yandıklarında iki parçaya ayrılan bu odunların her bir parçası tekrar ateşe sürülmelidir.

10- Çok hafif de olsa, yanmakta olan bir ateşin üzerine kesinlikle benzin dökülmemelidir.

ATEŞİN HAZIRLANMASI

Ateş yakabilmek için kav denilen ve bir kıvılcımla dahi yanabilecek nitelik taşıyan bitkisel maddeler, çalı çırpı ve kuru oduna ihtiyaç vardır.

Bünyelerinde aromatik yağlar bulunan bazı ağaç türlerinin iç kabukları kav olarak kullanılır. Aromatik yağlar içeren bu kabuklar ıslanmış olsa bile kibrit veya çakmak ateşi ile kolayca tutuşturulabilir. Sedir ağacının kuru kabuklarının iç lifleri de iyi bir kav'dır. Köknara benzeyen bir ağaç türü olan baldıran ağacının kuru iç kabuklarından alınan kav'dan da yararlanılabilir.

Hastalık veya yıldırım düşmesi sonucu devrilmeden kurumuş eski ağaçların gövdelerinin ortasından alınacak kav yakacak olarak idealdir.

İğne yapraklı ağaçların kuru yaprakları ideal olmamakla beraber kav olarak kullanılabilir. Kuru ot, saman ve benzeri bitkilerin lifleri, kurumuş iğneli veya normal ağaç yapraklarına kıyasla daha iyi bir kav'dır. Terkedilmiş kuş yuvalarındaki ince tüyler ve otlar gerektiğinde

kav olarak kullanılabilir. Etrafta kav olarak kullanılabilir bir madde bulunamıyorsa, tercihan iğne yapraklı olmak üzere bir ağacın kuru bir dalı bulunur. Bu dalın iyice kuru olup olmadığını anlamak için elle kırılması gerekir. Büküldüğünde kolaylıkla kırılırsa kuru demektir. Az da olsa bir esneklik gösteriyorsa dal henüz tam kurumamıştır. Seçilen kuru dal bir bıçak veya çakı, cam parçası veya keskin bir kaya parçası ile aşağıdaki şekilde görüldüğü üzere traş edilir. Dalın ucundan geriye doğru yapılan bu traşlamada, ince talaş veya kıymıkların dalın üzerinde kalmasına çalışılır. Daldan ayrılan çok ince talaş ve kıymıklar da biriktirilerek kullanılır. "Tüy deyneği" denilen traşlanmış ince dal, kav ve çalı çırpı görevini bir arada görme açısından oldukça kullanışlıdır.



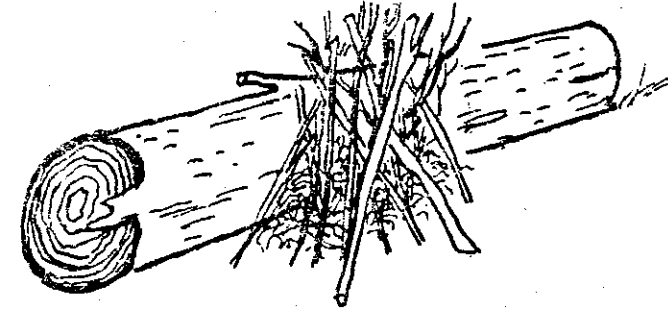
Kav olarak kullanılabilir bir malzeme bulunmadığı takdirde kişinin iç çamaşırı, gömleği veya elbisesinde bulunan pamuklu bir kumaş parçasından alınacak ince lifler veya elbise vatkasından çıkarılacak pamuk parçası kav olarak kullanılabilir.

Yukarıda saydığımız doğal kav'ların yanı sıra, bulunduğu takdirde gaz yağı, motorin, yanan bir ateşin üzerine dökmek ve çok dikkatli kullanmak kaydıyla benzin, parafin, gazete kağıdı, av fişeginin kesilmesi veya sair mühimmatın mermi çekirdeğinin dikkatlice çıkarılması suretiyle elde edilecek kara veya dumansız barut kav malzemesi olarak

kullanılabilir.

Kav sorununu çözümledikten sonra ince ve kuru çalı çırpı sağlamak gereklidir. Kuşkusuz, çalı çırpı ile birlikte ince ve kalın kuru ağaç dalları ve odun da çalı çırpı alev aldıktan sonra kullanılmak amacıyla hazır bulundurulmalıdır.

Ateş yakabilmenin birinci sırrı, çalı çırpının kavın üzerine baskı yaparak hava almasına engel olmayacak şekilde yerleştirilmesidir. Çalı çırpının kav'dan çok yükseğe konulması da doğru değildir. Bu durumda kav'dan çıkan alevler çalı çırpının tutuşmasına imkan vermeyecektir. Kav ve çalı çırpının uygun bir şekilde yerleştirilmesini sağlamak için aşağıdaki şekilde görüleceği üzere 7-8 cm çapında bir kuru odun parçası ateş yakılacak yere konulur. Odun parçasının dibine kav yerleştirilir. Daha sonra çalı çırpı parçaları bir sağa bir sola doğru olmak üzere toprak ve odun parçasına değecek şekilde kav'ın üzerine konulur. Çalı çırpının tutuşmasıyla birlikte ateşin üzerine konulmak üzere yakın bir yerde ince ve kalın dal ve odun bulundurulmalıdır.



ATEŞİN KIBRIT VEYA ÇAKMAKLA YAKILMASI

Kenardan tutuşan çalı çırpının rüzgarın etkisi ile alevi, yığının iç kısımlarına taşıyabilmesi için ateş, rüzgarın geldiği taraftan yakılmalıdır. Şayet bir kaç kibrit kullanılmasına veya çakmağın bir kaç defa yakılmasına rağmen ateş henüz tutuşturulmamış ise, ısrarla kibrit veya çakmağı tüketmeye devam edilmemelidir. Varsa, bir mum yakılmak suretiyle ateşin tutuşturulacağı yere tutulmalıdır. Mum mevcut değilse, yukarıda anlatıldığı şekilde ince bir tüy deyneği hazırlanarak bu deynek ateşi tutuşturmakta kullanılmalıdır. Ateş tutuşturulduktan sonra odun ilâve ederek istenilen amaca uygun bir ateş elde edilebilir.

ATEŞİN KIBRİTSİZ YAKILMASI

Kibrit ve çakmak mevcut olmaksızın ateş yakılması hususunda bir takım usuller vardır. Bu usullerden hiç biri kolay değildir. Sonuç alınabilmesi için gayret, sabır ve tekniğin aynen uygulanması gereklidir. Ayrıca, elde mevcut kav'ın oldukça yanıcı nitelikte ve son derece kuru olması gereklidir.

MERCEK KULLANARAK ATEŞ YAKMA

Bir büyüteci kullanarak, güneş ışınlarını kav'ın üzerine odaklamak suretiyle ateş yakılabilir. Hava ne kadar soğuk olursa olsun, güneşin bulutların arkasında kalmaması halinde bu usul rahatlıkla kullanılabilir.

Elde mevcut bir dürbünün veya bir fotoğraf makinasının merceklerini sökerek çıkarılacak dışbükey (büyütec) bir mercek de yakma gerçekleştirilebilir.

BUZ KULLANARAK ATEŞ YAKMA

Saydam bir buz tabakasına önce bıçak veya başka bir kesici aletle, daha sonra da elde yuvarlayıp eriterek dışbükey bir mercek şekli verilir. Daha sonra bu mercek, parmaklardaki ısının eritip şeklini bozmasını engelleyecek şekilde kağıt veya kumaş parçası veya yaprak gibi yalıtkan bir madde ile parmaklar arasına alınarak güneş ışınlarının yana doğru olacak tarzda kav'ın üzerinde odaklanmasına çalışılır. Özellikle, oldukça saydam bir buz parçasının seçilmesi halinde ve güneşli kış günlerinde bu usulün iyi bir şekilde sonuç verdiği görülmüştür.

CELİK VE ÇAKMAK TAŞI

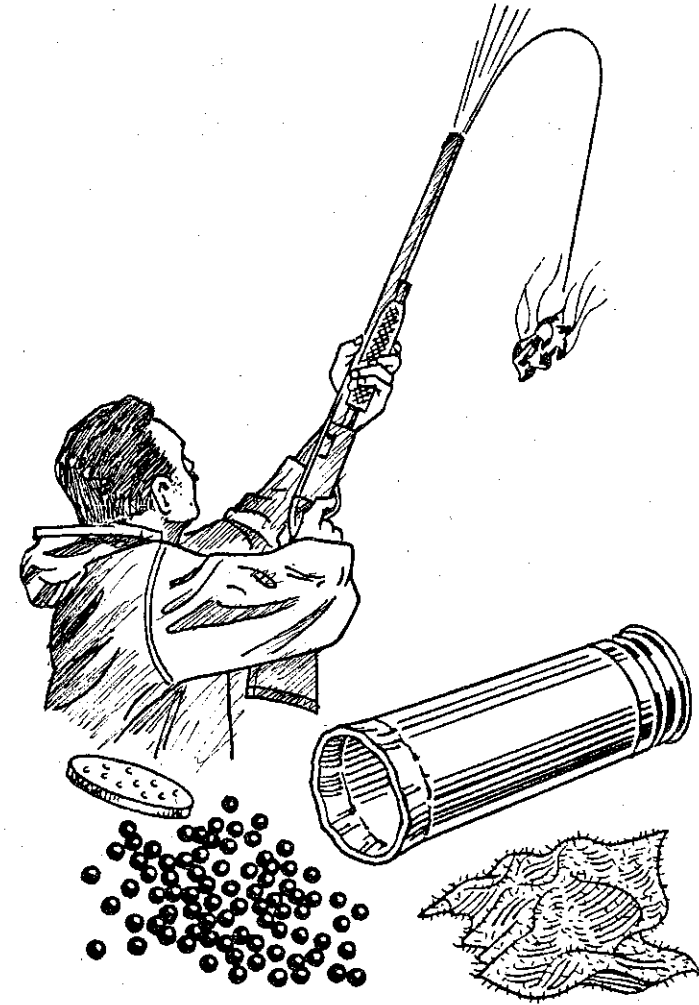
Bıçağın veya çakının arkası veya başka bir demir veya çelik parçası kuartzit, kasper, nefrit, obsidiyen, demir piriti, jadit, agat gibi sert bir kaya parçasına hızla sürtüldüğü takdirde kıvılcım çıkacaktır. Bütün sorun, bu sürtme işlemi kıvılcımlar kava doğru yönelecek ve kav'ın üzerine düşecek şekilde yapmaktır.

SERT TAŞLAR

İkinci Dünya Savaşı sırasında ve ondan daha önceki dönemlerde kibritin nadir bulunan bir mal olması dolayısıyla Anadolu köylülerinin bir çoğunda sigara dahi köylüler tarafından keskin iki taşın kav'ın üzerine doğru birbirine sürtülmesi suretiyle yakılıyordu. Sert bir kuartz veya özellikle demir piriti taşının bu konuda iyi sonuç verdiği görülmektedir. Sayılan taş çeşitleri mevcut olmasa bile oldukça sert olan herhangi iki taşın keskin taraflarının birbirine hızla sürtülmesi suretiyle ateş yakılabilir.

SILAH VE MÜHİMMAT

Bu usul özellikle av tüfeği ile iyi sonuç vermektedir. Av tüfeğinin bulunmaması halinde şayet varsa, büyük çaplı bir tabanca veya tüfek ile de sonuç alınabilir.



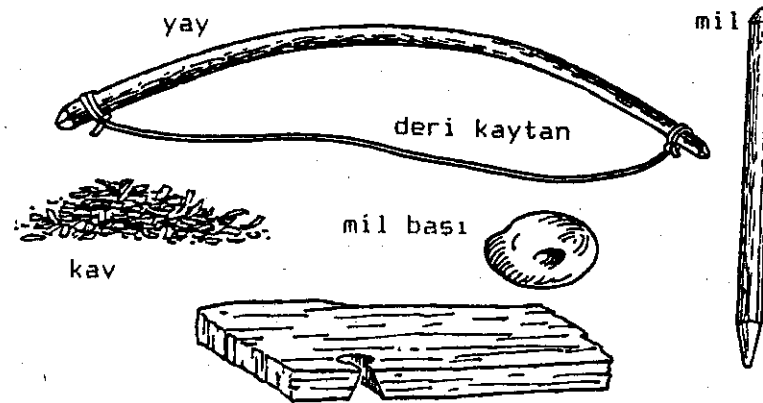
Mermi çekirdeği, dirhem veya saçmalar ile tıpa dikkatli bir şekilde çıkarılır. Barutun bir kısmı, yanmayı kolaylaştırması amacıyla boşaltılarak kav'a karıştırılır. Daha sonra kovan, içinde kalan barutla birlikte silaha doldurulur. Silahın namlusu yukarı gelecek şekilde dik tutulur. Namlunun ucuna sıkışık olmayacak şekilde bir bez parçası yerleştirilir. Silah yukarı doğru tutulmaya devam edilerek ateşlenir. Bez parçasının alevlenmesi veya hiç olmazsa için için yanmaya başlaması söz konusudur.

Bu durumda çok hızlı hareket edilerek bez yerden alınır ve üfleyerek yanışı hızlandırılmaya çalışılır. Yanmakta olan bez barut karıştırılarak takviye edilmiş kav'ın üzerine konulur ve üfleyerek alevlendirmeye çalışılır. Üfleme işleminin, kav'a karışmış barutun alev alması halinde yüzü yakmayacak kadar uzaktan yapılması gereklidir. Bu işlem gerektiğinde aynı bez parçası ile bir kaç kez tekrarlanarak ateş yakılabilir.

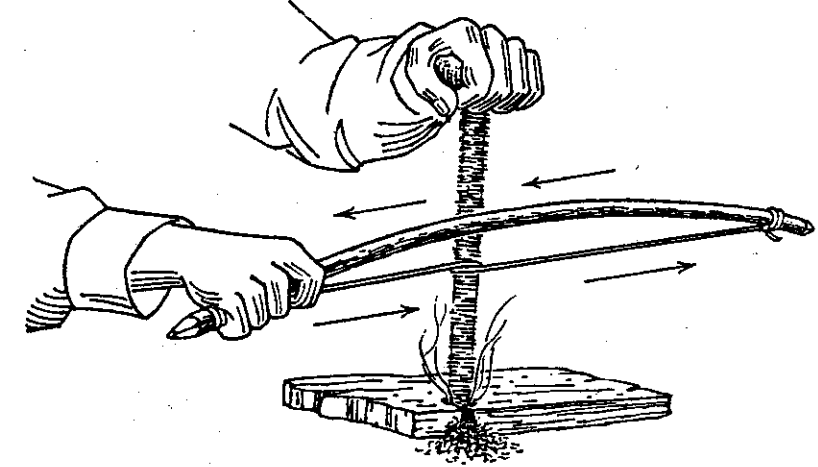
SÜRTÜNME YOLU İLE ATEŞ YAKMA

Ateşi, ilk insanların kuru odunları birbirlerine sürterek yaktıkları söylenmektedir. Sürtünme yolu ile ateş yakma-esas itibariyle iki şekilde gerçekleştirilebilir. Bu yöntemlerden biri yay ve matkap usulü, diğeri ise ateş kaytanı usulüdür.

YAY VE MATKAP YÖNTEMİ



Yay ve matkap yöntemi ile ateş yakma yukarıdaki şekilde görüleceği gibi iki ucuna kaytan, ayyakabı bağı veya başka bir ip bağlanmış bir yay; yaklaşık 1,5 cm çapında 30-40 cm boyunda bir ucu yuvarlak diğeri ucu sivrice ağaç matkap; ağaç veya yumuşak taştan içi oyuk matkap tutacağı; bir tarafında matkabin ucunun oturacağı, üstü dar aşağı doğru genişleyen bir delik bulunan ateş odunu veya tahtası kullanılarak gerçekleştirilir.



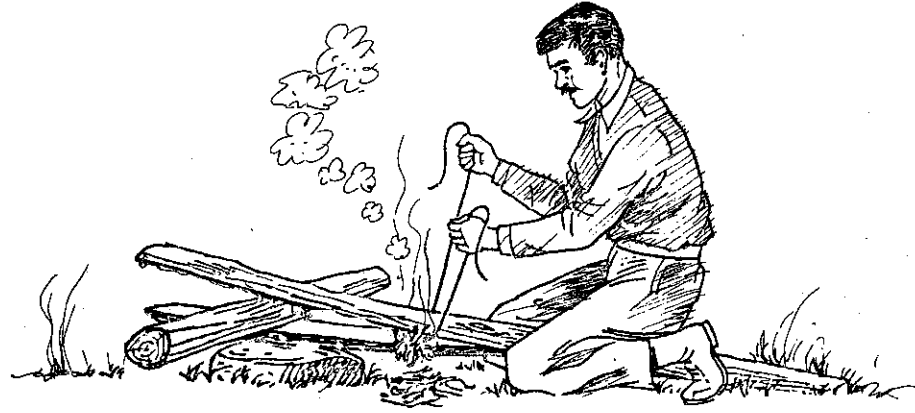
Ateş odunundaki deliğin altına bir miktar ince çalı çırpı ve kav yerleştirilir. Matkap, ucu deliğe yerleştirildikten sonra yukarıdaki resimde görüldüğü gibi yaya bağlı kaytan veya ipin etkisiyle bir ileri bir geri hareketle döndürülmeye başlanır. Matkap ucu ile ateş tahtasının sürtünmesinden gerekli ısıyı sağlayabilmek için her ikisinin de kuru olması gerekir.

Bir süre sonra ağaç delikten dumanlar çıkmaya başlayacaktır. Yanmaya başlayan ağaç delikten kızgın parçacıklar aşağıya kav'ın üzerine düşerek onu yakmaya başlayacaktır. Bu durumda hareketi durdurarak yavaşça kav'ın üzerine doğru üflenmeli ve alevlenmesi sağlanmalıdır. Kav alev aldıktan sonra ince çalı çırpı parçaları kav'ın üzerine itilerek ateş genişletilir.

KAYTAN YÖNTEMİ

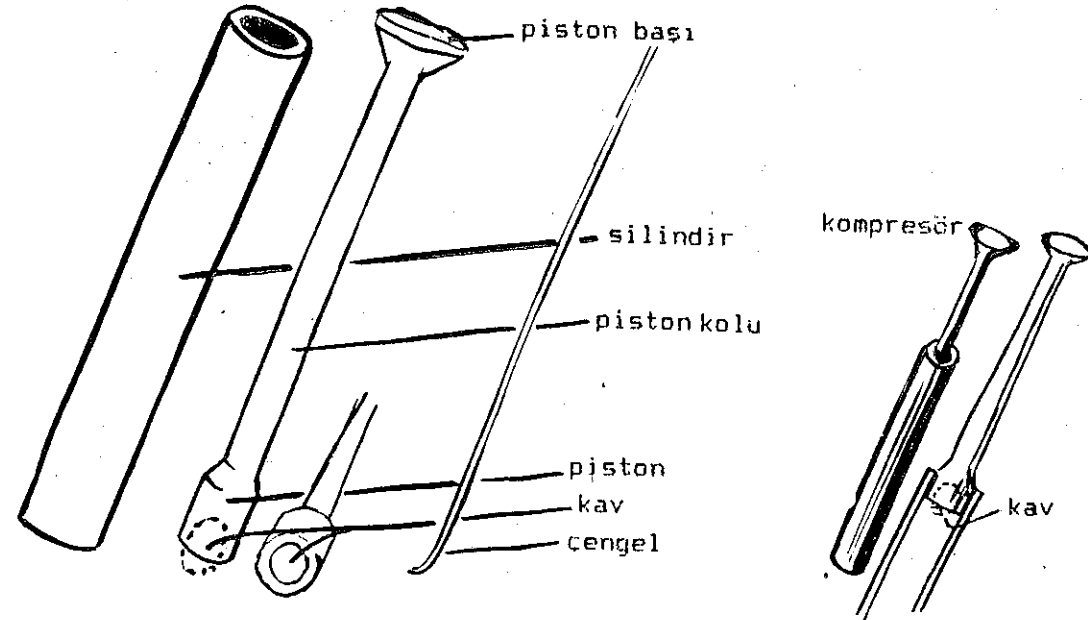
Yaklaşık 50-60 cm uzunluğunda bir ip veya kaytan parçası resimde görüldüğü gibi bir ağaç yarığının arasına yerleştirilir. Hemen altına ince çalı çırpı ve bir miktar kav konulur. Ağacın üzerine oturarak ve dizlerle sıkıştırarak kaytan veya ip hızlı bir biçimde aynı kesite

sürtecek tarzda ileri geri hareket ettirilir. Kav'dan dumanlar çıkmaya başladığı zaman hareket durdurularak kav'ın üzerine yavaşça üfleme suretiyle ateş yakılmaya çalışılır.



HAVA SIKIŞTIRILMASI SURETIYLA ATEŞ YAKMA

Güneydoğu Asya'da yaşayan halk tarafından yüzyıllardan beri kullanılan bir yöntem, kapalı silindir içine konan kav'ın, havayı bir piston ile sıkıstırmak suretiyle ısıtarak yakılmasıdır. Dizel motorların çalışma prensibi ile aynı olan bu usülde bambu veya kemik veya ağaçtan bir ucu kapalı silindir, ahşap bir piston ve alevlenen kav'ı çıkarmak için ucu kıvrık bir ağaç dalı veya parçası yeterlidir. Silindir 10-15 cm boyunda, 2-2,5 cm dış ve 1-1,25 cm iç çapında olabilir. Pistonun silindire sıkıca girmesi gerekir.



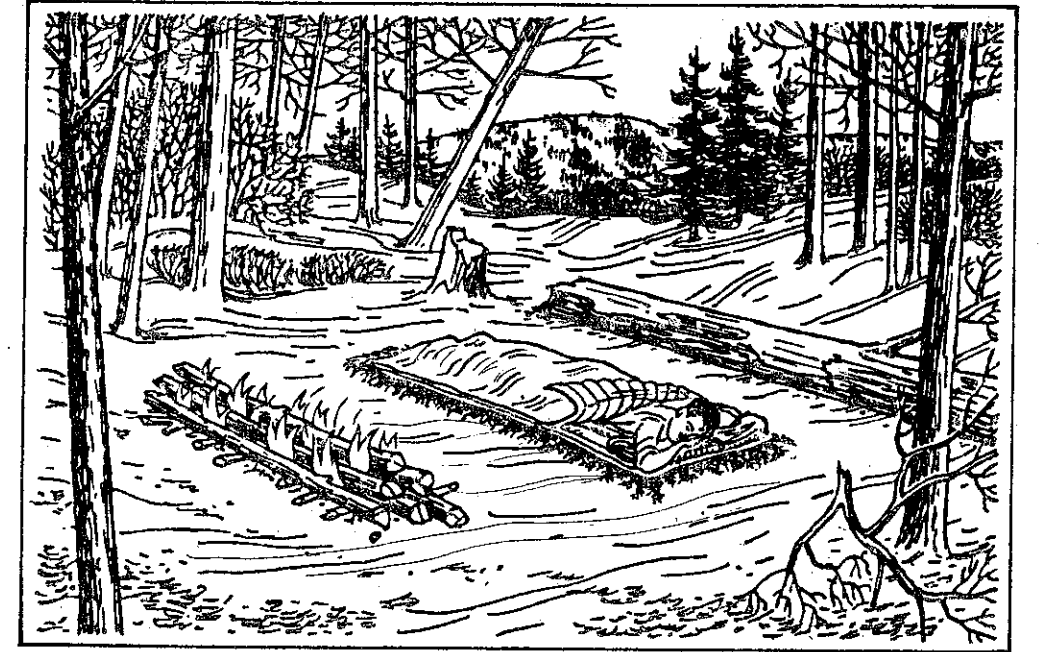
ELEKTRİK AKIMI İLE ATEŞ YAKMA

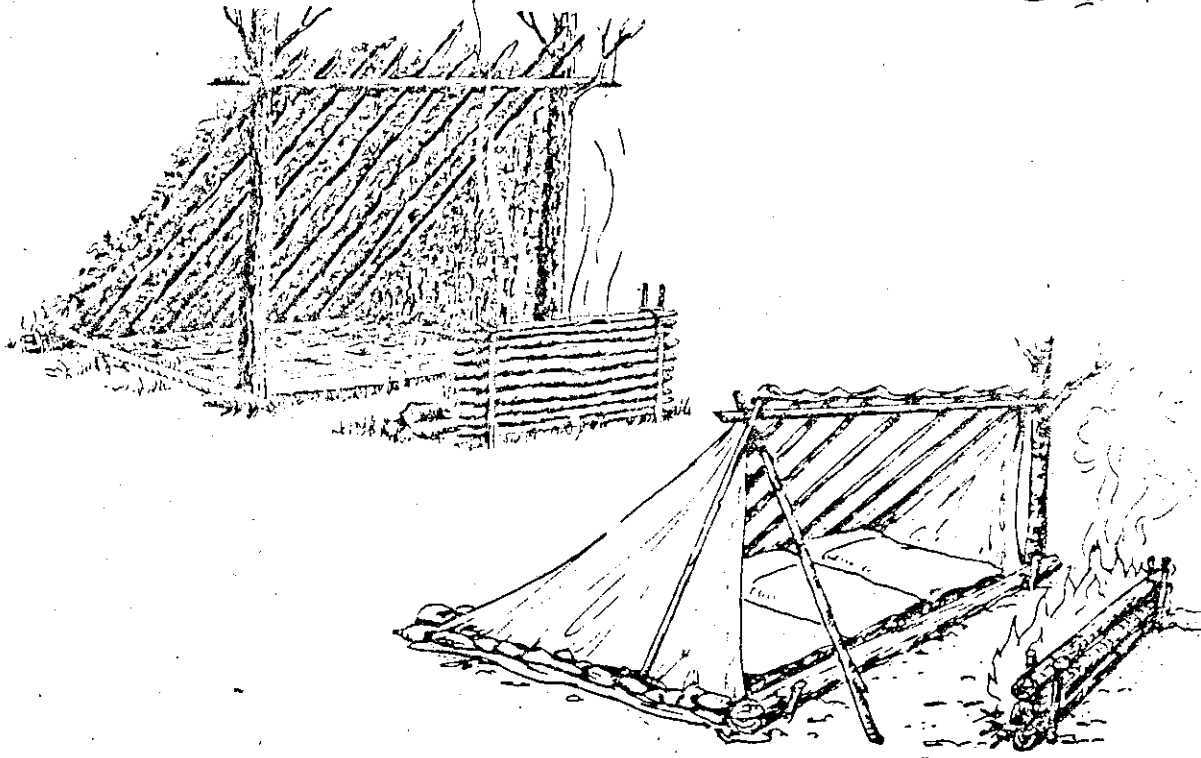
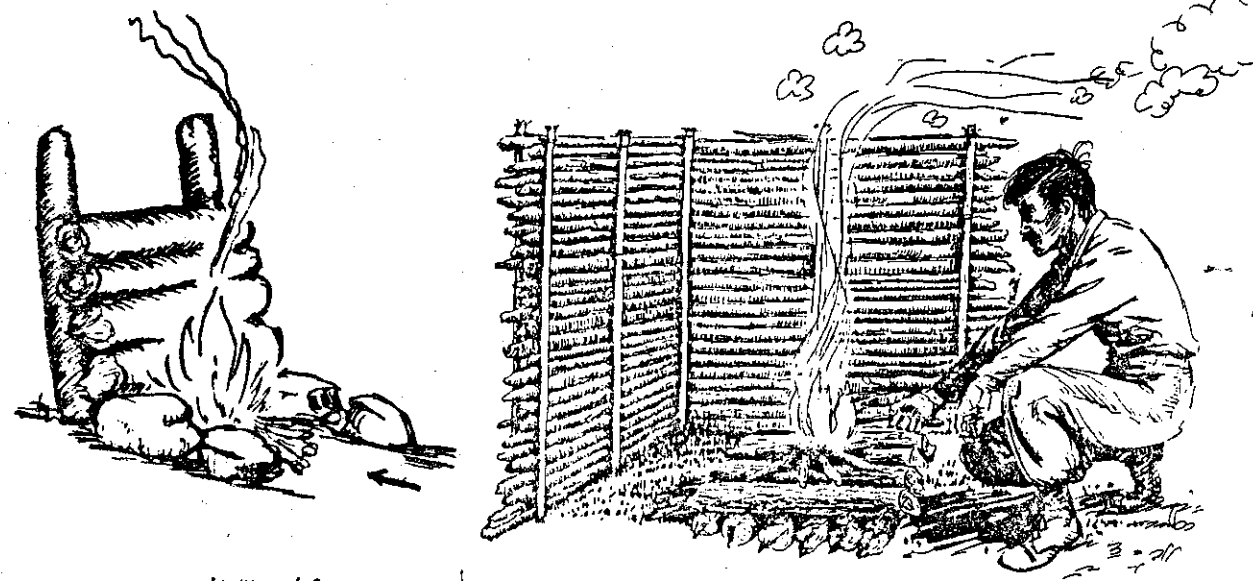
Akümülatör veya bir kuru pilin kutup başlarının bir kablo ile birleştirilmesi halinde amper gücüne göre kuvvetli veya zayıf kıvılcıklar çıkacaktır. Bu kıvılcıklar, bir parça kav'ın veya benzine batırılmış bir bez parçasının üzerinde meydana getirildiği takdirde kolaylıkla ateş yakılabilir.

KAMP ATEŞİ ŞEKİLLERİ

Kamp ateşleri, yemek pişirme veya ısınma veya her iki ihtiyacı da karşılayacak tarzda yakılabilir. Isınma amacı ile yakılacak ateşin önüne odun veya kütük parçalarından bir yansıtıcı inşa edildiği takdirde ateşin ısıtma verimi oldukça fazlalaşır. Özellikle ateş ile yansıtıcı arasında muntazam bir sıcaklık olacağı için, havanın kuru olması kaydıyla rahatlıkla açıkta gecelenebilir.

Aşağıdaki resimlerde yansıtıcı çeşitleri verilmiştir.

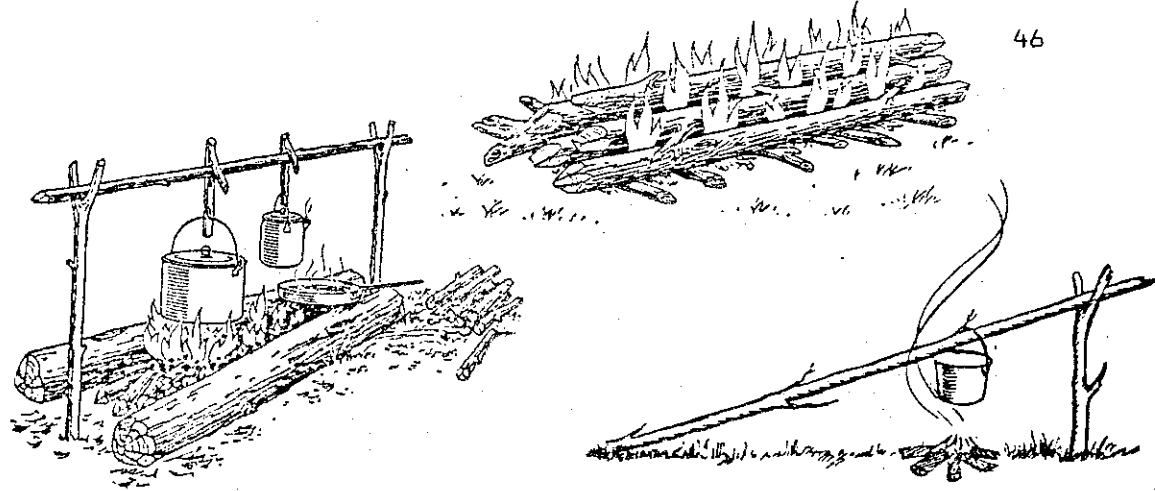




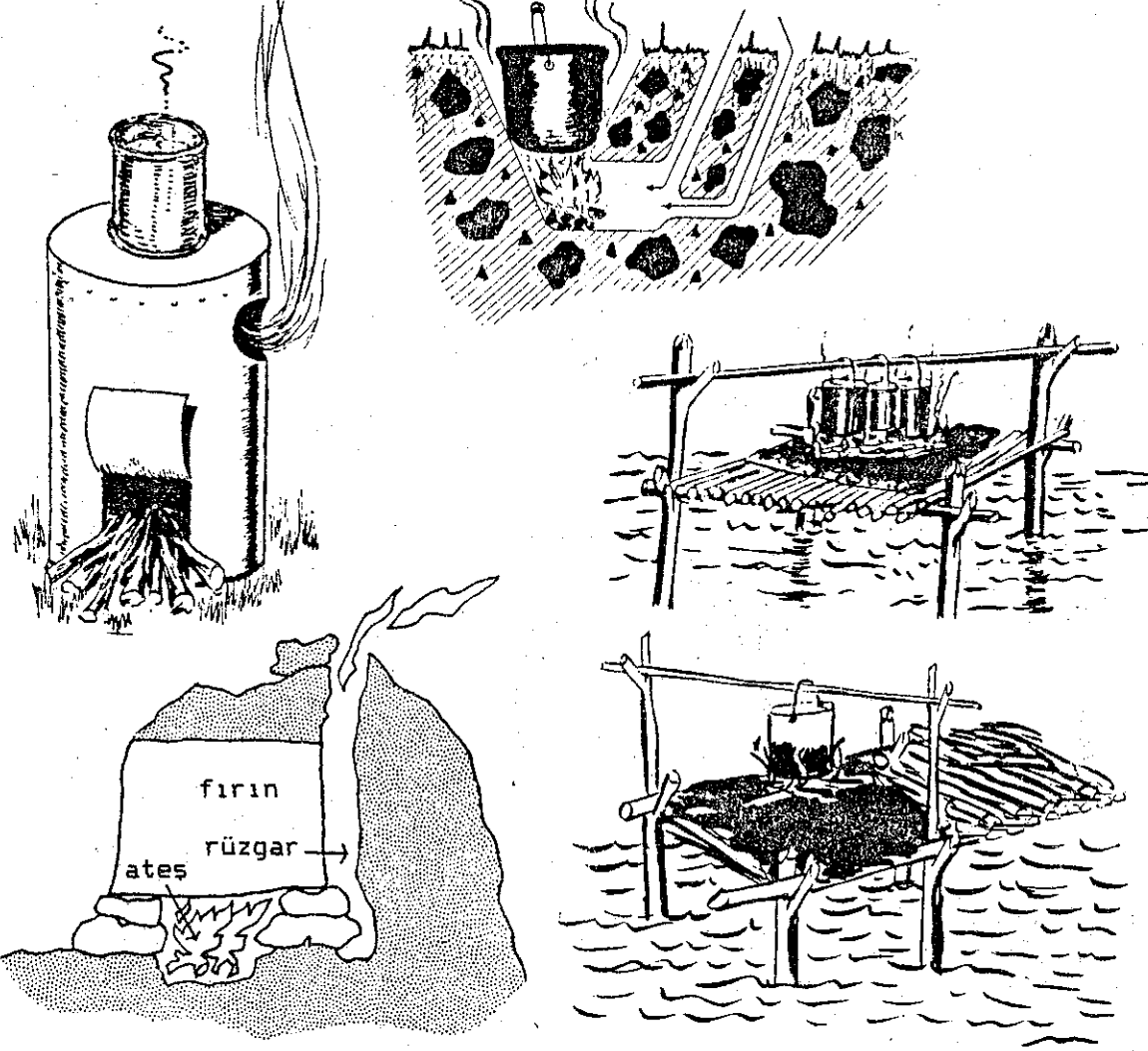
Odunlar, ateşin üzerine piramit şeklinde yerleştirileceği gibi birbirlerine paralel olarak da dizilebilir. Ateşin korunmasını sağlamak ve üzerine kap koyabilmek amacı ile birbirlerine paralel dizilmiş taş veya kaya parçaları veya nispeten yaş kütükler arasında yakılmasında fayda vardır. Bu vesileyle, dere yataklarından alınan taşların patlama tehlikesi nedeniyle ateşe yakın konulmasının tekrarında fayda görülmektedir.

Aşağıda fikir vermek amacıyla çeşitli ateş şekilleri verilmiştir.

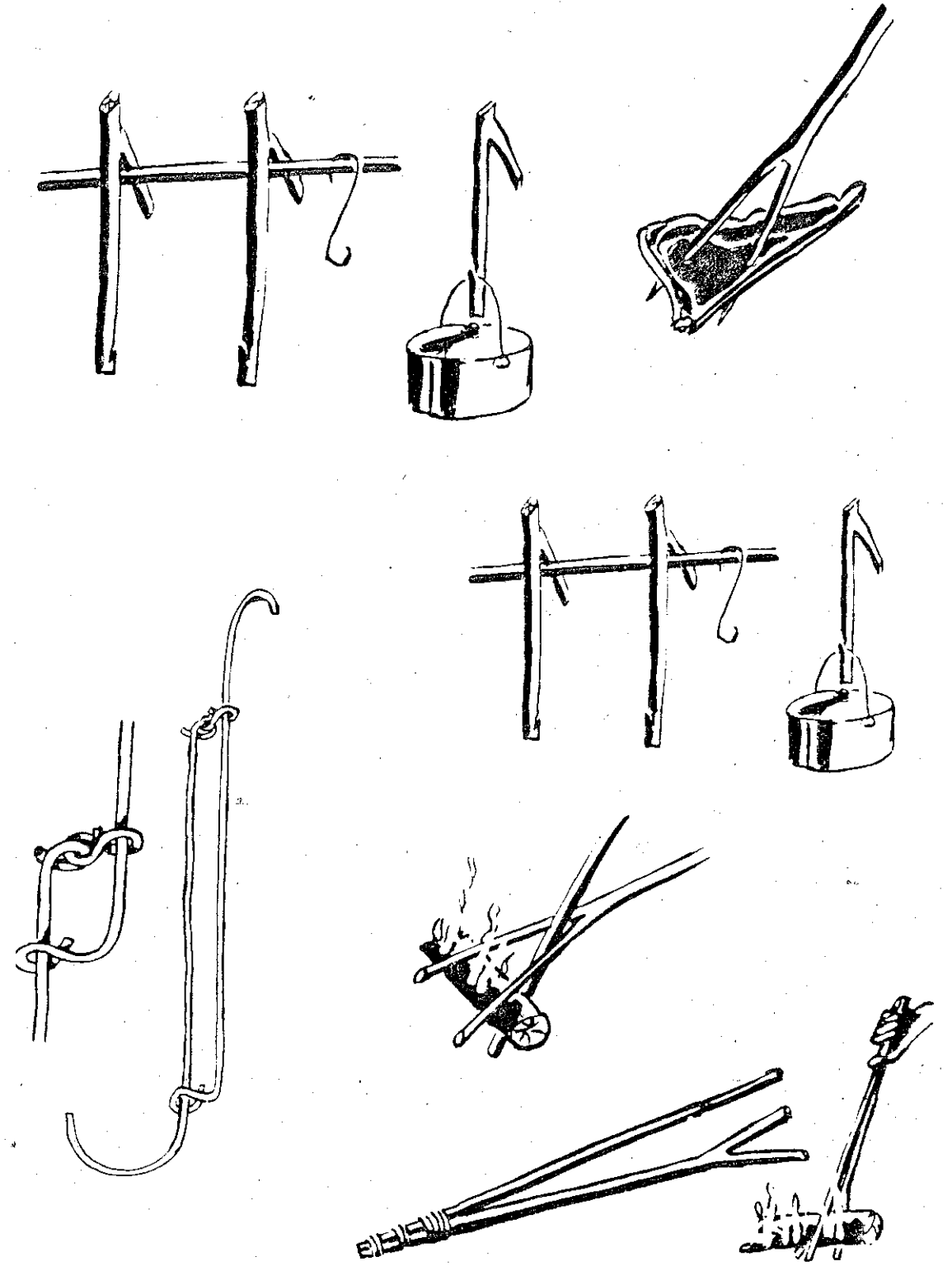




Atesin yandığı yerin üç tarafı taşlarla örölüp adeta bir sömine haline getirilebilir. Asırı rüzgar olduğu takdirde toprağı bir miktar kazmak suretiyle çukur içinde ateş yakılabilir. Bir teneke veya bidon veya taşlar kullanılmak suretiyle sahra fırını inşa edilebilir. Bataklık veya sulak bir yerde, yerden yükseltilmiş bir platform inşa ederek ateş yakılabilir.



Aşağıda yaş ağaç dalları ve telden yapılmış çeşitli ateş gereçleri verilmiştir.



Vücut ağırlığının aşağı yukarı yüzde sekseni su olan yetişkin ortalama bir kişinin, faaliyet derecesi, ısı ve rüzgar hızına göre değişmek üzere günlük 3 litre suya ihtiyacı vardır. Alınan bu miktar suyun yaklaşık yarısı idrar ve dışkı ile, üçte biri solunumu yapılan havanın ciğerlerde rutubetlenmesi için, altıda bir kısmı ise vücut ısısını aynı derecede tutmak için gerekli olan buharlaşma veya terleme suretiyle kaybolur.

Bazı durumlarda sağlıklı bir kişi 2-3 günü aşmamak kaydıyla günde 2 bardak su ile durumunu devam ettirebilir. Ancak, bu sürenin sonunda vücudun kaybolan su miktarının tamamlanması gereklidir.

Vücut ağırlığının yüzde 6 ile 10'u arasında su kaybı; başdönmesi, başağrısı, solunum zorluğu, parmak uçlarının karıncalanması ve uyuşması, derinin morarması şeklinde şiddeti giderek artan arazlar gösterir. Hareketler ağırlaşır, konuşma zorlaşır ve nihayet kişi yürüyemez hale gelir. Su temin edilmezse ölüm kaçınılmazdır. Diğer taraftan su kaybindan ötürü yukarıda sayılan belirtileri gösteren ve hatta kendinden geçmiş bir kişiye yavaş yavaş su verildiğinde kısa bir süre sonra kişi eski sağlıklı durumuna kavuşur.

Bazı kimseler bir insanın 10-12 gün susuz, 30-35 gün ise hiç bir gıda almadan yaşayabileceğini belirtmektedirler. Gıda almaksızın belki halsiz ve mecalsiz kalınarak yaşanabilir. Ancak susuz bir durumda yaşamak çok daha zor ve hatta imkansızdır. Ayrıca hiç bir şey tatlı suyun yerini tutmaz. Bu konuda McGee adlı özel birlik mensubu bir İngiliz komandosunun başından geçenler kendi ağzından şöyle anlatılmaktadır :

"Kıbrıs'taki üste görevli iken yaşamı sürdürme tatbikatı meyhanında 14 gün boyunca yalnız portakal ile beslenmemi öngören bir deneye tabi tutulmak üzere emir aldım.

Girne dağlarında belirli bir yere gönderilerek deneye başladım. İlk üç günde hiç bir şey olmadı. Beni kontrol eden doktorlar allerji durumumu, aşırı C vitamininin etkilerini v.b. gözden geçirip her şeyin iyi olduğunu söylediler.

Dördüncü gün idrar ve dışkının renginde belirgin bir değişme meydana gelmeye başladı. Dudaklarım ve ağzımın kenarında yara ve kuruluklar belirdi. Tatbikatın başında günlük ne miktar portakal yiyeceğim tespit edilmemiş, durum tamamen iştahıma ve inisiyatifime

birakılmıştı. Bazı günler yalnız meyvanın et kısmını yiyor, diğer bazı günler ise yalnız suyunu içiyordum.

Beşinci gün midem sıkıntı vermeye, hareketlerim bozulmaya başladı. Altıncı gün ağzımın iç cidarı ve dudaklarım iyice hassaslaşmaya ve kurumaya başladı. Taze suyu içmeyi arzu ettiğimi o gün hissetmeye başladım.

Yedinci gün bir değişiklik olmadı. Sekizinci gün şiddetli taze su arzusu duymaya başladım. Beni kontrol eden doktorların hayati bir tehlike olmadığını belirtmelerine rağmen kendimi çok kötü hissetmeye başladım. Sekizinci günün akşamı bütün vücudumun portakal koktuğunu, derimin renginin dahi değişmeye yüz tuttuğunu gördüm. Bütün sindirim organlarım yanmaya, ağız ve boğazımın acısı artmaya başladı. Doktorlar bu safhada havlu atabileceğimi belirttiler.

Onuncu günün sabahı durumum daha da kötüleştiği için doktorların kararı ile denemeye son verildi ve gözlem-tedavi amacıyla askeri hastahaneye kaldırıldım.

İki gün yalnız çorba ile beslendim. Başta ağzım olmak üzere bütün sindirim organlarımdaki acıma ve kuruluşun giderilmesi için margarin yağını ağızda eriterek yedim..."

İnsan yaşamı için son derece gerekli olan su, Tanrının bir lütfu olarak hemen hemen her yerde, hatta çöllerde bile temin edilebilir.

SU TEDARİK YERLERİ

Yer üstü suyunun bulunmadığı yerlerde suyu yer altından çıkarmak gerekir. Yeraltı su tabakaları ve birikintilerine ulaşılma imkanı bölgenin coğrafi durumu ve arazi yapısına göre değişir.

Kayalık arazide :

-Küçük pınarcıklar ve kaynaklar aranmalıdır. Diğer kaya cinslerine kıyasla kalkerli kayalar daha fazla sayıda ve daha büyük su kaynakları ihtiva ederler. Kalker taşları suda kolayca eridiği için yeraltı suları küçük boşluklar ve mağaracıklar oluşturur. Bu boşluk ve mağaralarda kaynak aranmalıdır.

-Lavların meydana getirdiği kayalıklar genellikle delikli ve geçirgendir. Yağış mevsiminde sular bunlardan geçerek birikir. Lava akımının geçtiği vadilerin yamaç diplerinde su aranmalıdır.

-Kuru bir kanyonun geçirgen kumtaşı tabakasını kestiği yerde kaynak bulunabilir.

-Granit kayaların bol olduğu bölgelerde tepe yamaçlarında yeşillik varsa, yeşilliğin en fazla olduğu yamaçta yeşilliğin hemen altına küçük bir hendek kazılmalıdır. Hendeğin bir süre sonra su ile dolduğu görülecektir.

Toprak arazide :

-Toprak arazide su bulmak kayalık araziye kıyasla daha kolaydır. Vadinin dibinde veya vadiyi çevreleyen yamaçların dibinde su bulunacaktır. Kuru nehir ve dere yataklarında da kaynaklar bulunabilir.

-Kazı yapmadan önce suyun bulunup bulunmadığı konusunda bazı belirtiler aramak gerekir. Vadiye su ararken yamaçları en fazla eğimli olan yeri seçmek faydalıdır. Deniz kenarındaki ormanlık bölgelerde toprak yüzüne çok yakın su bulunabilir.

Deniz kenarında :

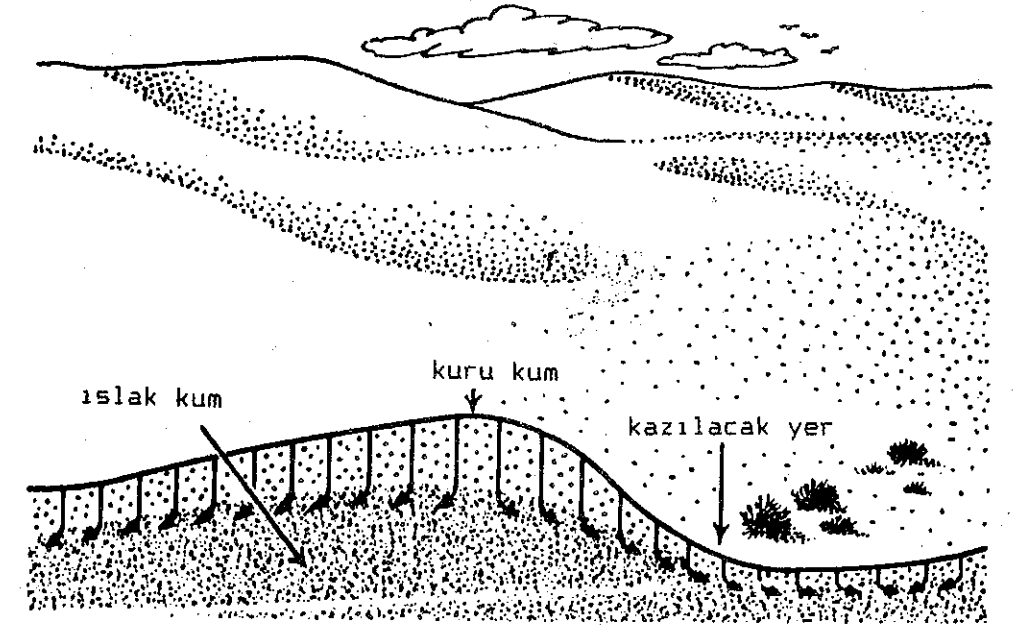
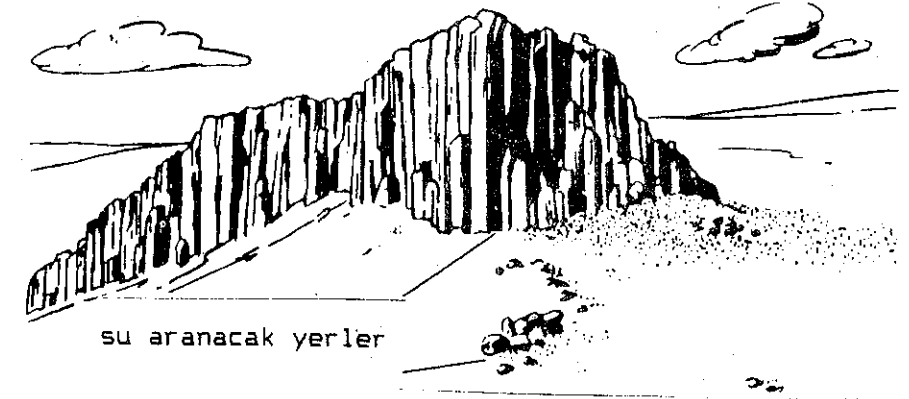
Kumsalın hemen üzerindeki tepeliklerde ve hatta kumsalda rutubetli görünümü olan çukurca yerleri biraz kazmak suretiyle su temin edilebilir.

Kurak arazi ve çölde :

Kurak arazide yabani hayvan izleri ve özellikle bu izlerin sayısının artması ve derinleşmesi, gidiş yönünün su kaynağı olduğunun açık belirtisidir. Ayrıca izlerin yaban domuzu ve geyik gibi memeli hayvanlara ait olması da suyun varlığına işaret eder.

Yabani arıların yuvaları su kaynağından en fazla 6-7 km uzakta yer alır. Yabani arı kovanı, bölgede suyun mevcut olduğunun belirtisidir. Karıncaların da suya ihtiyacı vardır. Özellikle büyük ağaçların dibinde yer alan karınca yuvaları, ağacın üzerinde oluşan çiğ sularının biriktiği su rezervuarları ihtiva eder. Sinekler yuvalarını nemli topraktan bir kaç yüz metre mesafede yaparlar. Bunların izlenerek kondukları çamurlu, veya rutubetli toprak parçasında 50-60 cm'lik bir çukur kazarak su elde edilebilir.

Yaban kumrusu ve güvercinleri ancak su bulunan yerde yaşayabilir. Özellikle yaban güvercinlerinin uçuş biçimi sulandıkları kaynağın yönünü belirler. Alçaktan ve hızlı uçuyorlarsa kaynağa su içmeye gidiyorlar demektir. Uçuşları ağaçtan ağaca ve yavaş ise su içmekten dönüyorlar demektir.



Çölde su çok önemlidir. Su kaybını azaltmak için mümkün olduğu derecede gündüz gölgede kalınmalı, daha fazla sıcak olması nedeniyle yere oturulmayıp veya uzanılmayıp çömelmeli, baş ve vücut sayet mevcutsa açık renk giysilerle korunmalı, hareketler ağır çekilmiş bir film gibi yavaş olmalıdır. Aşağıdaki tabloda belirli su miktarları ile çeşitli ısı derecelerinde ne kadar yaşanabileceğine dair yapılan bir araştırmanın sonuçları verilmiştir.

HİÇ YÜRÜNMEMESİ HALİ	GÖLGEDE AZAMI ISI (santigrad)	ADAM BAŞINA MEVCUT SU MİKTARI (LİTRE)					
		0	1	2	4	10	20
	HAYATTA KALINACAK YAKLAŞIK GÜN SAYISI						
49	2	2	2	2.5	3	4.5	
43	3	3	3.5	4	5	7	
38	5	5.5	6	7	9.5	13.5	
32	7	8	9	10.5	15	23	
27	9	10	11	13	19	29	
21	10	11	12	14	20.5	32	
16	10	11	12	14	21	32	
10	10	11	12	14.5	21	32	

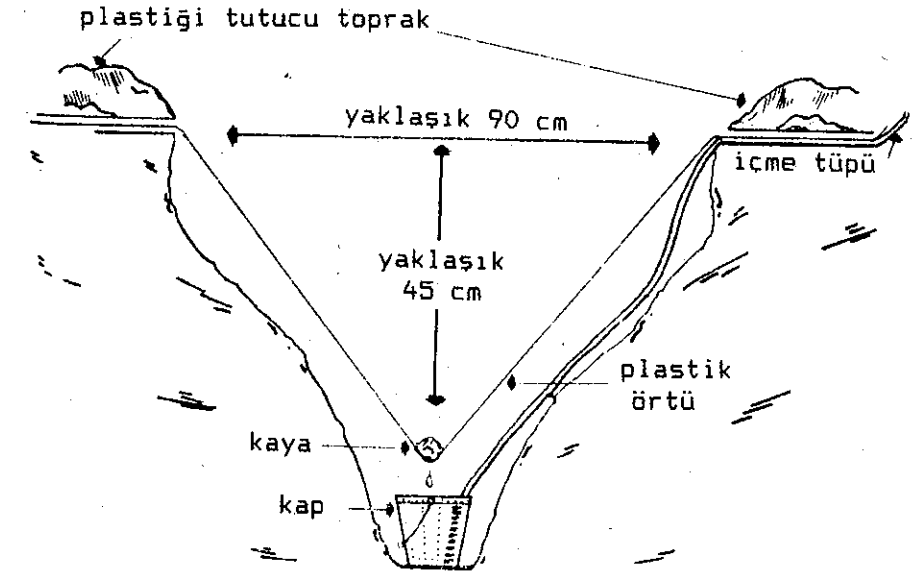
GECE YORULANA KADAR YÜRÜME SONRA DİNLENME	GÖLGEDE AZAMI ISI (santigrad)	ADAM BAŞINA MEVCUT SU MİKTARI (LİTRE)					
		0	1	2	4	10	20
	HAYATTA KALINACAK YAKLAŞIK GÜN SAYISI						
49	1	2	2	2.5	3		
43	2	2	2.5	3	3.5		
38	3	3.5	3.5	4.5	5.5		
32	5	5.5	5.5	6.5	8		
27	7	7.5	8	9.5	11.5		
21	7.5	8	9	10.5	13.5		
16	8	8.5	9	11	14		
10	8	8.5	9	11	14		

En kurak çöllerde dahi su sağlamak için uygun bir yöntem Amerikalı bilim adamları Dr. Cornelius van Bavel ve Dr. Ray Jackson tarafından geliştirilen, özel malzeme gerektiren fakat yapılması kolay "su imbiği" veya "güneş imbiği"dir.

Aşağıdaki şekilde verilen su imbiğinin çalışma prensibi şöyledir : Güneşin ısısı plastik örtünün altındaki havanın ve toprağın sıcaklığını hava doyuncaya, yani daha fazla su buharı tutamaz hale gelinceye kadar yükseltmektedir. Bu noktadan sonra rutubet, rutubetli havadan nispeten daha soğuk olduğu için plastik örtünün alt yüzünde damlalar halinde yoğunlaşmaktadır. Bu damlalar, plastik örtünün altındaki eğimle yuvarlanarak alttaki kova veya kaba boşalmaktadır. Plastik örtünün konik ucunun kabin tam ortasına gelmesine dikkat edilmelidir.

Güneş battıktan sonra plastik örtü hızla soğumaktadır. Buna karşın toprağın ısı derecesi nispeten yüksek kalmaktadır. Bu durumda su buharı

örtünün alt yüzünde yoğunlaşmaya devam etmektedir. Kuşkusuz, geceleyin suyun birikim hızı gündüz olanın yarısı kadardır.



Su imbiğini kurmak için gerekli malzeme :

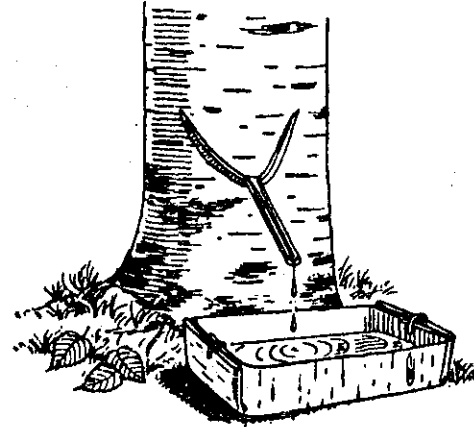
- (1) Yaklaşık 180x180 cm boyutlarında saydam plastik örtü,
- (2) Su kabı veya kovası (asker miğferi, pilot veya motosiklet kaskı da olabilir),
- (3) Yaklaşık 1,5 metre uzunluğunda yumuşak plastik hortum.

Plastik hortum, plastik örtünün ve kovanın yerinden oynatılmadan suyun emilerek içilmesini sağlayan kolaylıktan başka bir şey değildir. Plastik örtünün alt yüzünün çok düzgün olması halinde, yoğunlaşan su damlalarının kovanın tam üzerindeki en alt noktaya kadar inmeyerek toprağa düşme tehlikesi vardır. Bu nedenle, plastik örtünün alt yüzünün ince bir zımpara kağıdı, kum veya pürüzlü bir kaya parçası sürterek düzgün ve cilalı halinin giderilmesi gerekir.

İki adet su imbiği en kurak çölde dahi yetişkin bir insanın günlük su ihtiyacını temin edebilir.

Ağaçlardan da su sağlanabilir. Gece yapraklar üzerinde birikmiş çiğın sabah gün ışınları yükselmeden bir mendil veya başka bir bez parçası ile toplanıp, bu bezin suyunun sıkılarak içilmesi mümkündür.

Kuzey Amerika kızılgerililerinin başta huş ve akçaağaç olmak üzere bir çok ağaç çeşidinin alt gövdesine resimde görüldüğü üzere "V" şeklinde bir iz açıp, bu izin açılı ucuna ağaç dalı veya kabuğundan yapılmış oluk yerleştirerek hem susuzluk giderici hem de besleyici nitelik taşıyan ağaç özünü sularını elde ettikleri bilinmektedir.



SUYUN TEMİZLENMESİ

Ne kadar susuz kalmış olursa olsun, temiz olduğuna emin olunmayan su kesinlikle mikrop ve parazitlerinden arındırılmadan içilmemelidir.

Doğada yalnız kalmış bir insanın kırık - çıkık, yara ve hatta yanıkları tedavi etmek için kendi kendine uygulayacağı ve kısa zamanda iyileşmeye yüz tutmasını sağlayan yöntemler vardır. Maalesef, kirli su ile geçen hastalıkların tedavisi o kadar zor, sonuçları o kadar vahimdir ki yaşamı sürdürme mücadelesinde karşılaşılan en büyük tehlikelerden birini bu hastalıklar teşkil eder denilebilir. Dizanteri ve basilli dizanteri, kolera, tifo gibi hastalıkların yanı sıra bazı kist, kurt ve parazitlerin de bünyeye girmesi çok acı veren ve hatta ölümlü sonuçlanan ağır vakalara neden olur.

Dolayısıyla; içme, yemek pişirme, bulaşık yıkama, ağız yıkama gibi kişisel temizlikte kullanılan sular dezenfekte edilerek mikroorganizmalardan arındırılmalıdır. Mikroorganizmaların insan dışkısının sulara karışması ile ürediği, dolayısıyla yerleşim merkezlerinden uzak vahşi yerlerde bulunan suların temiz olacağı görüşü yanlıştır. Hayvanlar ve kuşlar da mikrop taşıyıcıdır. Akar su mikrop tutmaz görüşü de yanlıştır. Bir dere veya nehre, geçtiği yerlerde mikroplu unsurlar karışabilir. Suyun akar oluşu mikroorganizmaları öldürmez. Bazı parazitlerin kirli su içinde yıkanmakta olan insanın derisinden

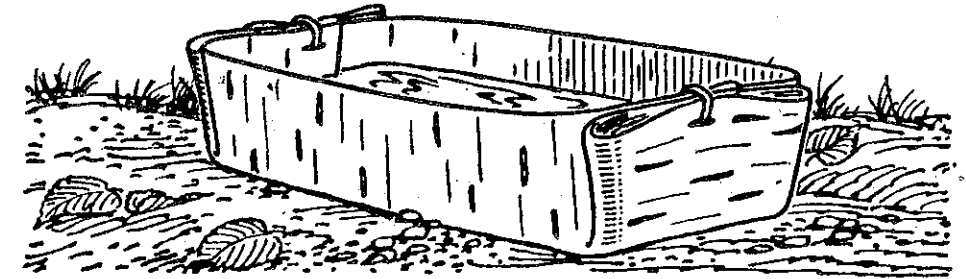
bünyesine girdiği, dolayısıyla bu gibi sularda içmek bir yana, yıkanmanın dahi doğru olmadığı bir gerçektir.

Su mikroorganizmalardan nasıl arındırılır?

(1) Suyu dezenfekte etmenin en emin yolu kaynatmaktır. Deniz düzeyinde 5 dakika süre ile, deniz düzeyinden yukarıda beher 300 metre için bu süreye bir dakika eklenmesi suretiyle su kaynatıldığı takdirde tüm mikroorganizmalardan arındırılmış olur.

Suyu kaynatacak bir kap mevcut değilse ne yapılabilir? Bu durumda bazı göçebe aşiretlerin ve özellikle Kuzey Amerika kızılgerililerinin su ısıtmak için kullandıkları usule başvurmak gerekir. Aşağıda resimde görülen ağaç kabuğundan yapılmış bir kaba veya toprak veya humus üzerinde kazılacak küçük bir çukurun içine plastik örtü veya su geçirmez elbise parçası yerleştirmek suretiyle hazırlanacak küçük havuza veya içi tekne gibi oyuk bir ağaç parçasına su doldurulur. Kap aşırı sıcaktan etkilenecek bir nitelik taşıyorsa dibine bir miktar temiz çakıl taşı konulur. Bundan sonra yanan ateşte kızdırılmış bulunan taşlar teker teker yaş bir dalın katlanmasıyla yapılmış maşa ile kaba atılır. Soğuyanlar maşa ile çıkartılıp yerine kızgın olan yenileri atılır. Bu şekilde istenilen süre boyunca su kaynatılabilir.

Kaynatılmış suyun havası kaçmış olacağı için tadı azalacaktır. Elde iki kap mevcut olduğu takdirde suyu bir kaptan diğer kaba bir kaç kez aktararak suya tekrar eski lezzeti kazandırılabilir.



(2) Bilindiği gibi şehir suları klorlanarak mikroorganizmalardan arındırılmaktadır. Aynı şekilde az bir miktar suya bazı kimyasal maddeler katarak arındırmak mümkündür.

Bu maddelerin başında iodin hapları veya kimyasal adı ile

tetraglisin hidropriodid gelmektedir. Bazı batı ülkeleri ordularında kullanılan bu maddenin suda yaşayan bakterilere, dizanteri yapan kistlere ve sair parazitlere karşı etkili olduğu söylenmektedir. Bu haplardan elde mevcut olduğu takdirde tarife uygun olarak kullanmak esas olmak kaydıyla, genellikle bir küçük hapın bir litre suya atıldığında temizlemeye yeterli olacağı ve en az yarım saat ağzı kapalı bekletildikten sonra içilebileceği söylenebilir.

İçine iodin hapı atılan bir su klor kokacaktır. Bu kokunun azalmasını sağlamak üzere kabın ağzı su içilebilir hale geldikten sonra açık bırakılmalı veya bir kaptan diğerine aktarılarak klorun uçması sağlanmalıdır.

Iodin hapı bulunmadığı takdirde, yaklaşık bir litre suya % 2,5 luk 8 damla tendürdiyot damlatıldığı ve çalkalanıp 20 dakika bekletildiği takdirde aynı etki sağlanmış olur. Tendürdiyotun kapalı bir şişede saklanmış durumda etkisini kaybetmemiş olması gereklidir.

SU İLE İLGİLİ DİĞER HUSUSLAR

-Su çok az olduğu zaman hiç bir şey yenmemelidir. Yemek, vücudun su rezervini azaltıcı etki yapar. Sindirim için karbonhidratlar az su gerektirmekle beraber proteinler oldukça fazla su ister. Dolayısıyla, çok acıkılmışsa az bir miktar karbonhidratlı besin alınmalı, proteinli gıda almaktan kaçınılmalıdır. Ne kadar az yenilirse, böbreklerin vücut artıklarını atmak için gerektirdikleri su miktarı o kadar az olur.

-Tuzlu su içilmemelidir. Çünkü "katartik" etki yapar, yani vücudun su kaybını hızlandırır. Fazla miktarlarda içildiği takdirde ise zehirlenme yapar. Zehirlenmenin yanı sıra, vücudun almış olduğu aşırı tuzun bünyeden atılması için vücuttaki su hızla azalır. Bir süre sonra böbrekler çalışamaz hale gelir ve ölüm yaklaşır.

İdrar, aşırı tuzlu olmasının yanı sıra bir takım vücut artıkları içerdiğinden, durum ne kadar vahim olursa olsun, kesinlikle içilmemelidir. Susuzluğu giderme açısından kan içmenin etkileri de idrardan farklı değildir.

Bununla beraber tatlı suyun kesin olarak bulunmadığı bazı durumlarda yaraları yıkamak için idrar kullanılabilir. Ayrıca, vücudun terleme yolu ile su kaybını nispeten azaltabilmek için elbiseler idrarla ıslatılabilir.

-Sigara içme vücudun su kaybını hızlandırır. Sert alkollü içkiler de vücut suyunu azaltıcı etki yapar. Suyun bulunmadığı bir ortamda, şayet varsa, bira veya şarap gibi hafif alkollü içkiler kullanılabilir. Ancak bunların da bir süre sonra olumsuz etkileri görüleceğinden su aranmalıdır. Daha önce söylendiği gibi, hiç bir şey tatlı suyun yerini tutmaz.

-Bazı macera filimlerinin çöl sahnelerinde su tüketiminin kısıtlandığını, adeta matranın kapağı ile su içilip, matrada yedek su bulundurulma gayreti içinde bulunduğu herkesce bilinir. Bu husus, geçmiş asırlara ait eski görüş olup uygulanması kesinlikle doğru değildir. Su tayinlanmamalıdır. Elde mevcut olan su, susuzluk duygusu gecinceye kadar içilmelidir. Yedek su bulundurma sevdasına, susuzluktan ölmüş kişilere çok rastlanmıştır.

-Suyun kısıtlı olduğu aşırı sıcak bir ortamda, tıpkı bir çöl bedevisi gibi, hareketler yavaş ve ağır olmalı, burundan nefes alınmalı, mümkün olduğu kadar az konuşulmalı, vücut mümkün olduğu derecede açık renkli ve hafif giysilerle güneşten korunmalı; diğer bir deyişle, mümkün olduğu derecede nefes tüketmemeye ve terlenmemeye çalışılmalıdır.

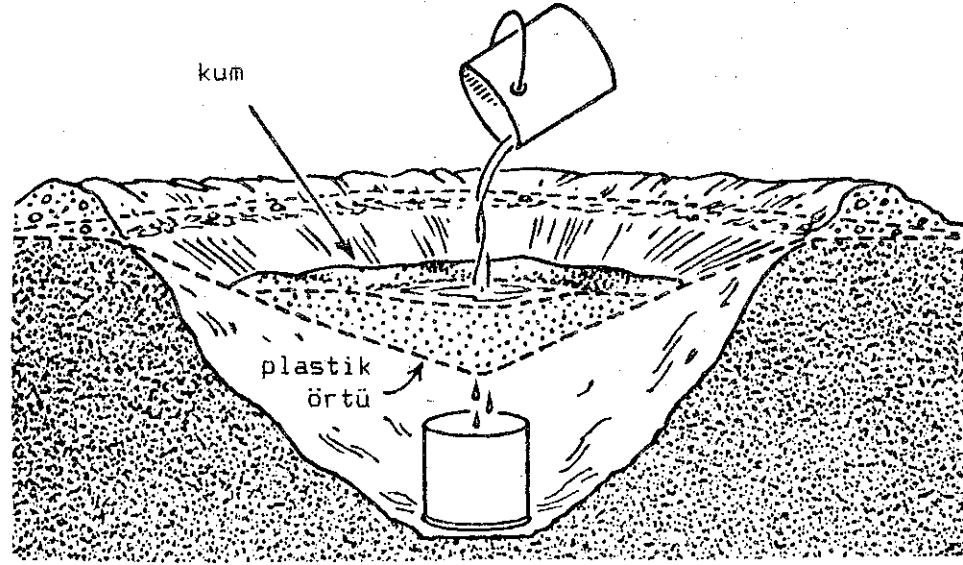
Şayet su bolsa, sağlıklı ve verimli kalabilmek için susuzluk duygusuna kadar beklemeyip sık aralıklarla su içilmelidir.

-Uzun bir süre susuz kaldıktan sonra su kaynağına kavuşulduğunda birden kana kana su içilmemelidir. İçildiği takdirde mide krampları ve kusma vuku bulacaktır. Su, yavaş yavaş, susuzluk duygusu en az bir saatte geçecek biçimde içilmelidir.

-Ağızda çiğnenen çiklet, yaş ağaç dalı veya yaprağı gibi maddeler susuzluk duygusunu bir nebze azaltır ancak vücudun su kaybına engel olmazlar.

-Mikroorganizmalarından arındırılmış ancak bulanık bir su, dinlendirmek veya bir ağaç kabuğu veya kumaş parçası içine konulan kumdan geçirilerek süzülebilir.

Filtre etme işlemi suyun içinde süspansiyon halinde bulunan bitkisel maddeleri ayırır ancak suyu bakterilerden ve parazitlerden temizlemez.



-İçme suyu koktuğu takdirde içine odun ateşinden bir kaç parça kömür atarak 3-5 saat bekletilmelidir. Kömürün kokuları emerek suyu içilebilir hale getirdiği görülecektir.

-Soğuk mikropları öldürmez ancak faaliyetlerini geçici olarak durdurur. Bu nedenle temizliğinden kuşku duyulan kar veya buzu eritip su elde edildiğinde dezenfekte etmeden kullanılmamalıdır.

-Derecesi ne kadar yüksek olursa olsun, alkol veya alkollü içkiler buzdaki ve sudaki mikroorganizmaları öldüremez.

-Yakıtın kısıtlı olduğu bir ortamda kar veya buzu eritmek suretiyle su elde etmek isteniyorsa, daha az enerji harcamak ve hızla sonuç almak için buz tercih edilmelidir.

-Suyun ve dolayısıyla gıda alımının kısıtlı olduğu bir durumda sindirim sistemi yavaş işleyecektir. Koşullar normale döndüğünde biyolojik ritmin tekrar normaleştiği görülecektir. Bu itibarla, kabız olduğu düşüncesi ile müshil ilaçlar almak son derece yanlıştır. Bu tip ilaçlar vücudun su kaybını hızlandırarak vahim durumlar yaratabilir.

Avcılık ve Balıkçılık 7

Bütün memeli hayvanlar ve kuşlar yenilebilir. Yalnız taze ete dayalı bir beslenme rejimi ile kişi aylarca sağlıklı ve güçlü kalabilir. Hayvansal gıdalar kilogram başına en fazla besin değeri olan maddelerdir. Sürünen, yüzen, zıplayan, yürüyen veya uçan her şey muhtemel bir gıda kaynağıdır.

Hayvansal gıdalarla beslenmede bir hususa dikkat etmek gerekir. Yalnızca tam yağsız ete dayanan bir gıda rejimi (tavşan eti başta gelen örnekler), sindirim bozukluğu, ishal ve bir hafta on gün gibi kısa bir süre sonra nefrit yapar ve ölüme neden olur. Çözümü; yağsız et ile birlikte bir miktar yağ yemek ve her halükarda yağsız eti ara vermeksizin bir kaç günden fazla yememektir.

Sorun, açlıktan ölmek, yiyerek yaşayabilmek olduğuna göre, gelenek ve göreneklerden gelen ön yargılar ve dinle ilgili yasaklamalar yaşamı sürdürme mücadelesi sırasında dikkate alınmamalıdır. Unutulmamalıdır ki, insanın kendisini Yaratan'a karşı en büyük görevlerinden bir tanesi yaşamını devam ettirmek için kapıp koyvermeden elinden gelen her şeyi yapmaktır.

Tad ikinci plana atılmış olarak amaç yalnız beslenme olduğuna göre avın bağırsakları, gözleri, akciğeri dahil her tarafı kaybedilmeden yenmelidir. Bu duruma bir istisna, ülkemiz ve çevresindeki iklim kuşağında mevcut olmamakla beraber bilinmesi açısından belirtilmesinde fayda gördüğümüz kutup ayısı ile yine kutuplarda yaşayan fok balığının karaciğeridir. Bu hayvanların karaciğerleri, yiyen insanı zehirleyecek kadar fazla A vitamini ihtiva etmektedir.

Modern insan, dünyanın bugüne kadar tanıdığı en öldürücü yaratıktır. Bu gerçek, kişinin tek başına vahşi doğada ölüm kalım mücadelesi yaptığı bir ortamda sağ kalabilmesini sağlayacak üstün bir niteliktir. Bu kitapta anlatılan avlanma ve tuzak kurma yöntemleri, hayati tehlike mevcut olmadığı durumlarda yasaların izin verdiği derecede ve şekilde kullanılmalıdır. Doğanın korunmasıyla ilgili yazılı ve yazısız kurallar ile avcılık sportmenliği insan hayatı tehlikede olmadığı takdirde kesinlikle ihlal edilmemelidir.

BÖCEKLER

Bazı böcek türleri, tehlike durumunda yaşamı kurtaran bir besin kaynağıdır. Uygun şekilde ve miktarda toplandıkları takdirde bir insanı günlerce besleyebilir. Besin değerleri yüksek olduğu gibi aç kalmış veya

yalnız otlarla beslenmiş bir kişinin sofrasına değişiklik ve lezzet getirir.

İnsan sağlığına zararlı parazitleri taşıdıkları için böcekleri pişirmeden yememek gerekir. Böcekleri toplarken harcanacak enerji alınacak gıdadan çok fazla ise toplama zahmetine katlanılmamalıdır.

Aşağıda, yüksek besin değeri olan bazı böcek cinsleri ile pişirme ve toplama yöntemleri verilmiştir.

-Çekirge, ağustos böceği, cırcır böceği, düz kanatlı böceklerden yeteri kadar sağlanabilirse kavurma yapılabilir, çorbaya veya yemeğe katılabilir. Bu tür böcekler yüksek otların tepelerine yerleşip geceyi geçirirler. Sabah gün doğarken üşümüş ve uykuda oldukları için elle toplanabilirler. Bu tür böcekler genellikle Temmuz ve Ağustos aylarında ortaya çıkarlar.

-Yusufcuklar ve taş sinekleri: Akarsularda taşların kenarında yüzen bu tür böcekler ilk baharda ortaya çıkar. Elle toplanıp ıslak bir kaptaki saklanırlar. Çorbaya veya yemeğe katılabilirler.

-Karıncalar : Kavrulabilir, toz halinde iki taş arasında öğütülebilir, yemeğe veya çorbaya katılabilir. Karıncalar, ağaç dipleri ve benzeri yerlerdeki yuvaları kazılmak suretiyle elle toplanır.

-İri toprak solucanları bazı ülkelerde yenilmektedir.

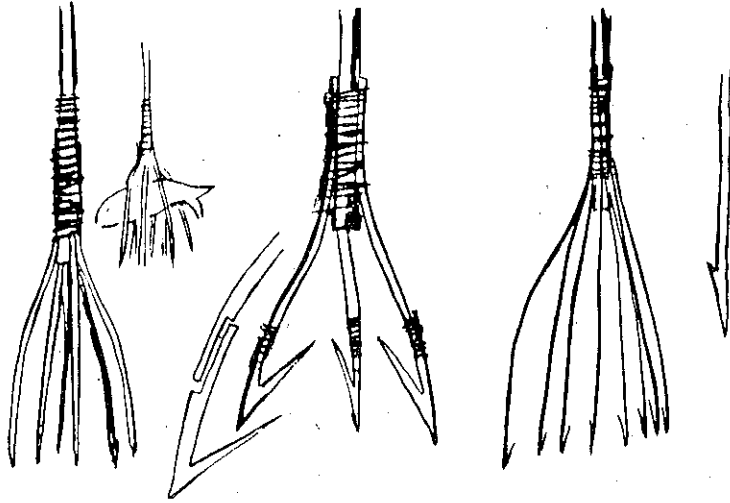
-Tırtıl ve benzeri böcekler çok çeşitlidir. Bunların tüylü ve kıllı olanları zehirli olabildiklerinden veya allerji yaratacak maddeler taşıdıklarından yenilmemelidir. Tırtıl cinsi böcekler çorbaya veya yemeğe katılabilir ve kişiye protein sağlayabilir.

-Sümüklü böcekler Fransız mutfağının aranılan bir yemek çeşididir. Haşlayarak veya kızgın külde pişirilerek yenilebilir.

SÜRÜNGENLER VE KURBAĞAGİLLER

Yılan öldürmek için en iyi silah sopadır. Yılanı, öldüğüne emin olmadan ele almak veya elde sopa olsa bile kızdırmaya çalışmak veya oynamak gereksiz yere tehlikeye atılmaktan başka bir şey değildir. Yılan, öldürüldükten sonra başı kesilmeli ve grupta çıplak ayaklı kişiler mevcut olduğu takdirde yılanın kesilen başı mutlaka gömülmelidir.

Bütün sürüngenler ve kurbağagillerin pişirilmeden önce derileri yüzülmeli ve iç organları çıkarılmalıdır. Yılanlar ve kertenkelelerden elde edilecek et lezzetli olmakla beraber miktarı az olup bazen zahmete değmeyebilir. Kurbağalar ise özellikle bataklık bölgelerde bol miktarda rastlandığı takdirde iyi bir besin kaynağı olabilir. Kurbağa avlamanın en iyi yolu, uçları sivriltilmiş çatal şeklinde bir düzgün dalı mızrak gibi kullanmak veya kaba ve basit bir yay yaparak çatalı mızrağı ok gibi atmaktır. Yavaş hareket edildiği takdirde çatal ucu kurbağaya bir metre kadar yaklaştırıp nişan almak mümkündür.



AVCILIK

Doğada yaşamını sürdürmek için mücadele eden bir kişinin elinde ateşli silah ve mühimmat varsa avlanarak beslenebilir. Bu konudaki ideal silahın uzun 22 kalibre tüfek olduğu söylenmektedir. G-3 veya M-16 otomatik piyade silahları böyle bir avlanma için gereğinden fazla güçlüdür. 30.06 veya .308 kalibre dürbünlü tüfekler oldukça uygundur. Ancak, amaç dilediği tüfekle ava gitmek olmayıp şayet var ise elde mevcut olan ile yaşamak için avlanmak olduğuna göre, elinde 20-30 metre etkili menzilli, açık arazide avlanma imkanı dar bir silah ile dahi doğada tek başına kalmış kişi şanslıdır.

Aşırı soğuk iklim söz konusu olduğu takdirde gece yatılacak barınak nispeten sıcak ise ateşli silahı sıcak yere almamak gerekir. Zira, aşırı soğuktan sıcak bir ortama geçen silah terleme yapar ve tekrar soğuğa çıkarıldığında yoğunlaşmış su tabakası donarak silahın çalışmasını

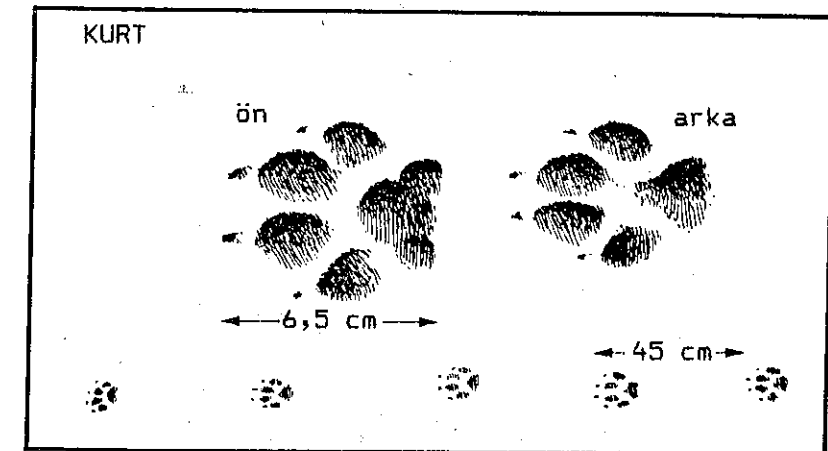
engeller. Silahı muhakkak içeri almak gerekiyorsa, içeri aldıktan bir saat sonra ısı normalleşip terleme duracağından silah sökülmeli, kurulanmalı ve temizlenmeli ve ertesi sabaha hazır hale getirilmelidir.

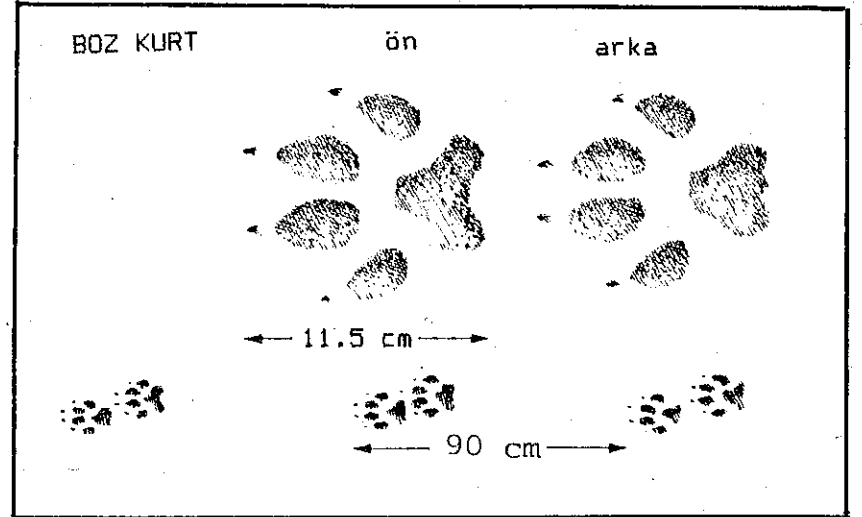
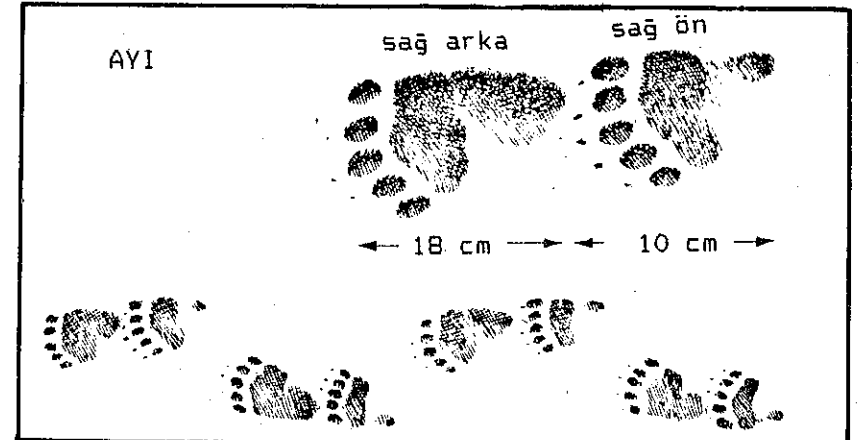
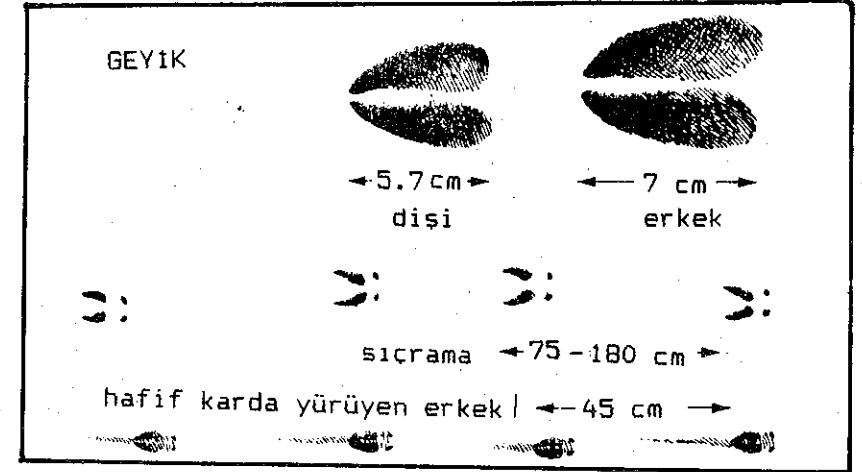
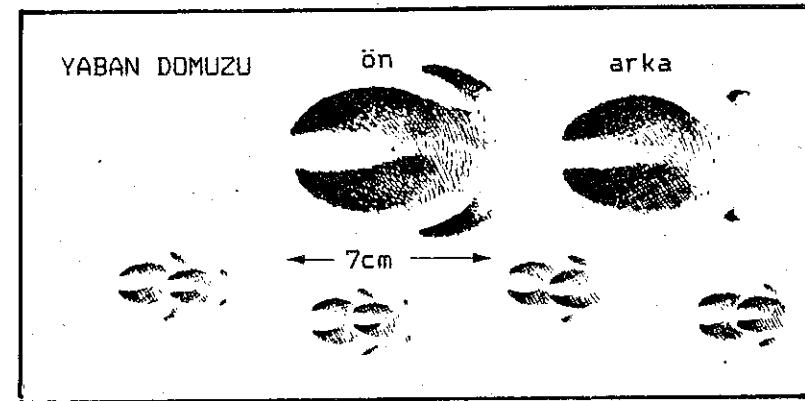
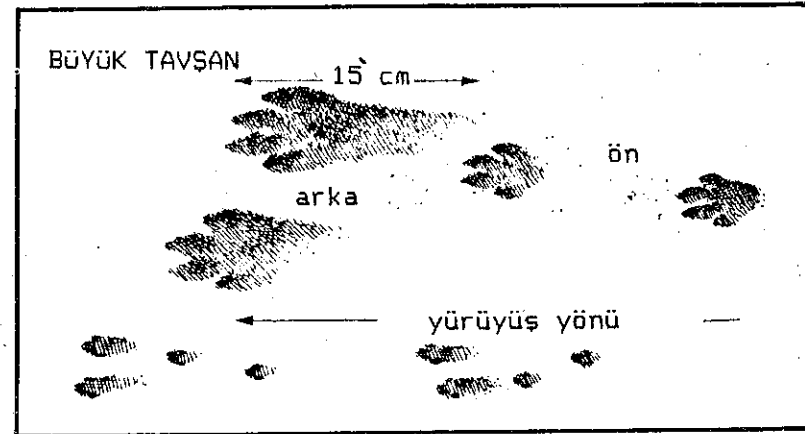
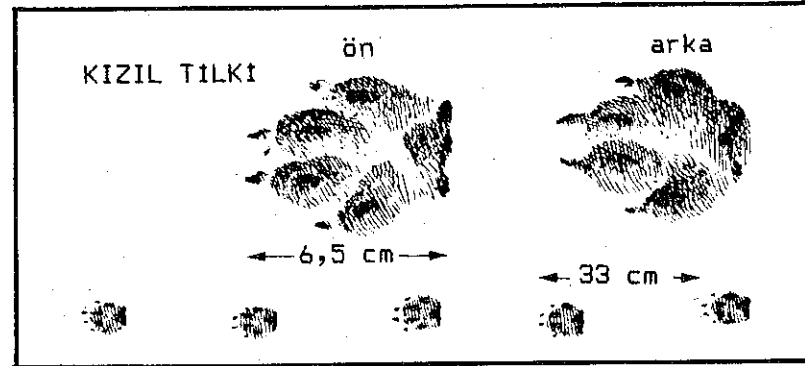
Ateşli silahın mevcut olmaması halinde çok çeşitli tuzaklar kullanılabilir. Keza, ilkel bir yay ve ok imal edilerek kısa bir denemeden sonra başarı ile kullanılabilir.

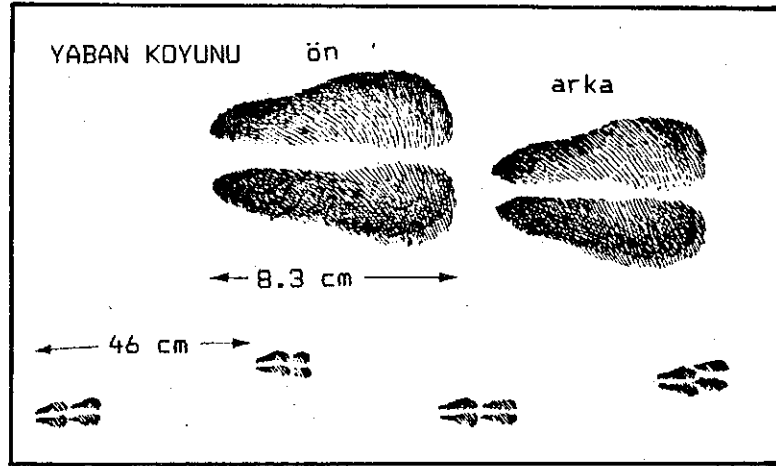
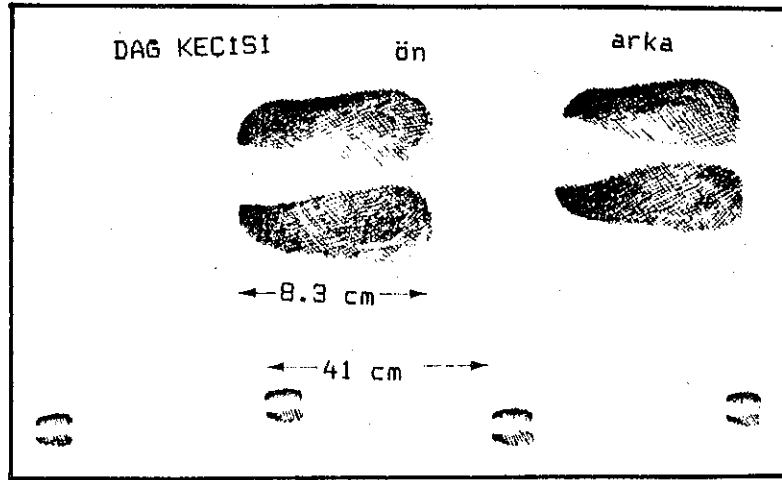
Avcılık; sabır ve beceri gerektiren bir iştir. Sıcak kanlı hayvanlar ürkek ve dikkatlidir. Kışın yaprakları dökülmüş kuru ormanda hayvanları izlemek zordur. Kuru ormanda her adım çıtırtı yapar ve bir yabancıнын varlığı konusunda kuşları ve hayvanları uyarır. Ses, sessiz ormanda çok uzaklara gidebilir. Bu nedenle, pusu kurmak çok daha iyidir. Şayet bir iz sürmek gerekiyorsa; mümkün olduğu kadar sessiz davranılmalı, devamlı olarak dinlemeli, yavaş hareket etmeli, sık durmalı ve düzenli bir biçimde etraf gözetlenmelidir.

Aşağıdaki noktalara uyulduğu takdirde sonuca daha kolay varılabilir.

-Öncelikle hayvan izlerine bakılmalıdır. Hayvanların nadir olduğu veya sık uğramadığı bir bölgede avlanmaya çalışmak enerji kaybından başka birşey değildir. Hayvanların geçtiği keçi yolu denilen patikalar, geçitler, sulanma yerleri, yemlenme veya yatma yerleri aranmalıdır. İzlerin ve hayvan dışkılarının yeni olmasına dikkat edilmelidir. Bunlar ne kadar yeni ise, tuzakla veya vurarak avlanma şansı o kadar fazladır. Bazı hayvan izleri aşağıda verilmiştir.







-Yabani hayvanlar genellikle güneşin doğuşunda suya ve yemlenmeye giderler. Karınlarını doyurur doyurmaz güneş batışına kadar bir yerde yatarlar veya dolanırlar. Güneş batarken tekrar su için gece yattıkları yere giderler. Dolunaylı gecelerde bütün gece yem yeyip gündüz yattıkları da vakidir. Fırtınalı veya şiddetli yağmurun yağdığı zamanlarda hayvanlar da insanlar gibi bir barınak bulup korunmaya çalışacaklarından avlanmak boşunadır.

-Ava çıkmadan önce yakılan ateşin dumanının altında durarak tütsülenildiği takdirde insan kokusu giderilmiş olur.

-En iyi avlanma zamanı ya sabah çok erken veya akşam karanlığına yakın olan anlardır. Av daha ziyade su kenarları, ormandaki açıklıklar, çayır yerler, sırtlar, gecitler veya çalılıkların ucunda bulunur.

-Gizlenme veya pusu yeri rüzgarın altında olup rüzgar yönüne doğru avlanılmalıdır. Bu şekilde avın koku alarak yön değiştirmesi engellenmiş olur. Normal havalarda sabahları tepeye doğru, öğleden sonraları ise tepeden aşağı doğru avlanılarak termal hava akımlarından yararlanılmak gerekir. Fırtınalı havalarda bunun tam tersi yapılmalıdır.

-Alarma geçmiş durumda, her an nişan almaya hazır olunmalıdır. Hareketsizlik ve sessizlik ateş edinceye kadar devam etmelidir. İyi nişan alındığına emin olunduktan sonra tetiğe basmalı veya ok bırakılmalı, bu şekilde değerli olan mühimmat veya ok ziyan edilmemelidir.

-Şayet gerekiyorsa mümkün olduğu kadar sessiz, yavaş ve dikkatli ilerlenmelidir. Kedinin avına yaklaşırken yaptığı hareket göz önüne alınmalıdır. Av hayvanlarının çoğunda keskin bir göz ve mükemmel koku duygusu vardır. Av avcıyı görmeden avcı avı görmelidir.

-Bir sırta tırmanırken son bir kaç metreyi savaşı gibi sürünerek çıkmalı ve uygun bir gözetleme noktasında yüksek ot veya çalılıklar arkasına saklanarak ön taraftaki arazi parçası gözetlenmelidir. Gözetleme, yakından uzağa doğru gözleri sağa sola çevirerek yapılmalıdır. Şayet başı da sağa sola çevirmek gerekiyorsa, bu hareket son derece yavaş yapılmalıdır. Avın renkten ziyade hareketi algıladığı gözden uzak tutulmamalıdır. Hiç bir zaman ufuğa karşı gölge verilmemelidir. Ot veya çalılık yoksa bir kayanın arkasına gizlenilmelidir.

-Şayet av, avcıyı görmesine rağmen kaçmamışsa, avcının olduğu durumda donup kalması gerekir. Hayvan tekrar başını eğip otlamaya başlayınca kadar hareketsiz kalınmalıdır. Bir süre sessiz kalınıp av gözetlendikten sonra yavaşça geri çekilerek başka bir noktadan ava yaklaşılmalıdır.

-Elde mevcut olduğu takdirde, kuvvetli bir projektör veya el feneri ile karanlık gecelerde avın gözlerini ışıkla etkileyerek onu durdurmak ve avlamak mümkündür.

-Bir hayvan vurulduğu takdirde, güvenlik sınırlarına uymak kaydıyla son hızla yaklaşarak hayvan daha kendine gelmeden ikinci darbe ile öldürülmeye çalışılmalıdır. Unutulmamalıdır ki yaşamı sürdürme mücadelesinin yapıldığı vahşi doğa koşullarında baskın basanıdır; acıyan veya tereddüt eden aç kalır. Diğer taraftan, hayvan yaralı durumda gözden kaybolmuşsa, on dakika kadar izlenmemeli; ava, bir yere yığılıp kendinden geçecek kadar zaman tanınmalıdır. Erken izlendikleri takdirde bazı hayvanların yaralı olmalarına rağmen can havliyle yarım günlük yola gittikleri bilinmektedir.

-Yaralı avın peşinden gitmek için kan izlerine bakılmalıdır. Kan, bir fırça ile yere sürülmüş gibi devamlı ise avın yarası büyüktür. Kan, kesikli damlalar halinde ise yara hafiftir. Diğer taraftan, kanın rengi pembe ve köpüklü ise av ciğerinden yara almıştır. Kanama az değilse hayvan çok uzağa gidemeyecektir. Kırmızı kan vücut yarası demektir. Kanama fazla değilse veya önemli bir iç organ zedelenmemişse hayvan ölmeden çok uzaklara gidebilir. Koyu renkte veya kahverengi-kırmızı kan, karın bölgesinde bağırsak yarası demektir. Çok yavaş ölmesi muhtemel olan böyle bir av tekrar kısırılmadığı takdirde çok uzaklara gidebilir. Yaralı hayvana ihtiyatla yaklaşılmalıdır.

-İri bir hayvan vurulduğu takdirde avın bulunduğu yere yakın su varsa, avı kamp yerine taşımaktansa kampı avın vurulduğu yere nakletmek zaman ve enerji kazandırır.

-Av hayvanlarına tuzak kurarken yem yeme özelliklerini göz önüne almak gerekir. Hayvanların genel olarak dört çeşit yemlenme grubuna ayrıldıkları söylenebilir, bu gruplar :

-Otlayan hayvanlar

-Et yiyen hayvanlar

-Toprağı kazıp köklerle ve böceklerle beslenen hayvanlar

-Ağaçlarda beslenen hayvanlar'dır.

Otlayan hayvanlar için ot, yaprak ve özellikle filizler kullanılmalıdır. Şayet varsa salata yaprağı, lahana yaprağı, havucun üst kısmı kullanılabilir.

Et yiyen hayvanlar için : et, balık kafası veya eti, kurt ve solucan, peynir kullanılabilir.

Toprağı kazıp beslenen hayvanlar için : patates, havuç, hindibağ kökü veya başka köklerden yararlanılabilir.

Ağaçlardan beslenenler için : elma, incir veya varsa mahalli meyvalar kullanılabilir.

Hem ağaçlardan hem de topraktan beslenen kuşlar için kabak çekirdeği, fındık, fıstık ile çekirge, ağustos böceği v.b. böcekler yem olarak kullanılabilir.

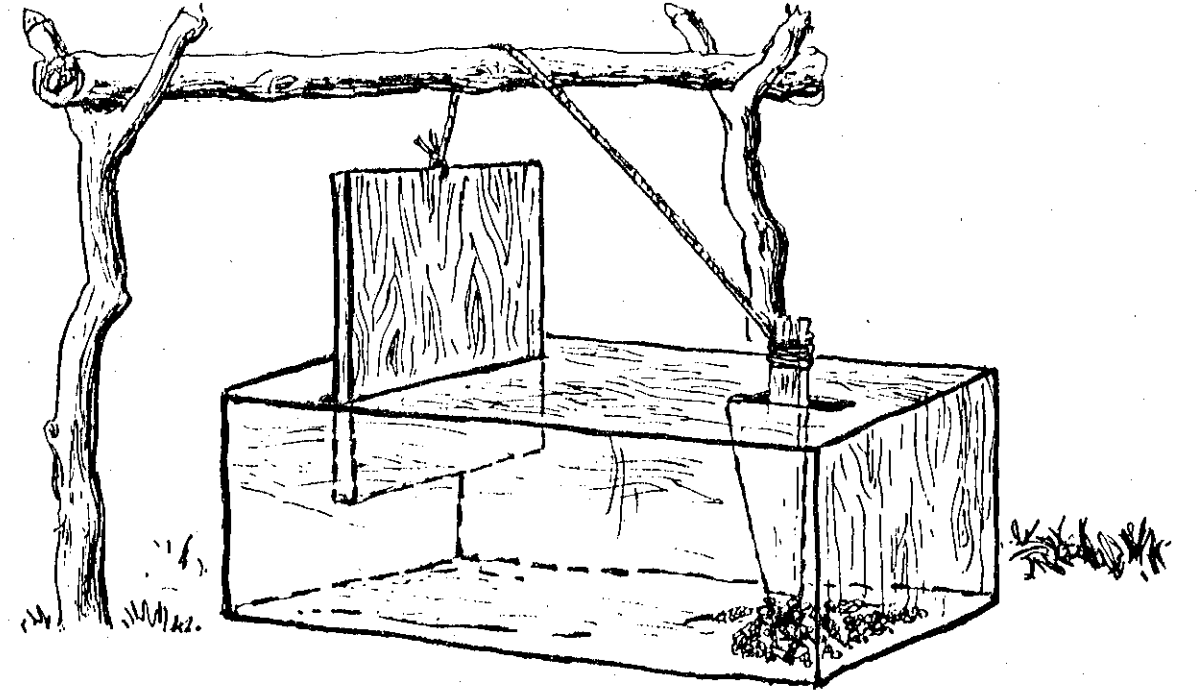
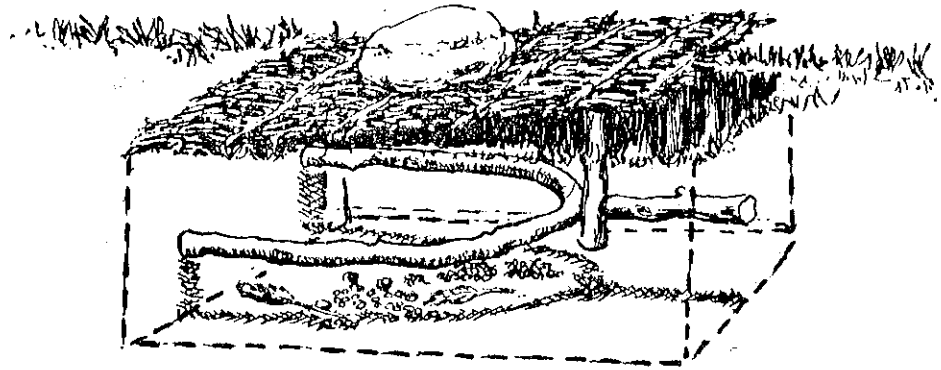
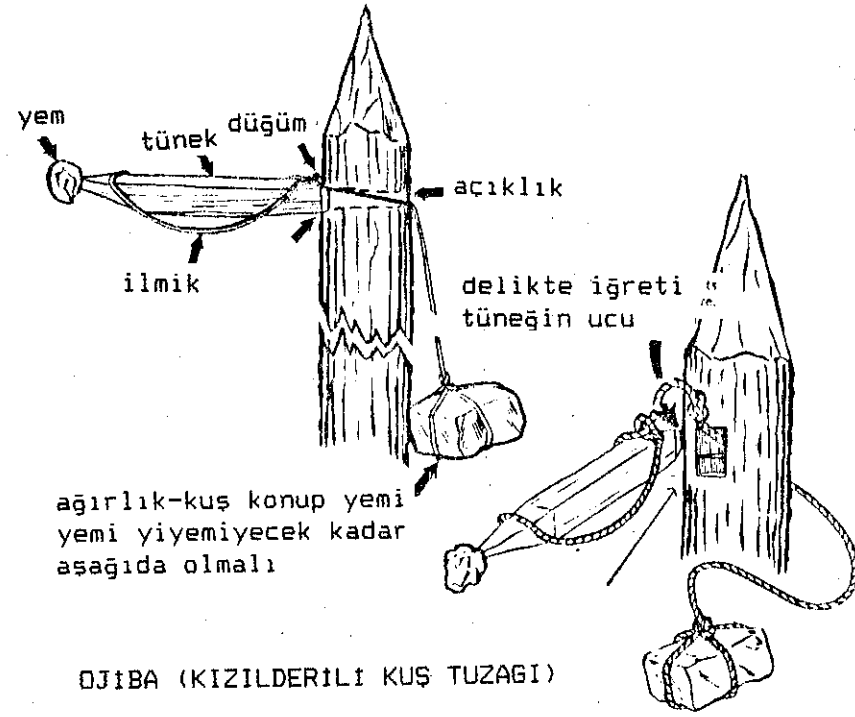
Yem konusunda kesin bir karara varmadan önce çevrede bir gözlem yapmak veya zaman uygunsa çeşitli yemleri belirli yerlere koyarak denemek suretiyle hangisinin daha fazla yenildiğini tespit etmek gerekir.

Bütün yemlere bir miktar tuz ilave edildiği takdirde etkinlikleri artar.

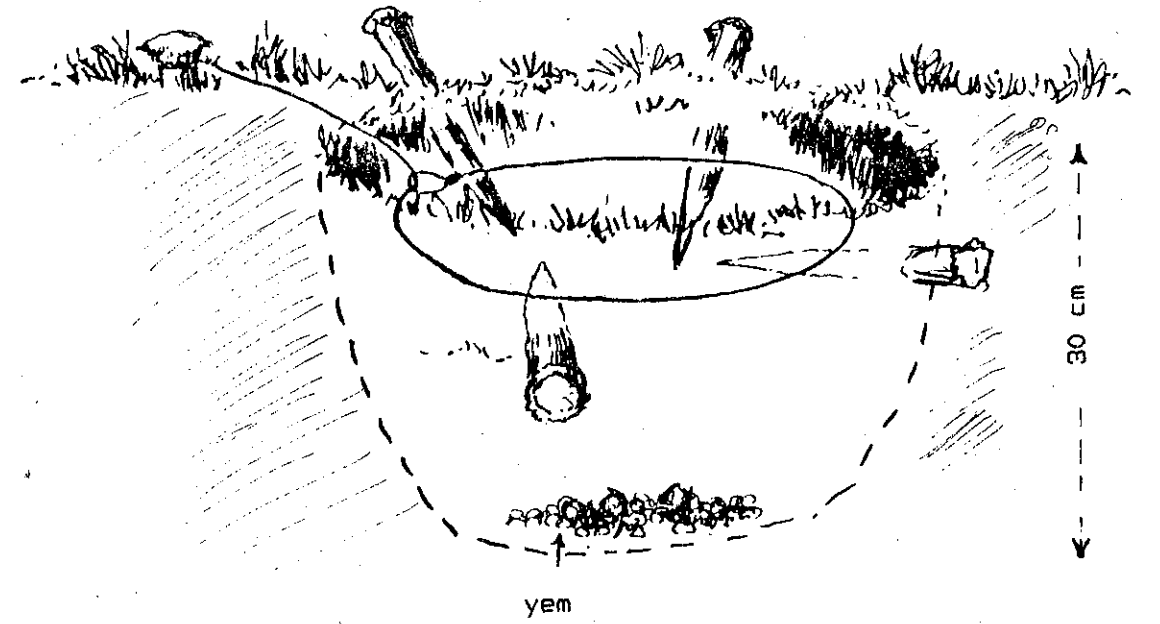
Yemleri kullanmanın en iyi yolu, tuzağa yakın yerlere aralıklı serpiştirmek, tuzağa yaklaştıkça yoğunluğunu arttırmaktır. Bu şekilde yemden yararlanan ve henüz bir zarar görmemiş olan hayvan daha güvenli olarak tuzağa yaklaşacaktır.

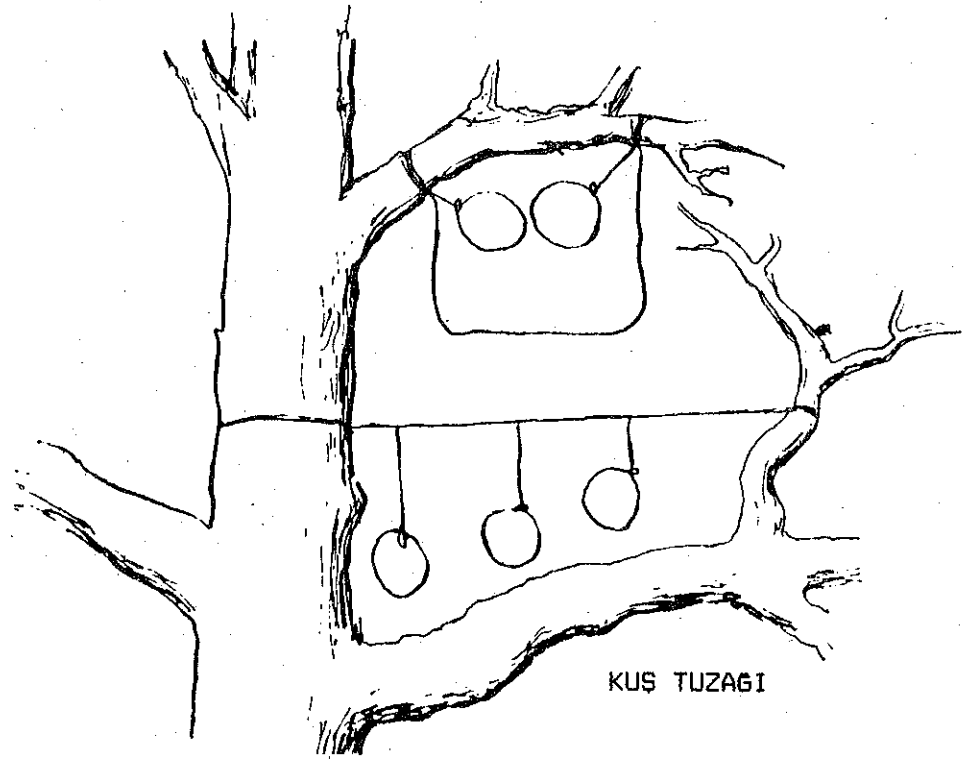
-Berek tuzak gerek yemlerdeki insan kokusu muhakkak giderilmelidir. Bu giderme, tuzağı ve yemi yakılan yaprak veya ot dumanı ile tütsüleyerek daha kuvvetli olan is kokusunun insan kokusunun yerini almasını sağlamakla gerçekleşir. Diğer bir yol; kekik, nane gibi aromatik bir otlarla oarak bu kokuyu hakim kılmaktır. Tuzağın doğal çevreye uymayan tarafları, (kesilmiş dal uçları, ip veya tel gibi) yaprak veya otlarla kamufle edilerek doğal bir görüntüye sokulmalıdır.

Aşağıda kuşlardan yaban domuzuna kadar çok çeşitli hayvanlar için kullanılan tuzak tipleri verilmektedir.

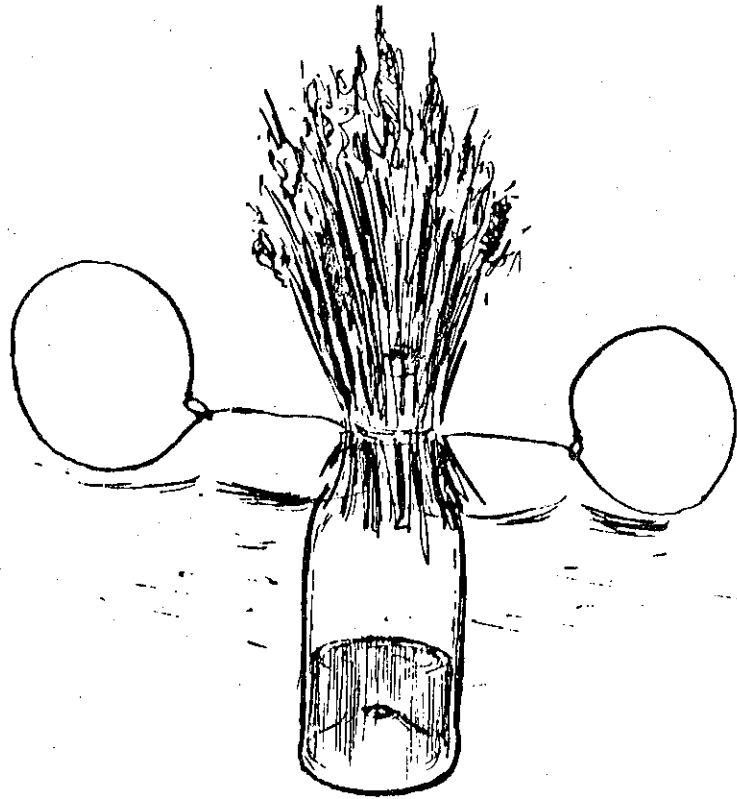


← 90 cm →

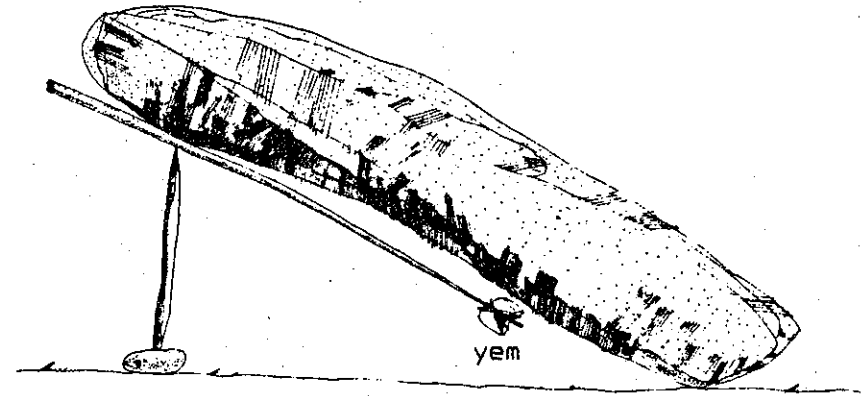
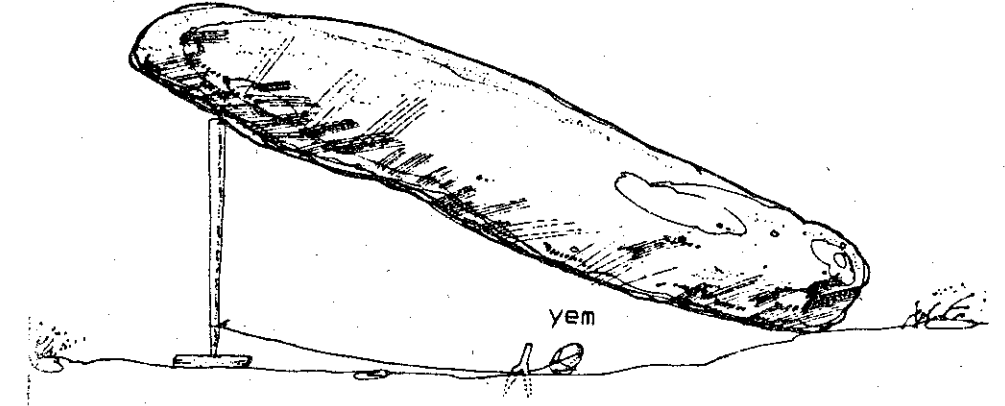
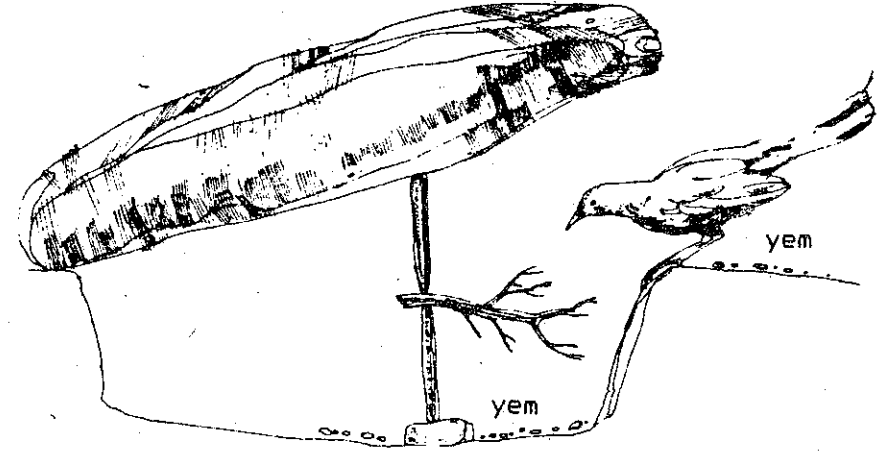


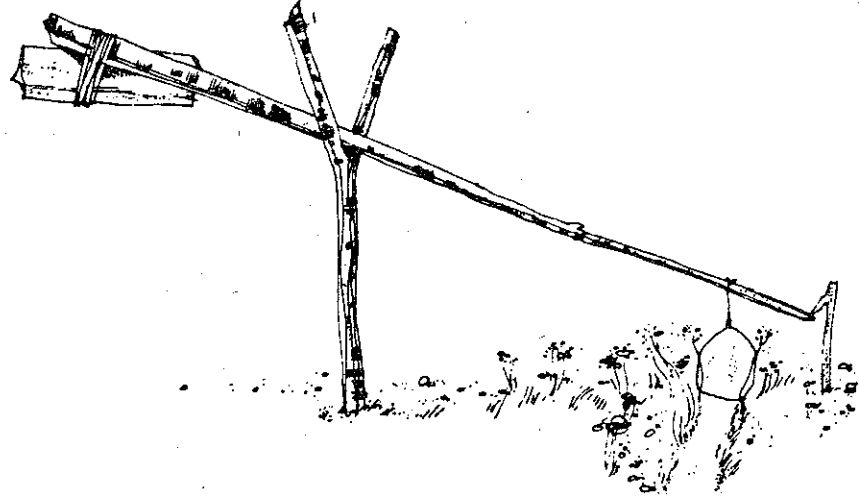


KUS TUZAGI

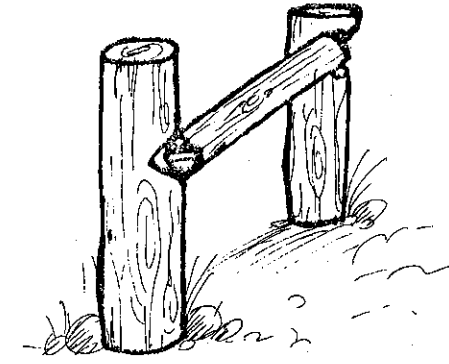
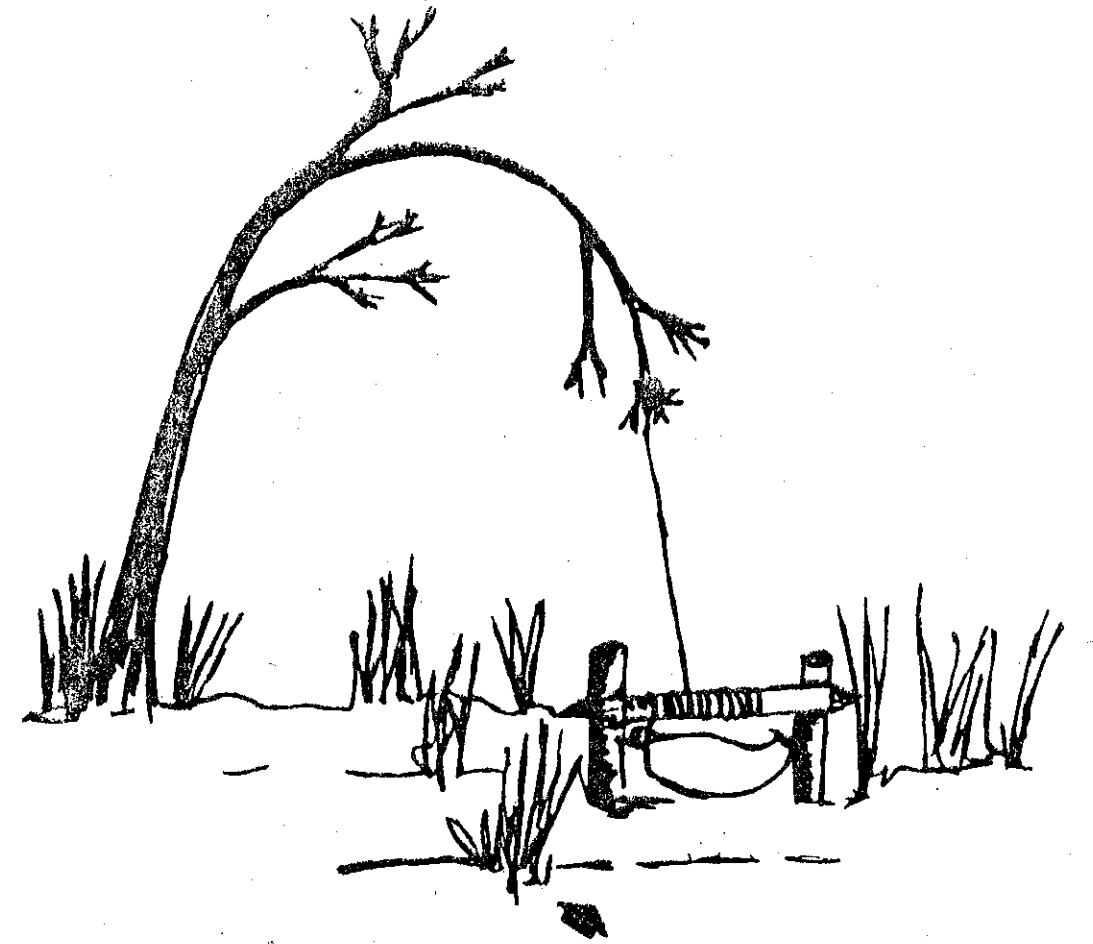
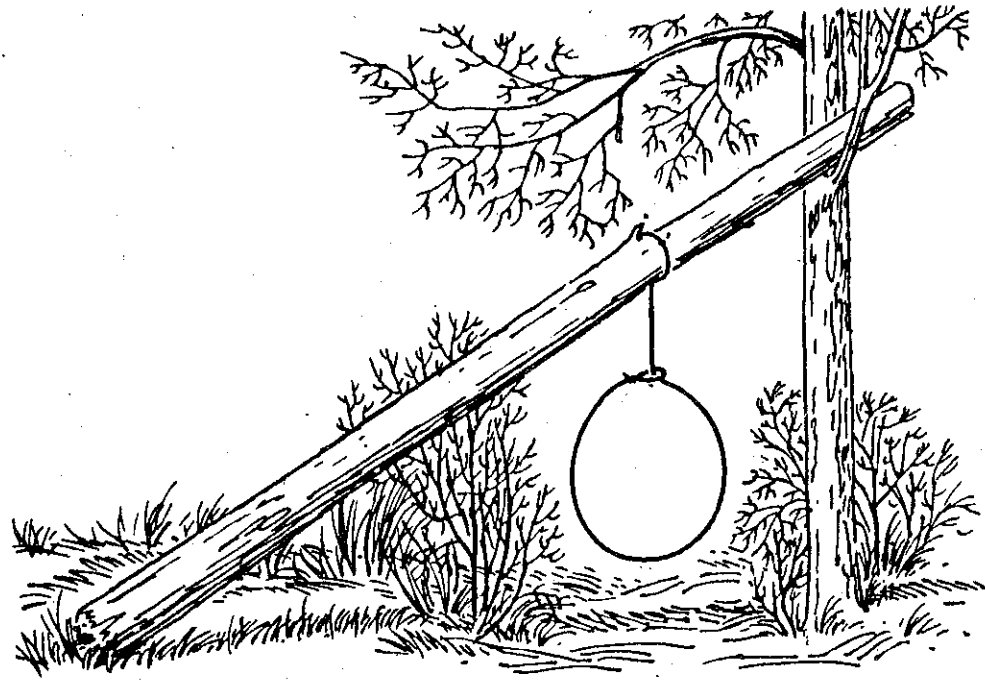


YÜZEN ÖRDEK TUZAGI

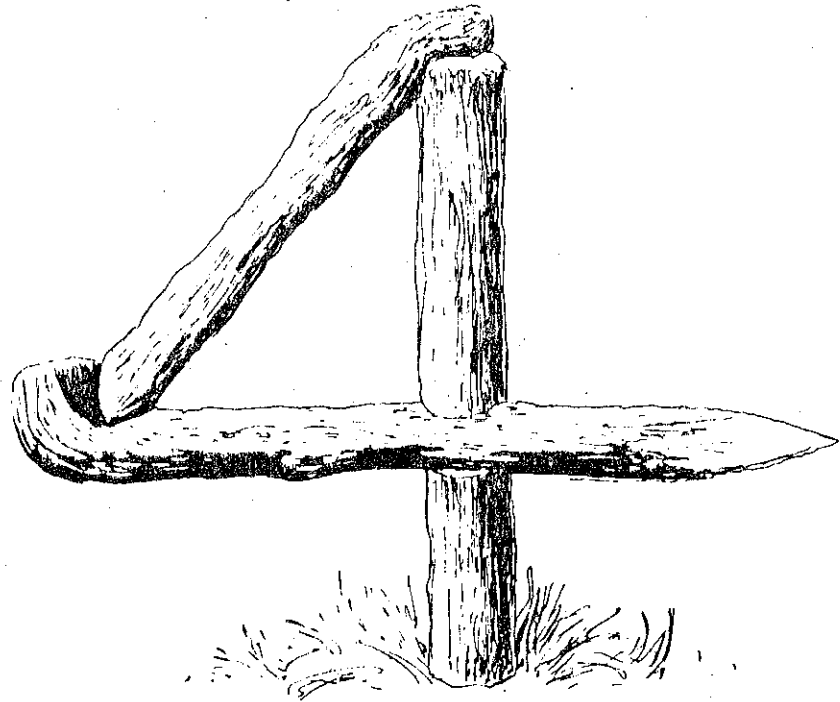




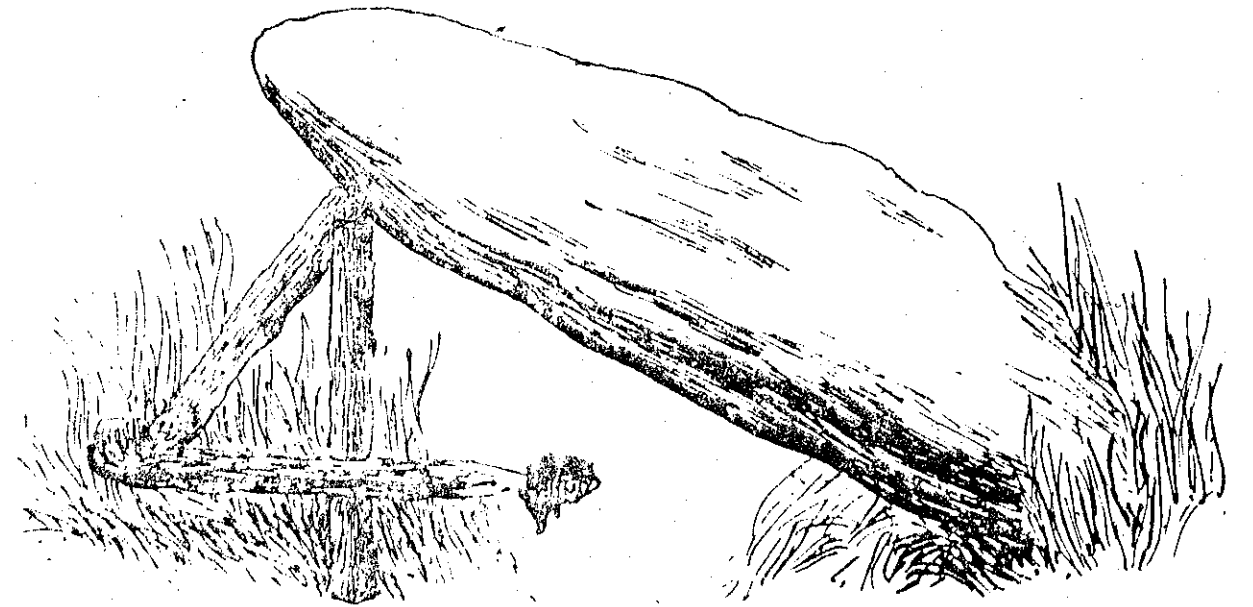
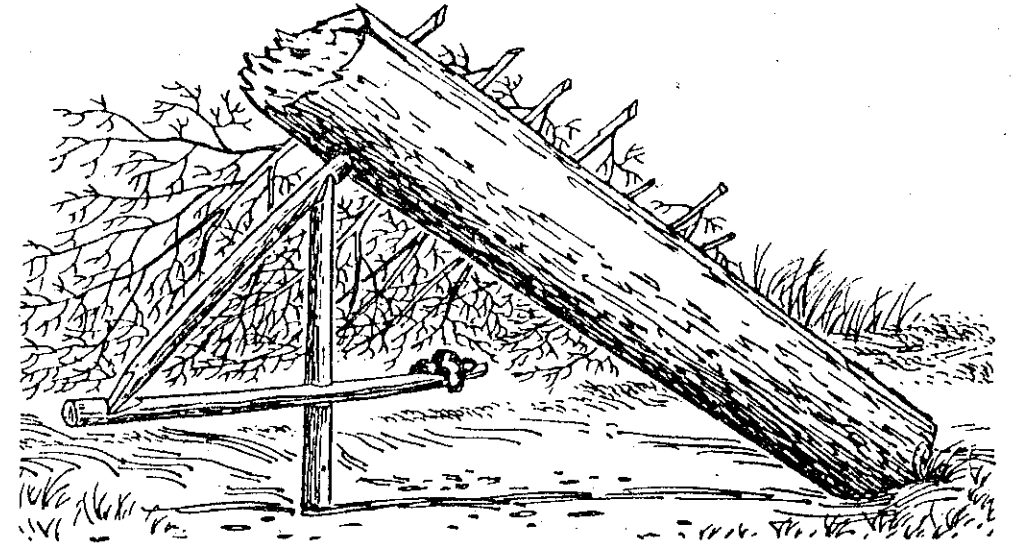
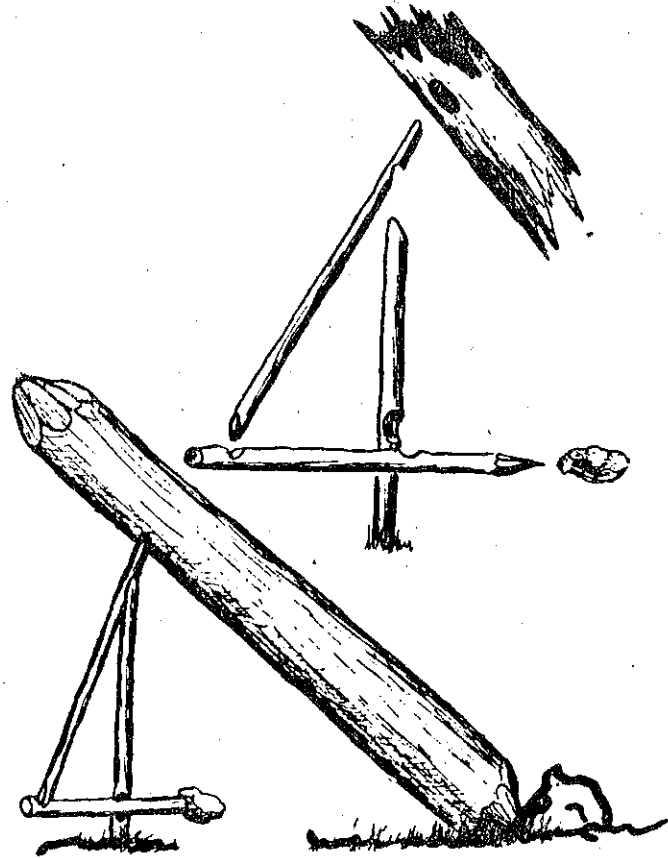
geçit yolu

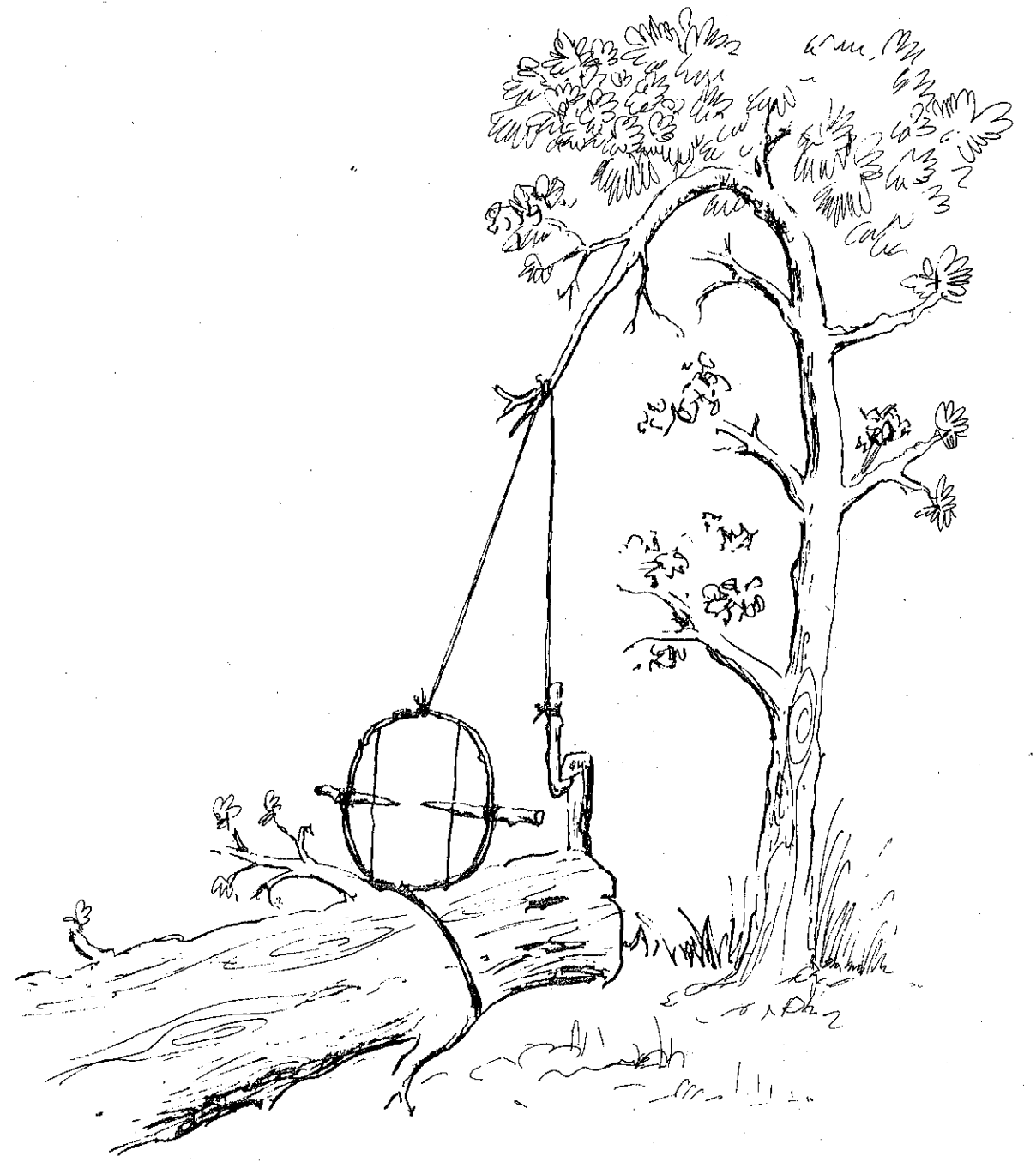
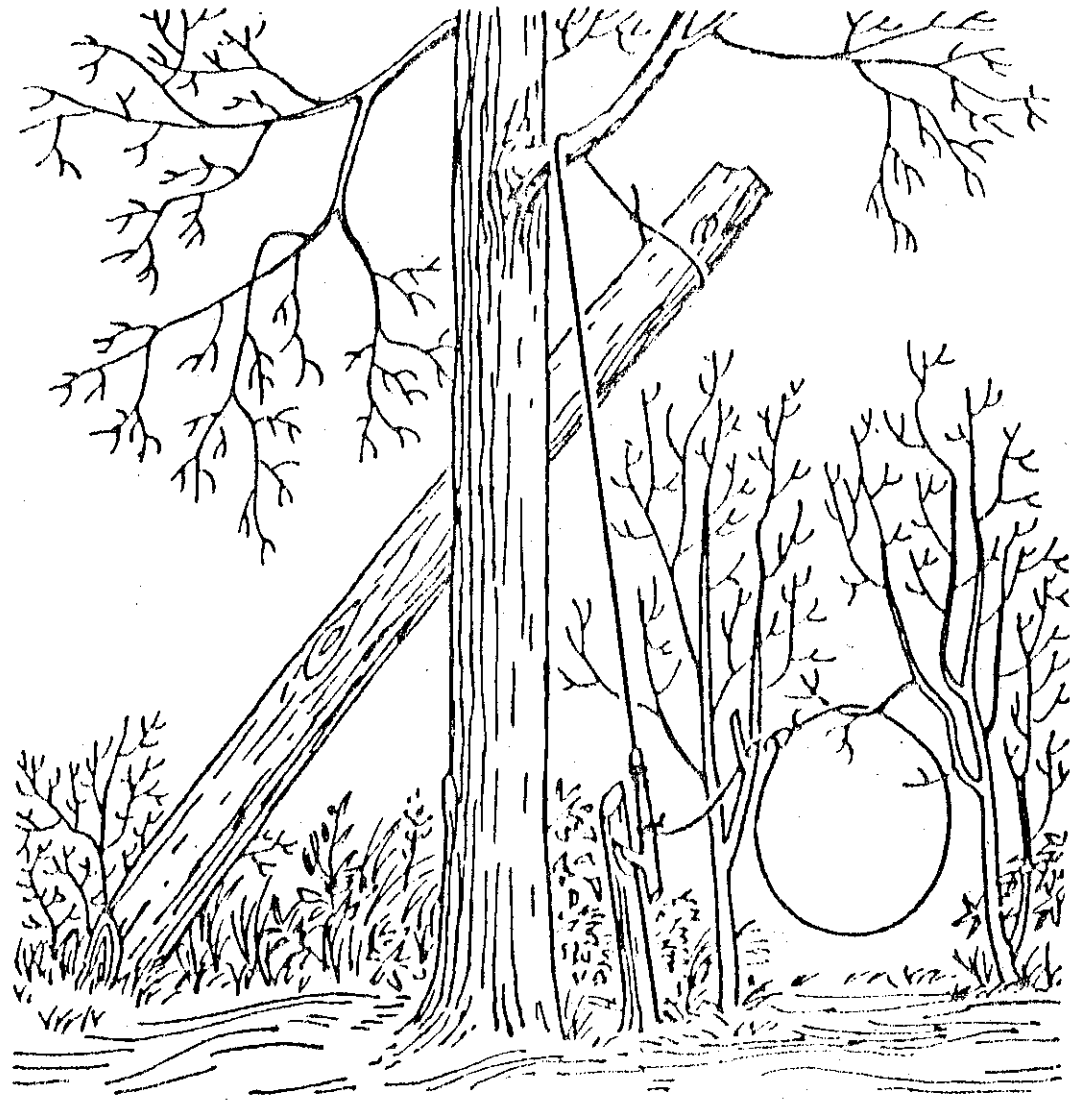


DÖNER TETİKLİ YAYLI TUZAK

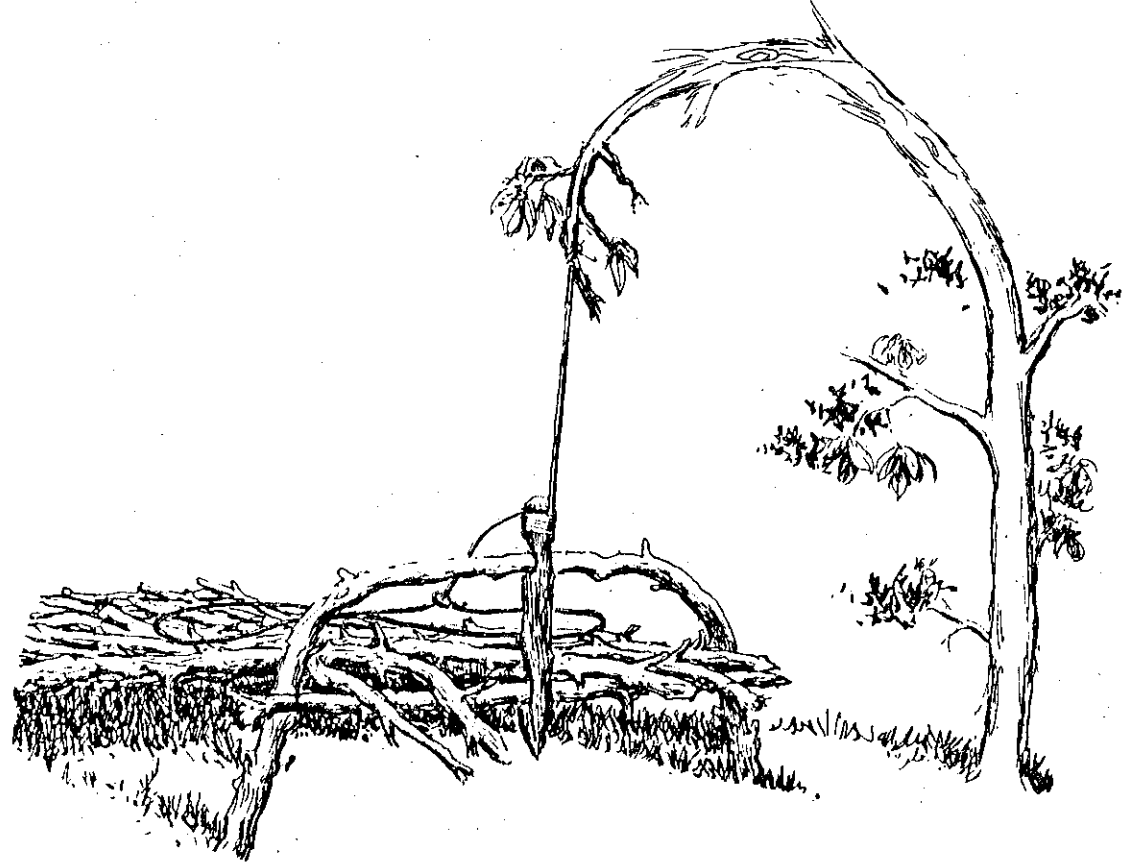


4 RAKAMI ŞEKLİNDE TUZAK TETİĞİ

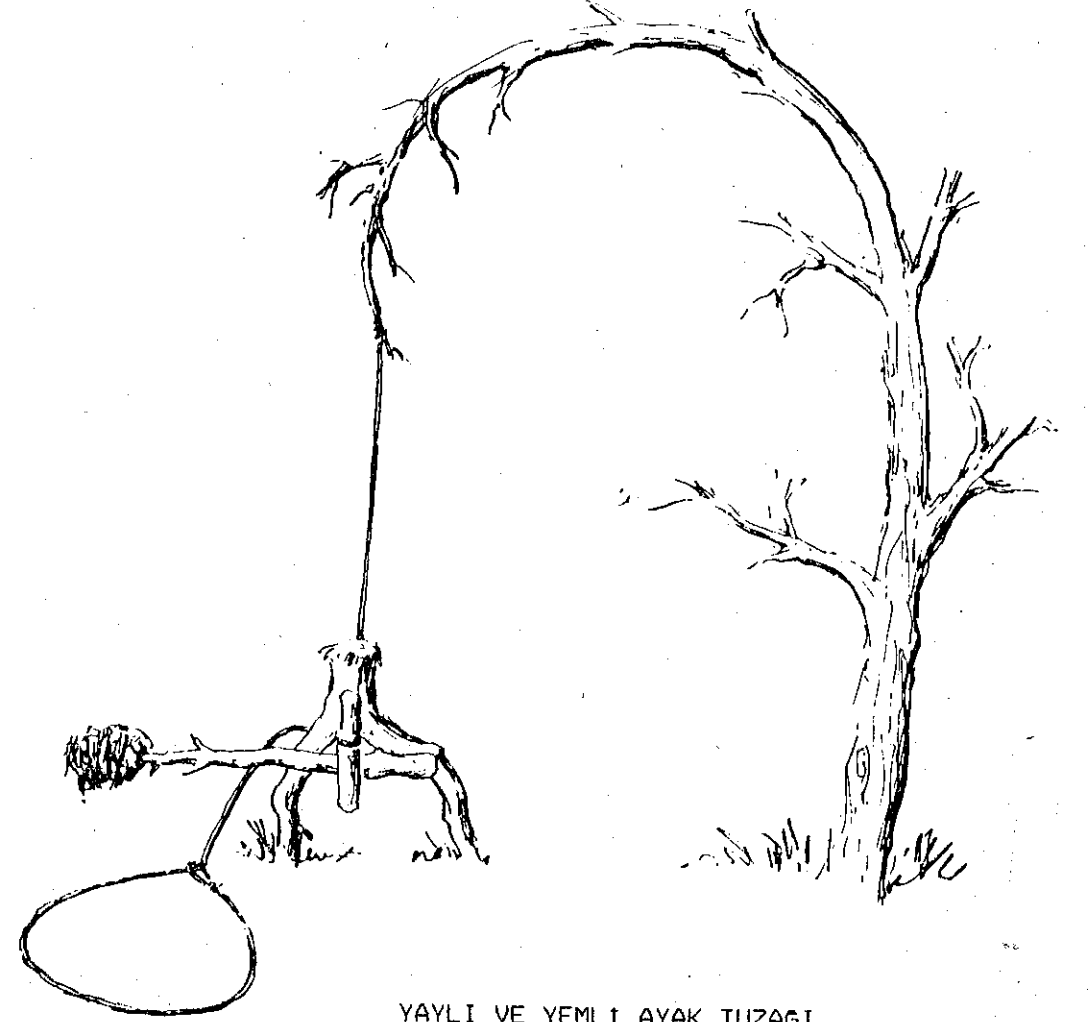




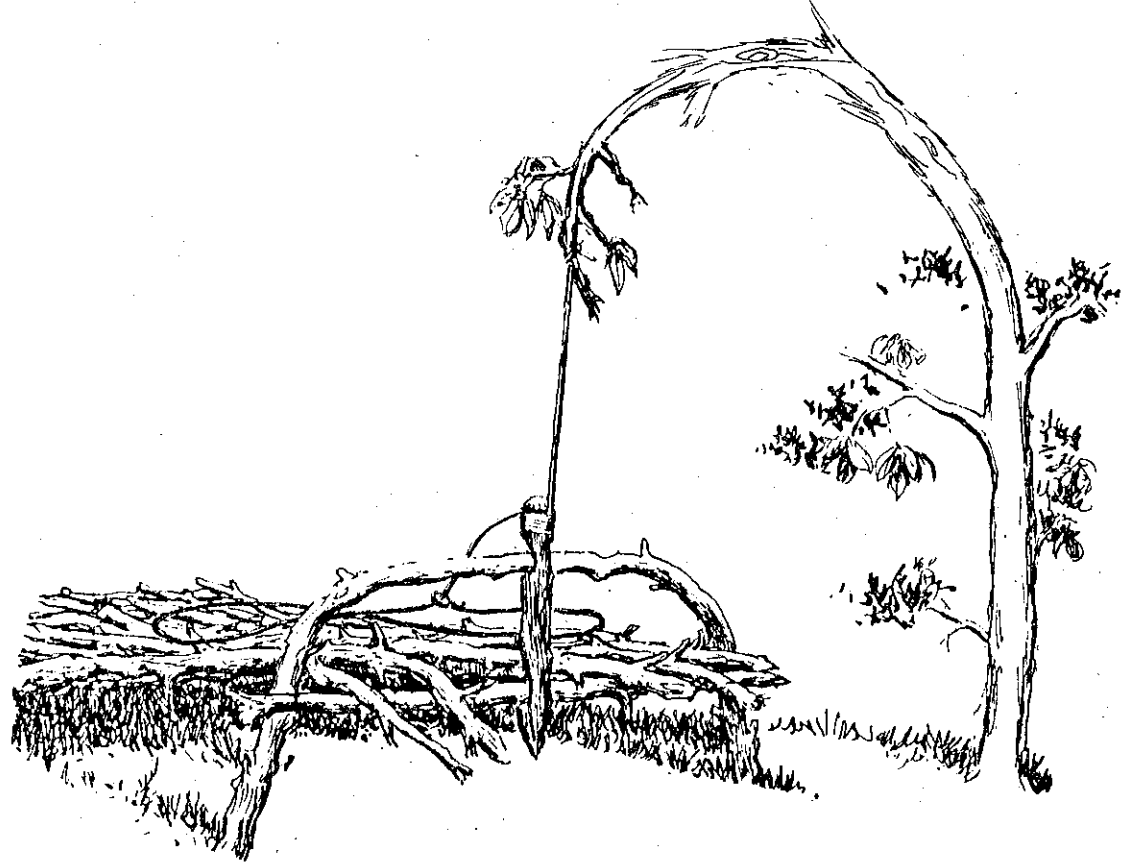
MAYMUN TUZAGI



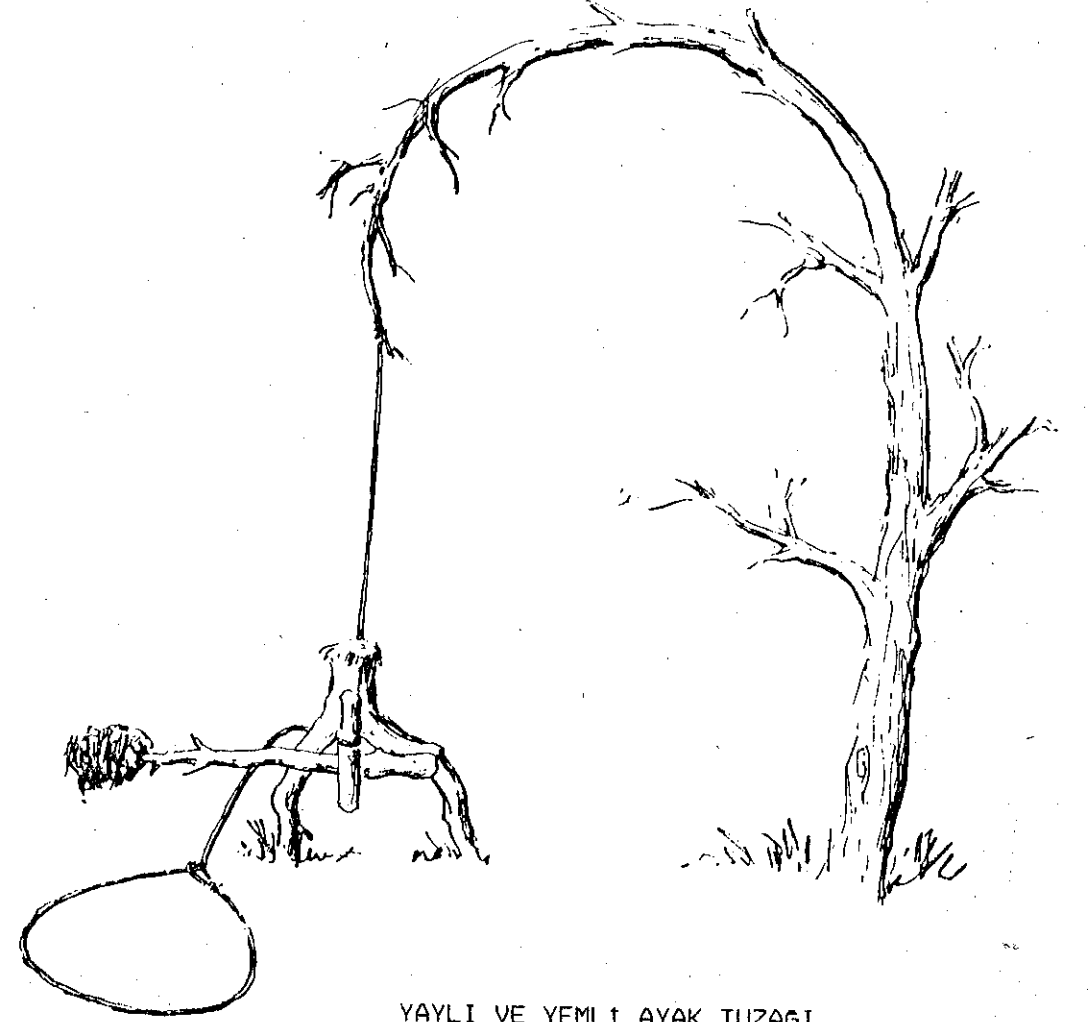
PLATFORM TUZAK



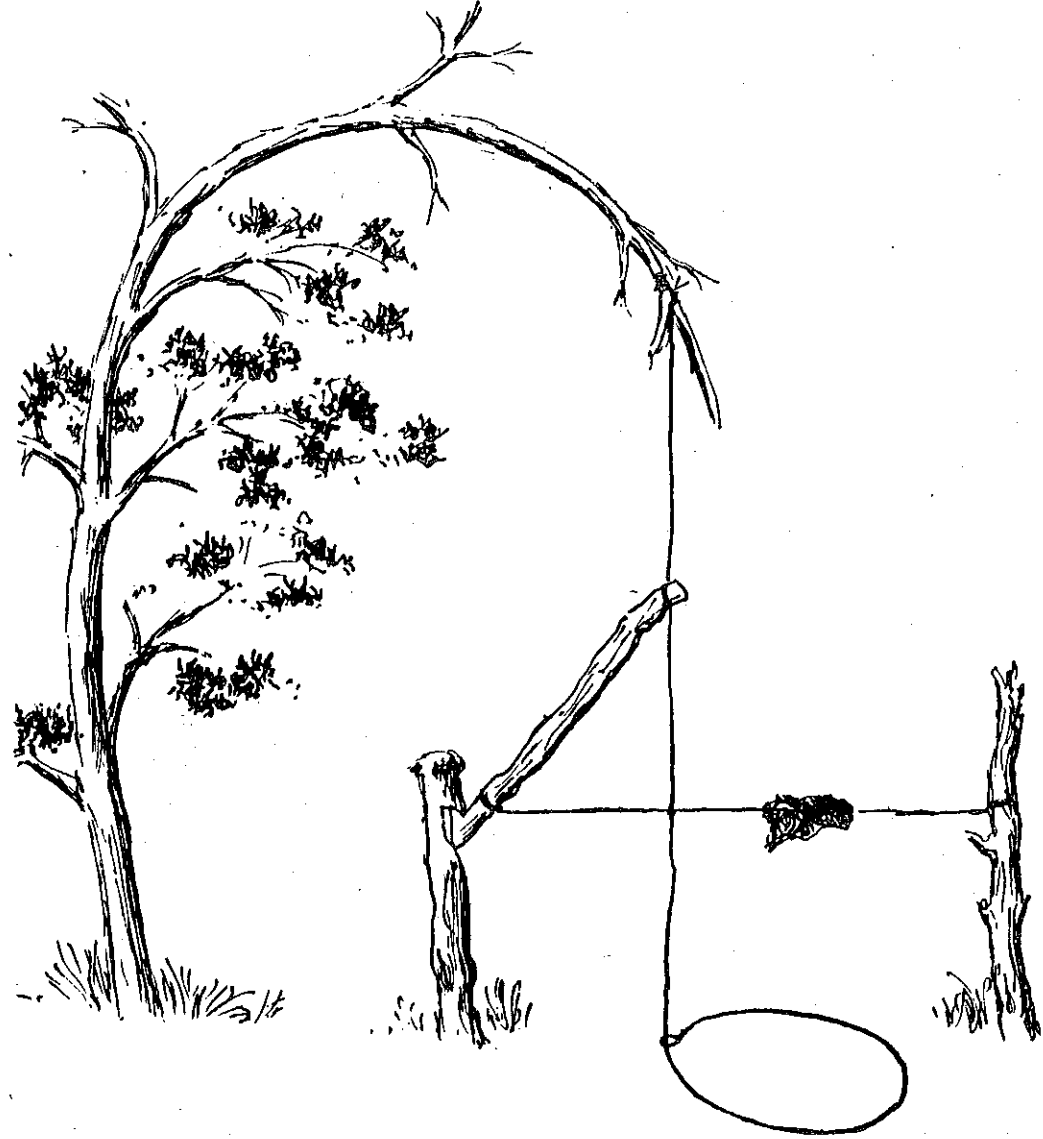
YAYLI VE YEMLI AYAK TUZAGI



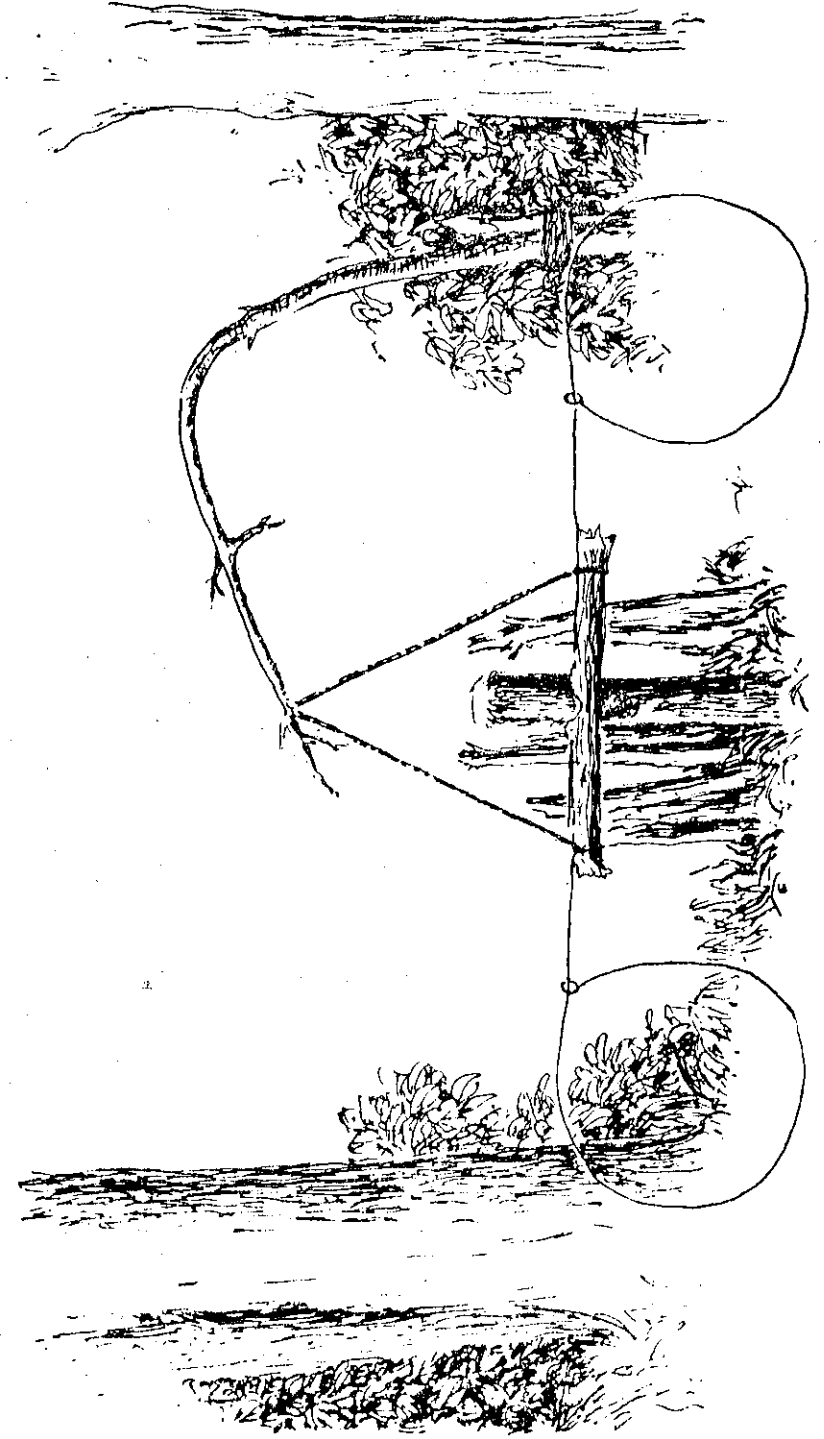
PLATFORM TUZAK



YAYLI VE YEMLİ AYAK TUZAGI



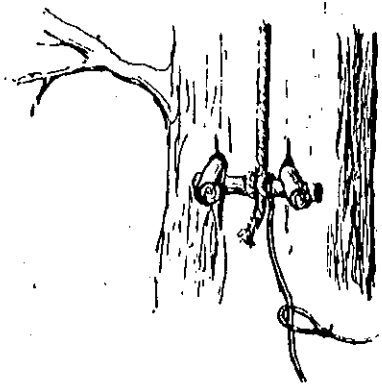
YAYLI VE YEMLİ TUZAK



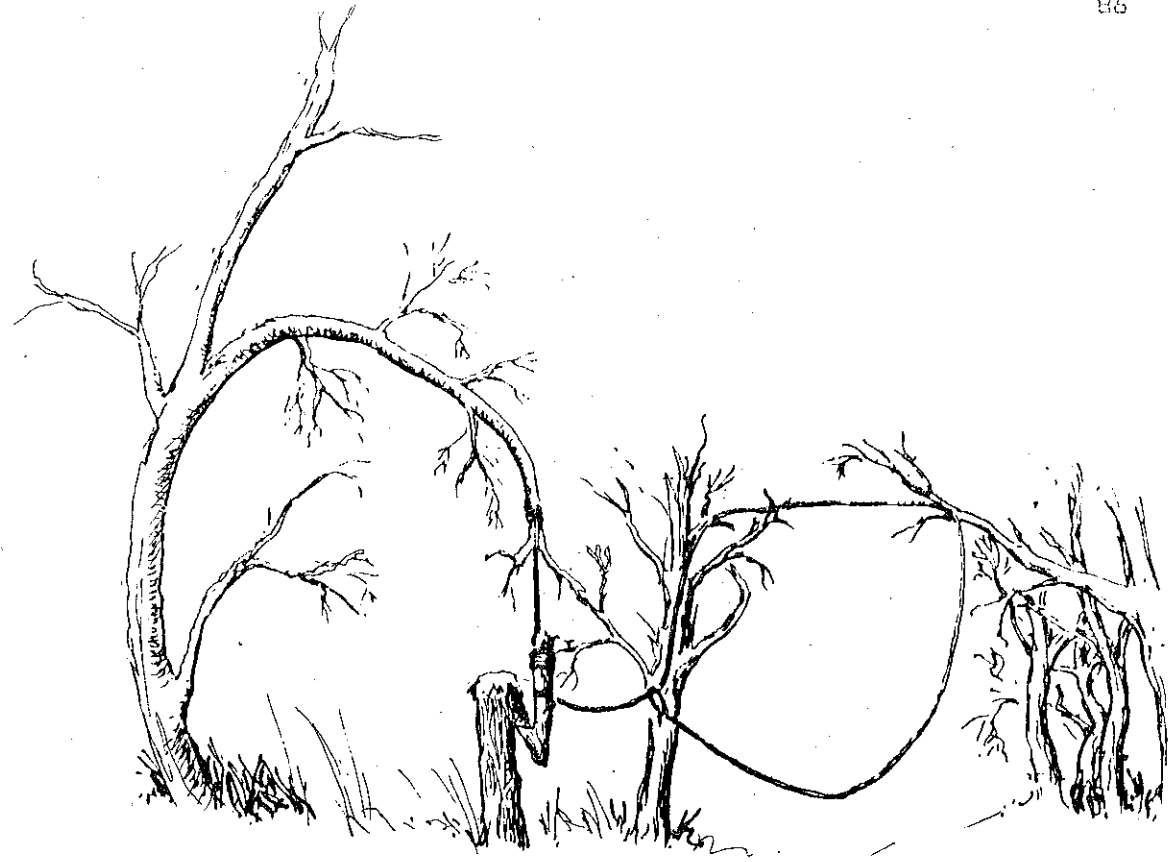
İKİ TARAFLI GERGİ TUZAGI



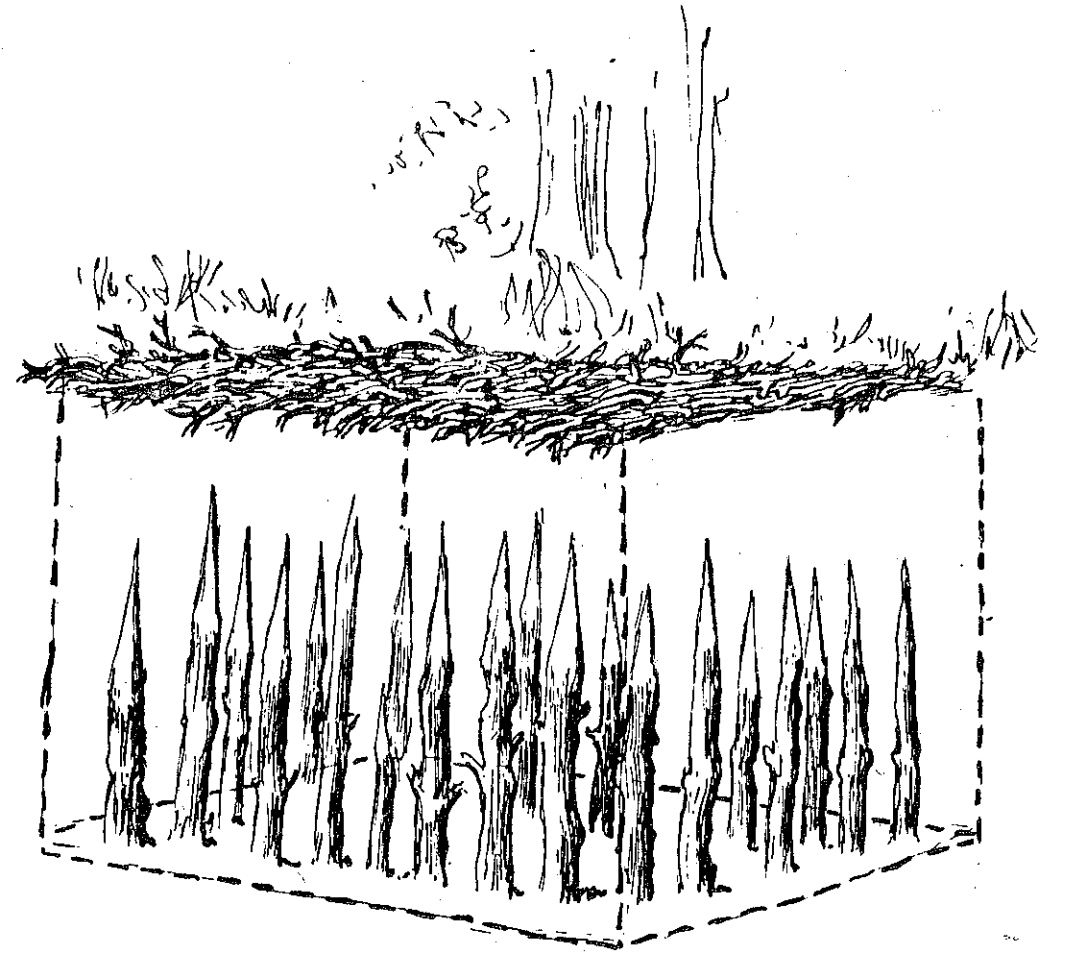
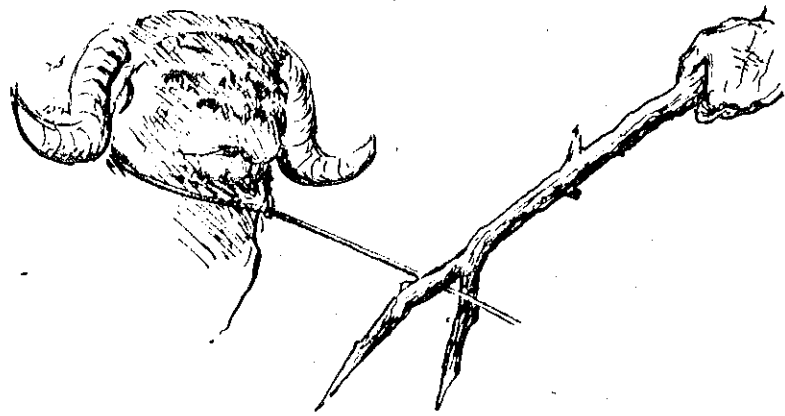
BALYOZ TUZAGI



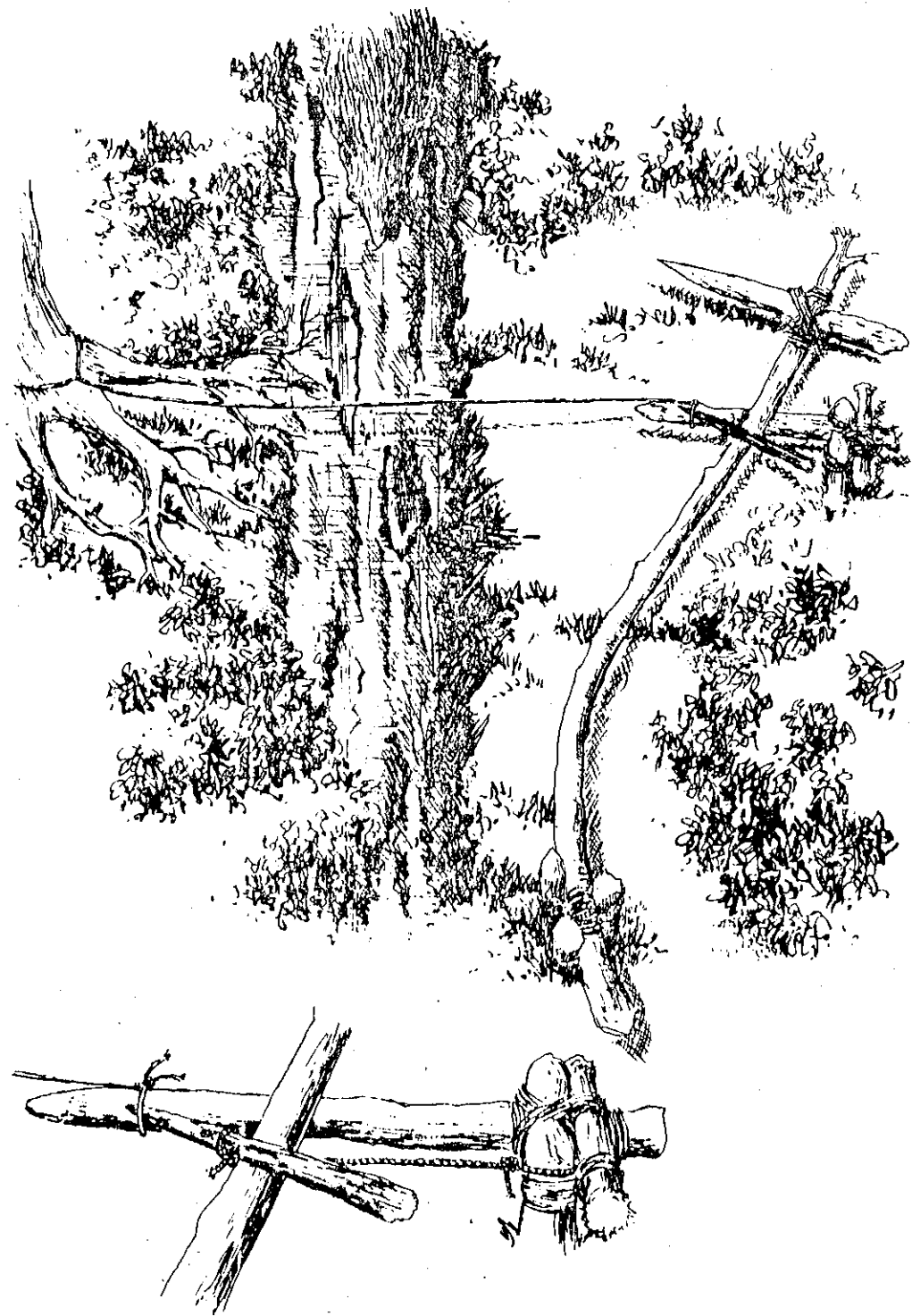
KAZIKLI BALYOZ



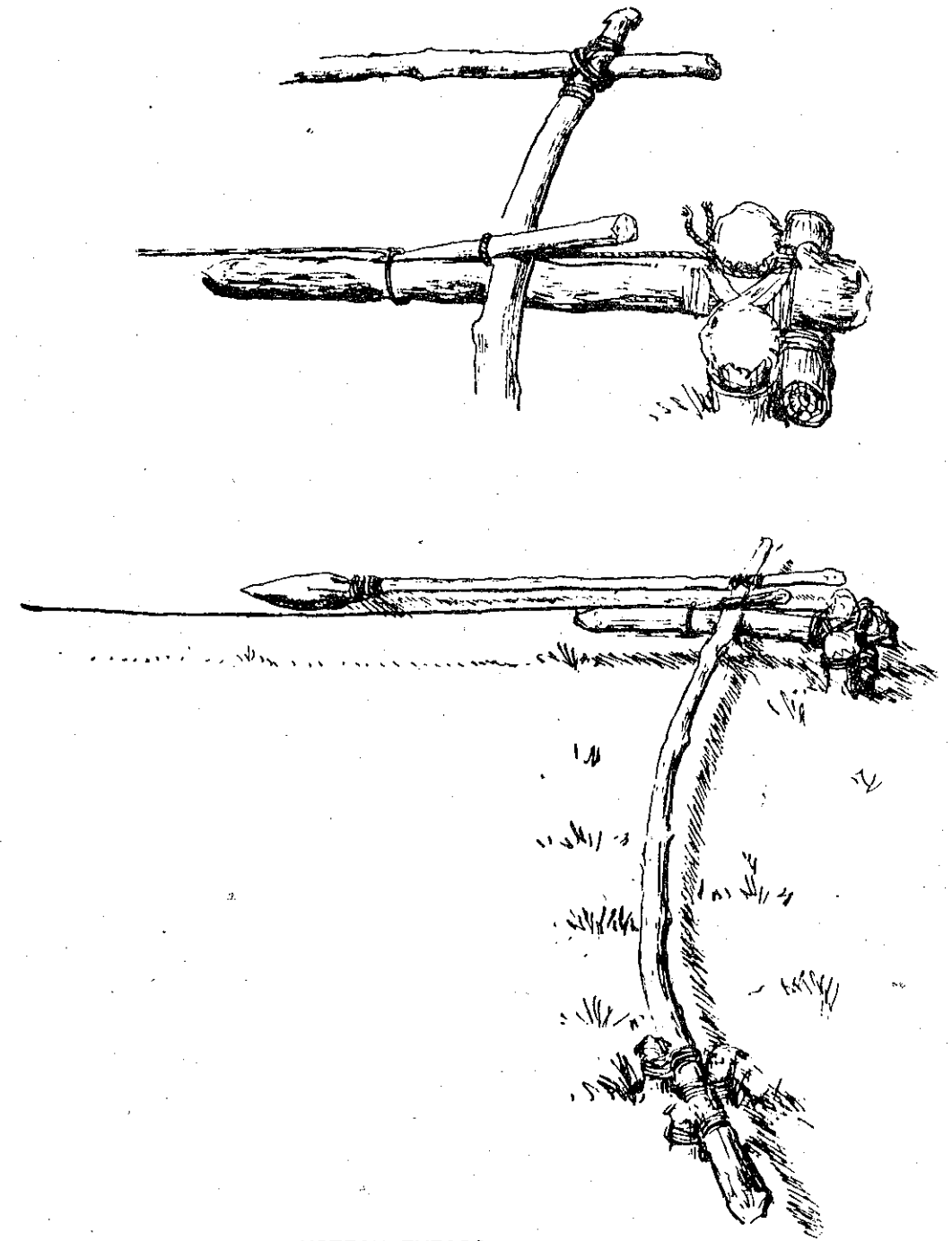
YAYLI TUZAK



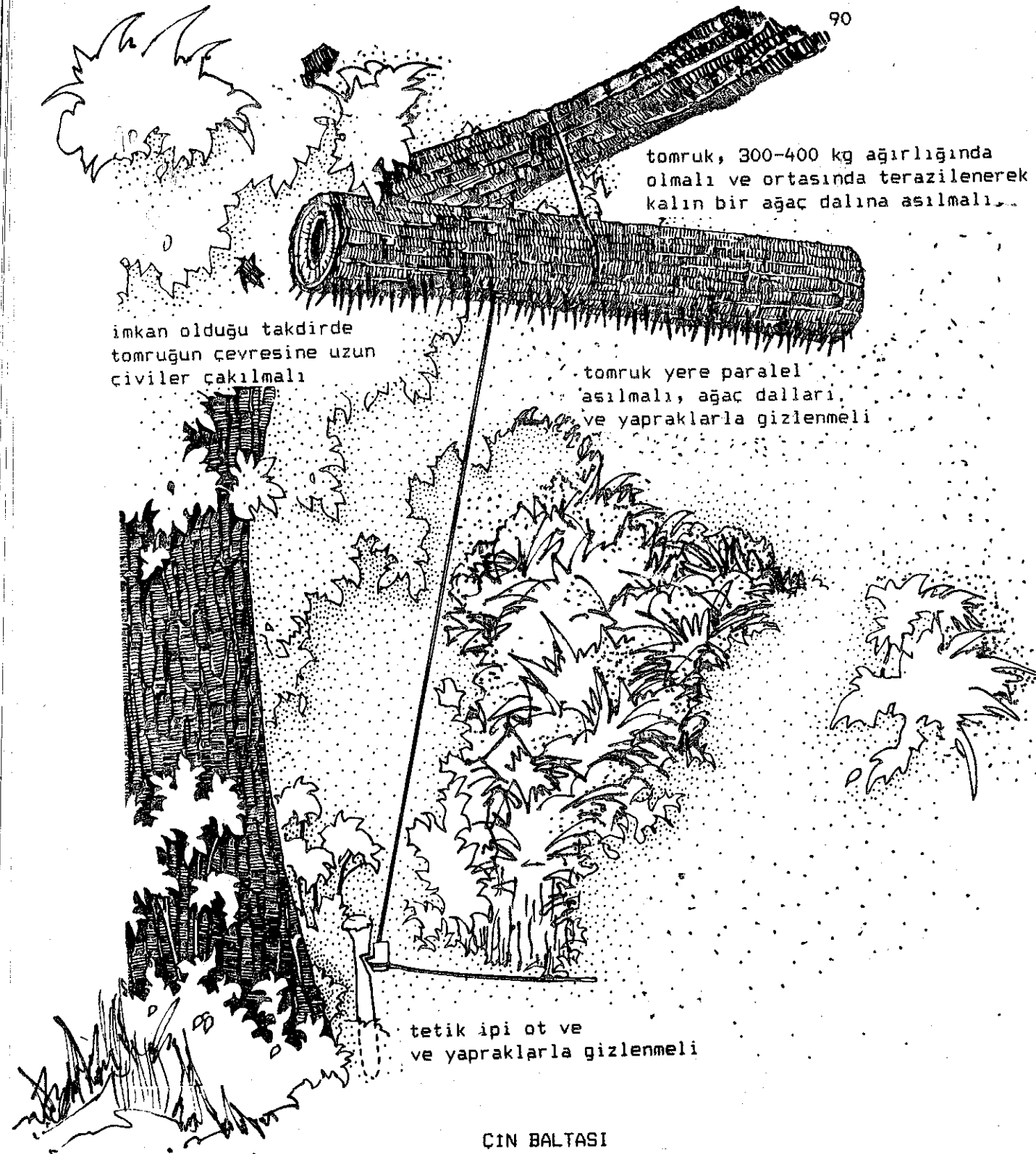
MIZRAKLI ÇUKUR



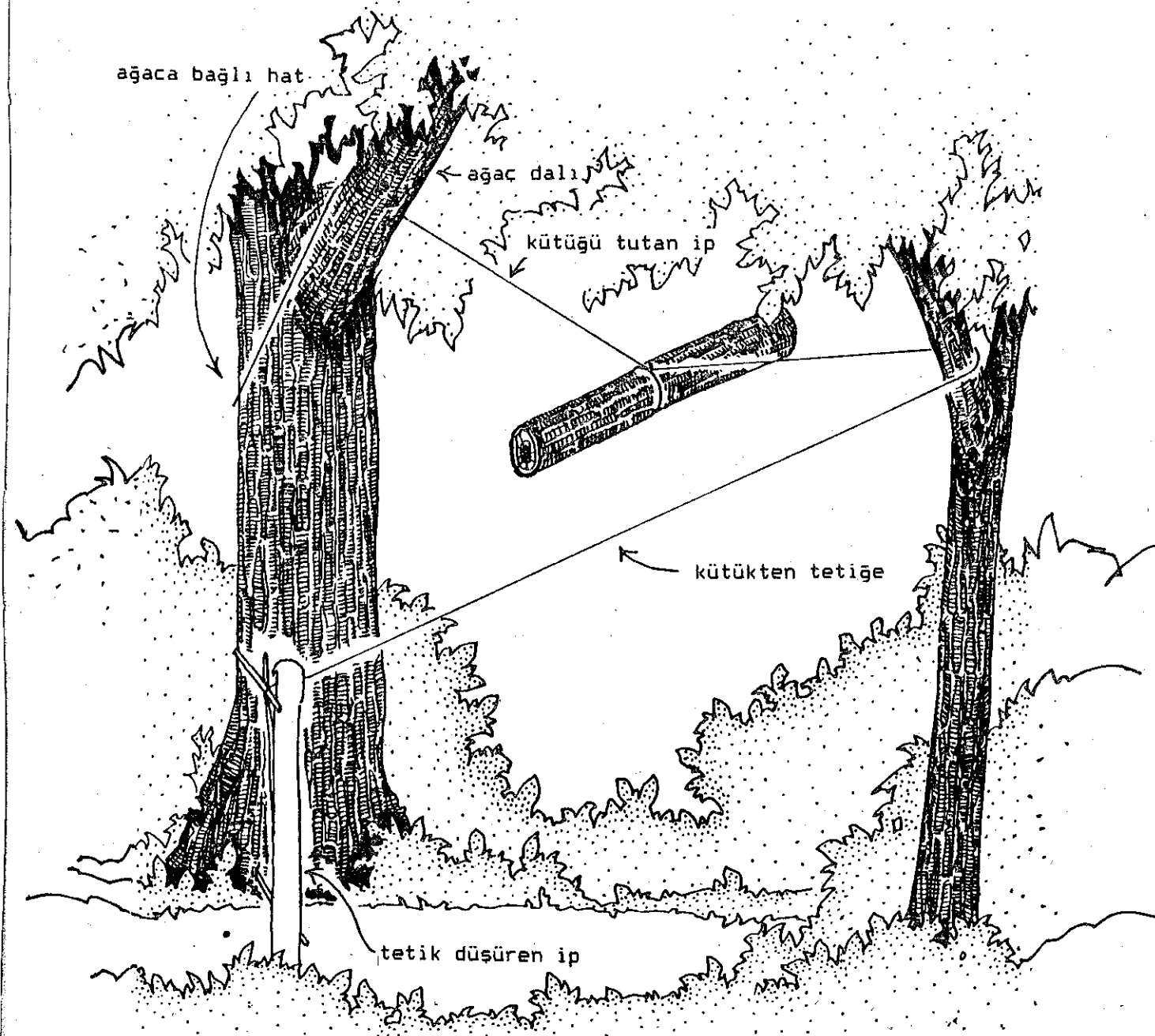
BASIT MIZRAK TUZAGI



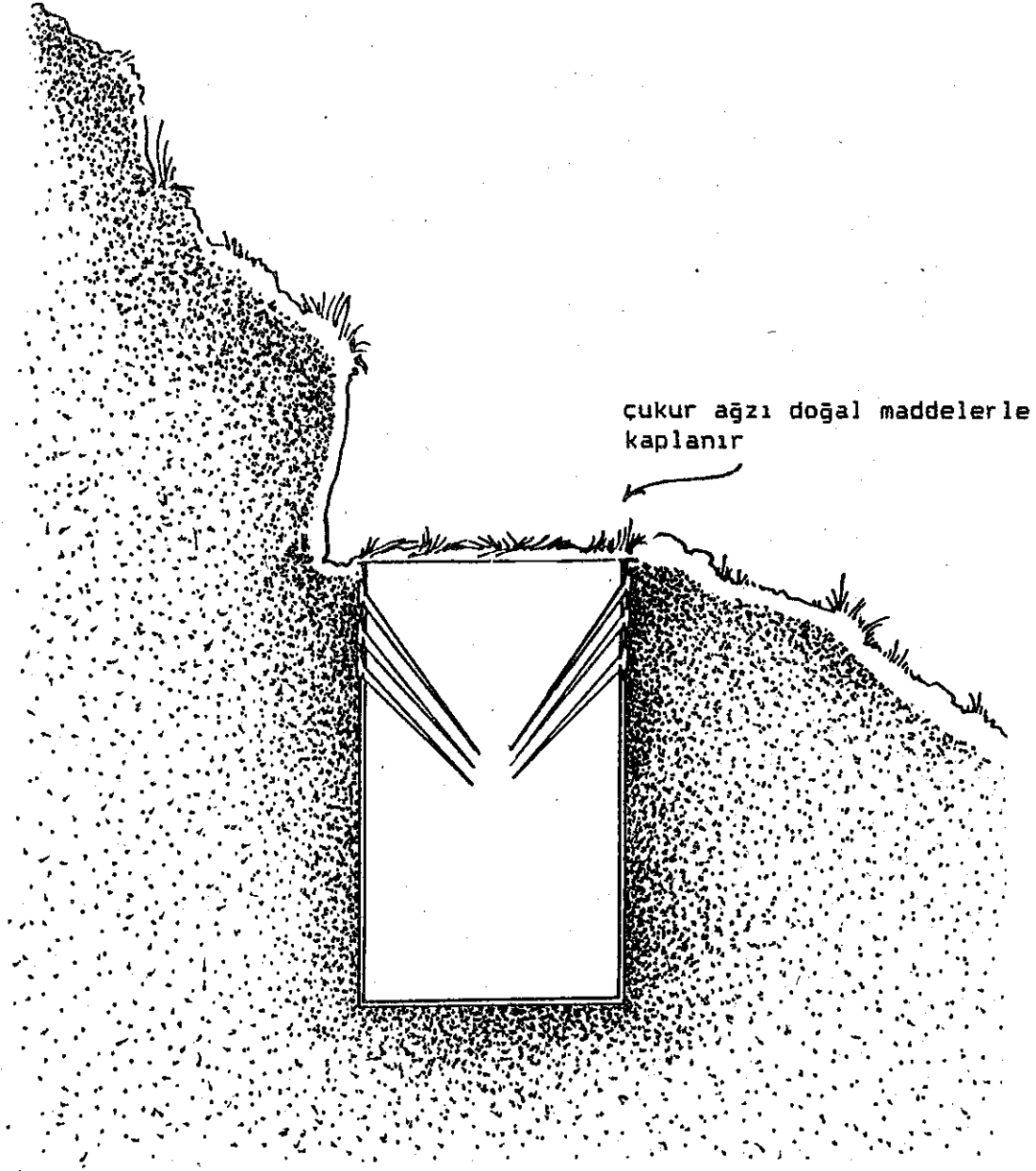
MIZRAK TUZAGI



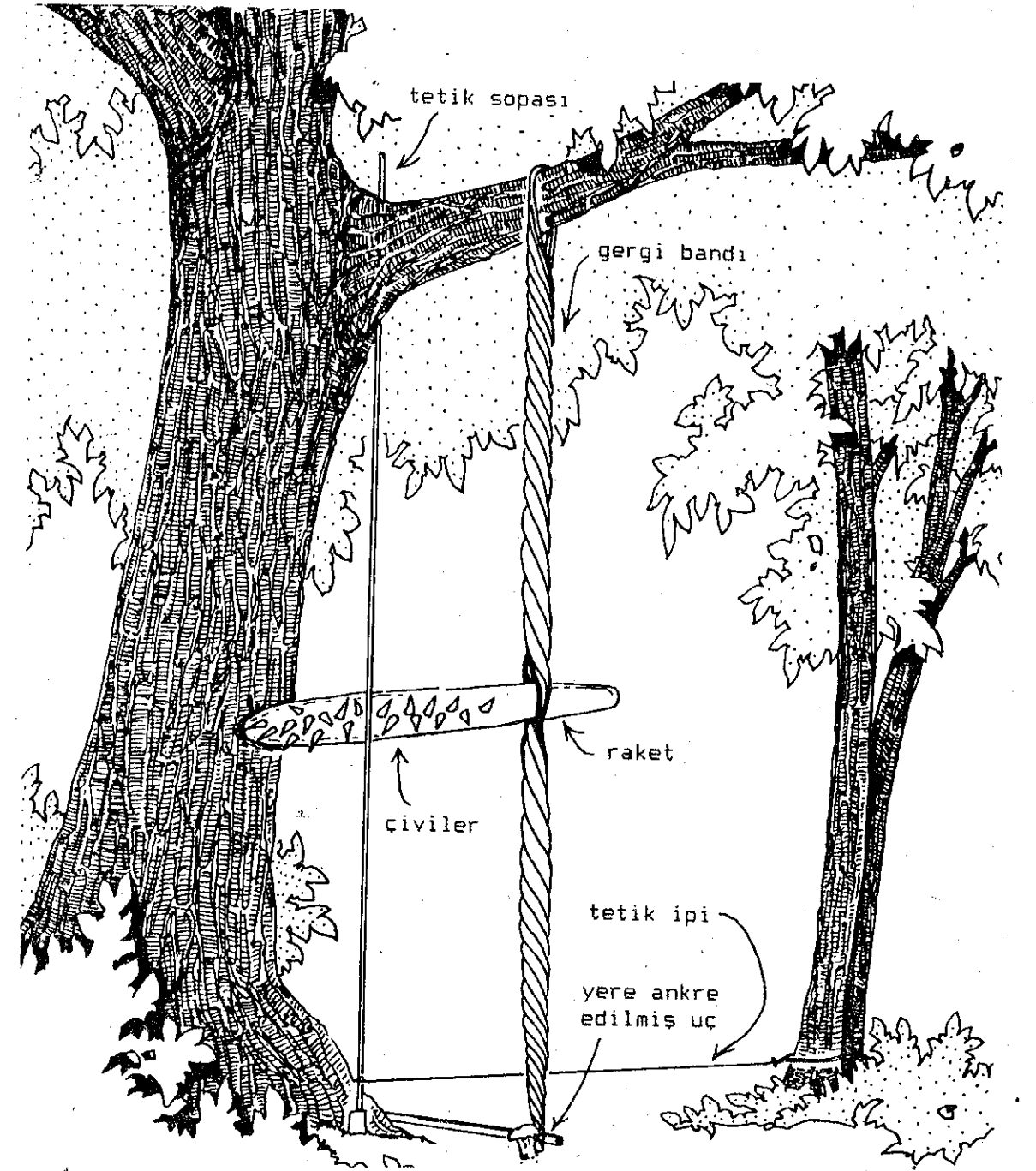
CİN BALTASI



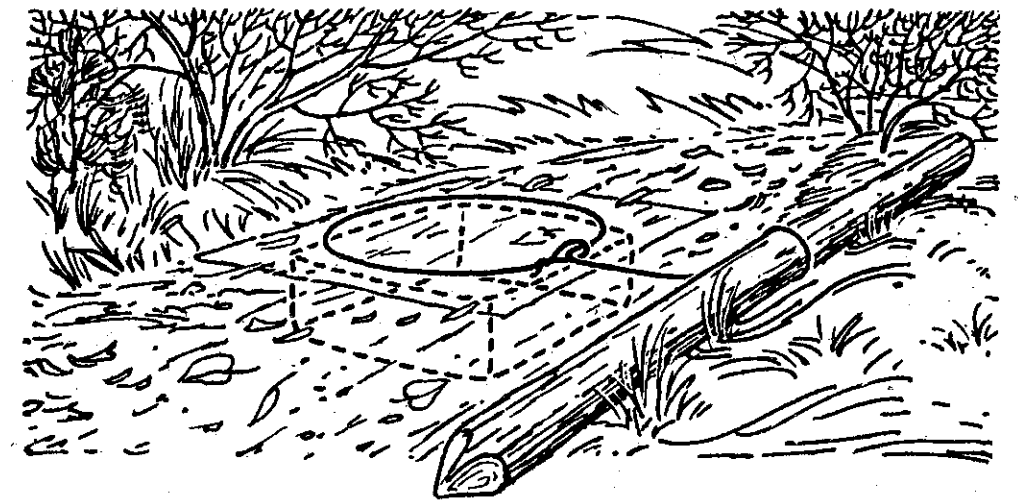
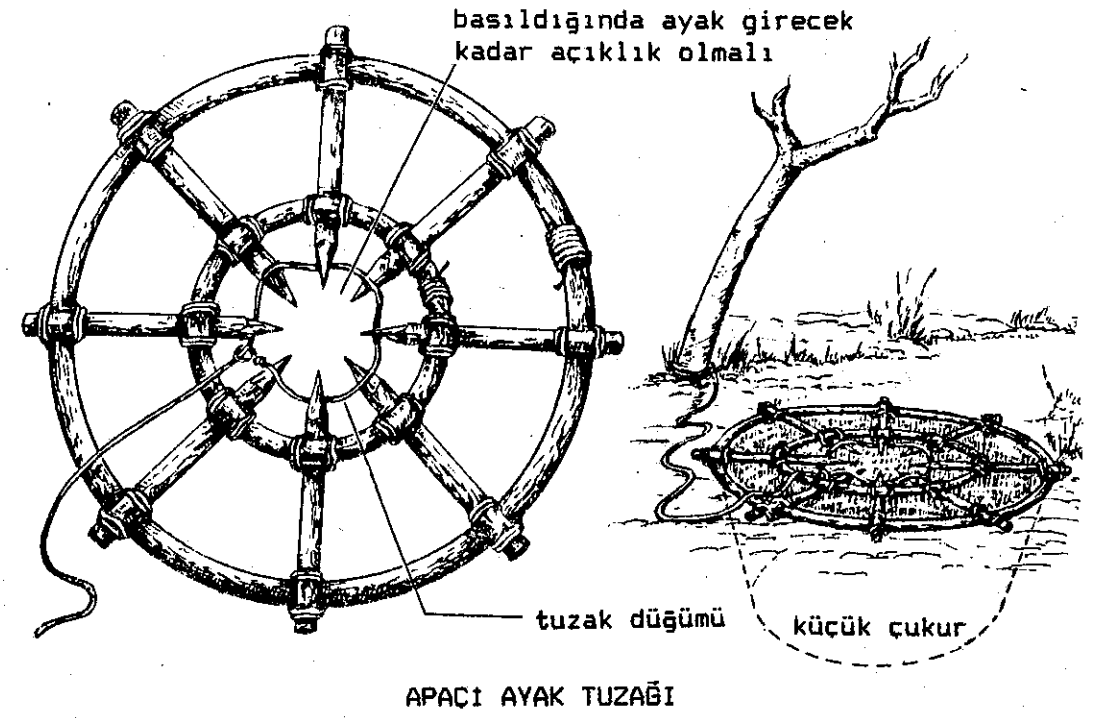
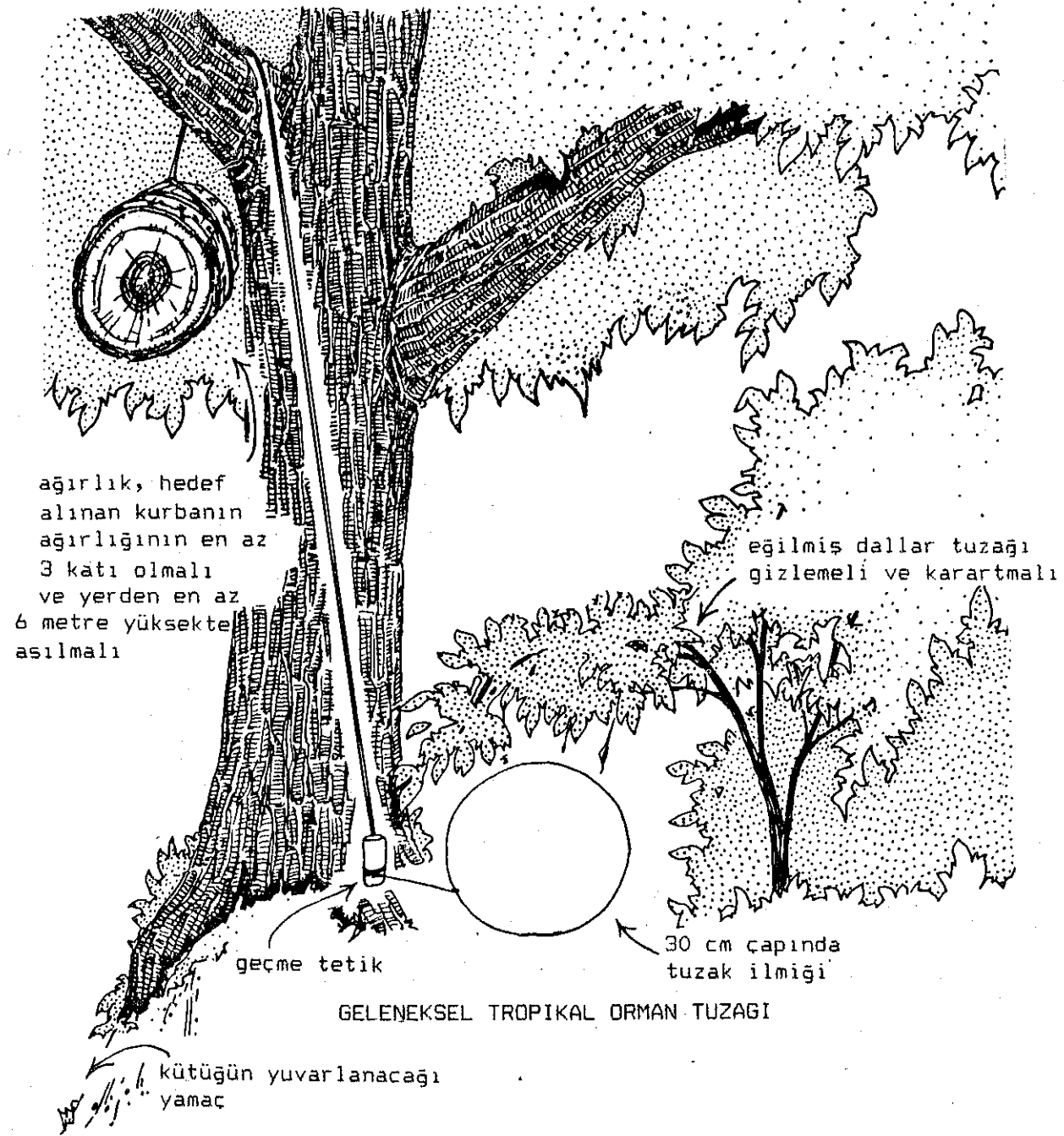
MALEZYA SAHINI

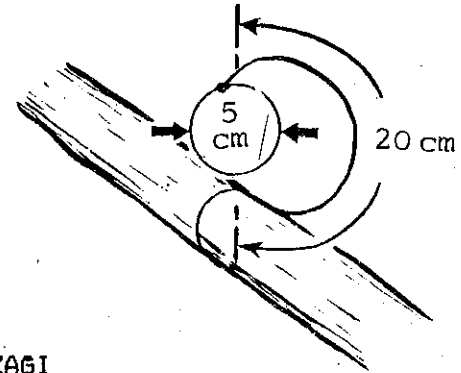
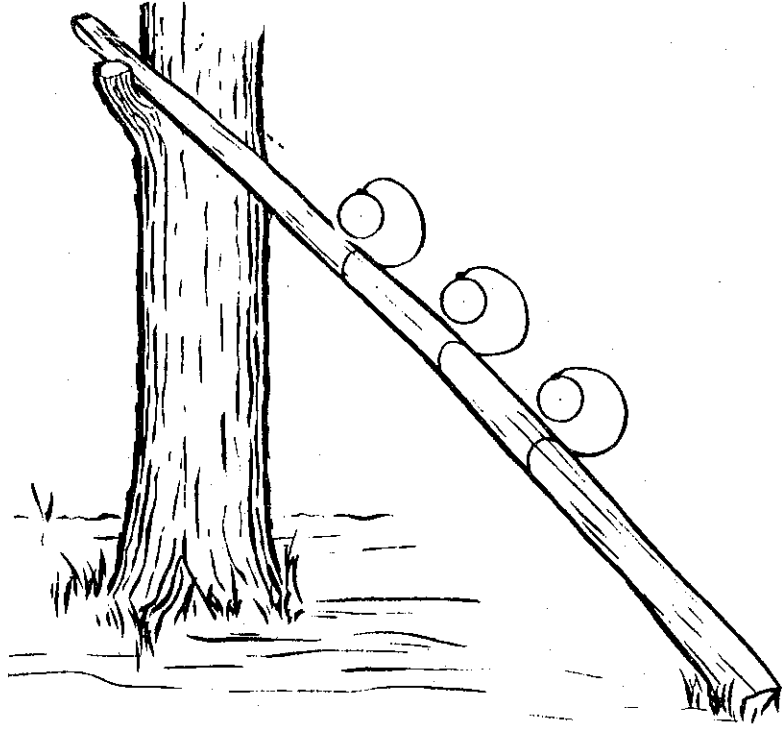


CIVİLİ ÇUKUR

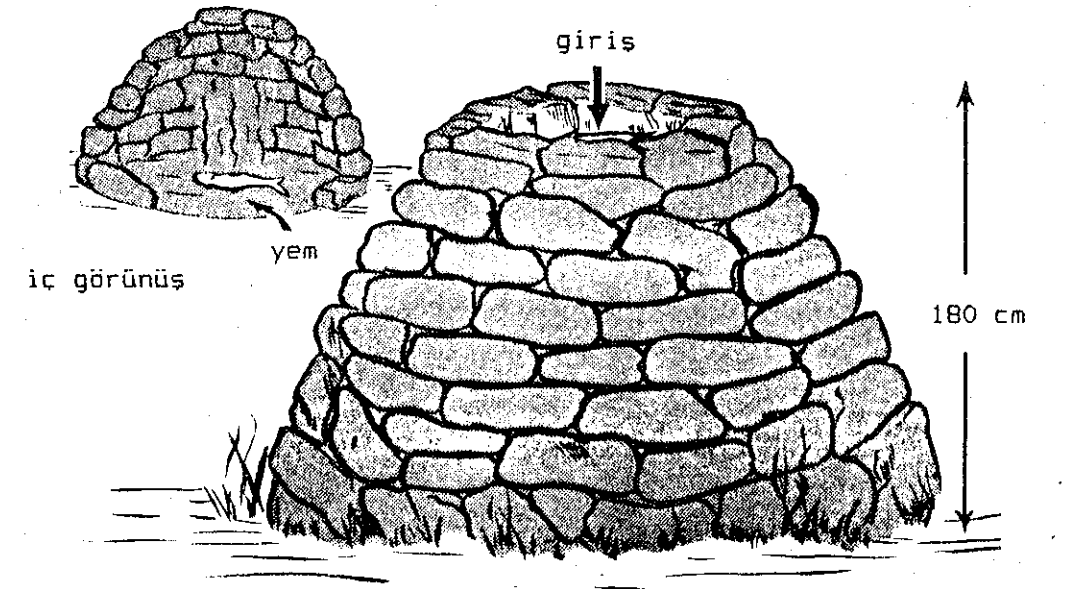


JIVARO MANCINIGI

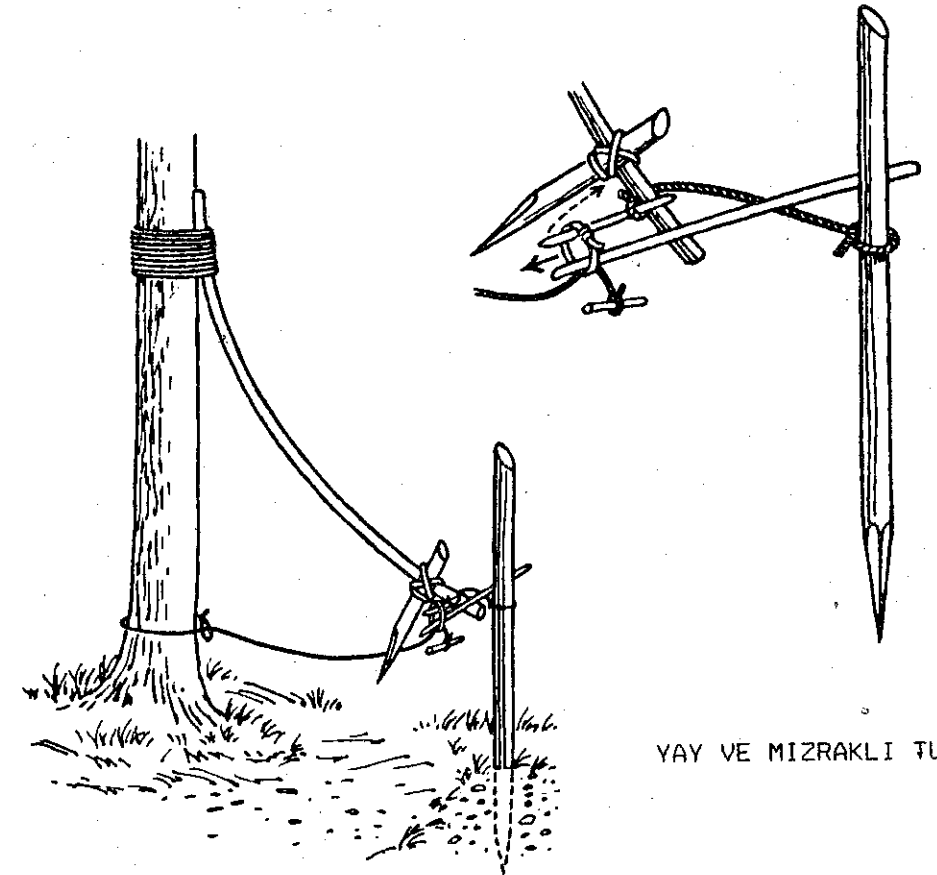




SINCAP TUZAGI



ARI KOVANI TUZAGI

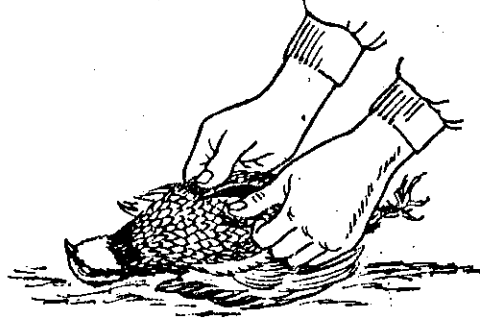


YAY VE MIZRAKLI TUZAK

Kullanılacak tuzağın çeşidi avlanılacak hayvana ve bölgesel koşullara göre tespit edilmelidir. Mahalli olanaklar ve elde mevcut malzemeye göre yukarıda verilen şekillerde uygulanabilir olmak kaydı ile bazı pratik değişiklikler yapılabilir. Her ne olursa olsun tuzaklar, mümkün olduğu kadar basit ve kolay çalışır olmalıdır. Tuzakların tetikleri kıl payı çalışacak şekilde ayarlanmalıdır.

-Avlanan kuşlar, tüyleri deri ile beraber "tulum çıkarmak" denilen şekilde çok çabuk yüzülebilir. Tulum çıkarmak için bıçağa dahi gerek olmayıp, bu işlem göğüs kemiği üzerinde derinin yırtılıp etrafa doğru genişletilmesiyle parmaklarla dahi yapılabilir.

Çok soğuk iklimlerde, giyim yeterli olmadığı takdirde kuş tüylerinin yolunarak astar içine yerleştirilmesi halinde elbisenin soğuktan koruyucu niteliği artar.



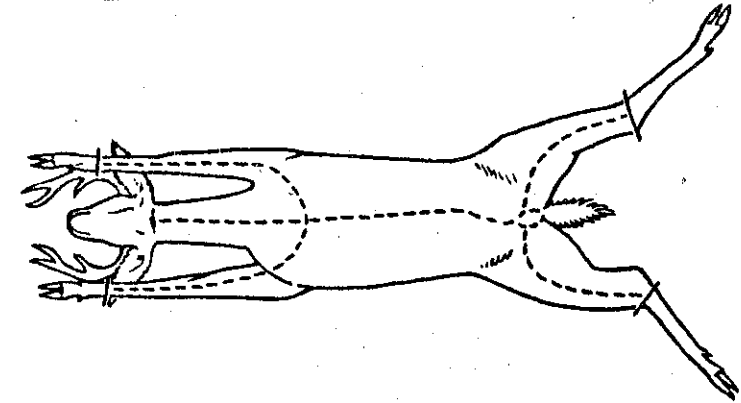
Yaban ördeği, kara meke gibi balıkla beslenen kuşlar da tulum çıkarmak suretiyle yüzüldüğü takdirde balık kokuları azalır.

Hayvan ölür ölmez boyun damarını keserek kanının akıtılmasında, etin erken bozulmaması ve lezzet bakımından yarar vardır.

Ağır hayvanlar, aşağıdaki resimde görüldüğü gibi, ağaca asmadan bir tarafın sırt kemiğine kadar yüzülmesinden sonra yüzülen tarafa devrilerek diğer tarafın da yüzülmesi suretiyle derisinden ayrılabilir.

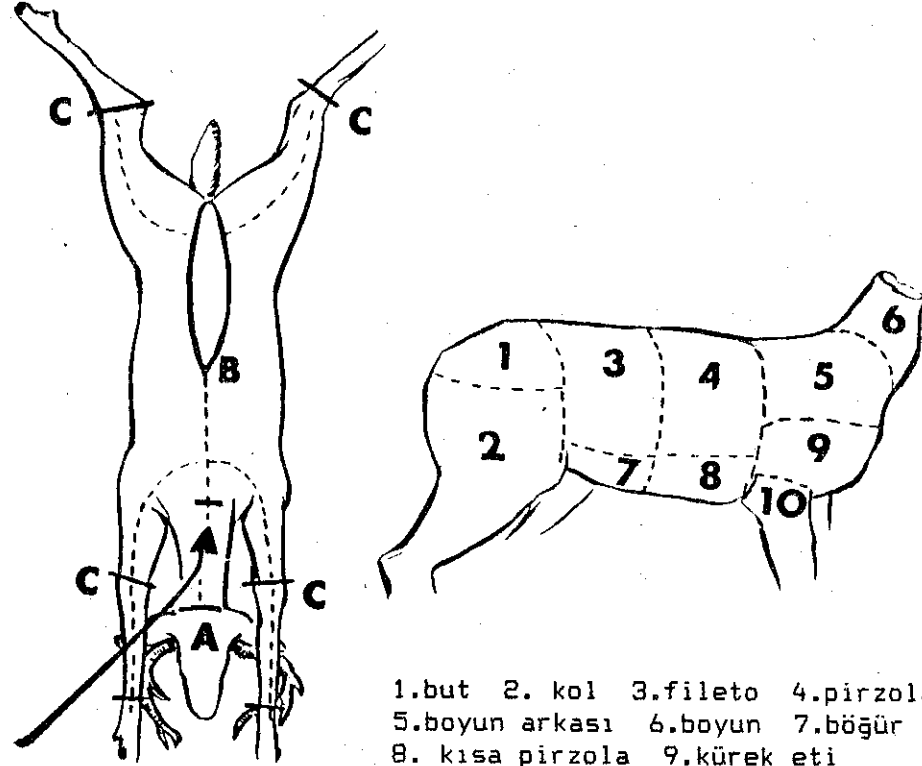
Hayvan yüzülür yüzülmez bütün iç organları derhal çıkarılmalıdır.

Karaciğer dışındaki bütün diğer iç organlar çabuk bozulacağından, gıda kıt olduğu takdirde bunların öncelikle yenecek şekilde pişirilmeleri sağlanmalıdır. Karkasın önü açık tutularak gövdenin çabuk soğumasını sağlamakta yarar vardır.



Büyük av, aşağıdaki resime uygun olarak parçalara ayrıldığı takdirde et daha kolay ve yararlı kullanılabilir.

- A başın ayrılması
B göğüs açıklığının A ya kadar açılması
C derinin göğüs açıklığına kadar yüzülmesi ve bacakların kesilmesi



kanatma yeri

- 1.but 2. kol 3.fileto 4.pirzola
5.boyun arkası 6.boyun 7.böğür
8. kısa pirzola 9.kürek eti
10. incik

AV HAYVANI KASAPLIĞI

-Günlük tüketiminden fazla et sağlamış olmak yaşamı sürdürme mücadelesi veren kişinin amacı olmalıdır. Bu amacı gerçekleştirdikten sonra etin bozulmadan saklanması için önlemler alınmalıdır. Bu önlemler:

(1) Dondurma

Soğuk kış ikliminde et, çevrede hüküm süren ısıda dondurulup

hayvanların erişemeyeceği bir yerde saklanabilir. Akılda tutulması gerekli bir nokta, etin buzunun çözülmesinden sonra tekrar dondurulması ve özellikle bu işlemin bir kaç kez tekrarlanması halinde bozulacağıdır. Bu nedenle et, dondurulmadan önce bir öğünde yenecek kadar büyüklükte parçalara ayrılmalıdır. Bu şekilde, buzun çözülmesinden sonra tekrar dondurmaya gerek kalmayacaktır.

(2) Soğutma

Etin yaz aylarında soğukta tutulması suretiyle, üzerinde başka hiç bir işlem yapmaksızın bir gün veya biraz daha fazla dayanmasını sağlamak mümkündür.

Ağzı kapalı kap, plastik torba veya örtü mevcut olduğu takdirde, bunların içine koyarak veya sararak gölge bir yerde suya oturtmak veya yaş toprağa gömmek faydalı olabilir. Bunların üzerine ıslak bir bez veya kumaş parçası örtüldüğünde, suyun buharlaşması kumaşın arkasındaki ısıyı daha da azaltacağından, et daha iyi korunmuş olur.

(3) Kurutma

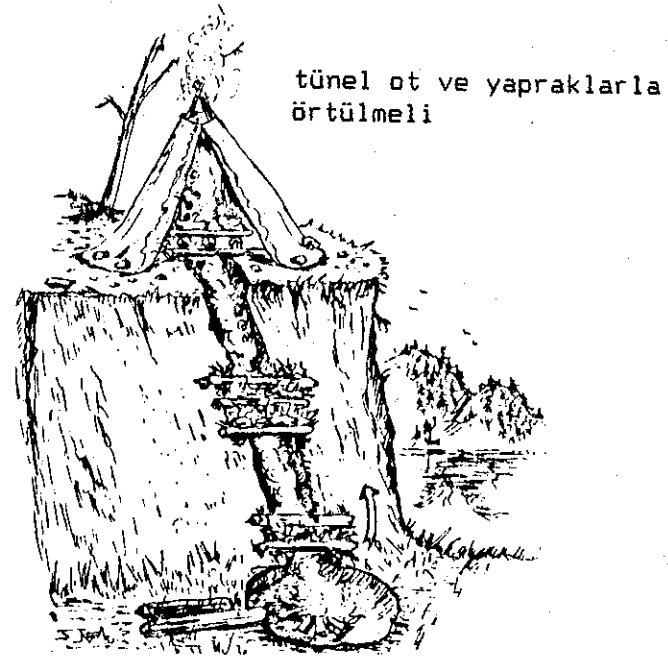
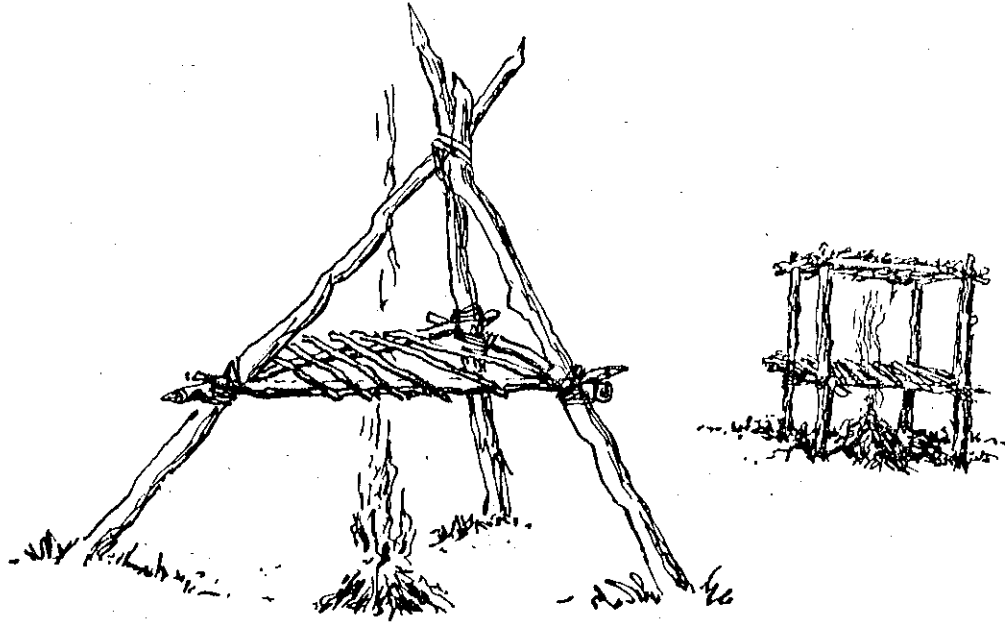
Et ve balık gibi besinler güneş ve rüzgarın etkisiyle kurutulurken sıcak ve kuru iklimlerde aylarca bozulmadan saklanabilir hale getirilebilir. Severek yediğimiz çiroz balığı, doğal koşullarda kurutulmuş uskumru balığından başka bir şey değildir.

Kol, but gibi büyük et parçaları bir ipe veya tele bağlanarak sinek hattının (hava türbülansı nedeniyle uçan böceklerin genellikle çıkmadıkları yükseklik -genellikle 5 metre-) üzerinde bir ağaç dalına güneş göreceği şekilde asılır. Dokunan yerler kurumayacağı için asılan etlerin birbirine değmemesine dikkat etmek gerekir. Bu şekilde etin bütün dış çevresi sert ve geçirgen olmayan bir kabuk şeklinde kuruyarak etin iç kısmını koruyacaktır.

Et ve balığı, 0,5 cm'yi geçmeyecek kalınlıkta filetolar halinde kesip söğüt çubuklarına dizerek kızgın güneşte kurutmak mümkündür.

(4) Tütsüleme

Sıcak ve rutubetli ortamda et çok çabuk bozulacağı gibi kurularak saklamak da zorlaşabilir. Bu nedenle tütsüleyerek saklama önerilir. Tütsüleme, aşağıda resimde verilen platform şeklindeki yöntemle yapılabileceği gibi dumanın ısını azaltmak amacıyla aşağıdaki diğer resimde belirtilen üzeri ve içi yeşil dal parçalarıyla kaplı bir tünelden geçirilerek ve dumanın toplanmasını sağlamak amacıyla üzeri konik bir küçük çadırla örtülen şekilde de yapılabilir.



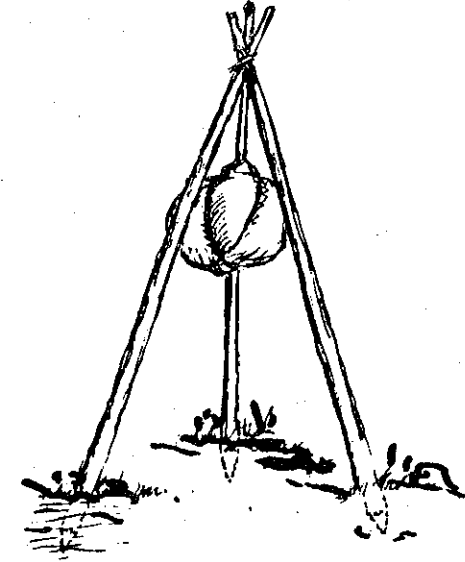
tünel ot ve yapraklarla
örtülmeli

ET VE BALIK TÜTSÜLEME PLATFORMLARI

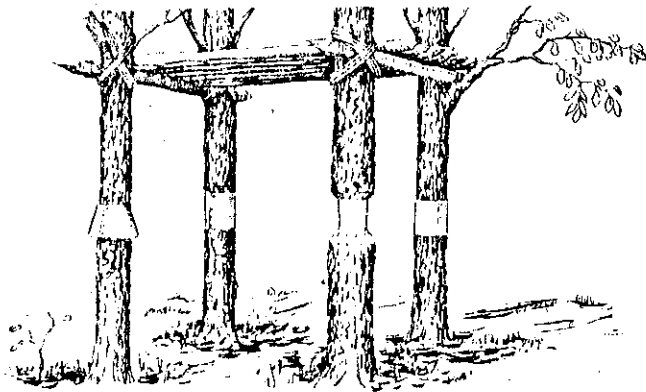
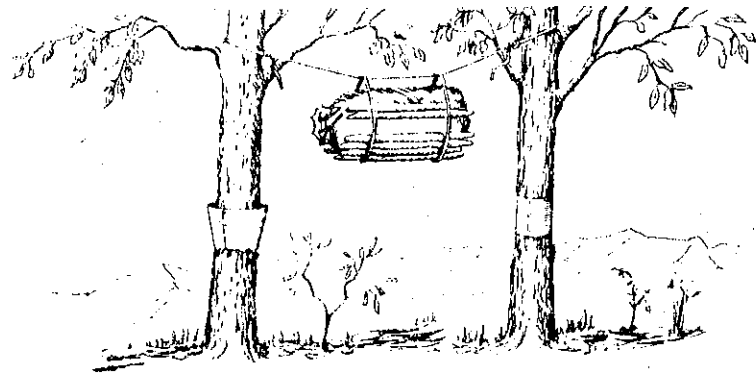
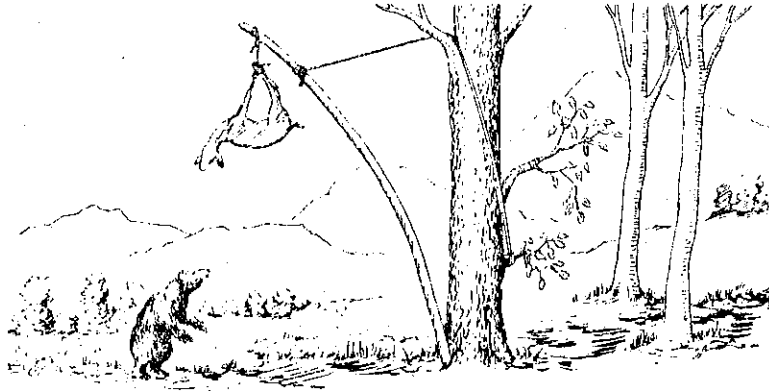
Et ve balık en fazla 0,5 cm kalınlıkta filetolar halinde kesilmiş olarak yaş dallardan yapılmış bir ızgara üzerine yerleştirilmelidir. Ateş, yavaş ısıda devamlı besleyerek yakılmalıdır. İğne yapraklılar gibi fazla miktarda reçine içeren ağaçlar eti karartacağı ve tadını bozacağı için kullanılmamalıdır. Et, gevreklesinceye kadar tütsülemeye devam edilmelidir.

Tütsülenmiş et, istenildiği şekilde pişirilebileceği gibi çiğ olarak da yenilir. Parazitlerin tamamının yok edilemeye tehlikesine karşı pişirme tercih edilmelidir.

-Saklanan etin doğadaki hayvanlar tarafından çalınmasına engel olucu şekilde depolanması gerekir. Etrafta ayı, kurt, tilki gibi büyük hayvanların bulunmaması ve saklanacak et miktarının az olması halinde aşağıdaki resimdeki gibi bir sehpa kullanılabilir.



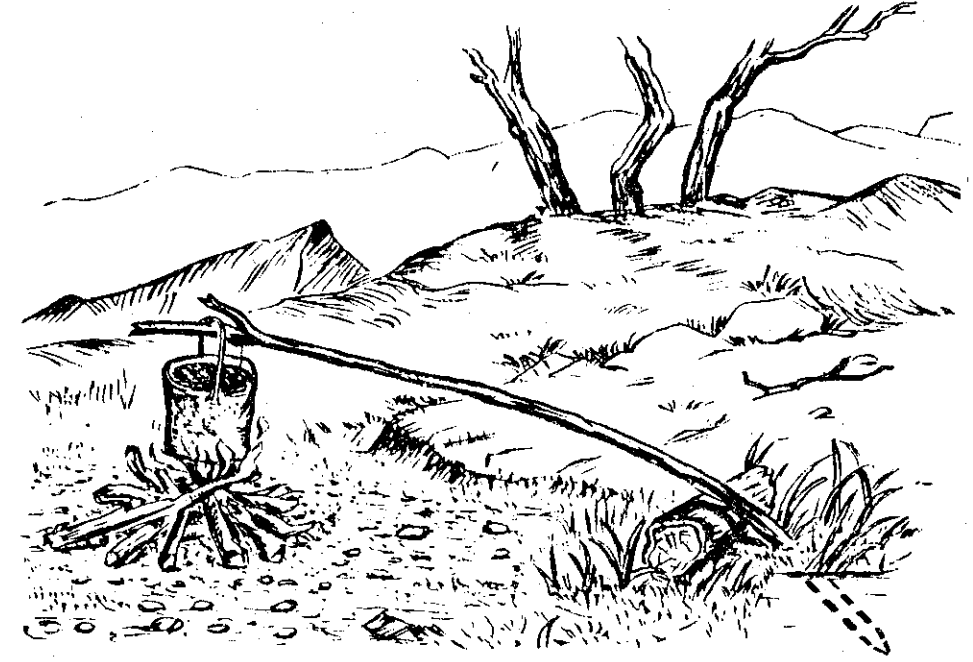
Etin fazla olması ve civarda eti çalabilecek büyük hayvanların bulunması halinde aşağıdaki resimdeki gibi asarak veya yüksek bir platforma koyarak et saklanabilir.



-Et ve balığın pişirilmesi için aşağıdaki yöntemler kullanılabilir.

(1) Kaynatma

Elde kap mevcut olduğu takdirde eti pişirmenin en iyi usullerinden biri haşlamaktır. 20 dakikadan fazla haşlanmış ette hiç bir parazit kalmaz. Etin besin değeri kaybolmaz, her şey suyunda kalır. Bu yol ayrıca en az yakıt harcayarak pişirme yöntemidir. Makul miktarda et ile doyurucu bir haşlama yemeği yapılabilir.



(2) Tava

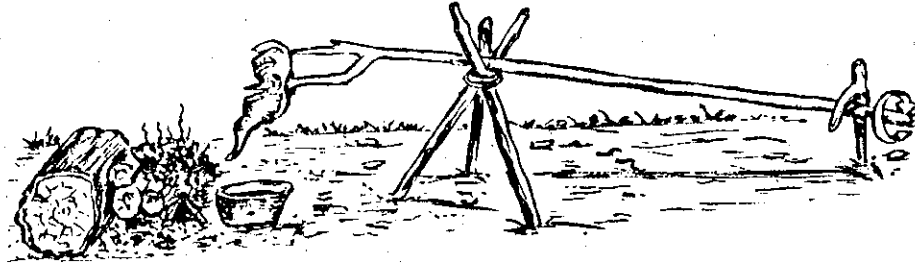
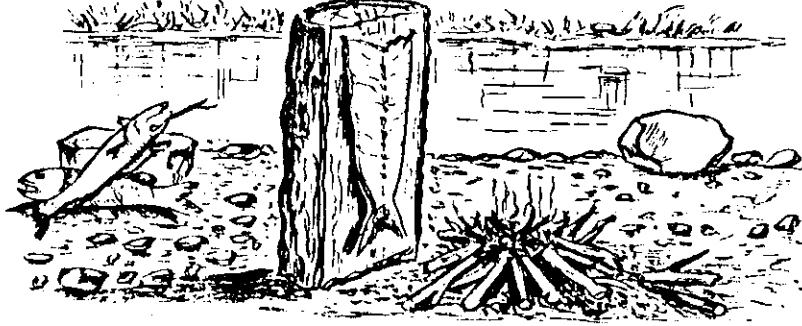
Elde kap mevcut olduğu takdirde yapılabilir. Karıştırmak için çatal veya kaşık yoksa bir ağaç dalı da kullanılabilir. Etin kendi yağı kızartma yağı yerine geçer. Etin besin değerinden bir miktar kaybolur. Haşlamaya kıyasla daha fazla yakıt harcar.

(3) Izgara

En kolay uygulanabilen ve en lezzetli sonuç veren, ancak en fazla besin değeri kaybettiiren yöntemdir.

Besin değeri taşıyan et sularının ziyan olmaması için eti ateşin üzeri yerine döner kebabında olduğu gibi karşısına koymak ve altına bir

kap yerleştirerek sularını toplamak mümkündür.



KARŞIDAN GELEN ATEŞLE PİŞİRME

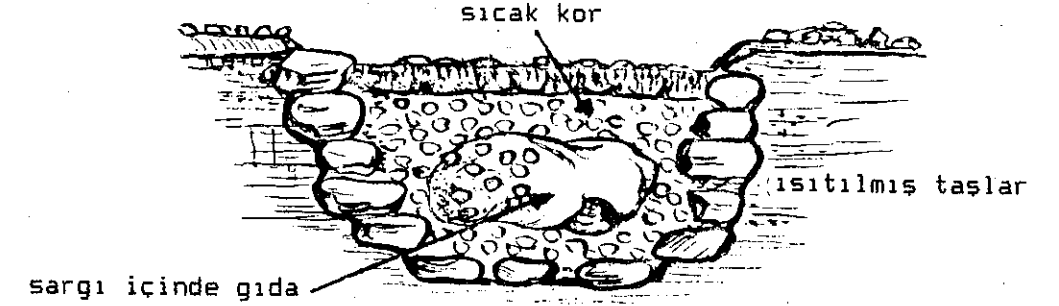
(4) Fırınlama

Aşağıdaki resimde görüldüğü gibi bir çukurun dibine taşlar yerleştirilir. Taşların üzerine bir miktar ateş kuru çekilir. Korun üzerine balçık çamurla kaplanmış et veya balık oturtulur. Balık çok iri ise kalınlığı 1-2 cm yi geçmeyecek fileto şeklinde kesilmelidir. Et ise biftek gibi fileto veya iri kuşbaşı doğranmalıdır.

Üste tekrar bir miktar kor dökülür. En üste ise çukuru dolduracak şekilde toprak doldurulur. Bir kaç saat sonra çukur bir sopa ile dikkatlice açılıp kiremit gibi sertleşmiş bulunan toprak kap dışarı çıkarılıp kırılarak açıldığında, evde yapılan güveç yemeklerini aratmayacak lezzette bir balık veya et yemeği ile karşılaşılacaktır.

Özellikle pişirilecek et veya balığın, çamurla sarmadan önce

çevreden toplanacak kekik gibi aromatik bir bitki ile ovulması veya ince yapraklarının ilavesi lezzeti arttıracaktır.



YER ALTI FIRINI

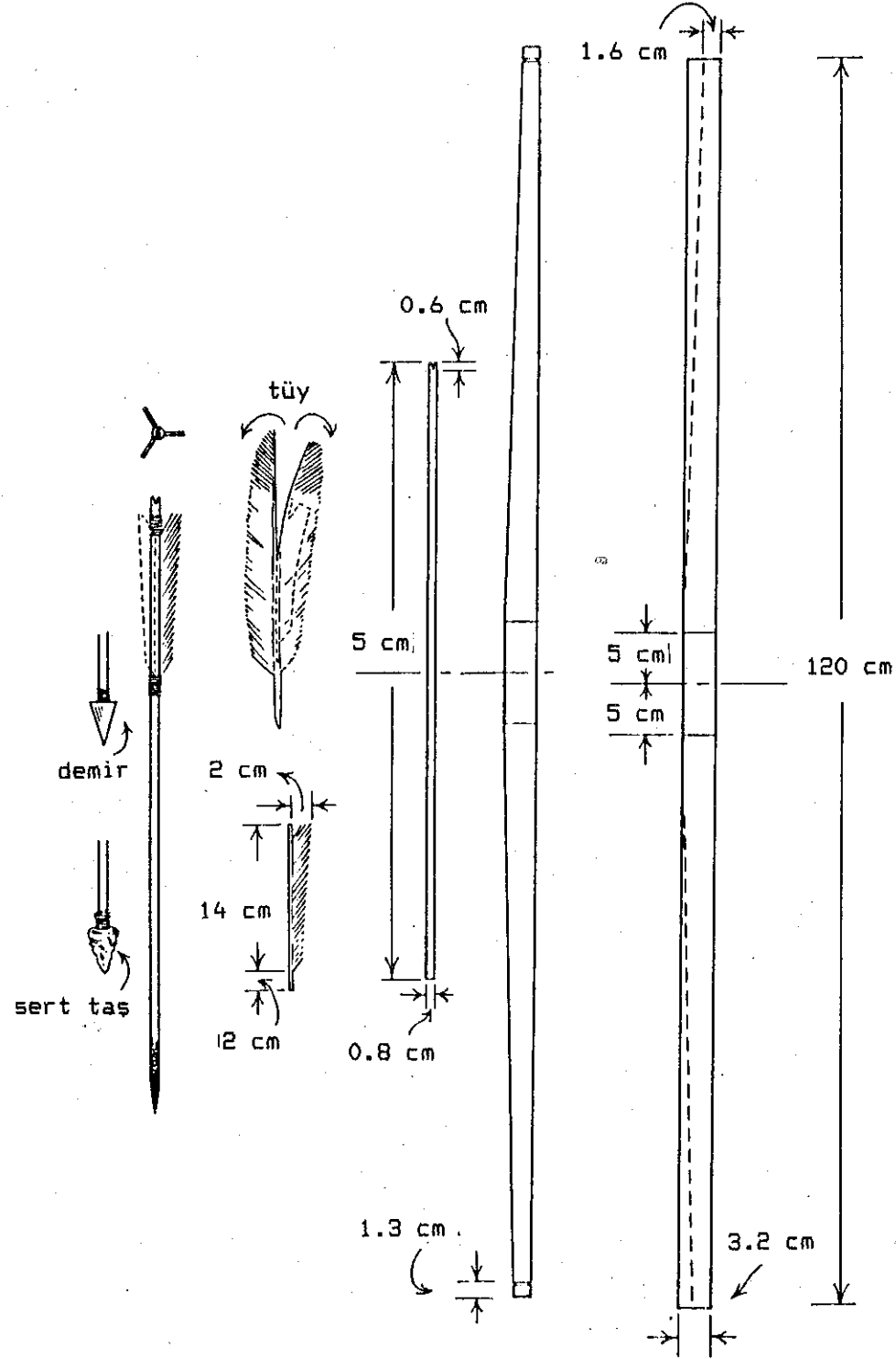
Aynı çukurda buğulama yapmak mümkündür. Dipteki taşların üzerine kor doldurup kızdırılmaları sağlandıktan sonra üzerine yeşil ot veya yaprak serilir. Bunlar üzerine büyük yaş yapraklara, ıslatılmış beze veya varsa alüminyum folyoya sarılmış yiyecek konulur. Üzerine tekrar yeşil ot veya yaprak, en üste ise toprak doldurularak çukur kapatılır. Bundan sonra bir ağaç dalı ile pişirilecek gıdanın konulduğu düzeye kadar inmek kaydı ile bir delik açılır. Bu delik, az bir miktar su akıtıldıktan sonra sıkıca kapatılır. Yaklaşık bir saat sonra açıldığında, mükemmel bir buğulama ile karşılaşılacaktır.

-Doğadaki malzeme ile yay ve ok imal ederek kısa bir denemeden sonra verimli bir şekilde kullanmak mümkündür.

Aşağıda antropolojist Ledoux'nun tespit ve araştırmalarına göre Kuzey Amerika'nın batısında yaşayan Siyular gibi kızıl derili kabilelerin yay ve okları nasıl yaptıkları izah edilmektedir.

Orman yangını, yıldırım düşmesi gibi bir nedenle kısmen yanmış veya fırtına, sel gibi doğal afetler sonucu devrilmiş sağlıklı bir sert ağacın kuru dalları yay için iyi bir malzeme olabilir.

Bu düzgün dal, aşağıdaki resimde görüleceği gibi 120 cm boyunda, traşlanıp temizlendikten sonra, ortasında 3 cm'den biraz kalın, uçlarında ise 1,5 cm kalınlığında olmalı; gevrek ve çürük kısımlar içermemeli, uçlarından tutularak bastırıldığında kırılmadan bir miktar bükülebilmelidir.



Yay, düz dikdörtgen kesitli olabileceği gibi yuvarlak kesitli de olabilir. Ağaç dalından yapılan yayın yuvarlak kesitli olması daha kolaydır. 4 cm'ye yakın bir çapı olan dalı traşlayarak ve yontarak 3 cm'den biraz fazla bir kalınlığa indirip tam ortası bulunur. Ortadan her iki tarafa 5'er cm tutma yeri işaretlenir. Bundan sonra uçlarda 1,5 cm kalınlık aynı yönde işaretlendikten sonra resimdeki gibi traşlamaya devam edilir.

Uçlardan 1 - 1,5 cm mesafede ip bağlama kanalı açılır. Bundan sonra herhangi bir yağ ile yay iyice ovularak yağın kuru ağacın bünyesine girmesi sağlanır.

Çok katlı misina, naylon ip, kaytan, herhangi bir diğer malzeme veya doğada mevcut bazı bitki liflerinden yapılmış urgan ip kullanılabilir.

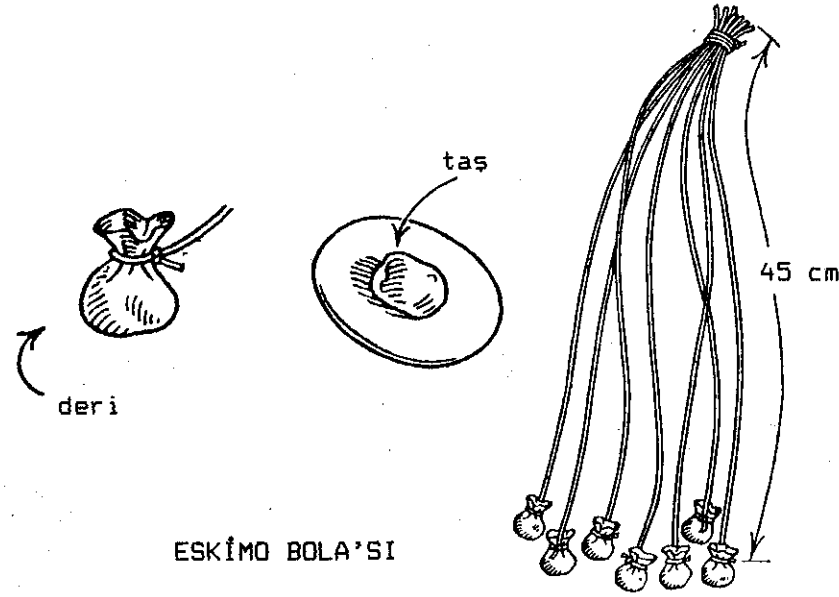
Oklar, aynı şekilde sert, sağlam, kuru ve düzgün ağaçtan; 60 cm uzunluğunda, 8-9 mm çapında olmak üzere hazırlanır; bir ucuna 5-6 mm derinliğinde bir kanal açılır. Bundan sonra okun yönünü sabit tutucu kanatcıklar hazırlanır. Bu kanatcıklar, kuş tüyü olabileceği gibi büyük odun kıymığı gibi aynı işi görece başka malzeme de olabilir. Tüy veya diğer malzeme resimdeki gibi kesilir ve dik bir açı ile oka tutturulur. İkinci ve üçüncü tüy veya diğer malzeme birinciden eşit uzaklıkta raptedilir. Raptetme işlemi, misina, ince ip, tutkal v.b. bir malzeme ile yapılır. Bundan sonra okun ucu, kırılarak sivriltilmiş sert bir taşın bağlanmasıyla tamamlanır.

-Bir çocuk oyuncacı olan sapan ile sincap gibi küçük hayvanlar ile küçük kuşları vurmak mümkündür. "Y" şeklinde bir ağaç dalı ile oto iç lastiğinden kesilmiş bir lastik şerit, sapan yapmaya yeterlidir.

-Güney Amerika pampalarındaki hayvan sürücüleri ile eskimoların "bola" adı verilen bir tür silahları ile kuş avlanabilir.

Resimde görüldüğü gibi, yaklaşık 90 cm uzunluğunda kaytan veya iplerin ucuna küçük bir meşin parçası içine yuvarlak çakıl parçaları bağlanır. Öteki ucta ise ipler birbirine bağlanır.

Bola ortasından tutulup baş üstünde hızla çevrilerek uçan kuşa atılır. İsbet kaydedildiği takdirde, iplerden bir veya birkaçının, kuşun boynuna dolanarak onu aşağı indirdiği belirtilmektedir.



ESKİMO BOLA'SI

BALIKÇILIK

Bir insan, yalnız balık yemek suretiyle sınırsız bir süre sağlıklı bir şekilde yaşamını sürdürebilir. Yalnız balık içeren bir beslenme rejiminin tek sakıncası, alınan günlük kalori miktarının nispeten düşük kalmasıdır. Ancak, balığın bol olduğu bir bölgede genellikle başka besinler de bulunabileceğinden, bu sakınca ek beslenme ile giderilebilir.

Tatlı su gölleri, çayları ve dereleri değişik balık çeşitleri; kerevit, yengeç gibi su ürünleri içerirler. Bunların kenarlarında ayrıca salyangoz, kurbağa gibi başka besin kaynakları da bulunur. Bunların içinde en yaygın olan su ürünü balıktır. Balık, çok zor yakalanan bir su canlısıdır. Ancak, biraz sabır ile birlikte nerede, ne zaman ve nasıl yakalanacağı bilinirse başarılı sonuç alınabilir.

(1) Balık ne zaman avlanmalı?

Balığın, günün hangi saatinde avlanması gerektiğini söylemek çok zordur. Zira, değişik balık çeşitleri, günün ve gecenin değişik saatlerinde yemlenirler. Bununla beraber, genel bir kural olarak denilebilir ki balıklar; gün doğmadan biraz önce, akşam karanlığından biraz sonra, fırtına patlamadan az önce, geceleri dolunayda veya ay

küçülmeye başlarken yemlenirler. Balıklar, başlarını sudan çıkardıkları veya su üzerinde zıpladıkları takdirde yemleniyorlar demektir.

(2) Balık suların neresinde avlanmalı?

Balık avlanacak yer suyun cinsine ve günün saatine göre değişmektedir. Hızlı akan sulara, günün sıcaklığında derin yarların altındaki göletlerin dipleri denenmelidir. Sabahın erken saatinde veya akşama doğru dik yarların su yüzeyine yakın kısımları, yarı batık ağaç kütükleri ile dalları, suya yaklaşmış çalı ve ağaçların altları ve dik kıyılarda yem suyun üzerinde yüzdürülmelidir.

Göllerde, yazın sıcaklığında, balıklar dipteki soğuk suya inceklerinden, yem dibe yakın bırakılmalıdır. Gece ve sabah erken saatte balıklar kıyılardaki sulara yemleneceklerinden, olta gölün sığ sularına bırakılmalıdır. İlkbahar ve sonbaharda göl balığı avcılığı, balıklar ılık sudan hoşlanacaklarından göllerin sığ sularında yapılmalıdır.

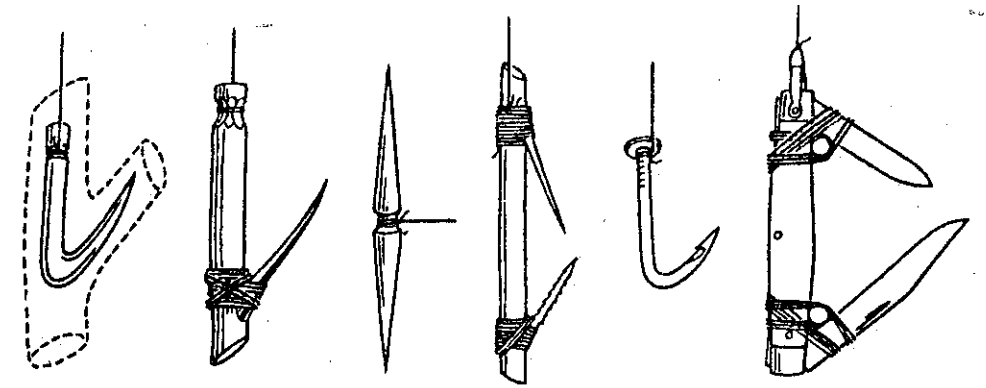
(3) Yem

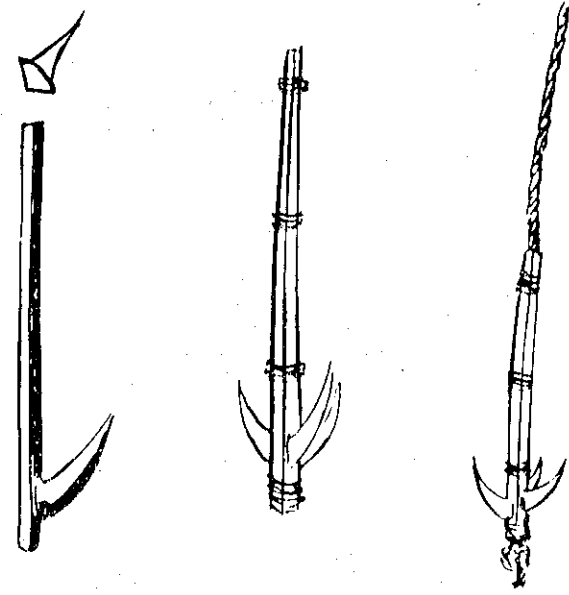
Genel bir kural olarak balıklar kendi çevrelerinde bulunan unsurlarla yapılan yemlere daha çok yakalanmaktadır. Avlanan suyun kenarında küçük yengeç yavruları, balık yumurtaları, küçük balık yavruları; kıyılarda ise solucan, sülük ve böcek aranmalıdır.

Şayet bir balık yakalanmışsa, karnı açılıp ne yediğine bakmalı ve mümkünse aynı çeşit yem bulunmalı; başka kaynaklar verimli değilse, tutulan balığın bağırsakları ve gözleri yem olarak kullanılmalıdır. Solucan kullanıldığında balık iğnesinin tamamı kaplanmalıdır.

Parlak kumaş parçaları, düğmeler, plastik parçalar, kuş tüyleri gibi malzemeyi kullanarak balığın yediği yem çeşitlerine benzer yapay yem imal edilebilir.

(4) Uydurma oltalar





Elde uygun balık iğnesi yoksa yukarıdaki resimlerde görüleceği üzere ağaç dalı, kemik, çivi, çakı bıçağı, diken v.b. unsurlardan olta iğnesi imal edilebilir.

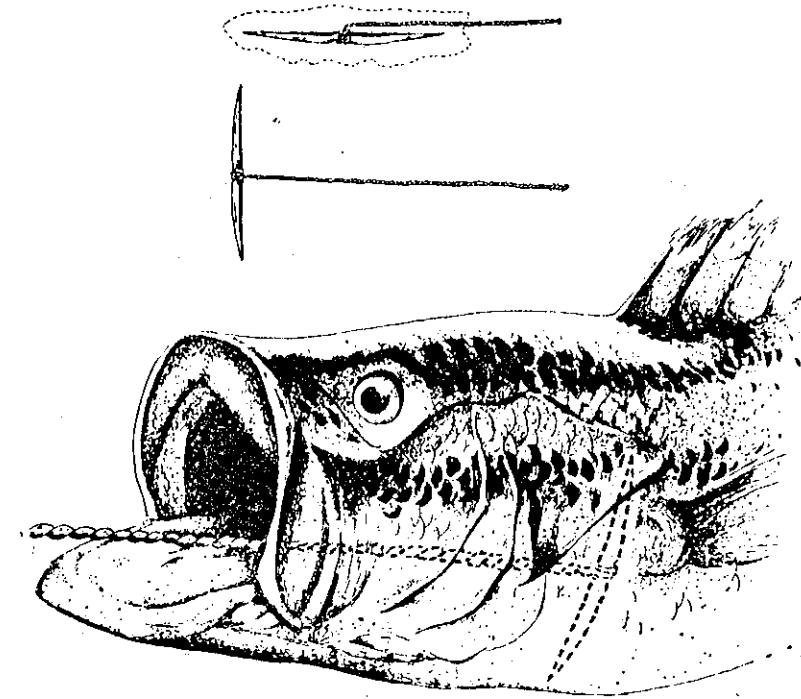
Doğada mevcut bazı elyafli bitkilerden olta ipi yapılabilir. Bezlerden çekilecek iplikler çokkatlı bükülerek misina yerine kullanılabilir.

(5) Balığın yakalanması

-paraketa :

Tek olta ile balık tutulamıyorsa, imkan olduğu takdirde paraketa hazırlanmalıdır. Bunun için tek bir hattın üzerine birden fazla iğne belirli aralıklarla bağlanmalı, yem takılmalı ve balık yakalandığı zaman eğilecek şekilde suyun üzerine doğru uzanmış bulunan bir dala bağlanmalıdır. Paraketanın zaman zaman kontrol edilmesi yeterlidir.

Aşağıda resmi verilen ortadan bağlanmış iğne, paraketa için çok uygun bir türdür. Ayrıca iğnenin yapılması da kolaydır.



-Seğirtme

Bu usulde avlanmak için gerekli malzeme :

2,5 - 3 metre boyunda bir dal veya kamış,
iğne,
balık oltaşı kaşığına benzeyen parlak bir madeni eşya,
5-6 cm uzunluğunda şerit halinde kesilmiş beyaz et veya
balık bağırsağı,
25-30 cm uzunluğunda ip veya misina'dır.

Iğne, üzerine et veya bağırsak takılmış olarak kaşığa, kaşık ise dal veya kamışın ucuna bağlanır. Olta, nilüfer veya diğer su bitkilerinin arasında suyun yüzüne yakın dolandırılır. Ara sıra büyük balıkların dikkatini çekmek için kırbaçlar gibi kaşıklı yem suya hafifçe vurulur. Bu yöntemin özellikle gece etkili olduğu belirtilmektedir.

-Elle yakalama

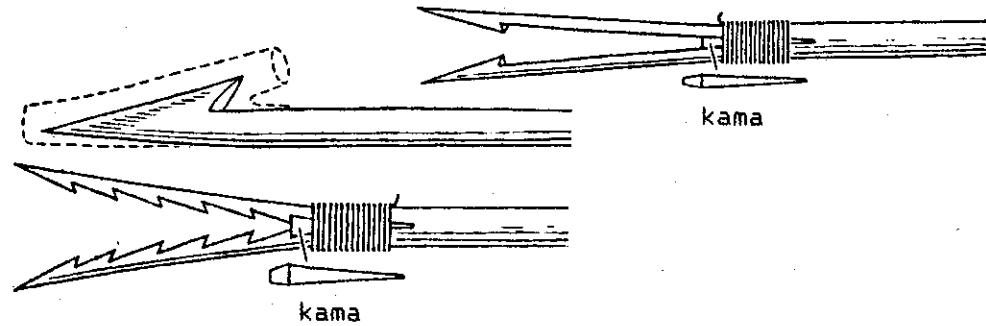
Küçük dere ve göletlerde bu yöntem etkili olabilir. Eller suya sokularak bir süre bekletilip suyun ısısı ile aynı ısıda olmaları sağlanır. Bundan sonra parmaklar yavaşça hareket ettirilerek balıkla temas edilmeye çalışılır. Balık görüldüğünde veya elle temas edildiğinde avuçla suyun dışına fırlatılmaya çalışılır.

Küçük ve dar, ancak derin göletlerin iki ucunun akarsu ile geçitleri taş ve başka engellerle kapatılır ve göletin dibi dal, kaya parçaları ile bulandırılır. Bulanık sudan rahatsız olacak balık suyun yüzüne çıkacak ve elle kıyıya atılabilir hale gelecektir. Suya girilemiyorsa, yüze çıkan balıkları sopalamak suretiyle avlamak da mümkün hale gelecektir.

-Mızraklama

Bu yöntemle balık avlayabilmek için derenin küçük ve dar, balıkların ise oldukça iri ve kalabalık şekilde toplanmış, yumurtlama döneminde bulunmaları gerekir.

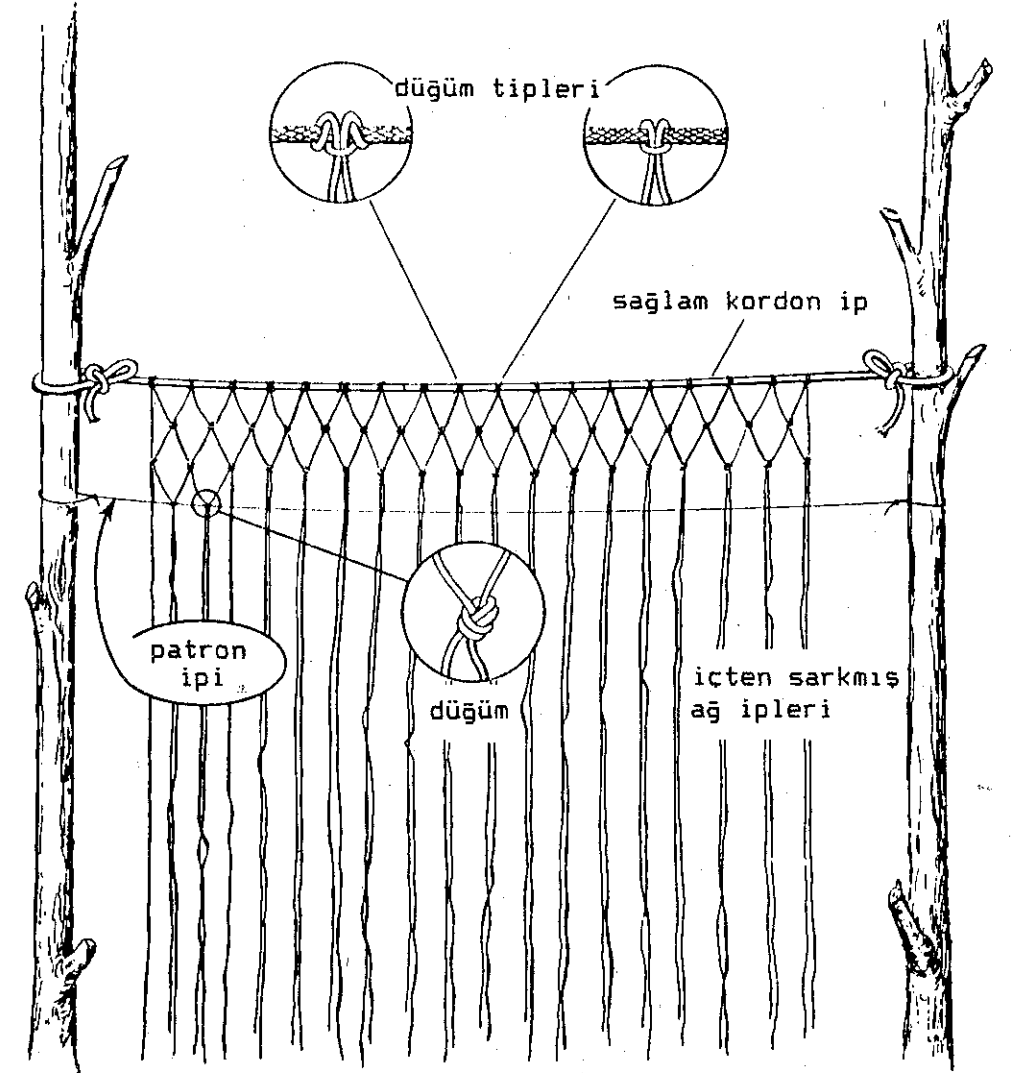
Yaklaşık 2 metre boyunda düzgün bir sırığın ucu sivriltilir veya bıçak bağlanır veya aşağıda resimde görüleceği üzere ağaçtan zıpkın ucu imal edilir. Gece el feneri ile de zıpkın kullanılabilir.



-Ağ

Göllerin ve akarsuların uçları ve kolları ile birleştikleri yerlerde genellikle küçük boyda, oltaya zor takılacak ancak ağ ile avlanabilecek balık mevcuttur.

Elde yeteri kadar ip bulunduğu takdirde aşağıda resimde görüleceği üzere kolaylıkla ağ imal edilebilir.



Balıkların yüzgeçlerinden takılacakları ağı imal etmek için :

(1) İki direk veya ağaç arasına aşağı yukarı göz hizasında yere paralel bir ip bağlanır.

(2) Paralel ipe eşit aralıklarla ve resimde görülen düğüm çeşitlerinden birisi ile çift sayıda ağ ipi asılır. Aralıkların uzunluğu, tutulacak balığın cinsine göre değişmekle beraber genellikle 2 ile 3 cm arasında bir aralık, yani ağ gözü kenar uzunluğu tatlı su avcılığı için yeterlidir. İp sayısı, istenilen ağın genişliğine veya uzunluğuna göre değişir.

(3) Soldan sağa doğru, birinci ipi atlamak suretiyle, ikinci ve üçüncü ipleri, dördüncü ve beşinci ipleri, altıncı ve yedinci ipleri, ilahiri..biribirlerine resimde görülen düğümle bağlayarak işe başlanır. Düğümlerin üst ipten uzaklığı, yukarıda tespit edilen ağ gözü kenar uzunluğuna (2-3 cm) eşit olmalıdır. Sonda bir ip artacaktır.

(4) İkinci sıra olarak birinci ve ikinci, üçüncü ve dördüncü, beşinci ve altıncı, ilahiri.. ipler biribirlerine bağlanır. Sonda ip artmaz.

(5) Üçüncü sıra için birinci ip atlamak suretiyle yukarıda üçüncü maddedeki işlem tekrarlanır.

(6) Müteakıp sıralar için (4) ve (5) inci maddelerdeki işlemler sırasıyla tekrarlanır.

(7) Resimde görüldüğü gibi ağ gözü kenarlarının eşit ölçüde olmasını sağlamak üzere bir patron ip veya ölçü ipi kullanılabilir. Bu ip, her sıra bittikten sonra aynı ölçü ile aşağıya kaydırılıp yeniden bağlanır. Patron ipin, düğüm atılmasını engellemeyecek şekilde çalışma tarafının aksi tarafta bulunması gerekir.

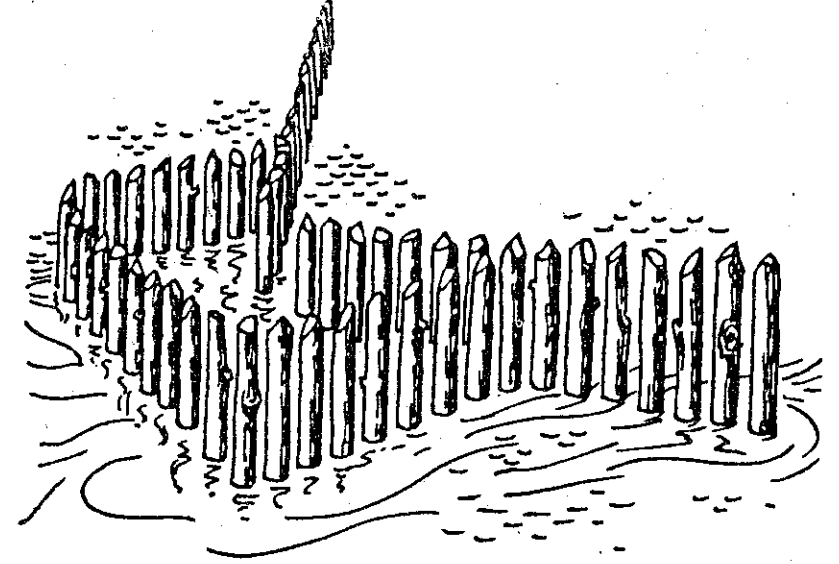
(8) Yere yaklaşıldığı takdirde, ağın bitmiş kısmı kendi üzerinde toplanıp geçici olarak bağlanır ve tekrar göz veya el hizasından aşağıya doğru devam edilir. İstenilen uzunluğa erişinceye kadar örmeye devam edilir.

(9) Ağ bittikten sonra, üst kenarında olduğu gibi diğer kenarlarına da kalınca bir ip geçirilerek sağlamlaştırılır ve serilmesi kolaylaştırılır.

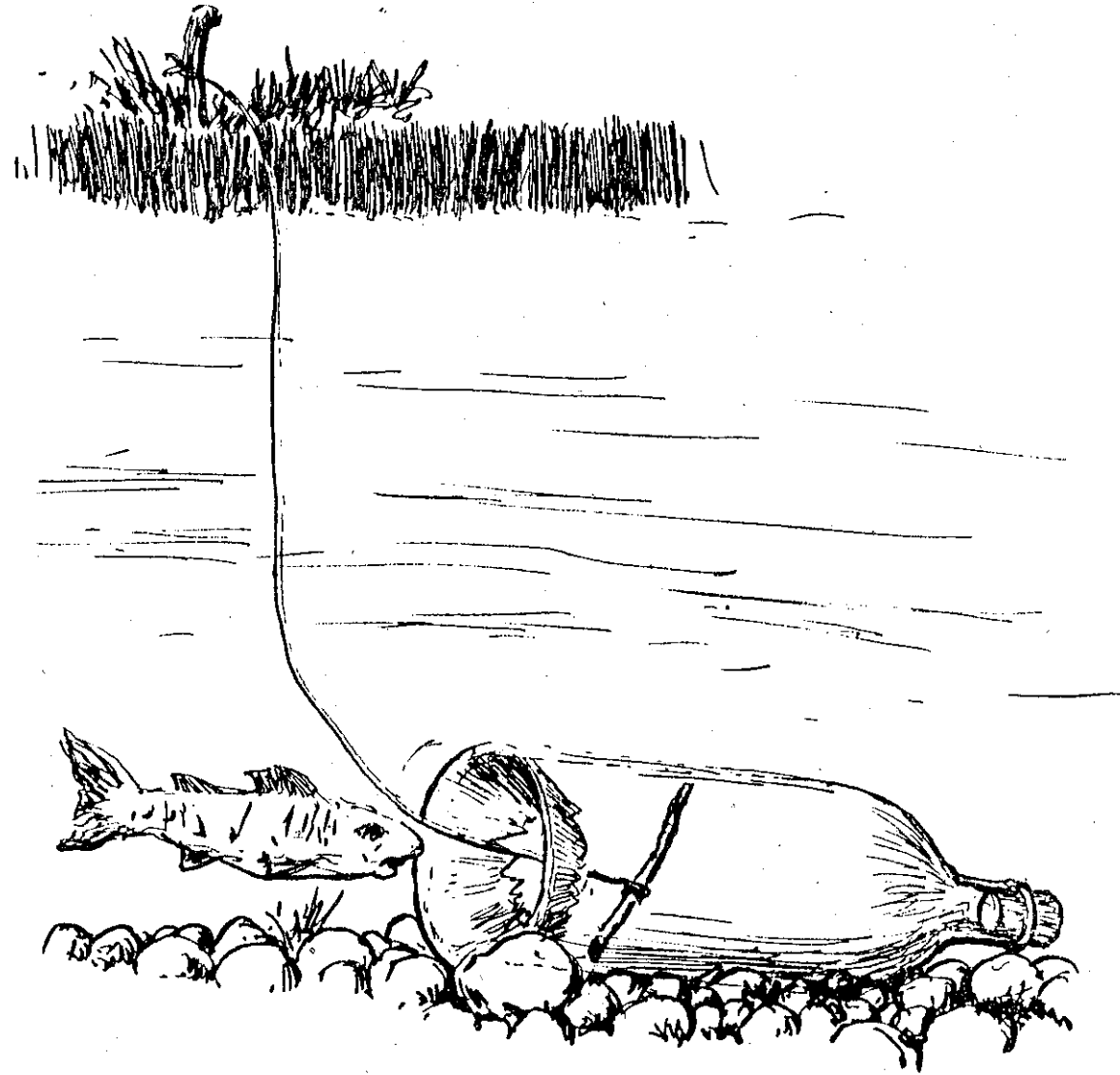
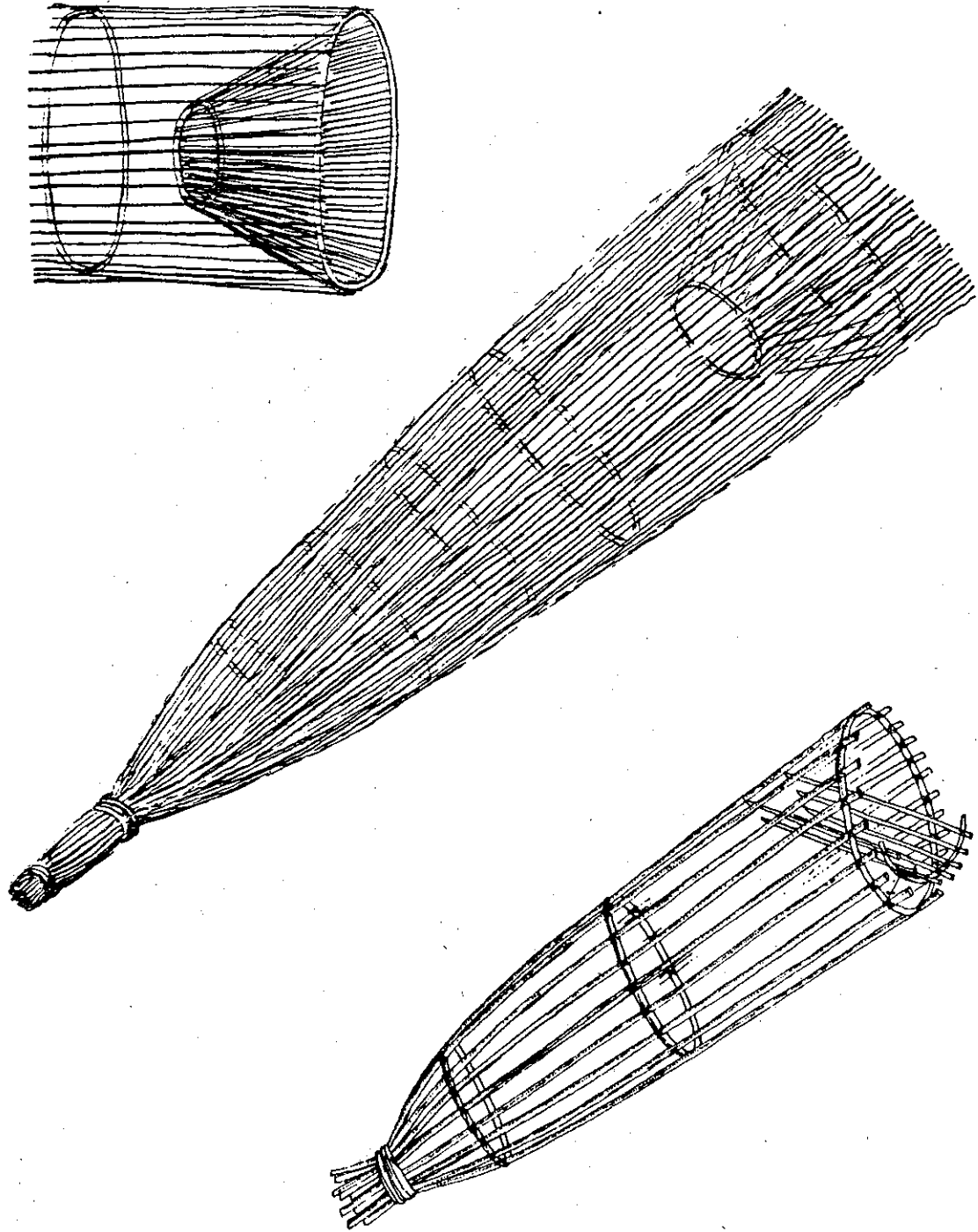
Ağın gerileceği en iyi yerler, derin olan ve özellikle şelalelerin dibinde bulunan göletlerdir.

-Balık tuzakları

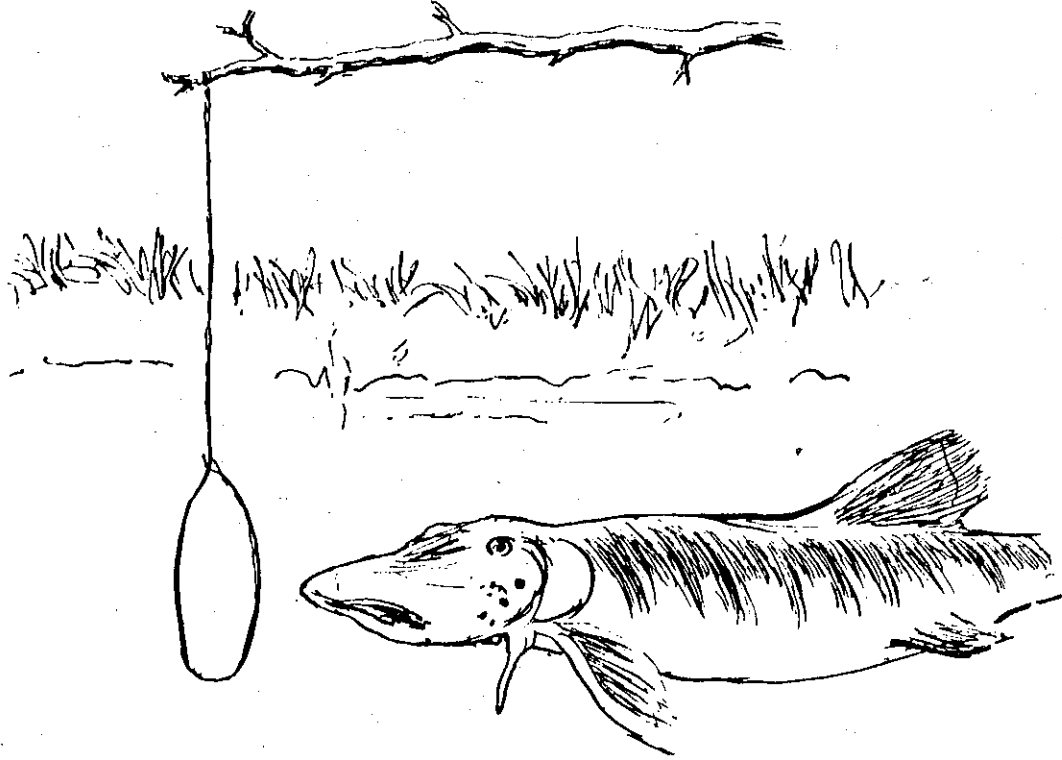
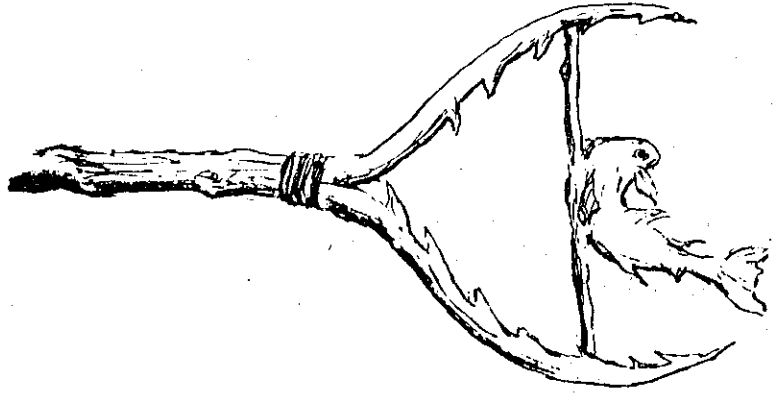
Balık tuzakları, tek balık için olacağı gibi akarsunun derin olmayan bir kısmında adeta çıkmaz sokak veya mürekkep hokkası gibi bir yeri taş veya odun parçaları kullanarak hazırlayıp, tuzağın içine düşen balıkların el, sopa, mızrak veya kepçe ile avlanmasını sağlayan toplu av tuzakları da olabilir.



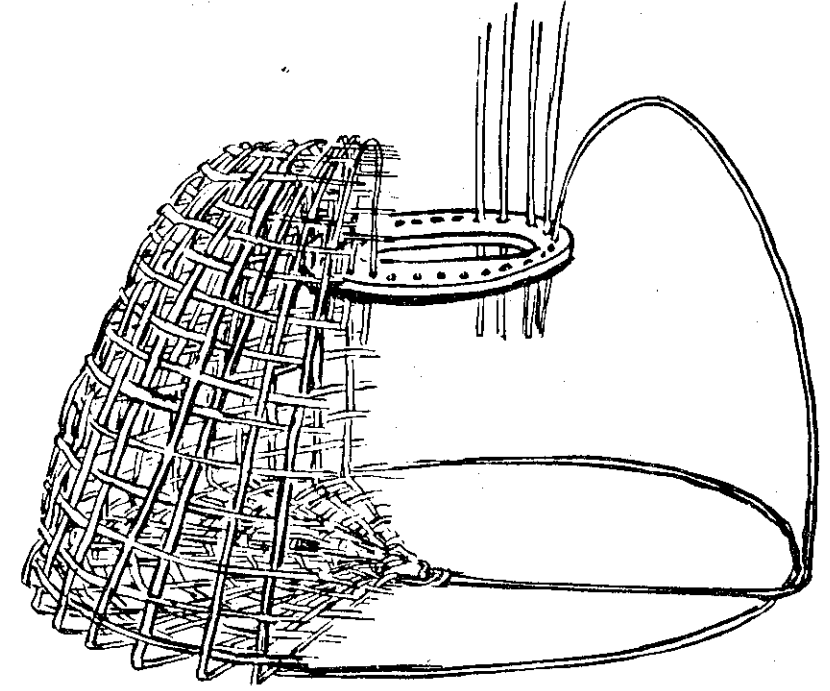
BALIK TUZAKLARI



YEMLI TUZAK



BALIK TUZAKLARI



ISTAKOZ VEYA YENGEÇ SEPETİ

-Silahla avlanma

Elde ateşli bir silah ve yeteri kadar mühimmat olduğu takdirde tatlı sulardaki balıklar ateş ederek avlanabilir. Bir metreden az derinlikte bir suda balığın hafifçe altına nişan almak gerekir.

-Sair usuller

Bu kısımda anlatılacak avlanma şekilleri kural dışı olduğu kadar ahlak dışı olarak da görülmelidir. Bu usullere yalnızca yaşam tehlikesi olduğu hallerde başvurulmalıdır. Zira aşağıda bahsedeceğimiz her üç şekil de doğal dengeyi alt üst edici, kullanıldıkları çevrede tüm yaşamı yok edici nitelik taşırlar.

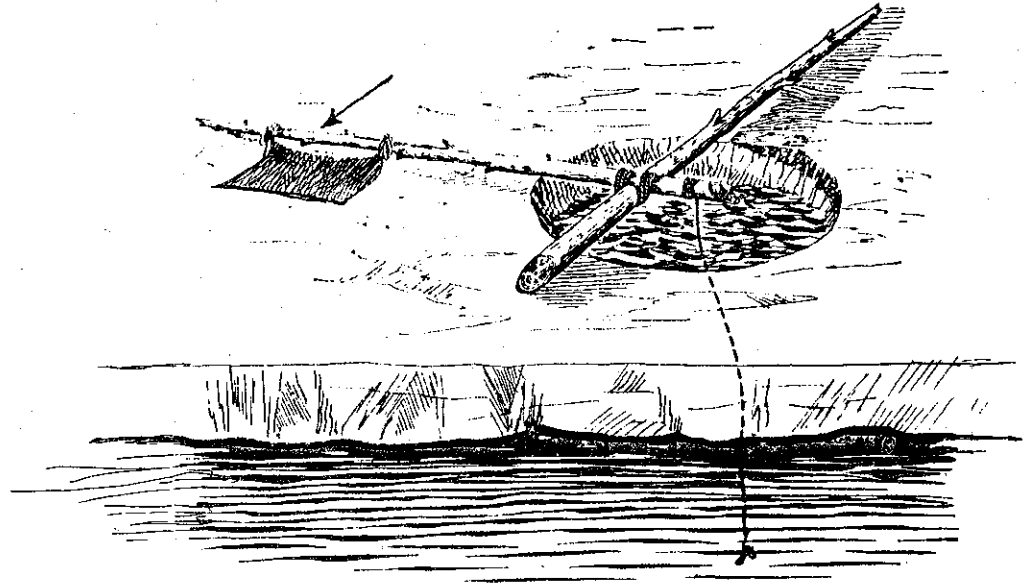
-Su göletine el bombası, küçük bir tahrip kalıbı veya dinamit atıldığı takdirde göletdeki bütün canlılar ölür.

-Jeneratörle suyun belirli bir kısmına akım verildiği takdirde canlıların büyük bir kısmı ya ölür ya da sersemeler.

-Kireç taşı ateşte yakılarak sönmemiş kireç haline getirilir, ezilir ve avlanılacak suya dökülür. Kireç sütü su canlıları için zehir niteliği taşır.

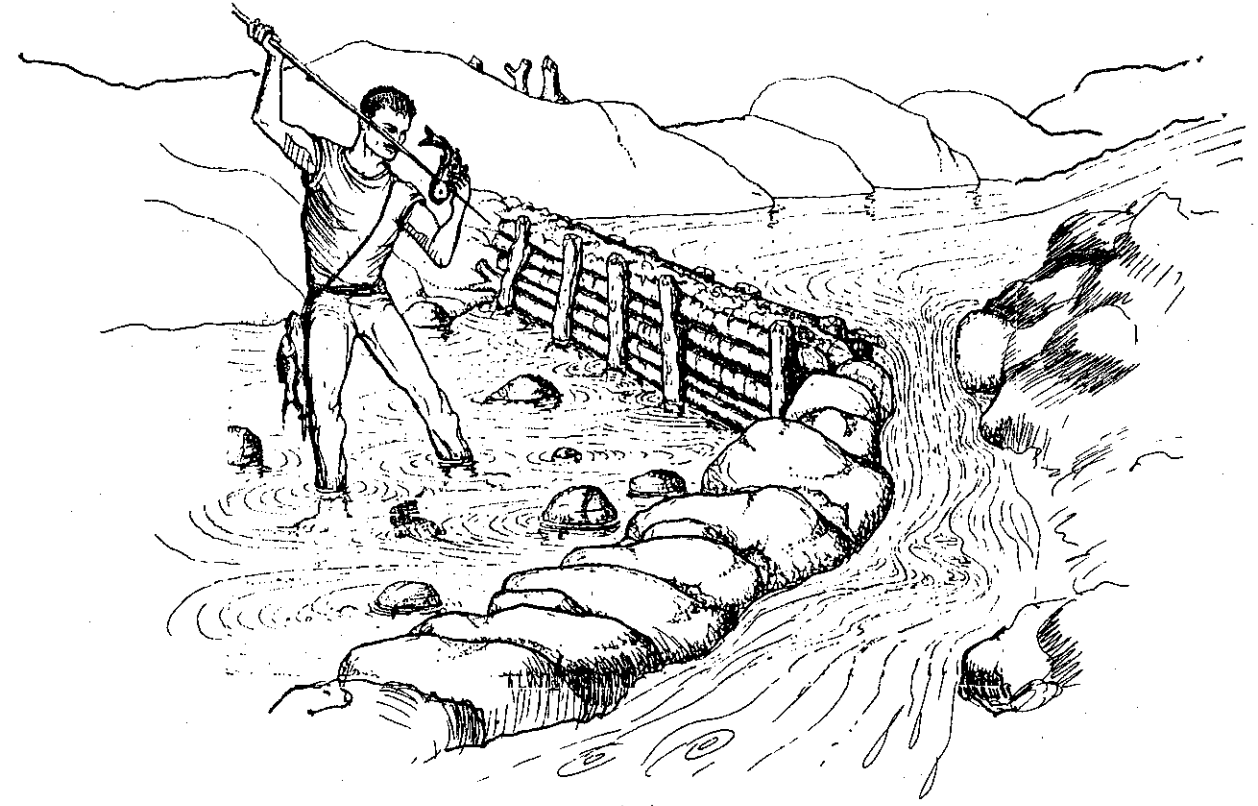
-Buzda avlanma

Yüzeyi buz tutmuş göl veya akarsunun en derin yerlerinde buz kırılarak yuvarlak bir kaç delik açılır. Aşağıdaki resimde görüleceği üzere balık yakalandığı zaman bayrak havaya kalkacak şekilde her deliğe otomatik olarak çalışan bir paraketa yerleştirilir.



-Akarsunun yönünü değiştirme

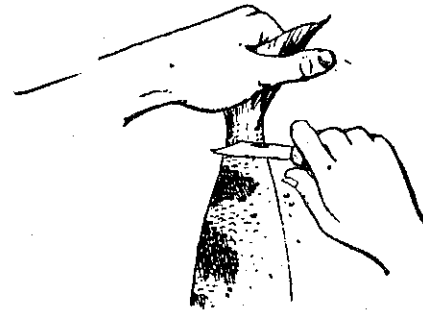
Uygun bir mevki, yeteri kadar insangücü ve malzeme var olduğu takdirde aşağıdaki resimde görüldüğü gibi akarsunun yatağı değiştirilerek kuru kalan yataktaki balıklar el ile veya mızrak kullanarak avlanılabilir. Avlanma bittikten sonra doğal çevrenin bozulmasını önlemek için eski yatağa tekrar su vermek gerekir.



-Avlanan balıkların kanının akıtılması, varsa pullarının sıyrılması, içinin temizlenmesi ve gerekirse tulum çıkarılması aşağıdaki şekilde verilmiştir.



kanatma



pul sıyırma



iç temizleme



tulum çıkarma

BALIGIN TEMİZLENMESİ

Bitkilerle Beslenme 8

Uzmanlar, dünya üzerinde bilinen ve sınıflandırılmış bulunan 300.000 den fazla bitki çeşidi olduğunu belirtmektedir. Bunlardan yaklaşık 120.000 adedinin yenilebilir cinslerden oluştuğu ileri sürülmektedir.

Bu kadar çok çeşidi resimleriyle ve tanımlanmalarıyla bu kitapta anlatmak, kitabın konusu, kapsam ve amacı dışındadır. Dolayısıyla, bazı genellemeler yapmak ve temsil edici nitelik taşıyan bazı cinslerin resimlerini vermekle yetinilecektir. Yenilebilir cinsleri tanımanın en iyi yolu, bunları bilen birinin göstermesi suretiyle cinsleri bizzat tanımaktır.

Az miktarda yenildiğinde öldürücü derecede zehirli olan çok az sayıda bitki vardır. Bu itibarla, açlığın bir tehlike olarak ortaya çıktığı yaşamı sürdürme koşullarında, tanınmayan bitkiler dahi yenilebilir. Ancak aşağıda sayılan yenilebilirlik kurallarına mutlaka uymak gerekir :

(1) Önce denemeden, hiç bir bitkiden fazla miktarda yenilmemelidir.

(2) Esasında yenilebilir olmakla beraber acı veya hoş olmayan tadı bulunan bir bitkiyi doğrayıp, ezip yahut öğütüp su ile yıkadıktan veya bir veya bir kaç su değiştirmek suretiyle kaynattıktan sonra acı veya hoş olmayan tad düzelebilir.

(3) Yenileceği biçimde olmak kaydı ile (çiğ, haşlanmış, ateste pişmiş v.b..) bitkiden bir tatlı kaşığı dolusu ağıza alınıp beş dakika beklenmelidir. Bu süre sonunda ağızda yanma veya başka bir olumsuz etki meydana gelmemişse ağıza alınan lokma yutulmalıdır. Sekiz saat bekledikten sonra tiksinti ve mide bulantısı, karın ağrısı, ishal gibi etkiler meydana gelmemişse, bir avuç dolusu daha yiyip sekiz saat daha beklenmelidir. Bu süre sonunda dahi olumsuz etkiler yoksa söz konusu bitki "yenilebilir" kabul edilebilir.

Yenilebilir dahi olsa, herhangi bir yeni besin maddesine tam alışmadan önce makul miktarlardan fazla yenilmemelidir.

(4) Zeytinin acı, greypfrut'un ise ekşi olduğu göz önüne alınırsa, bir bitkinin acı olması mutlaka zehirli olmasını gerektirmez. Acılıkla birlikte yakan ve mide bulandıran bir etki mevcut ise tehlikeli durum var demektir.

(5) Hangi koşullarda olursa olsun, kişi ne kadar emin bir şekilde tanırsa tanısın mantar türleri kesinlikle yenilmemelidir.

(6) Bazı istisnaların dışında, otobur hayvanlar ve kuşlar tarafından yenilen bitkiler insanlar tarafından güvenle yenilebilir.

(7) Bazı istisnalar dışında (yabani incir çeşitleri gibi) suları sütlü veya renkli olan bitkiler yenilmemelidir.

(8) Yenilebilirliğinden kuşku duyulan bütün bitkiler ancak suda pişirildikten sonra yenme denemesine tabi tutulmalıdır.

Bitkiler dünyasında esas itibariyle iki zehir vardır. İyi bir karşılaşma eseri her iki zehir türü de kolaylıkla tanınabilmektedir.

Acıbadem veya şeftali yaprağı tadında olan birinci zehirin adı hidrosiyamik veya prüssik asittir. Bu zehir suda eriyebilmektedir. Bu tad, bitki parçalanıp kaynatıldıktan ve suyu atıldıktan sonra kaybolmuşsa, bu takdirde yukarıda (3) üncü maddede belirtildiği üzere yenme denemesi yapılabilir ve sonuç olumlu ise bitki giderek artan miktarlarda yenilebilir.

Prüssik asit içeren bitki çiğ yenildiği takdirde belirtileri : bulantı, kusma ve mide ağrısı şeklinde olan zehirlenme başlar. Panzehir, süt ve soda gibi alkali içeren maddelerdir. Odun ateşinden çıkan beyaz küller "soda külü" olup su ile karıştırılıp içirildiğinde panzehir etkisi yapar.

Diğer zehirin adı kalsiyum kristalleri oksalatıdır. Bu zehirin belirtileri dil, damak, boğaz ve dudakların şiddetli yanması ve iğne batırılması gibi bir acı duyulmasıdır. Bu zehir suda erimeydiğinden bitkiden ayrılması mümkün değildir. Bu tip bir bitki kesinlikle yenilmemelidir.

Yenilebilir bitkiler nasıl seçilmelidir?

Bitkilerin genel olarak aşağıda sayılan kısımları bir bitkiden diğerine farklılıklar göstermek kaydıyla yenilebilir :

- meyvalar
- sert kabuklu yemişler
- tohum ve çekirdekler
- çiçekler
- yapraklar
- tomurcuklar
- filizler
- saplar
- kabuklar
- yumru kökler
- kökler

- soğanlar.
- öz veya bitki suyu
- tohum zarfı

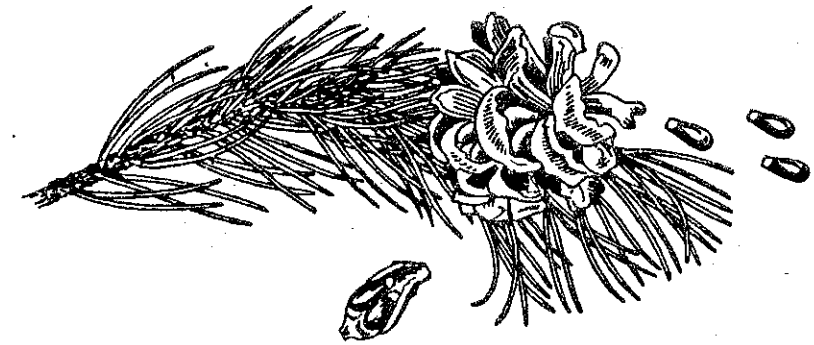
Bazı bitkilerin her tarafı (örneğin hindibağ), bazılarının ise yalnızca bir kısmı yenilebilir. Yenilebilir kısmı seçmek gereklidir.

Türkiye'nin bulunduğu iklim kuşağında yabani armut (ahlat), ağaç cileği, böğürtlen, kocayemiş, citlembik gibi orman meyvaları rahatlıkla yenilebilir.



BÖĞÜRTLEN

Sert kabuklu yemişler arasında ceviz, fındık, kayın meyvesi, yabani fıstık, beyaz ve kızıl meşe palamudu, kestane ve çeşitli çam ağaçlarının fıstıkları sayılabilir.



CAM FISTIĞI



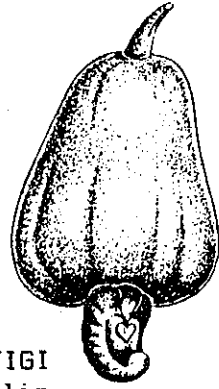
BADEM
sıcak iklim



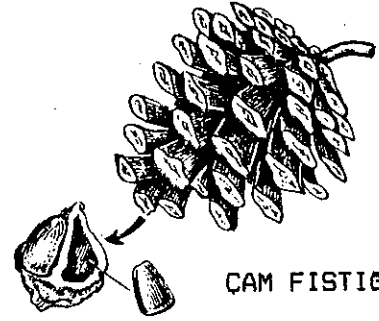
BADEM
ılıman iklim



SU KESTANESİ
sıcak iklim



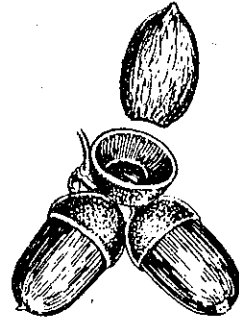
YER FISTIGI
sıcak iklim



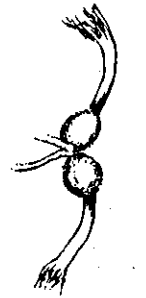
CAM FISTIGI



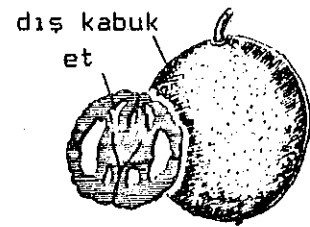
KAYIN MEYVASI



MEŞE PALAMUDU



FINDIK



dış kabuk
et

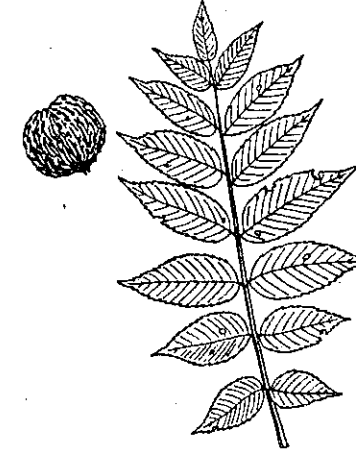
CEVİZ



KESTANE



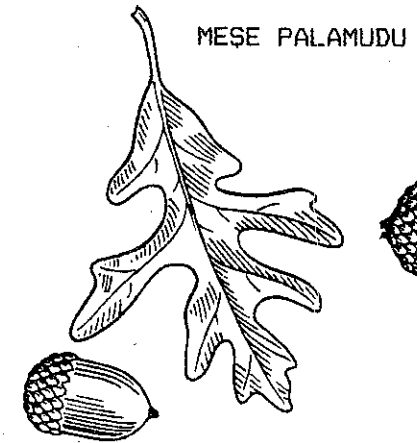
FINDIK



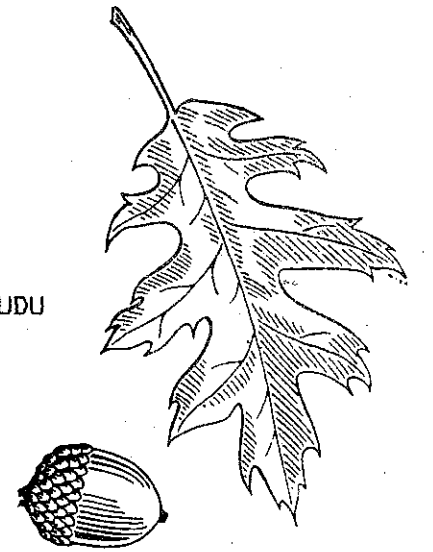
CEVİZ



KAYIN FISTIGI

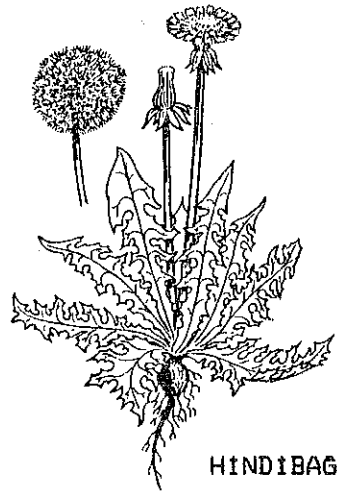


MEŞE PALAMUDU



Şimdiye kadar zehirli ota (çayır) henüz rastlanmadığı belirtilmektedir. Bütün yabancı otların (çayır) tohumları yenilebilir ve önemli bir protein kaynağı oluşturabilir. Otların körpe ve yeşil yaprakları da çiğ olarak yenilebilir.

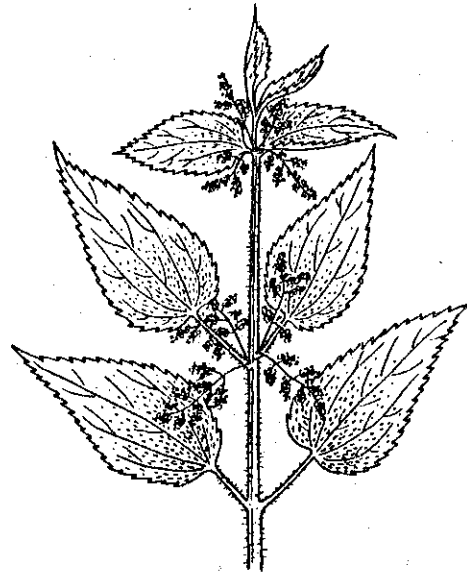
Hindibağ, yonca, kuzukulağı ve ısırgan otu gibi türlerin Fransız mutfağının seçkin yemekleri arasında yer aldığını unutmamak gerekir. Kuşkusuz, ısırgan otu 10-15 dakika kaynatılmadan yenilmemelidir. Aksi takdirde dikenleri şiddetli derecede tahriş eder. Isırgan otunun kök ve yaprakları kaynatılarak hazırlanan çay ishali önler ancak fazla miktarda içildiğinde kabızlık yapar.



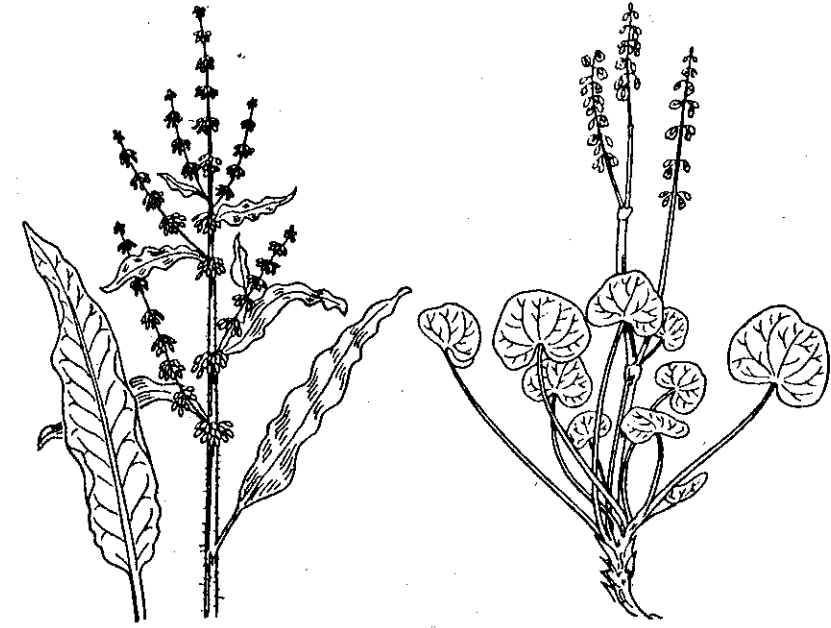
HINDIBAG



YONCA



ISIRGAN OTU

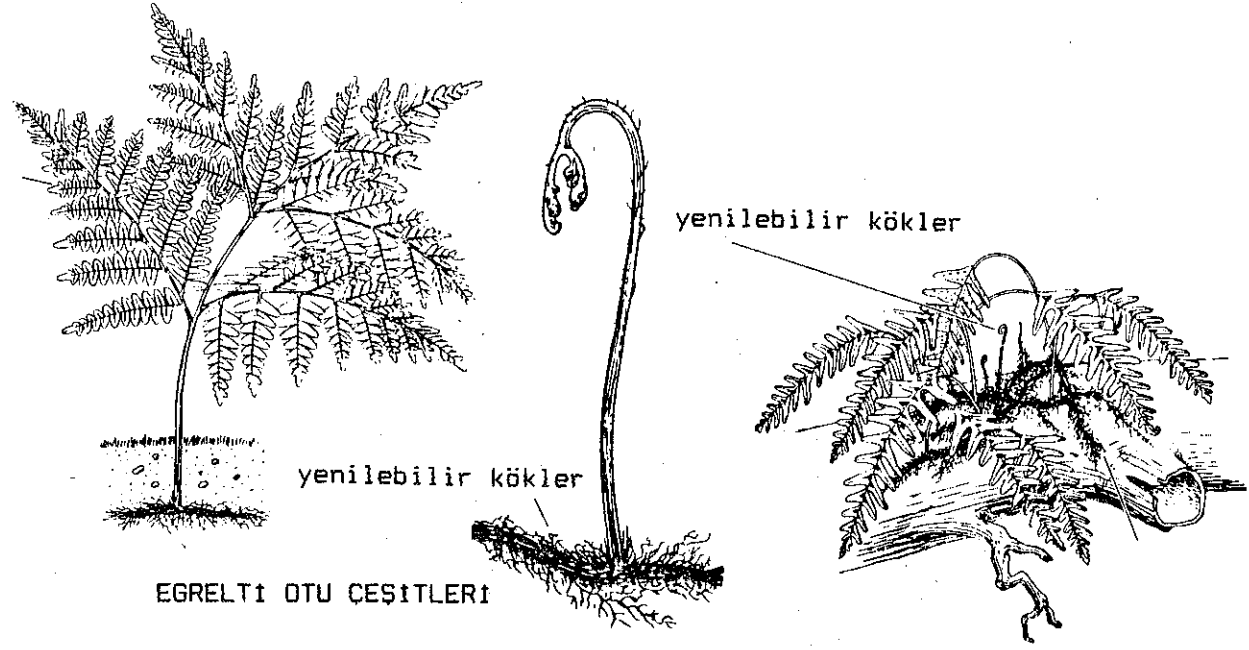


KUZUKULAĞI ÇEŞİTLERİ

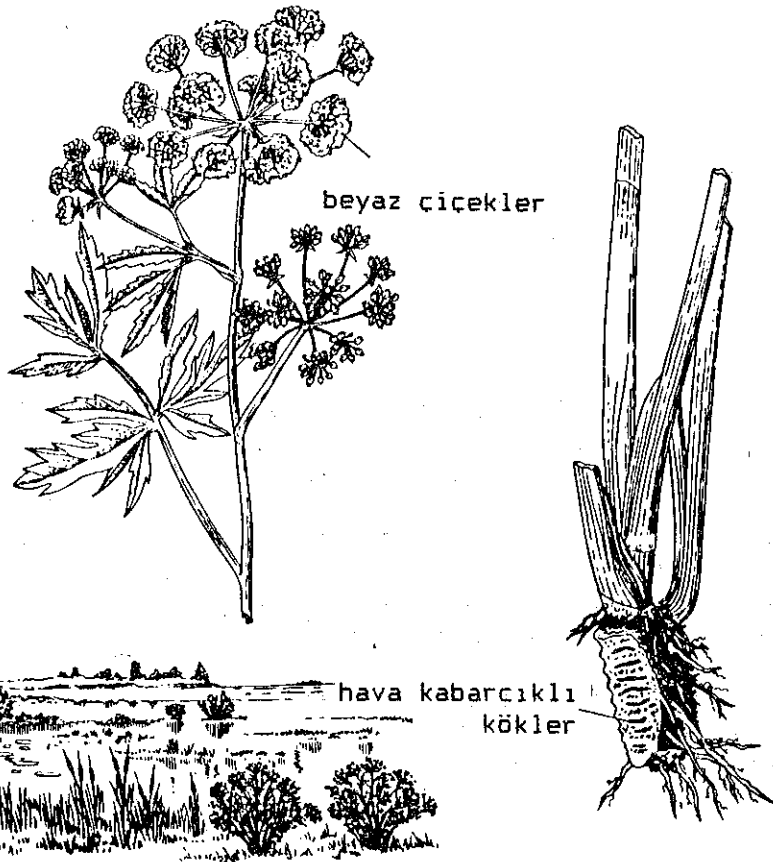
Eğrelti otu cinsi bitkilerin bir çoğu yenilebilir. Bunlar arasında zehirli olanlara rastlanmamıştır. Acılığını gidermek için bir defa su değiştirmek suretiyle 15-20 dakika kaynatılmalıdır.

Eğrelti otu cinsi bitkilerle su baldıranı'nı karıştırmamak gerekir. Su baldıranı, ılıman iklim kuşağında yetişen bitkilerin arasında en şiddetli zehirlisidir. Bataklık ve sulak yerlerde yetişir. Maydanoz ve havuçta benzer. Yeşil renkte kokulu bir yağ çıkarır.

Su baldıranı ile zehirlenen kişi derhal kusturulmalı ve hemen müshil etkisi yapan bir ilaç almalı veya yiyecek yemelidir. Çabuk kusturulursa kurtulma şansı vardır.



EGRELTİ OTU ÇEŞİTLERİ

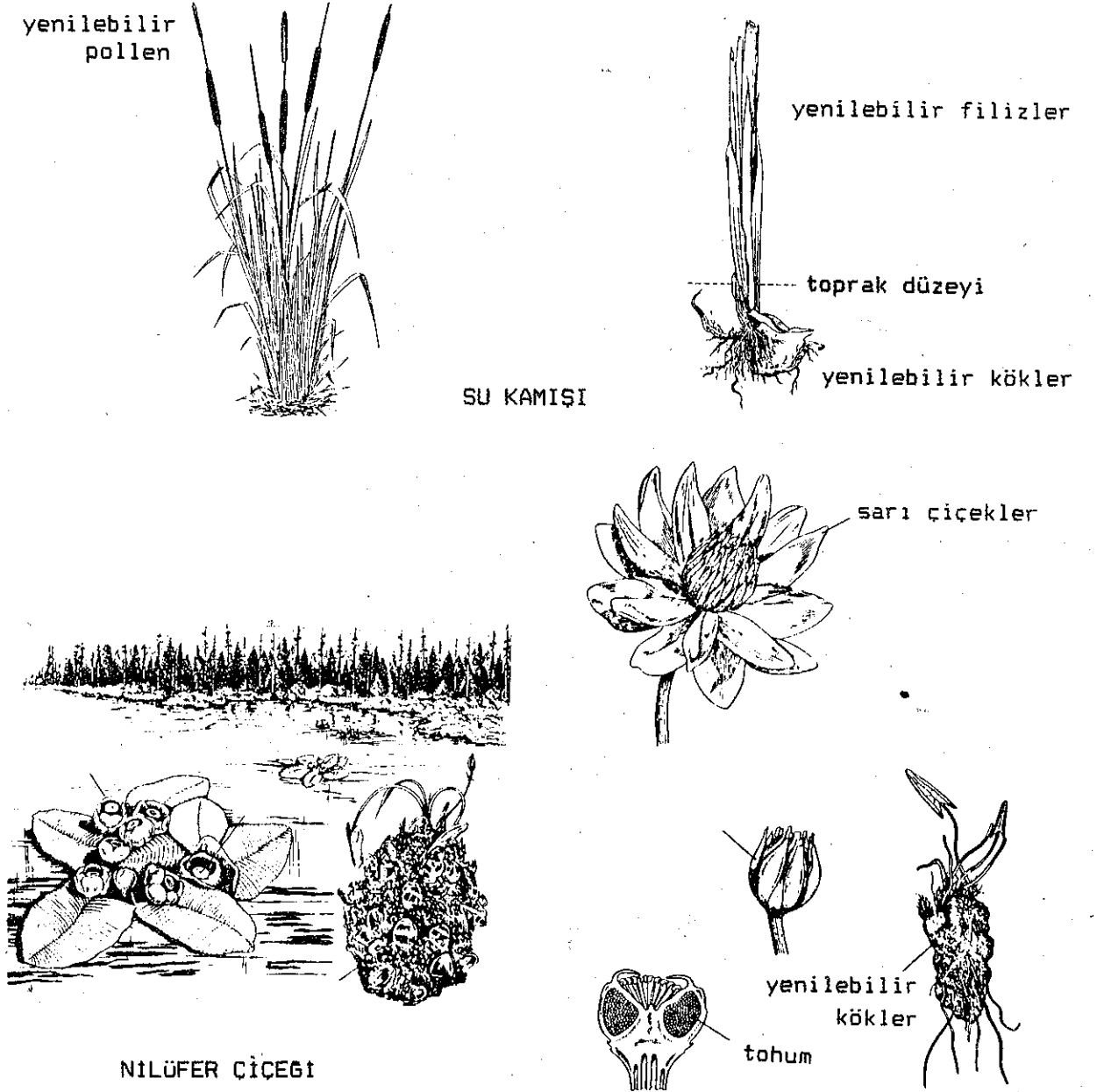


SU BALDIRANI (bütün kısımlar ve özellikle kök zehirlidir)

Suda yetişen bitkiler arasında su kamışı ve nilüfer çiçekleri iyi birer besin kaynağıdır.

Şu kamışının ince filiz dalları, polleni ve kökü yenilebilir. Kökler ayrıca öğütülüp hayvansal yağ ile karıştırıldığında iyi bir yanık melhemi elde edilmiş olur.

Nilüferlerin ise patatese benzeyen kökleri, sapları ve tohumları besleyici unsurlar taşır.



NILÜFER ÇİÇEĞİ

Başta kavak, çam çeşitleri ve söğüt cinsleri olmak üzere bir çok ağaç çeşidinin iç kabukları çiğ, haşlanmış veya öğütülmüş olarak çok faydalı bir besin kaynağıdır. İç kabuk özellikle ilk baharda hoş, lezzetli ve çiğ olarak dahi yenilebilen bir görünümdedir. Besin değeri bütün yıl boyunca devam eder.

Çam cinsi ağaçların yeşil iğne yapraklarının sıcak suda haşlanmasıyla sağlığa faydalı ve hoş kokulu bir çay elde edilir.

Zambak, yabani soğan, lale ve nergis gibi bazı çiçeklerin toprak altındaki soğanları özellikle vitaminler açısından faydalı birer besin kaynağıdır.

Palmye cinsi bitkilerin ince saplarının kesilip haşlanmasıyla önemli miktarda yenilebilir nişasta elde edilebilir.

Muz ağacının gövdesi toprağın 5-10 cm yukarısında toprağa paralel kesilip ortası bir miktar çukurlaştırılarak kase şekline sokulduğunda, köklerdeki su burada toplanmaya başlar. İlk dolun acımtırak olmakla beraber diğerleri rahatlıkla içilebilir. 3-4 gün süre ile bitkinin özünü kullanmak mümkündür.

Ham muz pişirmek suretiyle bol nişastalı bir gıda elde edilir.



YABAN GÜLÜ

Yabani gülün meyvası bol miktarda A ve C vitamini taşır. Çiğ veya haşlanarak yenilebilir.

Deniz yosunlarının hiç biri zehirli olmamakla beraber güçlü müshil etkileri nedeniyle fazla miktarda yenilmemelidir. Bütün yosunlar, iyot, mineraller ve vitaminler açısından zengin olup iskorbit hastalığını önler. Bazı türler çok fazla kalsiyum karbonat içerdiklerinden yenilmeyecek kadar serttir. Diğer bazı türler ise sümüklü ve yapışkan bir madde ile kaplıdır. Yemek için yosun seçerken kayalara bağlı veya serbestçe yüzen yosunlar toplanmalı, sahile vurmuş bulunan yosunlar yenilmemelidir. Yosunlar, suda yıkandıktan sonra güneşte kurutulup yemeğe katılabilir.

Bitkileri pişirmenin en iyi yolları sırasıyla haşlama, ızgara yapma, fırınlama, tavada kızartmadır. Kökleri, çamurla kapladıktan sonra kızgın kora veya kızgın küle gömmek suretiyle pişirmek de mümkündür.

İlk Yardım 9

Normal ilk yardım kitapları ve broşürlerinde verilen ilk yardım öğütleri, doktor gelinceye veya hasta hastahaneye götürülünceye kadar yapılması gerekli işlemlerden bahseder. Yaşamı sürdürme koşullarındaki ilk yardım ise şöyle tanımlanabilir :

"Yaralı olan veya hastalanan kişiye gerekli olan modern tıbbi müdahale mevcut olmadığından derhal yapılması gerekli olan nihai tıbbi yardım."

Bu yardımın amacı, kişinin hayatta kalmasını sağlamak, varlığını devam ettirmek, onu sağlığına kavuşturmadır. Yaşamı sürdürme koşullarında gerekli ilaç ve tıbbi gereçler ile doktor varlığını da içeren tıbbi müdahale mevcut olmadığına göre yapılacak ilk yardım nihai olmalı, yapılması gerekli her şeyi kapsamalıdır.

Aşağıda hijyen veya koruyucu tababet, ilk yardım ve ilkel tababet olmak üzere üç kısımda, olağanüstü koşullarda yapılması gerekli tedaviler ve alınması gerekli önlemler belirtilmektedir. Bunlara ancak doktorun ve modern tıbbi müdahalenin mevcut olmadığı koşullarda başvurulabileceğini bir kez daha belirtmek isteriz.

ÖNLEYİCİ HİJYEN

Hastalanmaya karşı alınacak önlemlerin başında bazı temizlik ve korunma kurallarına uymak gelmektedir. Tüm aşılı yapılmış olan bir insan çiçek, tifo, tetanos, difteri, kolera gibi hastalıklara karşı bağışık olacaktır. Ancak, ishal, dizanteri, soğuk algınlığı ve malarya gibi hastalıklara karşı korunmanın tek yolu bünyeyi sağlam tutmaya çalışmak ve vücudu mikroorganizmalardan korumaktır.

Aşağıda, gerekli önlemler özetlenmiştir.

(1) Temizlik

-Yukarıda sayılan tür hastalıklara karşı en etkili önlem, vücut temizliğidir. İklim ve diğer koşullar uygun olduğu takdirde, sık sık bütün vücut yıkanmalıdır. Bu mümkün değilse, eller ve özellikle tırnak altları, kollar, yüz, kasıklar ve ayaklar günde en az bir kez yıkanmalıdır.

-Giysiler ve özellikle iç çamaşırlar mümkün olduğu kadar temiz ve kuru tutulmaya çalışılmalıdır. Bunların yıkanması mümkün değilse

silkelenmeli, güneş ve rüzgara tutulmalıdır.

-Fırça ve macun mevcut olduğu takdirde, dişler düzenli bir şekilde fırçalanmalıdır. Bunlar mevcut değilse, sabun, tuz, soda macun yerine; bir tarafı lifleri ayrılınca kadar çiğnenmiş yaş bir ağaç dalı ise fırça yerine kullanılabilir. Temiz bir parmakla dişler ve dişetleri ovulabilir. Yemek yedikten sonra ağız, varsa temiz su ile çalkalanmalıdır.

(2) Bağırsak hastalıklarına karşı korunma

Ishal, gıda zehirlenmesi ve diğer bağırsak hastalıklarının temel nedeni kirli yiyecek ve içeceklerdir. Bu hastalıklardan korunmak için :

-Su, yukarıda su bölümünde belirtildiği üzere arındırılmadan kullanılmamalıdır.

-Bütün meyvalar yıkanıp, kabuğu soyulup yenilmelidir.

-Hazırlanmış yemekler uzun süre bekletilmeden yenilmelidir.

-Kirli bir ortamda, yemek yemeden önce, çatal, kaşık ve tabak sıcak suda kaynatılarak sterilize edilmelidir.

-Sinek ve diğer haşarelerin yiyeceklere konması önlenmeli, kamp yeri temiz tutulmalıdır.

-İnsan dışkısı ve çöp, kamp yerinden uzak tutulmalıdır.

-Kusma ve ishal başlarsa, dinlenmeli ve hastalık belirtileri azalınca kadar katı gıda alınmamalıdır. Sıvı yiyecekler ve özellikle içme suyu sık aralıklarla ve az miktarda içilmelidir. Bünye kaldırmaya başladığı anda yarı katı gıdalar yenmeye başlamalı, normal miktarda tuz yemeye devam edilmelidir.

(3) Sıcaktan korunma

Sıcak iklimlerde, güneşe tedrici bir tarzda maruz kalarak cildin alışması sağlanmalıdır. Güneşte çok fazla durma, güneş çarpmasına neden olabilir. Yeterli miktarda sıvı maddeler içmek ve terleme yolu ile oluşan tuz kaybını gidermek, aşırı sıcaktan gelen hastalıkları azaltıcı önlemlerin başında gelir. Aşırı sıcaklarda, fazla yemek yemeden de kaçınılmalıdır.

(4) Soğğun etkilerinden korunma

-Aşırı soğuğa maruz kalındığı takdirde, bütün imkanlar

kullanılarak vücut ısısı saklanmaya çalışılmalıdır. Eller, ayaklar ve diğer açık kısımları korumaya özellikle dikkat edilmelidir. Çoraplar kuru tutulmalı, koruyucu yalıtkan etkiyi arttırmak amacıyla çorabın içine kuru olmak kaydıyla kağıt, ot, yaprak, yosun gibi maddeler yerleştirilmelidir.

-Donma, sıfır derece santigradın altındaki ısılarda kalan kişilerin karşılaşılabilecekleri tehlikelerden bir tanesidir. Donma olayı ile karşılaşan kişi mümkünse sıcak bir yere alınmalı, donan uzuvlar derhal ılık suya sokularak veya başka bir kişinin sıcak eli veya vücudu ile temas ettirilerek ısıtılmaya çalışılmalı, kesinlikle masaj yapılmamalı, kar veya buz uygulanmamalıdır.

(5) Ayağın korunması

-Terli ve kirli çoraplar bir süre sonra ayaklarda yaralar oluşturur. Yedek çorap yoksa mevcut çoraplar sık sık yıkanmalıdır. Yıkanmış çoraplar, suyu sıkıldıktan sonra gömleğin içine konulduğu takdirde vücut ısısı ile çabuk kurur. Aşırı soğukta, çoraplar dondurulup vurma ve silkeleme suretiyle içlerinde bulunan kir, ter ve tuzlardan temizlenebilir.

-Ayakkabıların ayağı vurmasına engel olunmalıdır. Ayakta kabarcıklar meydana geldiği takdirde, bunlar kesinlikle patlatılmamalı, ayak temiz tutulmalı; pamuk veya bez parçası kullanarak zedelenmenin devam etmesi önlenmelidir. Ayağın mikrop kaparak yaranın büyümesi ve tedavinin gecikmesi halinde kangren olabileceği gözden uzak tutulmamalıdır.

(6) Hastalık taşıyıcı ve zehirleyici unsurlardan korunma

Sivrisineklerin sokmasına maruz kalmak yalnız rahatsız edici olmayıp, aynı zamanda malarya hastalığı da doğurur. Korunmak için :

-Bataklıklardan yüksek yerlerde kamp kurulmalı,

-Soyunmadan yatmalı ve pantolon çorapların içine sokulmalı,

-Yatmadan önce vücudun açık yerleri ve yüz bol çamurla sivanmalı,

-Mümkünse, duman yaparak sivrisinekler kaçırılmalı,

-Karasineklerle de aynı önlemler uygulanmalıdır.

Vücuda kene veya sülük yapıştığı takdirde, başı deri içinde kalacağı için kene veya sülük koparıp atılmamalı, sigara ateşi veya kızgın bir dal ucu değiştirilerek düşürülmeye çalışılmalıdır.

Akrep, kırkayak ve diğer zehirli tırtıllardan korunmak için giysiler silkelenecek giyilmeli, ayakkabılar veya çizmeler ters çevrilip silkelenecek, yatılacak yere dikkat edilmelidir.

ILK YARDIM

Kesilme veya berelenme, kırık, beyin sarsılması, iç yaralar ve yanıklar bir kaza halinde kişinin başına gelebilecek yaralanma çeşitleridir.

Yaralı insan yere yatırılmalı, baygın olduğu takdirde yüzükoyun ve kafası yana dönük şekilde yerleştirilmelidir. Başı yaralı kişiler sırt üstü, baş vücutla aynı hızda veya biraz daha yüksek yatırılmalıdır.

Kişi tek başına olduğu takdirde kendi yaralarını bizzat tedavi etmeye kararlı ve hazırlıklı olmalıdır. Yarası ne kadar ağır olursa olsun, hayatta kalması için Tanrının kendisine verdiği gücü sonuna kadar kullanmalıdır.

Genel olarak uygulanması gerekli kurallar şunlardır :

(1) Kanama ve nefes alma kontrol edilmelidir.

(2) Telaşa kapılmaksızın hangi yaranın daha önce bakımının yapılmasına karar verilir verilmez derhal faaliyete geçilmelidir.

(3) Mutlaka gerekli olmadığı veya hastanın yararına olacağı düşünülmeyen takdirde, hasta yerinden kıpırdatılmamalıdır.

(4) Hasta, rahat ve sıcak tutulmaya çalışılmalı, ona sözle güven ve moral verilmeli, mümkünse yaralarını görmemesi sağlanmalıdır.

(5) Açık yara ve yanıklara el, parmaklar veya başka aletler değdirilmemelidir.

(6) Baygın olan hastaya su veya diğer sıvı içecek veya yiyecek verilmemelidir.

ŞOK

Şok, yeterli derece kan dolaşımı olmamasının meydana getirdiği bir durumdur. Şok'un başlıca nedenleri :

-Dış yaraların oluşturduğu kan kaybı,

-Önemli ölçüde doku kaybı,

-İç kanama,

-Yanıklardan oluşan serum ve plazma gibi sıvı kaybı,

-Aşırı terleme, kusma ve ishal sonucu vücudun aşırı miktarda sıvı kaybetmesi.

Şok'un belirtileri; benizin sararması, soğukluğu, ıslak ve yapışkan olması, nabızın hızlı ve zayıf olması, nefes almanın derin olmayan bir şekilde hızlı olmasıdır.

Hastayı şok durumundan çıkarmak için :

-Gerek iç gerek dış kanamaları durdurucu önlemler alınmalıdır.

-Hasta mutlak bir dinlenme haline getirilmelidir.

-Nefes alma, ağızdan sun'i teneffüs yaptırılarak veya varsa oksijen verilerek kolaylaştırılmalıdır.

-Hastanın duyduğu acı giderilmeye çalışılmalıdır. Bunun için sayet mevcutsa morfin veya benzeri diğer ilaçlar zerkedilmeli, yoksa hastaya telkinde bulunarak ve dikkati yaralarından başka yere çekilerek acıları azaltılmaya çalışılmalıdır. Nefes alış hızı dakikada 12 veya daha az olan hastaya her ne şekilde olursa olsun kesinlikle morfin veya benzeri ilaçlar verilmemelidir.

-Hasta kendinde olduğu takdirde, vücuttaki sıvı kaybını gidermek için sıcak ve şekerli içkiler verilmelidir.

-Hasta yattığı yerde altında ve üstünden korunmalı ancak aşırı sıcağa maruz bırakılmamalıdır.

-Hastanın başı ayaklarından daha aşağıda olmalıdır.

-Kendinde olan hastaya mümkün olduğu kadar ümit, moral ve güven vermeye çalışılmalıdır.

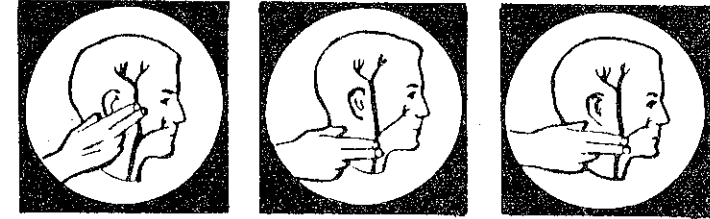
KANAMALAR

Her türlü dış yara kanamasında yapılacak ilk işlem, yara üzerine varsa steril bir gazlı bez, yoksa temiz bir bez veya kumaş parçası kullanmak suretiyle elle veya bandajlamak suretiyle basınç uygulamaktır.

Kanayan kol veya bacak ise, kırık bulunmadığından emin olduğu takdirde, vücuttan daha yükseğe kaldırılarak kanama durdurulmaya çalışılmalıdır.

Aşağıda, vücudun çeşitli kısımlarındaki kanamalar için basınç veya turnike uygulanacak yerler verilmiştir.

Başın, kulağın üstünde yer alan bir kısımda kanama olduğu takdirde şekilde görüldüğü gibi kulak hizasında yer alan damara basınç uygulanmalıdır. Başın diğer bir kısmında kanama olduğu takdirde, köprük kemiği ile kulak arasında, kulağın yaklaşık 7-7,5 cm altına orta derecede basınç yapılmalıdır. Kanama yanakta olduğu takdirde ise çene kemiğinin enseye yakın kısmına hafif basınç uygulanmalıdır.



Kanama, kolun aşağı kısmında olduğu takdirde kolun iç kısmına omuz ile dirsek arasına kuvvetli basınç uygulanmalıdır. Kanama kolun pazu kısmında olduğu takdirde, köprük kemiği üzerinde arkadan öne doğru damarı kaburgaya dayayacak şekilde oldukça kuvvetli basınç yapılmalıdır. Kanama bacağın dizin üzerinde olan bir kısmında olduğu hallerde, kanayan dizin üzerinde damarın leğen kemiğine değdirilmesini sağlayacak şekilde kuvvetli basınç uygulanmalıdır.



Kol ve bacak gibi uzuvlardan herhangi birinin ağır şekilde yaralanmış olması halinde turnike denilen kan basınç şekli uygulanabilir.

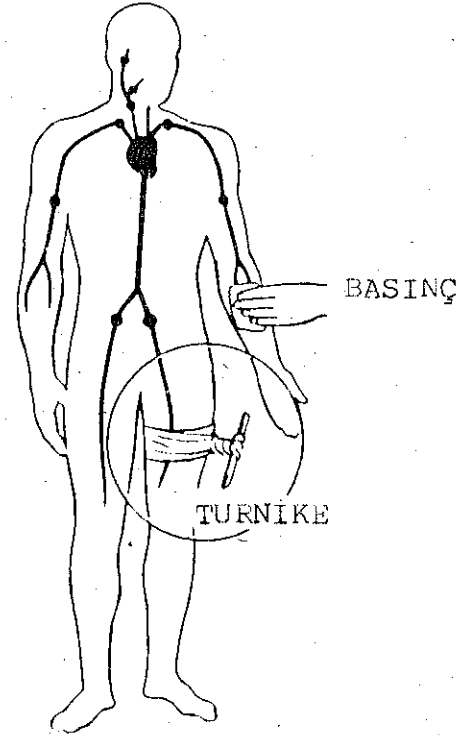
Turnike, yaralı kolun ve bacağın üst kısmına olmak üzere yara ile kalp arasına uygulanan ve bir kayış, ip veya bez parçasını elle veya bir sopa takip çevirmek suretiyle sıkarak, kalpten yaraya pompalanan kan akışını durdurmaya amaçlayan bir yöntemdir.

Kesik damar bir iple bağlanıncaya veya yarık şeklindeki yara dikilinceye kadar turnike çıkarılmamalıdır. Turnikenin çok uzun süre tutulması uzvun fizyolojik anlamda kaybına neden olabilir. Diğer taraftan şiddetli bir kanamanın da çok kısa bir süre içinde durdurulmaması halinde olayın ölümle sonuçlanması kaçınılmazdır. Böyle bir durumda kanama yukarıda sayılan yöntemlerin birini kullanmak suretiyle durdurulmalı; ancak kanayan damarın veya yaranın tümünün dikilmesi yoluna da başvurarak tedavi tamamlanmalıdır.

Tedirginlik, sıkıntı hali, susuzluk, uçuk beniz, zayıf ve hızlı nabız ve halsizlik belirtilerinden anlaşılan iç kanama hali söz konusu olduğu takdirde hasta sırt üstü yatırılmalıdır. Nefes almasını engelleyecek şekilde akciğer kanaması mevcut olduğu takdirde, sırt ve baş yükseltilmelidir. Hastanın başı yan tarafa çevrilerek kusması kolaylaştırılmalıdır. Hasta sakinleştirilmeli ve ona güven vermeye çalışılmalıdır.

Burun kanaması olduğu takdirde hastanın kafası geriye doğru eğilmeli, giysilerin boğaz kısmı açılmalı, hasta ağızdan nefes almalıdır. Yalnız bir burun deliğinde kanama varsa, kanayan taraftan burnun ortasına doğru yaklaşık 5 dakika süre ile baskı yapılmalıdır.

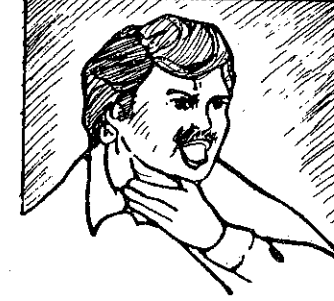
Bu arada kanayan tarafa dıştan kar, buz veya soğuk suya batırılmış bez olmak üzere soğuk kompres yapılmalıdır. Elde mevcut olduğu takdirde kanayan burun deliklerine steril gazlı bez veya pamuk tıkanmalıdır.



NEFESSİZ KALMA

Kendinden geçmemiş olan bir kişinin nefes borusunun tıkanması halinde göstereceği arazlar şunlardır :

(1) Aşağıdaki resimde görüleceği üzere ani bir refleks olarak kişinin elini boğazına götürmesi



(2) Konuşamaması,

(3) Hırıltılı sesler çıkarması ve nefes almak için olağanüstü gayret göstermesi,

(4) Renginin morarması.

Nefes yolunun tıkanmış olduğunun baygın bir kişideki belirtileri ise göğsün nefes alır verir şekilde inip kalkmaması ve rengin morarması olmasıdır.

Nefes yolunun tıkanmış olmasının üç temel nedeni vardır :

(1) Sıvı, takma diş veya diğer bir yabancı maddenin ağız veya boğazda bulunması,

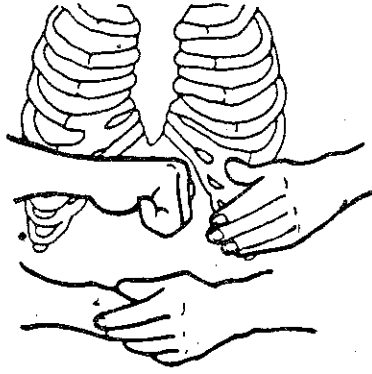
(2) Çenenin boşalması sonucunda dilin geriye düşerek boğazı kapaması (dil yutma olayı)

(3) Başın öne katlanarak çenenin göğüs kafesine yaklaşmasıyla nefes borusunun kapanması

Nefes alamıyan kişi henüz kendinden geçmemişse, aşağıda resimde görüldüğü üzere kaburgaların birleştiği kısma 4 kere avucun içi ile keskin bir şekilde vurulmalıdır.



Diğer bir usul aşağıdaki şekilde görüleceği üzere hastanın arkasına geçerek bir elin yumruk biçimine sokulması ve diğer el ile tutarak yukarıya göğüs kafesine doğru 4 kez hızlı ve kuvvetli tazyik yapılmasıdır.



Bütün bunlar sonuç vermediği veya hasta baygın olduğu takdirde ağız, burun ve boğaz hızla temizlenmelidir. Bunun için işaret parmağının boğaza sokulup dışarıya çekme veya kenara itme hareketiyle boğazı tıkayan madde dışarıya alınmalıdır. Boğazı temizleme işlemi yapılırken hastanın başı aşağıdaki resimde görüldüğü gibi yana dönük durumda tutularak boğazı tıkayan maddenin kolay çıkarılması sağlanmalıdır.

Ağız ve boğaz temizlendikten sonra hastanın başı geriye doğru çekilerek "kılıç yutma" durumu denilen hale getirilmelidir. Bu durumda hastanın boynunun ön tarafı gergin bir şekil almış olacaktır.

Çene ucu yukarıda olmak üzere hastaya mümkünse sol tarafından yaklaşılmalı, sol elin başparmağı hastanın dişlerinin arasına sokulmalı, alt çene güçlü bir şekilde dışarıya çekilerek alt dişlerin üst dişlerden daha önde olması sağlanmalıdır. Hastanın baygın halinin devamında dişler bu durumda tutulmalıdır. Hastanın dişlerinin parmağı kesmesini engellemek amacıyla gerekirse bir mendil veya bez parçası

kullanılmalıdır.

Sağ elin baş ve işaret parmakları hastanın burnunun kapatılması için bir mandal gibi kullanılmalıdır.

Bundan sonra hastanın ağız ile sun'i solunum yaptıracak kişinin ağız biribirine yapışık şekilde hızla ve güçlü bir şekilde göğsü yükselineye kadar hava üflenmelidir. Göğüs yükseldikten sonra ağız hızla ayrılarak hastanın kendi kendine nefes vermesi sağlanmalıdır.

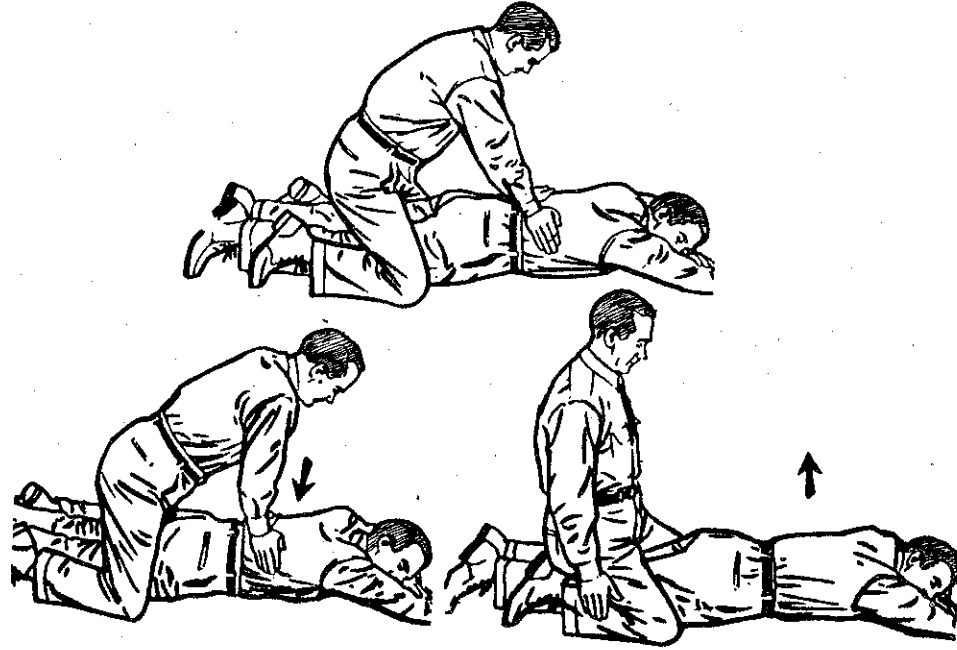


Ağızdan üflenirken hastanın göğsü yükselmez ise boyun oynatılarak ve daha da gerilerek hava yolu kontrol edilmeli ve daha güçlü üflenmelidir. Üfleme hızı dakikada 12 ila 20 göğüs kafesi şişmesi olmalıdır. Sun'i solunum yaptıran kişi derin ve hızlı nefes alarak hem kendine hem de hastaya yetecek kadar hava almalıdır. Ritmik bir şekilde ara verilmeksizin hasta nefes almaya başlayınca veya öldüğünden emin oluncaya kadar devam edilmelidir. Uygun bir ritm faydalıdır ancak nefes aralıklarının mutlaka saniye saniyesine eşit aralıklarla yapılması da gerekli değildir.

Hasta nefes almaya başlamışsa, alt çenesini gergin tutmak suretiyle tam olarak kendine gelinceye kadar hava giriş yolu açık tutulmalıdır. Tırnakları ve dilinin rengi pembe yerine morumsu olmaya devam ediyorsa yeteri kadar nefes alamadığından yardıma devam edilmelidir.

Hastanın göğsü ve karnı hareket etmekle beraber, kafa ve çenesinin uygun bir şekilde düzenlenmemiş olması nedeniyle ciğerlerine yeteri kadar oksijen gitmeyebilir. Bu durumdan emin olabilmek için, kulağın iyice yaklaştırılması suretiyle hava giriş çıkışının tam olarak gerçekleşip gerçekleşmediği kontrol edilmelidir.

Diğer bir yöntem, hastanın yüzükoyun yatırılarak göğüs kafesinin bir körük gibi bastırılması suretiyle sun'i solunum yaptırmaktır. Shafer yöntemi denilen bu usulün uygulanması için yine solunum yolları temizlenir ve hastanın rahat nefes almasını sağlayacak diğer önlemler alınır. Birinci harekette hastanın sırtına baskı yapılarak göğüs kafesinin daralması sağlanır. İkinci durumda hastanın sırtından eller çekilerek göğüs kafesinin kendi elastikiyeti ile genişlemesi sağlanır. Hastanın sırtına otururken göğsünün rahat hareket etmesi sağlanmalıdır.



KALBIN DURMASI

Hastanın kalbinin durduğunun anlaşılması halinde yapılacak işlem kalbe dışardan masaj ile birlikte ağızdan sun'i solunum yaptırmaktır.

Hastaya, ağızdan yukarıda belirtildiği tarzda ve güçlü bir şekilde dört kez hava verilir. İki hava veriş arasında havanın ciğerlerden kaçmamasına çalışılarak hastanın ciğerlerinin azami derecede havalanması sağlanır.

Bundan sonra derhal hastanın sağına geçerek, sol el göğüs kafesinin üzerine aşağıdaki şekillerde görüldüğü gibi alt tarafa yakın avucun içi basınç yapacak şekilde yerleştirilir. Sağ el ise, parmaklar hastanın cenesine yönelecek şekilde sol elin üzerine konulur. Masajı yapacak kişinin kendi vücut ağırlığı ile basınç yapacak şekilde

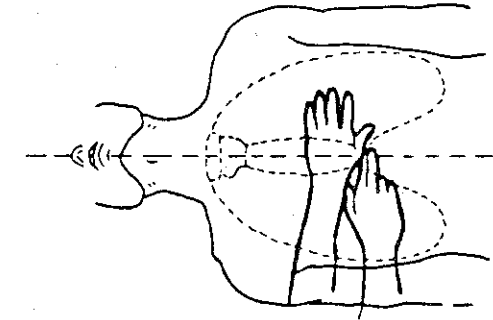
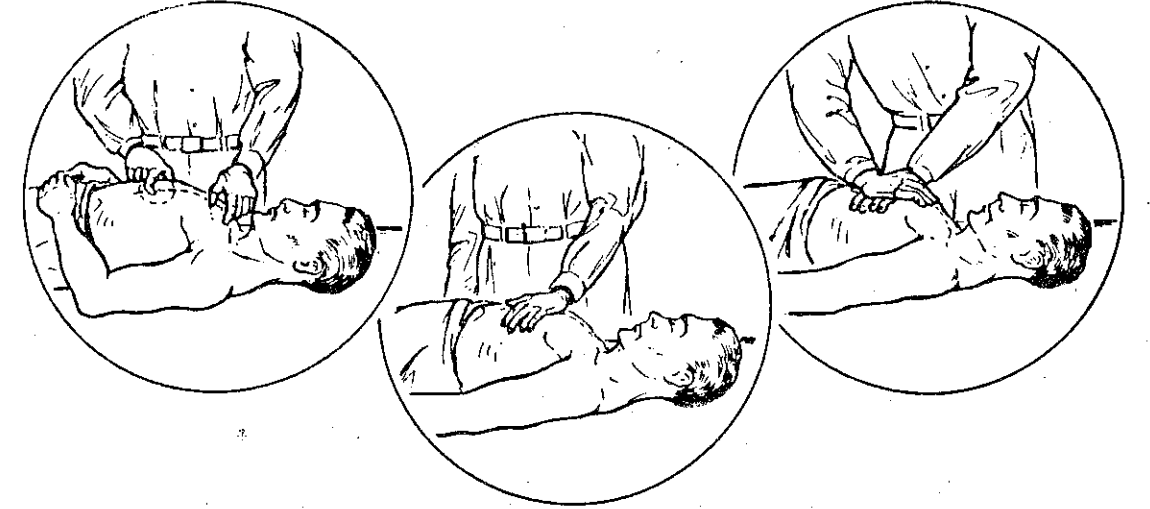
yerleşmiş olması gerekir.

Basıncı; dikey olarak aşağıya doğru, yaklaşık saniyede bir kez, hastanın göğüs kemiğinin bel kemiğine 4-5 cm yaklaşmasını sağlayacak şekilde uygulanmalıdır.

Her baskının sonunda eller kaldırılmalı, bu şekilde hastanın göğsünün geri tepme ile genişlemesi sağlanmalıdır.

Her 15-20 saniyede bir durup yukarıda belirtildiği şekilde 3-4 kez sun'i solunum yaptırıp masaja derhal yeniden başlanmalıdır. Hastaya yardım edecek iki kişi mevcut ise, biri masaj yaparken diğeri sun'i solunum yaptırabilir.

Hastanın kalbi çalışmaya başladıktan sonra nabız güçleninceye kadar kalp masajına devam edilmelidir. Nabız, hastanın boyun damarlarından (şah damarı) kontrol edilmelidir.



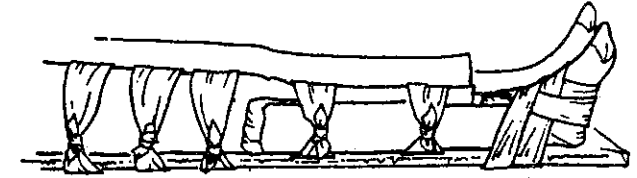
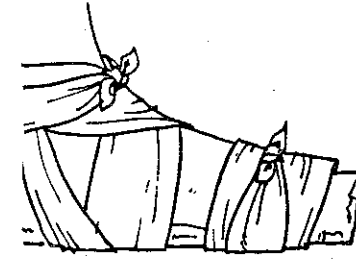
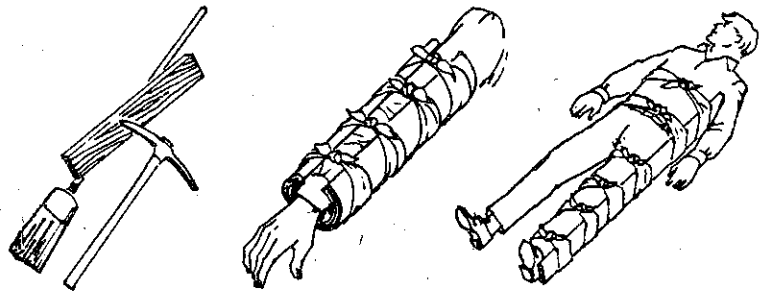
KIRIKLAR

Kırıkların tedavisi genellikle ilk yardımın dışında tutulmaktadır. Bununla beraber uzaması mümkün olan yaşamı sürdürme mücadelesini verebilmek için kişinin kırık uzunu bir nebze tedavi ederek kısmen kullanmaya çalışması söz konusu olduğu gibi olduğu yerde yardım bekleme durumunda olanların başına gelen kırıkların daha fazla zarar vermesini engellemek için bazı önlemler almak gerekebilir.

Herhangi bir uzvu kırık olan bir kişi mümkün olduğu derece kıpırdatılmamalıdır. Kırık üzerindeki giysi, kırıktan başka açık yara ve kanama yoksa, çıkartılmamalıdır. Yaşamı sürdürme koşullarında meydana gelen bir kazanın neden olduğu kırık, kazadan hemen sonra sicağı sicağına tedavi edilmelidir. Biraz gecikildiği takdirde kırığı saran kaslar uzuv oynatıldığı takdirde büyük acı verebilir ve bu durumda tedaviyi yapabilmek için morfin veya başka bir uyuşturucu gerekebilir. Buna meydan vermemek için derhal tedaviye başlanmalıdır.

Öncelikle kırık uzuv çekilerek birbirinin üstüne binmiş kemik parçalarının sıraya girmesi sağlanmalıdır. Kırık uzvun yeteri kadar çekilip çekilmediğinin anlaşılması, boyunun sağlam uzuv ile karşılaştırılması suretiyle mümkündür.

Bundan sonra alçıya alma yerine geçecek, kırığı sabitleştirici bir düzen hazırlanmalıdır. Ağaç dalları, herhangi bir aletin sapı, kalın karton, çok sayıda gazete veya başka kağıt, kalın ağaç kabuğu, tahta, alüminyum veya demir çubuk veya şerit v.b.. bir sürü madde; bez, tel, ip, kayış, ince yaş dal, sarmaşık v.b. unsurlarla bağlanarak kırık uzvu sabitleştirmek amacı ile kullanılabilir.



Sabitleştirici unsur, kırığın alt ve üstündeki sağlam kısımlara bağlanacak kadar uzun olmalıdır.

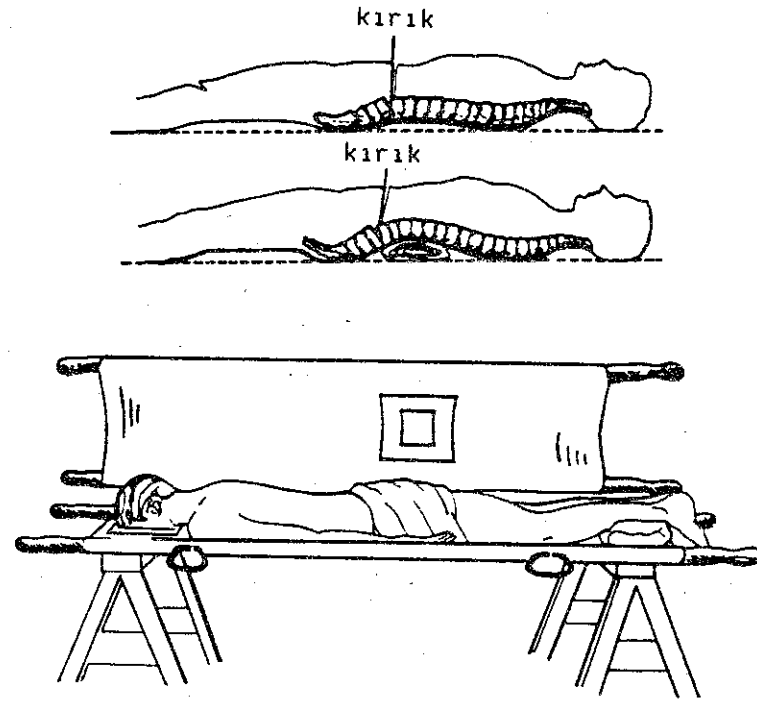
Kişinin yalnız olması halinde bu tedaviyi bizzat kendi kendine yapabilmesi büyük bir cesaret işi olmakla beraber gerekli olabilir. Bunun için kişi ya yer çekimini kullanarak ayağını sarkıtmak suretiyle kemiklerin sıraya girmesini sağlamalı veya ayağını bir ağaca veya benzer bir yere takarak bacağını çekmelidir. Kuşkusuz, bu işlemi yaparken, sabitleştirmeyi sağlayacak maddeler hazır olmalıdır.

Bel kemiği kırığı veya zedelenmesi olduğu zannedilen bir kişi, kendi boyundan daha uzun bir kapı, tahta veya kalas üzerine kıpırdatılmaksızın sırt üstü uzatılmalı ve belinin kavisli yerinin altına yumuşak bir destek konularak bel kemiğinin omur iliği kesmesi veya zedelenmesi önlenmelidir.

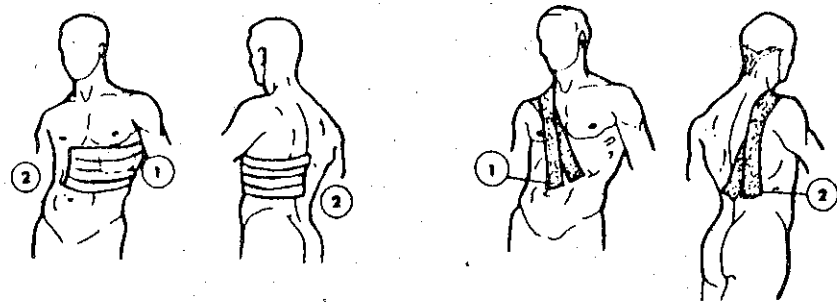
Kırık omur iliğinin enseye yakın bir kısmında ise hasta yüzükoyun yatırılmalı, boyununun altına yumuşak bir destek konulmalı, hastanın başının sağa sola düşmesini engelleyecek şekilde her iki tarafı içine toprak veya kum doldurulmuş bir torba gibi ağır yastıklarla desteklenmelidir.

Gerek bel kemiği gerek boyun kırığı olan kişilerin yattığı düz yatak muhakkak boylarından uzun olmalı ve taşınmaları sırasında bel kemiğinin kesinlikle oynatılmaması ve eğilmemesine aşırı dikkat gösterilmelidir.

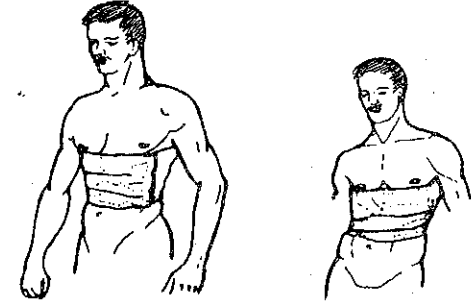
Uzun süre yatması gereken hastaların vücutlarında yatak yaraları açılmaması için yatağı temas eden yerleri günde bir kaç kez oynatılarak ve kısmen değiştirilerek önlem alınmalıdır.



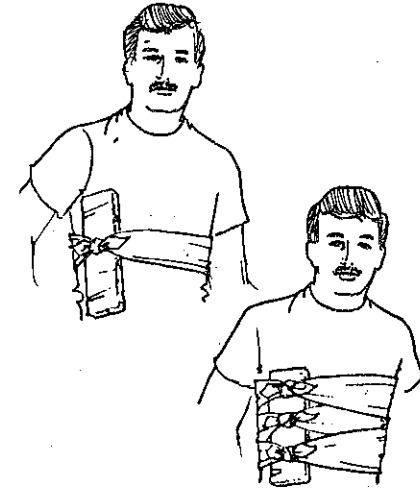
Kaburga kırıklarının tedavisi için elde kalın yara bandı mevcut olduğu takdirde, hastanın nefesini verdikten sonra yeniden nefes almayarak o durumda kalması sağlanır ve aşağıdaki şekilde görüleceği üzere üst kaburga kırıkları için omuzdan dolaşan, alt kaburga kırıkları için yandan saran şekilde geniş yara bantları hızla yapıştırılarak hastanın kaburgaları sabitleştirilir.



Elde elastiki bant mevcut olduğu takdirde yapılacak işlem, göğüs kafesini meme uçlarının hemen altında şekilde görüldüğü gibi sarmaktır.



Elde bezden başka malzeme mevcut olmadığı takdirde aşağıda şekilde gösterildiği üzere bir tahta parçasını göğüs kafesine bir kaç yerden sıkıca bağlamak gerekir. Bez veya kumaş parçasını kullanmanın en iyi yolu başörtüsü şeklinde üçken yaparak iki uçtan düğüm atmaktır.



BURKULMA

Belirtileri şişme, morarma ve ağrı olan kol ve ayak burkulmalarının tedavisi, burkulan yerin sarılması ve dinlendirilmesidir. Burkulan yere soğuk uygulanması şişmeyi önler. 6-7 saat sonra şişme sorunu ortadan kalkar ve ağrı başlar. Bu durumda soğuk yerine sıcak uygulanması ağrıyı dindirir. Dinlendirirken, burkulmuş uzuv yerden yükseğe kaldırılmalıdır.

YANIKLAR

Yanıklar, diğer yaralanmalara kıyasla en fazla acı ve sızı veren ve miktarı (yanık alan) ve derecesine (yanığın derinliği) göre şokla sonuçlanabilen yaralanma türüdür. Şoka ek olarak yanık yarasının kolaylıkla mikrop kapması da söz konusudur.

Yanıklar için uygulanacak ilk tedavi acının azaltılması ve enfeksiyonun önlenmesine yönelik olmalıdır. Yaşamı sürdürme koşullarında yanan kısmı örtterek kapatma suretiyle yapılacak tedavinin bazı faydaları vardır. Yaranın steril sargı bezi veya temiz bir bezle kapatılması halinde acı ile birlikte enfeksiyon ihtimali azalacaktır. Ayrıca, yaralı olan kişinin bir dereceye kadar hareket edebilmesine de imkan verecektir. Elde mevcut olduğu takdirde yanık yarasına yanık merhemi veya steril vazelin gibi yumuşatıcı unsurlar sürülmelidir.

Yanık yaralarına maruz kalmış bir kişinin vücut sıvılarının ve tuzlarının eksilmesine engel olmak gerekir. Bunun için bol miktarda su içirilmeli ve elde mevcutsa günde 5-6 tane tuz hapi verilmelidir. 24 saatte içilmesi gerekli su miktarı en az 4 litre olmalıdır.

Yanık yarasına parmakla veya başka sert bir cisimle ellenmemelidir. Mevcut olduğu takdirde üzeri kalan bandajla kapatılmalı ve bandaj değiştirilmemelidir. Ağrı ve acı şiddetli olduğu takdirde yanan uzuv dinlendirilerek acı giderilmeye çalışılmalıdır. Acı çok şiddetli ise ve elde mevcudu varsa morfin iğnesi yapılabilir.

DONMA

Donma, ısının sıfırın altında olduğu bir ortamda ve özellikle rüzgarın şiddetli olduğu durumlarda vücudun belirli bir kısmının dondurucu soğuğa maruz kalmasından oluşan bir arazdır. Donmanın genellikle verdiği ilk duygu acı yerine duygusuzluktur. Donma olayı hissedilinceye kadar donmanın gerçekleştiğini görüntüsü ile anlamak mümkündür. Bu durum deride gri renkte veya sarımsak lekelerin oluşmasıyla anlaşılır.

Donmaya maruz kalan bir kişi mümkün olduğu takdirde hızla kapalı ve ısıtılmış bir barınağa alınmalıdır.

Donma yüzeysel kalmışsa deriye dokunulduğunda süngere dokunmuş gibi bir duygu elde edilir. Bu durumda kapalı ve ısıtılmış yere alınan kişinin normal vücut ısısı donmuş kısmı ısıtmaya yetecektir. Şayet donma derin ise bu durumda donmayı eritmek için gerekli önlemler hızla alınmalıdır. Eritmenin en uygun yolu sıcak su kullanmaktır. Çözüldükten sonra yeniden donmuş bir kısmın büyük ölçüde doku kaybına maruz kalacağı

düşünülürse, kesinlikle yeniden donma tehlikesinin var olduğu korumasız bir ortamda hastanın donan uzvunun veya vücut kısmında don eritme işleminin yapılmaması faydalı olabilir. Böyle bir durum söz konusu olmadığı takdirde don eritme işi hızla gerçekleştirilmelidir.

Donan kısımlar hızla ısıtılmalıdır. Tedavi yolu çok acı verici olmasına rağmen donan kısımlar sıcak suda yumuşayınca kadar tutulmalıdır. İyi sonuç alabilmek için suyun ısısı 40 - 43 derece santigrad arasında olmalıdır. Bu ısıyı anlamamanın en iyi yolu dirseği suya batırarak normal yıkanma suyu kadar sıcak yakmayan bir ısının varlığını kontrol etmektir. Sıcak suyun mevcut olmaması halinde donmuş kısım battaniye, bez gibi unsurlara sarılarak dışardan ateşte ısıtılmış tuğla veya taş gibi maddeler değdirilmek suretiyle çözülme gerçekleştirilmeye çalışılır. Donan kısımlar ayak parmakları veya el parmakları olduğu takdirde kesinlikle oynatılmamalıdır.

Donan kısmın tedavisini sağlayacak diğer bir yöntem başka birisinin vücut ısısının kullanılması suretiyle çözülme gerçekleştirilmektir. Bunun için donan kısım başka birisinin avuçlarının içine veya göğsüne, bacak veya kollarının altına alınarak ısıtmaya çalışılır.

Donma, cilt çatlaklarıyla sonuçlandığı takdirde tentürdiyot gibi antiseptikler ile yara tozları gibi ilaçlar kullanılmamalıdır.

Donmuş ayak, ayyakabı veya çizmenin içinden zorla çıkarılmamalı; ayak, ayyakabı veya çizme ile birlikte sıcak suya konularak bunların yumuşaması sağlandıktan sonra zedelemeyen yavaşça çıkarılmalıdır.

Donmuş uzuvlar hiç bir zaman ovulmamalı, bunların üzerine buz veya kar uygulanmamalıdır. Donmuş bir uzuv hareket yaptırmak suretiyle tedavi edilmeye çalışılmamalıdır. Bu durum doku kaybıyla birlikte derinin çatlmasına da neden olacaktır.

KAR KÖRLÜĞÜ

Karlı bir ortamda güneş gözlüğü olmaksızın devamlı beyaz kara bakmış olmak nedeniyle gözlerin aşırı ışığa maruz kalmasından ortaya çıkan bu arazın belirtileri; gözlerin kanlanması, yanması, sulanması, batması ve kişi ışığa baktığında karaltılar görmesidir. Bunlara ek olarak baş ağrısı ve görme zayıflığı da ortaya çıkmaktadır.

Kar körlüğü, aşırı ışığa maruz kalıdıktan 4 ile 6 saat sonra ortaya çıkmaktadır. Bu nedenle bütün gün boyunca açık arazide yürüyen ve ışığa maruz kalan bir kişi ancak güneş battıktan sonra durumu anlamaktadır.

Kar körlüğünün tedavisi gözleri ışıktan korumaktır. Gözleri ışıktan koruyucu önlem alındığında, batma ve yanma gibi arazlar da azalacaktır. Kişi kapalı ve ışısız yerde oturmalı veya gözlerini kapatacak şekilde hafif bir bandajla göz kısmı örtülmelidir. Donma tehlikesi mevcut değilse gözlere soğuk suya batırılmış kompres yapılmalı ve hastaya bir aspirin verilerek gözlerin ağrısı azaltılmalıdır. Kesinlikle göz damlası veya başka bir ilaç kullanılmamalıdır. Vakaların çoğu tedavi edildiği takdirde genellikle bir günde iyileşmektedir. Bununla beraber kar körlüğüne maruz kalmış bir kişinin önlem almadığı takdirde başkalarına kıyasla daha kolay bir şekilde yeniden hastalanması söz konusu olduğundan aşırı ışıklı bir ortamda önlem almak gereklidir.

GÜNEŞ ÇARPMASI

Aşırı sıcakta kalan bir kişinin karşılaşacağı en basit araz bacak ve bel kaslarına krampların girmesidir. Bu durumda yapılacak tedavi hastanın dinlenmesini sağlamak ve kendisine suda eritilmiş tuz vermektir.

Önce kızarma daha sonra ise benizin sararması ve şiddetli terleme belirtileri ile ortaya çıkan sıcak çarpmasında deri rutubetli ve soğuk bir şekil alır. Yapılacak tedavi, hastayı gölge bir yere yatırarak kendisine tuzlu su içirmektir.

Daha şiddetli vakalarda belirtiler aniden ortaya çıkar. Beniz kızarmış, deri sıcak ve kurudur. Hastanın terlemesi birdenbire kesilir. Şiddetli başağrısı başlar, nabız hızlanır ve kuvvetlenir. Hasta birdenbire baygınlık geçirebilir. Hasta derhal gölge bir yere yatırılmalı, elbiseleri çözülmeli ve ıslatılmalı, devamlı yelpazeleyerek soğutulmaya çalışılmalı, uyandırıcı maddeler verilmemelidir.

YILAN SOKMASI

Yılanın kol veya bacak gibi bir uzvu ısırarak zehirini bırakması halinde yapılacak ilk işlem ısırılan bölge ile kalp arasına bir turnike uygulayarak zehirli kanın kalbe gitmesini engellemektir.

Bundan sonra kasın uzun yönüne paralel olmak kaydıyla beher diş izini ortaya alacak şekilde yaklaşık 1/2 cm derinliğinde kesik yapılarak ağızda yara veya bere mevcut olmadığı takdirde bölge emilerek zehirli kanın akıtılması sağlanır.

Yaralı uzuv hareketsiz bir şekilde dinlendirilmelidir. Zehir akıtıldıktan sonra turnike gevşetilerek çıkarılır. Ağrı ve acıyı

azaltmak için soğuk kompres yapılır. Hastanın mümkün olduğu kadar sakin kalmasına gayret gösterilir. Kendisine kesinlikle alkol verilmez.

İLKEL TABABET

Uygar toplumlarda doktorlar olduğu kadar hastalar da harika ilaçlar, modern laboratuvarlar ve karmaşık tıbbi donanıma güvenmektedirler. 40-50 yıl öncesine kadar uygulanan ve basit maddelere dayanan tedavi usulleri tamamen unutulmuş gibidir. Dünyanın birçok bölgesinde hala ot ve diğer bitkiler ile diğer doğal maddelere dayalı tedavi usulleri yaygın bir şekilde uygulanmaktadır. İnsanlık tarihi ile birlikte başlamış olan otlara dayalı tababet, modern laboratuvarlarda ve fabrikalarda imal edilen bir sürü ilacın çeşitli otlar içermesiyle halen devam etmektedir. Örneğin, pektin denilen maddenin esası narenciye veya elma posasıdır. Bu posa tebeşir tozu ile karıştırıldığında elde edilecek ilaç basit bir "kaopektat" olacaktır.

Otlara dayanan tababet ve ilkel tedavi usulleri etkili olmakla beraber yanlış uygulandığı takdirde çok ters sonuçlar verebileceği gibi ölüme de neden olabilir. Bu nedenle tedavinin ve ilaç kullanımının emin olunmayan hallerde uygulanmaması önerilir.

Ishal, bir sürü unsurun neden olabileceği bir hastalıktır. Koruyucu tababet kuralları iyi uygulandığı takdirde rahatlıkla önlenir. Basit vakalarda tedavi yöntemi, 24 saat boyunca yalnız sıvı gıdalar almaktır. Bu tedavi yeterli olmaz ise tebeşir tozu, toz haline getirilmiş kuru kemik veya kömür başka ilaçlar mevcut olmadığı takdirde kullanılabilir. Bu maddelerden yapılmış bir avuç tozu mikroplardan arındırılmış su ile karıştırıp ishal azalınca veya tamamen bitinceye kadar iki saatte bir yutmak suretiyle sonuç alınabilir. Bu karışıma bir miktar narenciye veya elma posası eklendiğinde etki artar.

Çayda bulunan tanik asit ishali tedavi eden bir ilaçtır. Koyu bir çay hazırlamak ve iki saatte bir, bir fincan veya bardak içmek suretiyle ishal kontrol altına alınabilir. Sert ağaçların iç kabukları da bol miktarda tanik asit ihtiva eder. İç kabuk iki saatten fazla bir süre kaynatıldıktan sonra ortaya çıkan kötü koku ve tadı olan siyah sıvıdan bir miktar içildiği takdirde ishal vakalarının çoğu iyileşme gösterir.

Bağırsak kurtları bir çeşit parazittir. Kesin önlemler alındığı takdirde bunların insana bulaşması engellenebilir. Bu önlemlerin başında çıplak ayakla yere basmamak gelir. Aşağıda belirtilen önlemler tehlikesiz olmamakla beraber tedavi sağlar veya hiç olmazsa parazitin bulaşma derecesini azaltır.

(1) Tuzlu su : 4 yemek kaşığı tuz yaklaşık bir litre suya karıştırılır ve bir defada içilir.

(2) Tütün : Bir bir buçuk sigara yenilir. sigarada bulunan nikotin bağırsaklardan geçerken parazitleri ya öldürecek ya da dışarı atılmalarını sağlayacak yeterli bir süre boyunca bayıltacaktır. Parazit miktarı çok olup bir kez tedavi yeterli olmamışsa ikinci tedavi 24 ile 48 saat geçmeden tekrarlanmamalıdır.

(3) Gaz yağı : İki yemek kaşığı dolusu içilir. Kesinlikle daha fazla içilmemelidir. Tedaviyi tekrarlamak gerektiği takdirde aradan en az 48 saat geçmiş olması şarttır.

(4) Acı biber : Acı biber yemeklere karıştırılarak veya tek başına yenmelidir. Tedavi, acı biber tüketimi devamlı olduğu takdirde etkili olur.

Boğaz yanması veya acıması söz konusu olduğu takdirde dilin üzerindeki pas kazınmalı ve sıcak tuzlu suyla gargara yapılmalıdır.

Deri enfeksiyonlarında uygulanacak ilkel tedavi usulleri şunlardır

(1) Mantar hastalıkları: hastalık olan kısım mümkün olduğu kadar temiz ve kuru tutulmalı ve güneş ışınlarına maruz bırakılmalıdır.

(2) Pişikler: hastalıklı kısım temiz, kuru ve serin tutulmalı, elde talk veya benzeri pudra varsa pişik olan kısma uygulanmalıdır.

(3) Bütün deri hastalıklarında genel kural şudur : deri ıslak ise kurutulmalı, kuru ise ıslatılmalıdır.

Yanıklar : tanık asit ihtiva eden sıvıda (koyu çay veya sert ağaçların iç kabuklarının kaynatılmasıyla elde edilen sıvı) on dakika kaynatılıp soğutulan bez veya sargı bezi ile sarılmalıdır. Bu önlem acıyı azalttığı gibi yaranın kapanmasını hızlandıracak ve bir ölçüde enfeksiyona engel olacaktır.

Arı soktuğu takdirde yara dikkatle incelenerek iğne deride kalmışsa çıkarılmalı ve sokulan yere karbonatlı su, soğuk kompres, çamur veya zeytin gibi yağlı bir bitki uygulanmalıdır.

Özel Yetenekler 10

Kişi, vahşi doğadaki mücadelesi sırasında yalnız çevresinde mevcut olan doğal unsurlardan yararlanarak araç ve gereç imal edebilecektir.

Mevcut olanı kullanarak yaratma, uydurma veya çare bulabilmek için gerekli olan yeteneklerin bir tanesi de ip ve halatları bağlayabilecek düğüm çeşitlerini bilmektir. Bilinmesi gereken diğer bir husus, avlanan hayvanların derilerini tabaklayarak kullanmak suretiyle eşya imal edebilmektir. Bir üçüncü konu ise doğadaki yaşamın başlıca iki aleti olan bıçak ve/veya baltayı kullanmasını bilebilmektir.

DÜĞÜMLER VE BAĞLAMA ÇEŞİTLERİ

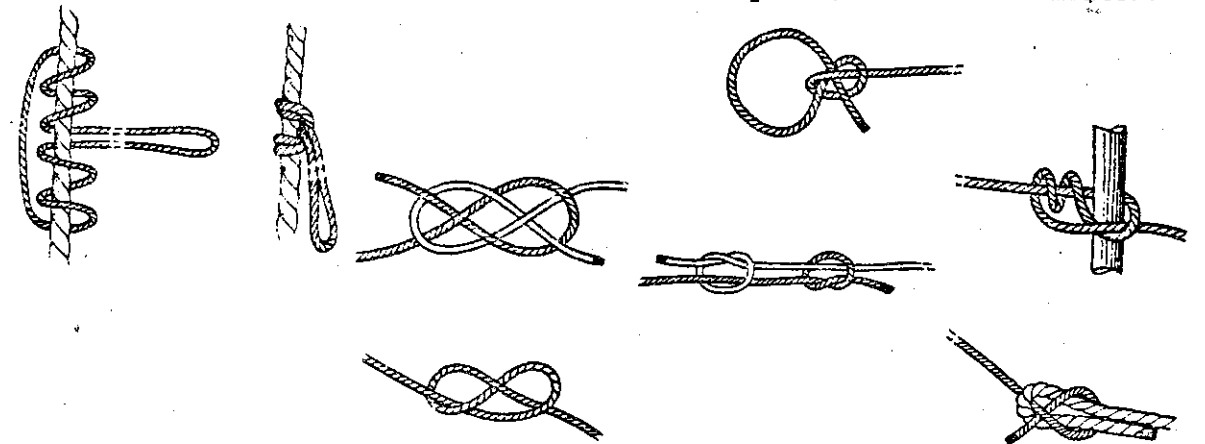
İki tane ip veya halat parçasını birleştirerek boylarını uzatmak kişiye çevresinde bulunan birçok maddeyi kullanılabilir hale getirebilme imkanı vermiştir.

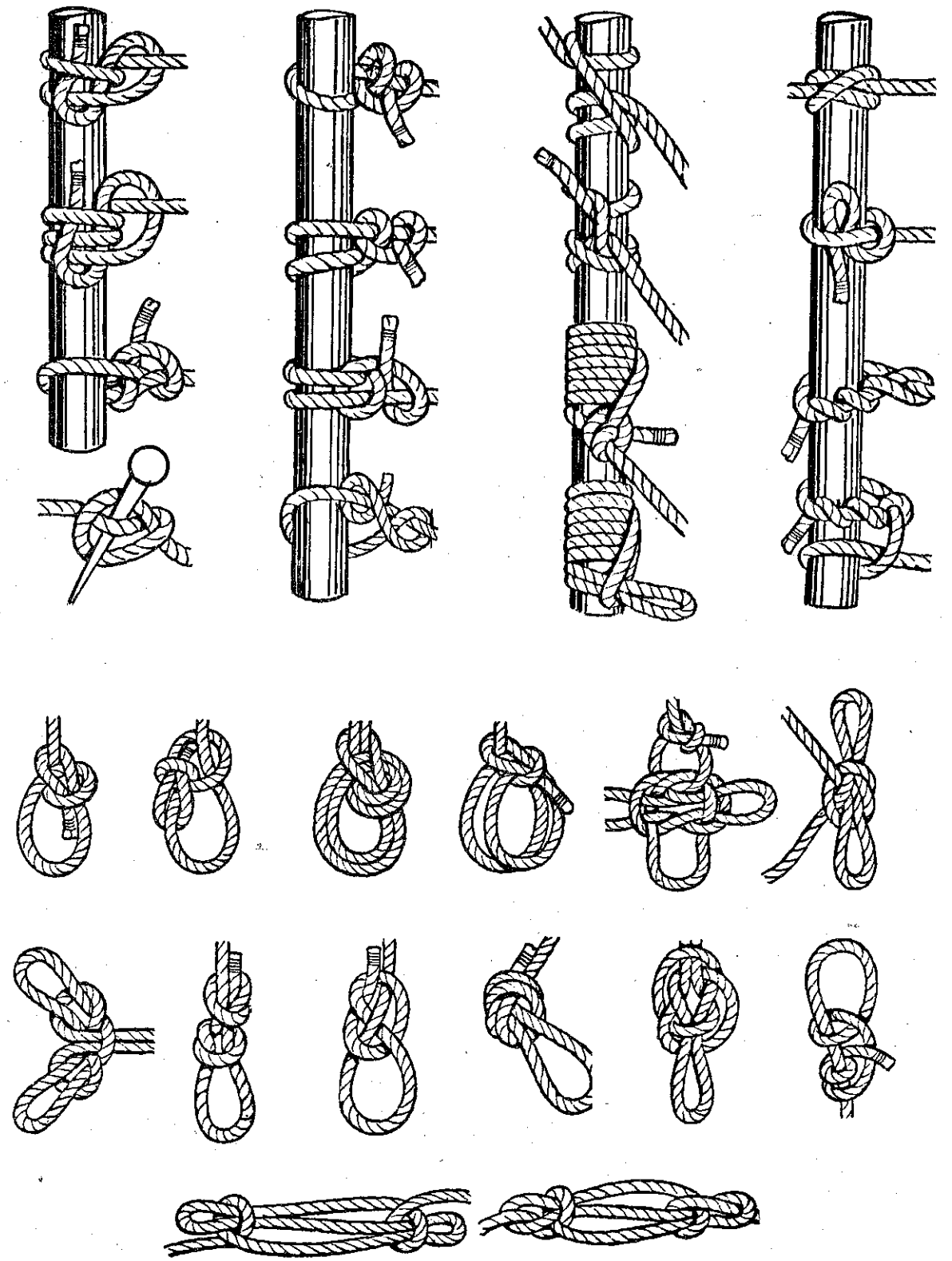
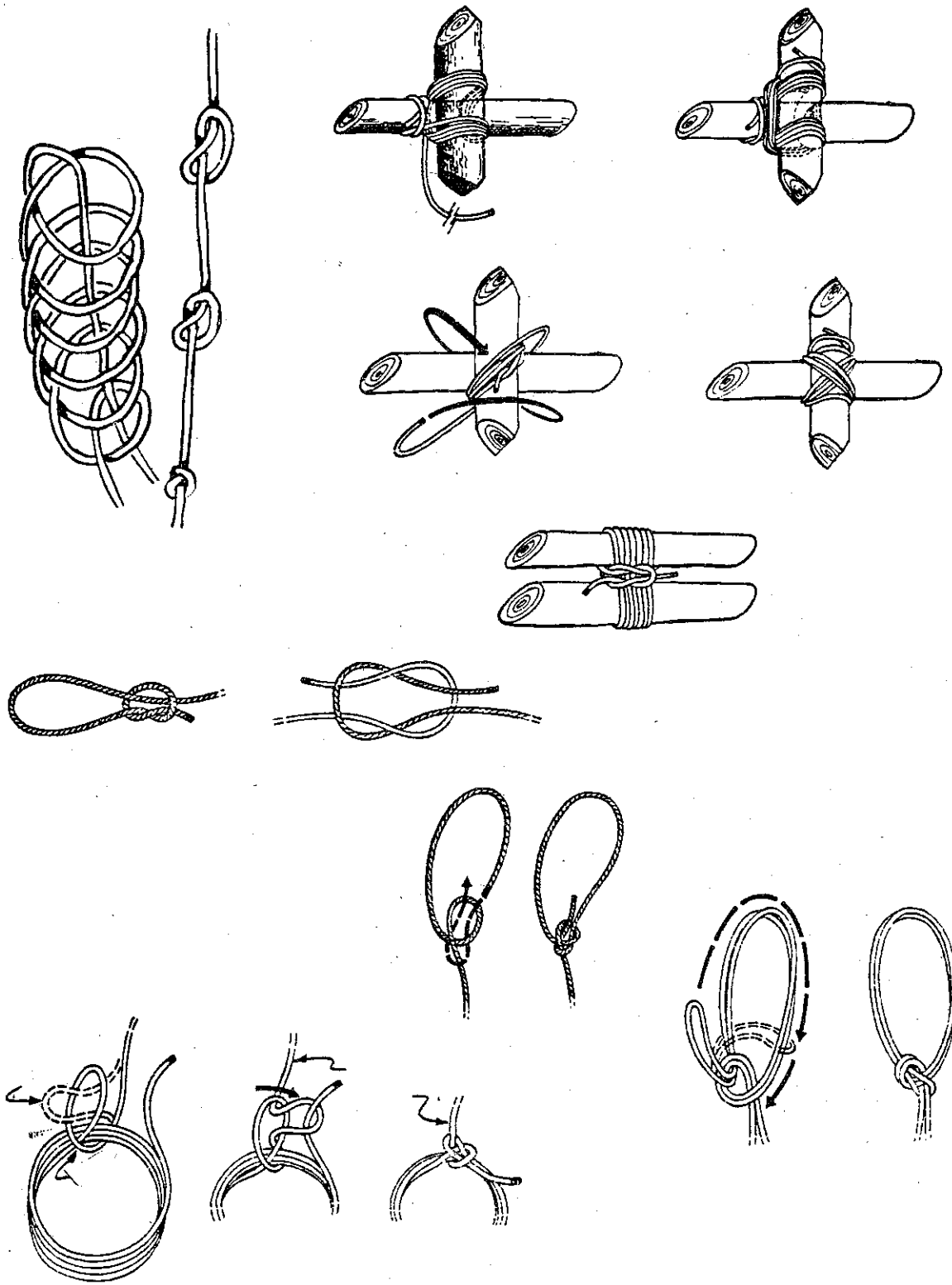
Gemicilikte olduğu gibi yaşamı sürdürme koşullarında da kullanılacak düğüm ve bağlama çeşitleri, sağlam bir bağlantı veya ekleme sağlamalarına ek olarak kolay çözülebilir olmalıdır.

Bir halat parçası olarak ve aşağıda verilen şekillere bakarak tanımı yapılan düğüm veya bağlama çeşitlerini yapıp çözerek eğitim yapmak, kişinin gözü ile parmakları arasındaki koordinasyonu sağlayarak gerekli olan zor koşullarda uygulamayı kolaylaştıracaktır.

Unutulmaması gerekli önemli bir husus, özellikle dağcılık uygulamalarında halat ve iplere özen gösterilmesi, üstlerine basılarak veya başka şekilde zedelenmelerinin önlenmesidir.

Aşağıda en fazla kullanılan çeşitlerle ilgili şekiller verilmiştir.

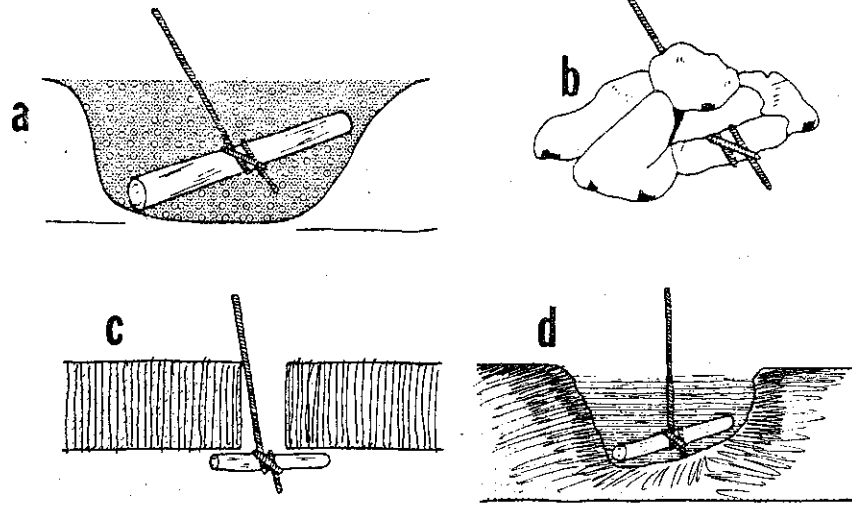




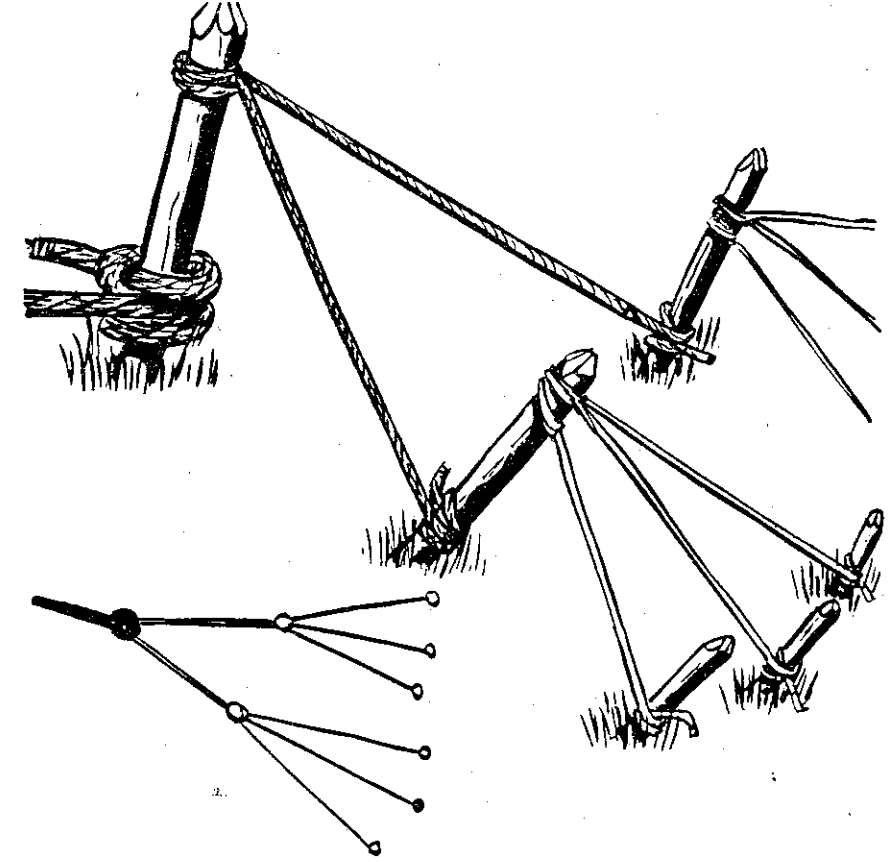
Bir halatın çadır ipi olarak veya başka bir amaçla kumlu bir arazide yere sağlam bir şekilde bağlanması için aşağıdaki şekilde verilen yöntem kullanılır.



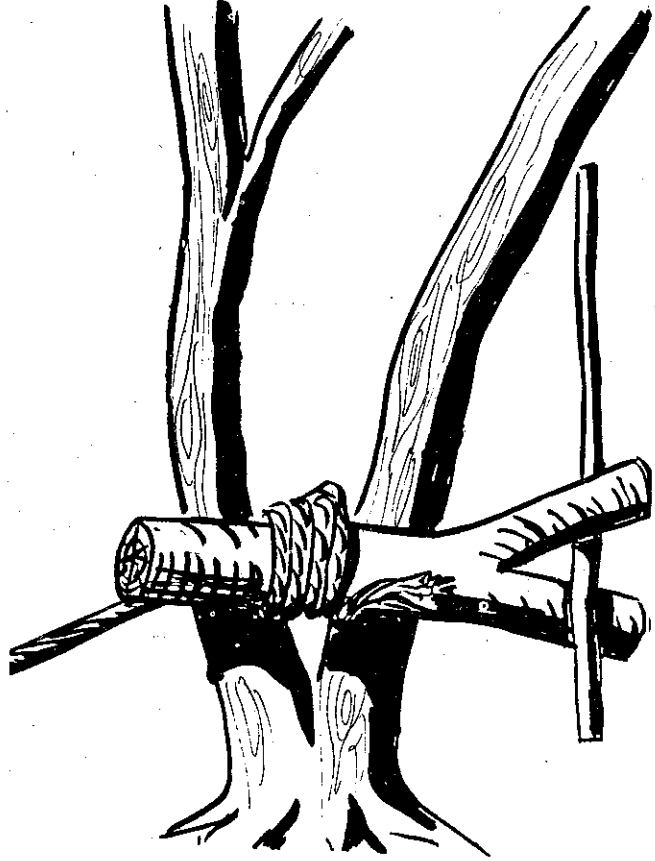
Aynı şekilde karlı ve buzlu bir ortamda halat veya ipi yere bağlamak gerekiyorsa aşağıdaki şekilde belirtilen yöntemlerden yararlanılır. Bunlardan (a) karlı arazi durumunda, (b) buz parçalarını kullanarak, (c) ince buz, (d) ise kalın buzdaki durumu göstermektedir.



Açık bir arazide çeşitli amaçlarla bir halatın son derece sağlam bir şekilde yere bağlanması (ankre edilmesi) gerektiğinde 1,2,3, yöntemi denilen ve aşağıdaki şekilde belirtilen usule başvurulabilir.



Ormanlık bir bölgede gerekli uzunlukta ve kalınlıkta halat mevcut olduğu takdirde aşağıdaki şekilde verilen vinci kullanmak suretiyle ağır cisimlere yer değiştirilebilir.

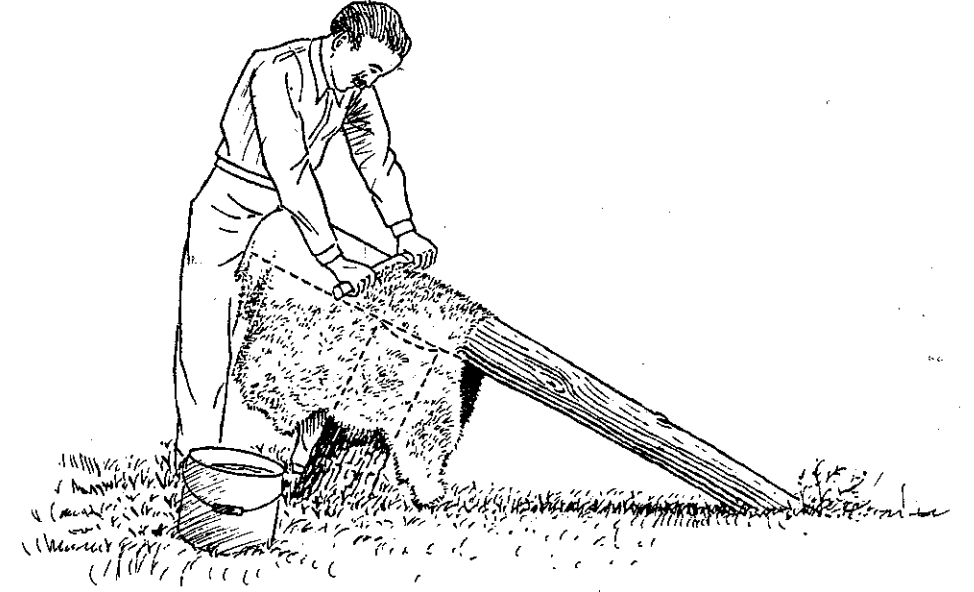


DERİ İŞLEME

Avlanılan hayvanların derisini kullanmak suretiyle ayyakabı, giyecek, barınak v.b. bir sürü esya imal edilebilir.

Hayvanın derisini yüzdükten sonra bunu ham deri haline getirmek çok kolaydır. Bütün sorun deriyi gölge bir yerde kurutmak ve iç tarafındaki yağlı maddeleri ve kalmışsa et dokularını taş, kemik, bıçağın tersi gibi sert cisimlerle kazıyarak temizlemektir. Deri, iç tarafı üste gelecek şekilde yere paralel bir şekilde asıldığında, bölgede bulunan küçük kuşların da derinin içinde kalan artıkları yiyerek temizleme işini yapabilecekleri unutulmamalıdır.

Ham derinin yumuşak olması istenildiği takdirde iç tarafı ıslatılmalı, daha sonra kurutulmalı ve kazınmalıdır. Derinin yeteri kadar yumuşak olmasını sağlamak için bu işlem bir kaç kez tekrarlanmalıdır. Ancak, kürk veya kıllı tarafın aynen kalması istenildiği takdirde, bu tarafın ıslatılmamasına dikkat edilmelidir. Kürk veya kılların tamamen çıkarılması istenildiği takdirde derinin bu tarafı ıslatılmalı ve aşağıdaki resimde görüldüğü gibi sert bir cisimle deriyi kesmeksizin kazınmalıdır.



Deriyi tabaklama, esasında kolay bir işlem olmakla beraber zaman ve sabır gerektirir. Derinin iç tarafındaki yağlar tamamen temizlendikten sonra üzerine taşlar dizmek suretiyle deri suya batırılır ve bir kaç gün suda bırakılır. Sudan çıkarıldıktan sonra kürk veya kıl tarafı kazınarak bunlar deriden tamamen çıkarılır; iç taraf yeniden kazınarak iyice temizlenir.

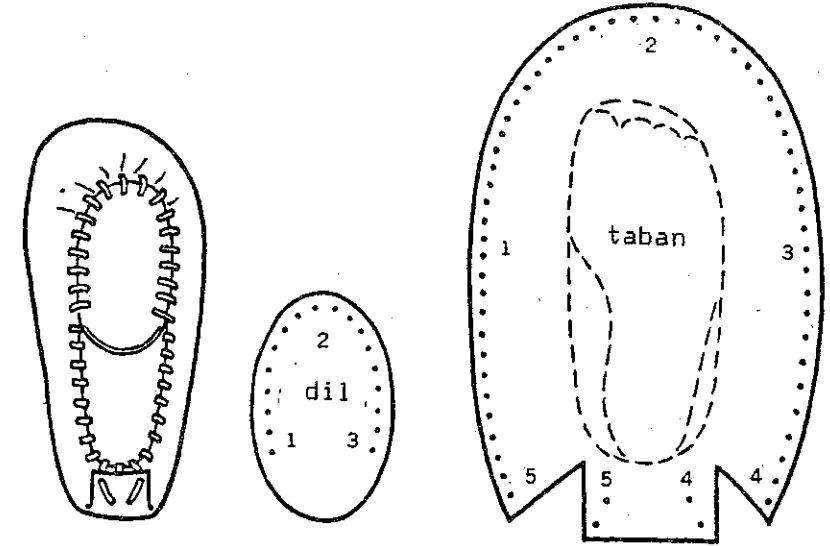
Bundan sonra hayvanın beyni ve yağı karıştırılmak suretiyle elde edilecek madde ile deri iyice ovulur ve sarılarak saklanır. Hayvan avlandıktan sonra tabaklanacak güne kadar geçecek süre içinde beynin ve yağın bozulmasını önlemek için en iyi yöntem, yağ ve beynin hayvanın bir bağırsak parçasının içine konulması ve her iki tarafının sıkıca bağlanarak gölge bir yerde saklanmasıdır. Bir kaç gün sonra deri tekrar bol suda yıkanıp iyice sıkılır ve kurumaya bırakılır.

Deri kurutulurken bir gergiye bağlanırsa şeklini kaybetmesi engellenir. Kuruma sırasında kalan ince tüy ve doku gibi maddeler kazınarak deriden atılır ve düzgün bir yüzey elde edilmeye çalışılır. İstenildiği takdirde derinin rengini koyulaştırmak ve ömrünü uzatmak için tütsülenmesi yapılır. Tütsüleme işlemi, ateş kısmında belirtildiği şekilde yaş çalı çirpının yandığı bir ateşin üzerine deriyi asmak suretiyle yapılır. Ancak, deriye kesinlikle sığağa maruz kalmaması, sadece dumanla tütsülenmesine özen göstermek gerekir.

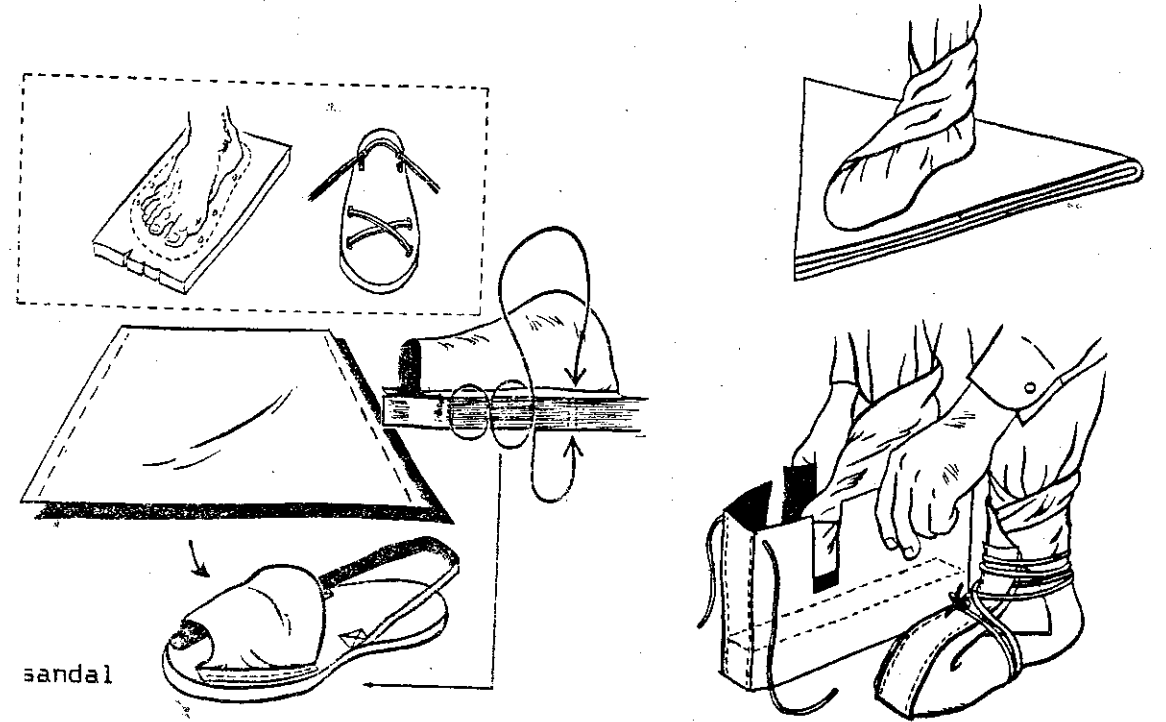
Deriyi aşağıdaki şekilde belirtildiği gibi bir kütük, kalın ağaç veya tahta üzerine koyarak saplanmış bir bıçak aracılığıyla kaytan veya ince şerit şeklinde kesmek mümkündür. Kaytan veya ince şerit şeklindeki deri bir sürü işte ipin yerine kullanılabilecek bir malzeme niteliği taşır.



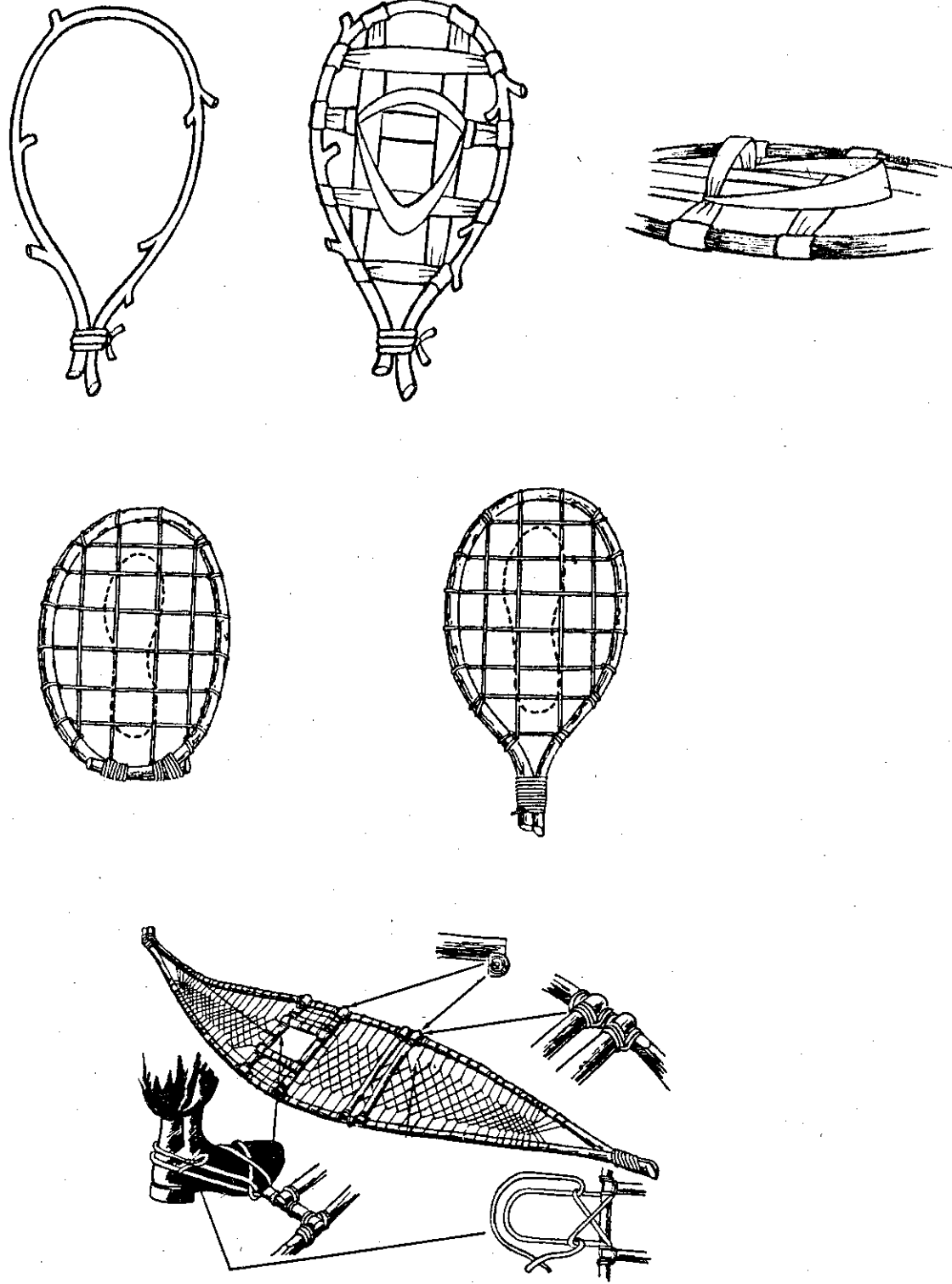
Deri ve kaytan kullanmak suretiyle Anadolu köylerinin çarık dedikleri ayyakkabı türü imal edilebileceği gibi Kuzey Amerika kızılderililerinin mokasen denilen ayakabıları da rahatlıkla yapılabilir. Aşağıda şekilde mokasen ayakkabı yapımı verilmektedir.



Deriyi aşağıdaki şekillerde kullanmak suretiyle çizme yapmak da mümkündür.



Kaytan veya deriden kesilmiş bant ve yaş ağaç dalı kullanmak suretiyle aşağıdaki şekilde hedik imal ederek karlı yörelerde kullanmak mümkündür.



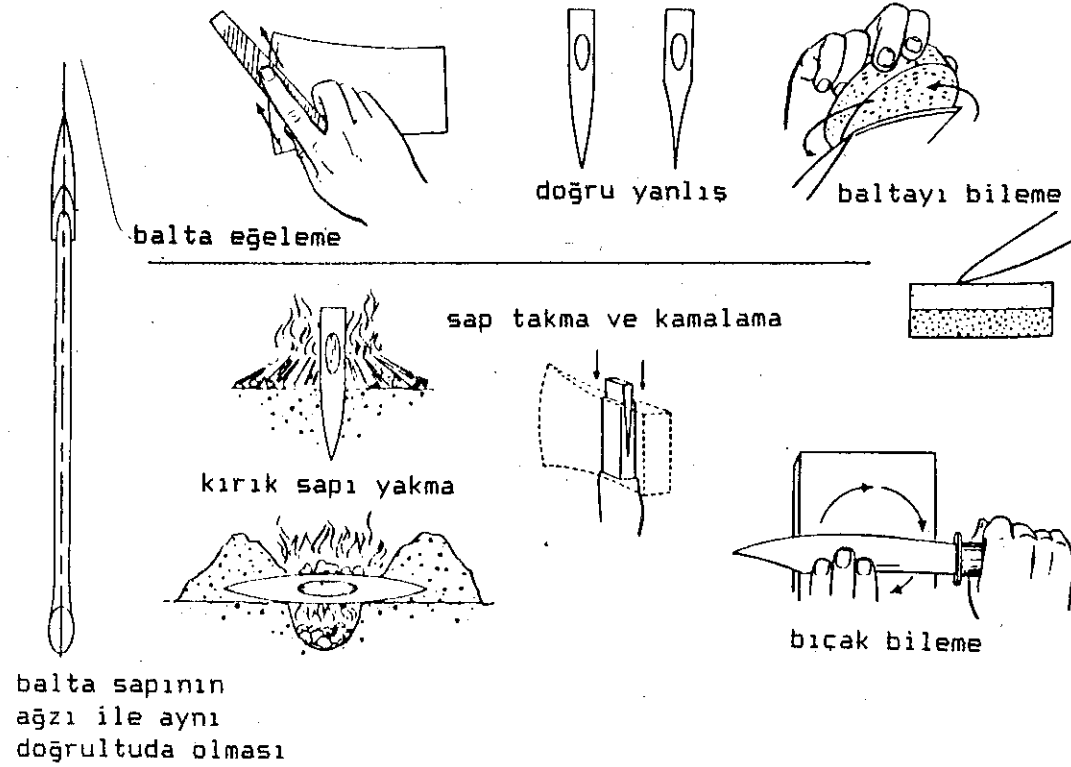
Deri ve kaytan kullanmak suretiyle imal edilebilecek diğer önemli bir eşya, yukarıda ilkyardım kısmında sözü edilen kar körlüğünden korunmak için maske veya gözlüktür. Bu arada, gözlerin hemen altının kömür karası ile veya başka bir kamufraj boyası ile siyaha boyanmasının kar körlüğünü önleme açısından faydalı olduğu belirtmekte fayda görmektediriz.



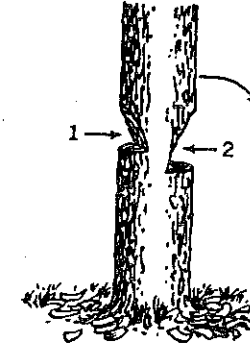
BIÇAK VE BALTA

Bıçak ve balta, doğada yaşamını sürdürmek zorunda kalan bir kişinin sahip olabileceği en değerli iki alettir. Bunlardan ikisinin de mevcut olması halinde ormanlık ve ağaçlı bir bölgede ev de dahil olmak üzere yapılamıyacak hiç bir şey yoktur. Bıçak veya baltadan hangisi tercih olunmalıdır diye bir soru ileri sürüldüğünde cevap kuşkusuz bıçak olacaktır. Balta ile yalnız kalın odunları kesmek veya yarmak söz konusu iken bıçak ile daha yavaş olmakla beraber bu işlerin yapılabilmesine ek olarak av hayvanını kesip yüzmekten ince aletlere kadar bir sürü iş yapılabildiğinden denilebilir ki bıçak, yaşamı sürdürme mücadelesi koşullarının vazgeçilmez aletidir.

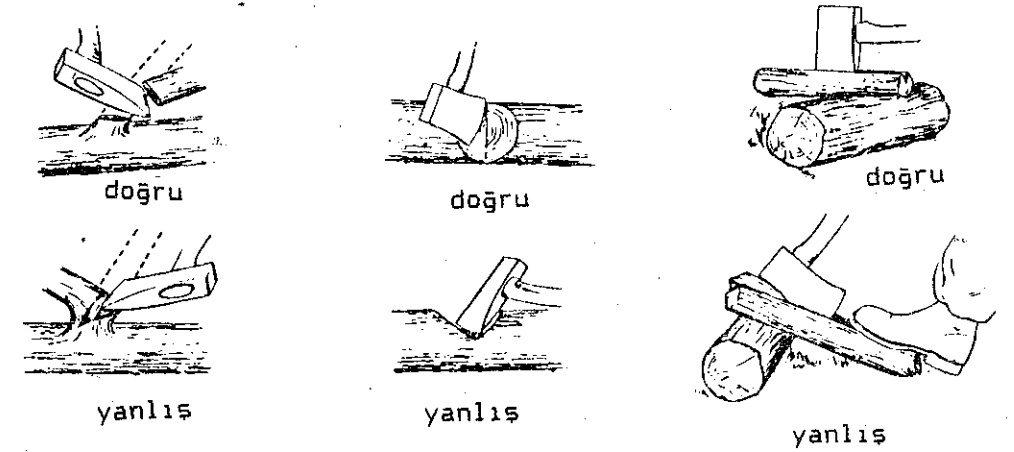
Baltanın rahat ve güvence içinde kullanılabilmesi için sapı ile aynı eksen üzerinde olması gerekir. Balta, ağzıya bir ege veya taş sürmek suretiyle bilenir. Baltayı bilenirken ağzının et kalınlığının azaltılmamasına dikkat edilmelidir. İçbükey bir biçimde bilenerek ağzı incelmış bir baltanın ağzının kolaylıkla kırılması söz konusudur. Baltanın sapını değiştirmek gerektiğinde çıkarmanın en iyi usulü yakmaktır. Bu işlemi yaparken çeliğin ısıdan zarar görmesini engellemek için ağız kısmını ıslak toprak veya kuma gömmek gerekir. Baltaya sap, kenarlarından kama çakmak suretiyle sağlamca geçirilir. Bir av veya orman bıçağını bilenmenin en iyi yolu, biley taşı üzerinde çemberler çizer şekilde dolandırmaktır.



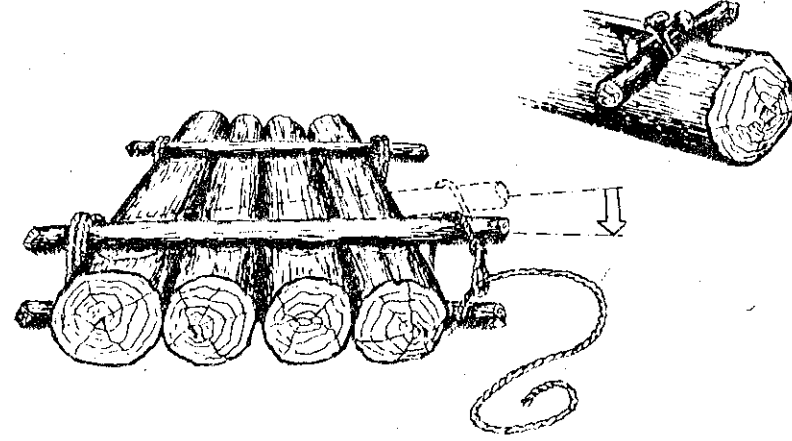
Balta ile bir ağaç kesip devirmek istenildiği takdirde, ağacın devrilmesi istenilen yönün tam aksi yönünde olmak üzere ağacın üzerinde derin bir kertik açılır. Bundan sonra, ağacın devrilecek yöndeki tarafı balta ile açılmaya başlanarak, ağacın adeta bir menteşe etrafında dönerek istenilen yöne düşmesi sağlanır.



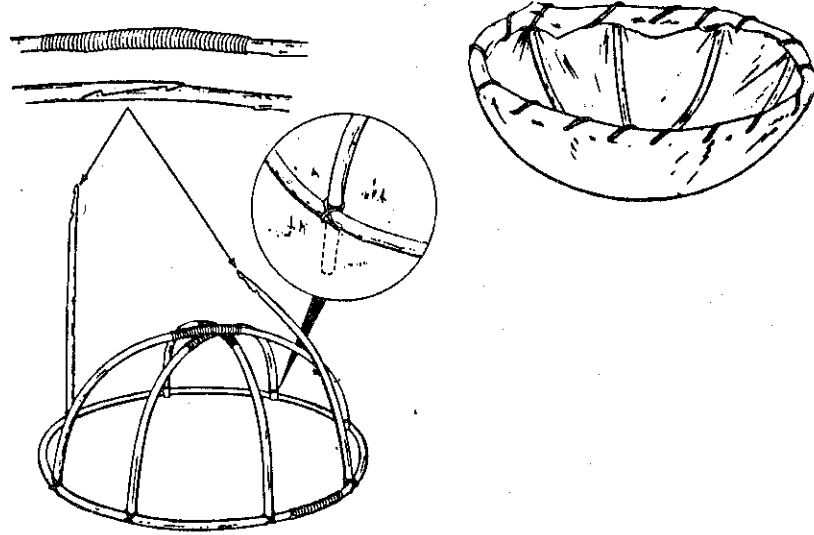
Bir ağacın dallarını keserken veya bir kütüğü parçalarken baltanın doğru kullanılması, çabuk sonuç alma ve bir kazayı önlemek bakımından önemlidir. Doğru kullanma şekilleri aşağıda verilmiştir.



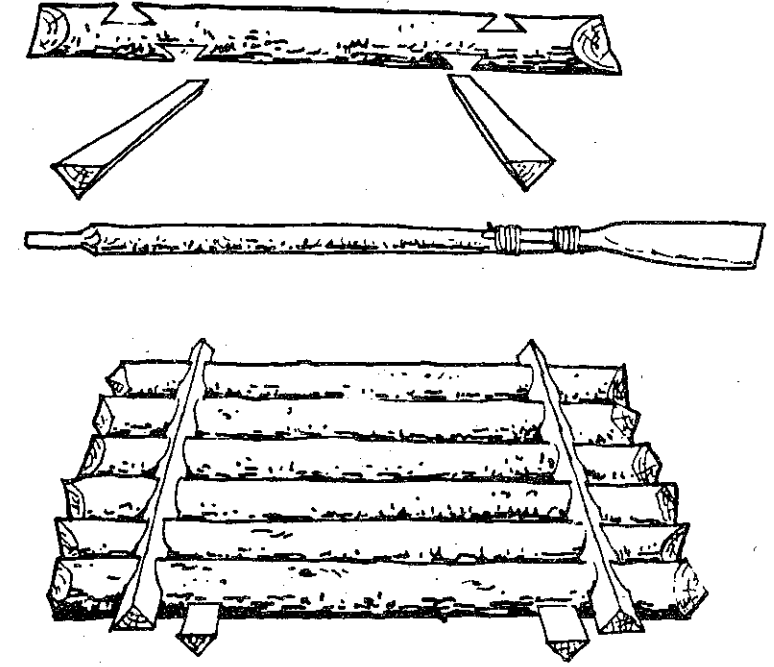
Elde halat mevcut olduğu takdirde aşağıdaki şekilde bir sal imal ederek nehirleri veya gölleri aşmak mümkündür.



Elde halat veya ipe ek olarak branda tipinde su geçirmez bir bez veya kalın plastik parçası mevcut olduğu takdirde özellikle sakin sularda rahatlıkla kullanılacak aşağıda şekli verilen taşıt aracı imal edilebilir.



Elde ip veya halat mevcut olmadığı takdirde aşağıda şekli verilen ahşap geçmeli sal imal edilebilir.

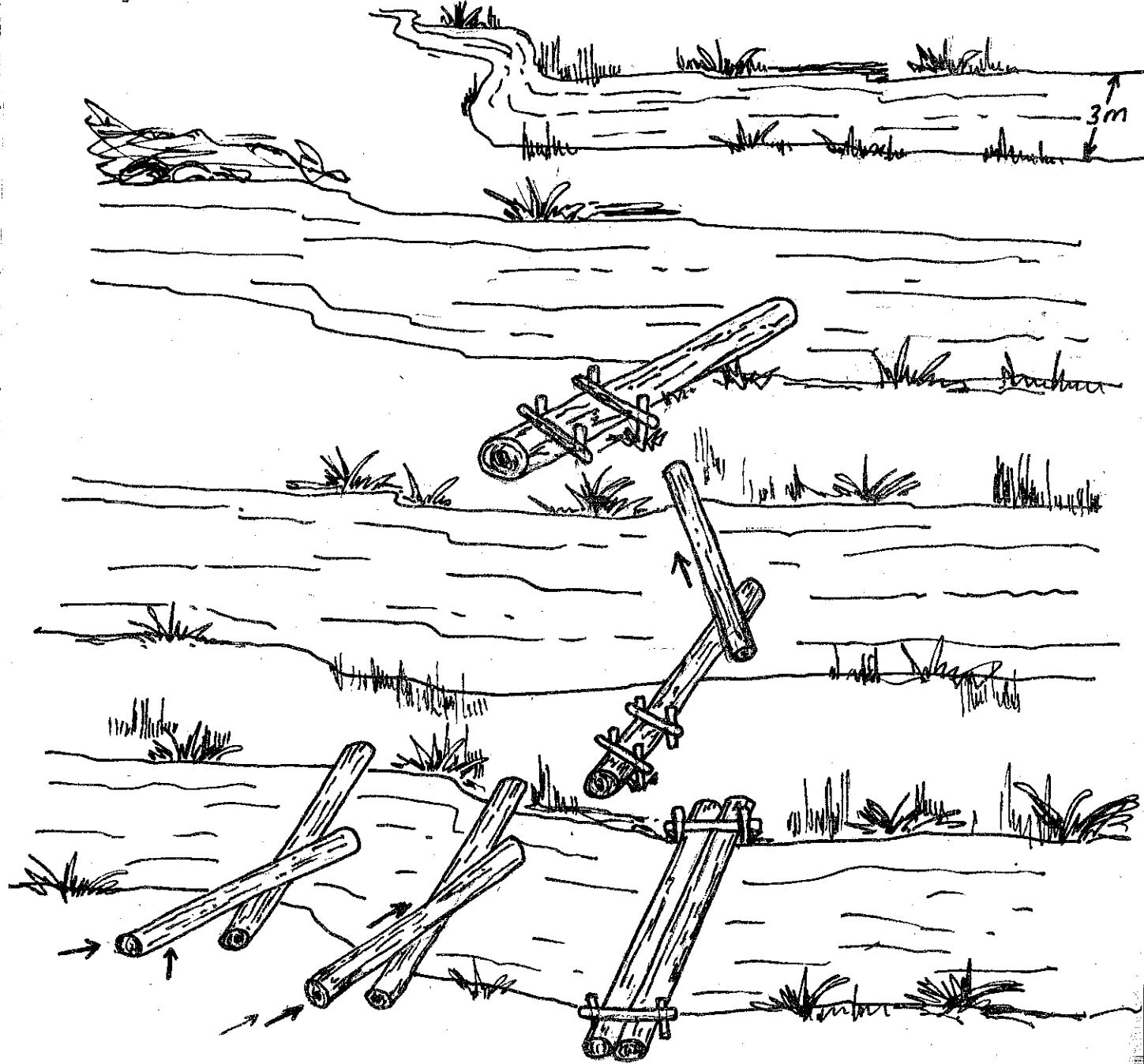


Bir ağaç dalından tahta kesmek ve aşağıdaki şekilde görüleceği üzere gözlük şekline sokmak suretiyle kar körlüğüne karşı önlem alınabilir.

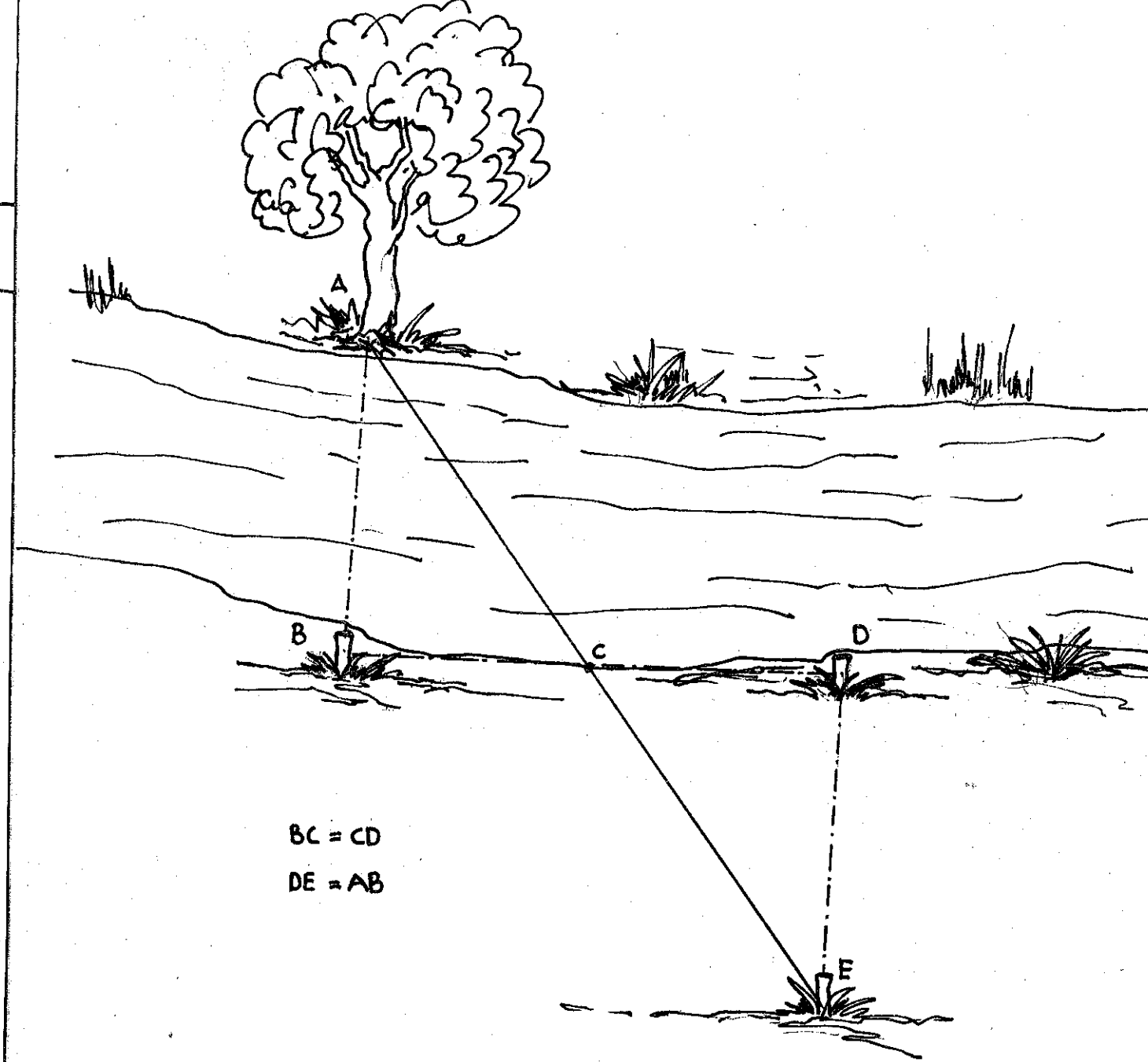


Bir dere veya uçurumun üzerine köprü inşa edilmek istenildiği takdirde elde doğrudan karşı tarafa uzatılacak çok uzun ağaç yoksa ve mevcut ağaçlar köprü yapılacak yerin genişliğinden çok az uzun ise, aşağıdaki yöntem uygulanır.

45 derece açı ile şekilde görüldüğü üzere ağaçlardan biri, kazıklar ve bağlantı kullanmak suretiyle yere raptedilir. Bundan sonra ağaçlardan diğeri yere raptedilmiş ağacın üzerinde karşı kıyıya oturtulur. Daha sonra yere raptedilmiş ağaç sökülerek öteki ağacın üstünden kaydırılmak suretiyle karşı kıyıya oturtulur ve yanına yaklaştırılarak bağlantı sağlanır.



Elde yeterli alet olmaksızın aşılacak bir dere veya uçurumun genişliği ölçülmek istenildiği takdirde, geometrideki paralel kenar prensibinden hareket ederek ve karşı kıyıda bir nirengi noktası ile bulunulan kıyıda 3 adet işaret kazığı kullanılarak genişlik aşağıdaki şekilde verildiği üzere hesaplanabilir.



Soğukta Yaşamı Sürdürme 11

Soğuk kış koşullarında avcılık, kamçılık veya kayak sporu yapan kişilerin soğuk iklimde yaşamı sürdürme tekniklerini bilmeleri gereklidir. Ülkemizin, başta Doğu Anadolu Bölgesi olmak üzere Orta Anadolu'nun dağlık bölgeleri ve Trakya'nın orta kısımlarında kış aylarında önemli derecede soğuk iklim koşulları taşınması, soğukta yaşamı sürdürme bilgilerini önemli hale getirmektedir.

Soğuk iklimde temel sorun vücudu sıcak tutabilmektir. Soğuğa maruz kalma kişiyi açlık ve susuzluktan çok daha çabuk öldürür. Sağlıklı bir insan azami bir hafta susuz bir aya yakın yemeksiz yaşamını sürdürebilir ancak aşırı soğukta önlem almadığı takdirde bir kaç saatte ölebilir.

Soğuk bir ortamda vücut ısısı çevrede bulunan hava aracılığıyla kaybedilir. Dolayısıyla soğuk iklim koşullarında giysilerin en önemli fonksiyonu, kişinin bulunduğu ortamdaki soğuk havaya karşı yalıtkanlık görevi yapmak suretiyle vücut ısısının saklanması sağlamaktır. Giysilerin iç kısmının veya vücuda yakın giyilen iç giysilerin fonksiyonu vücudun yakın çevresindeki sıcak havayı saklamak, rüzgara dayanıklı dış giysilerin fonksiyonu ise soğuk havanın içeriye sızarak ısıyı alıp götürmesini engellemektir.

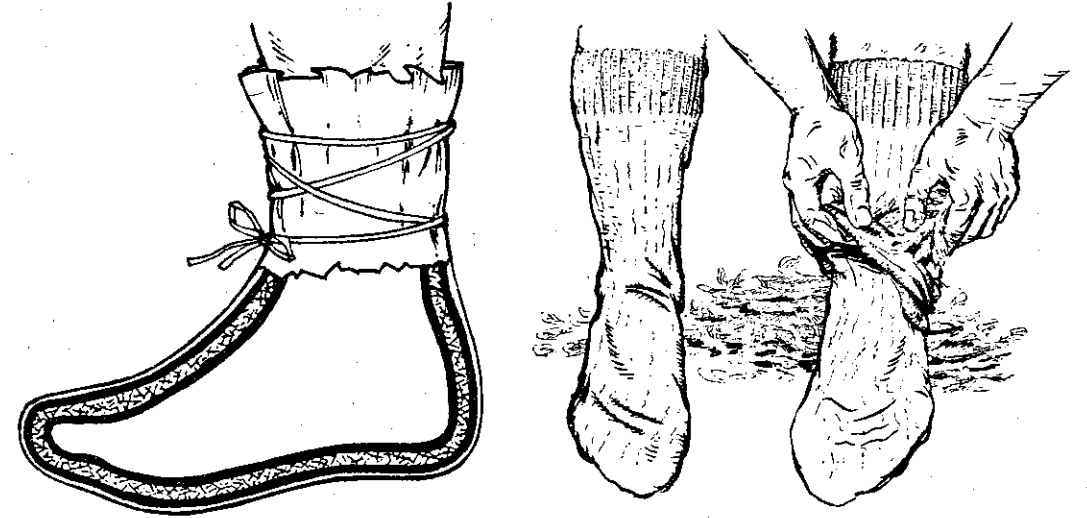
Giysilerle ilgili bazı önemli hususlar aşağıda belirtilmiştir :

(1) Sıkı giysiler vücudun hemen civarında yalıtkanlık görevi yapan durgun sıcak hava miktarını azalttığı gibi kan dolaşımını da azaltarak olumsuz etki yapar.

(2) Soğuk bir ortamda terleme tehlikelidir. Terleme, havayı azaltıp nem ve ıslaklık getirdiği için giysilerin yalıtkanlık değerlerini büyük ölçüde azaltır. Oluşan nem ve ıslaklık buharlaşarak ısı kaybı meydana getirir. Bu nedenle, yürüyüş veya başka bir şekilde gayret sarfedildiği anlarda palto, parka veya ceketin önü açılmalı, boyunda atkı v.b. bir giysi varsa gevşetilmeli, kol düğmeleri varsa bunlar da açılarak vücudun aşırı ısınması engellenmelidir.

(3) "Ayağını sıcak tut başını serin.." deyişi soğuk iklim koşullarında geçerli değildir. İnsanın başı, önemli derece ısı kaybettiği bir uzvudur. Dolayısıyla; şapka, bere, atkı veya kumaş ve bez parçası gibi bir eşya ile mutlaka örtülmeli veya sarılmalıdır. Baş, açık bırakıldığı takdirde gerekli ısıyı devam ettirebilmesi için başa fazla kan gitmesi, dolayısıyla ayak ve eller gibi organlara daha az kan pompalanması söz konusudur. Bu nedenle, baş örtüldüğü takdirde, ayak ve ellerin de ısınmaya başladığı görülecektir.

(4) Ayaklar ve eller vücudun diğer kısımlarına kıyasla daha çabuk soğuduklarından özen gerektirir. Eller mümkün olduğu kadar eldiven giyerek veya cepte tutarak korunmalı. Üşüme söz konusu olduğu takdirde koltuk altlarında veya bacak arasında tutularak ısıtılmalıdır. Ayaklar kolay terlediği için sıcak tutulmaları oldukça zordur. Bu nedenle soğuk iklimde nispeten geniş bir ayakkabı giymek, mümkünse çift çorap kullanmak ve ayakların ıslanmasını engellemek gerekir. Ayakkabının yeteri kadar geniş olması ve çift çorabın mevcut olması halinde iki çorabın arasına kuru ot, tüy v.b. yalıtkan madde koymak suretiyle soğuktan koruma niteliği büyük ölçüde arttırılır.



(5) Ayakkabı veya çizme su geçirmeye başladığı takdirde kurutulup yağlanarak su geçirmezliği sağlanmalıdır. Yağlanarak su geçirmez hale getirilen derinin ısı yalıtkanlığının azaldığı unutulmamalıdır. Bununla beraber, soğuk ve karlı iklimde ayakkabının yalıtkanlığından ziyade su geçirmezliğinin daha önemli olduğu, yalıtkanlığın giyilecek çoraplarla da sağlanabileceği düşünülürse, su veya rutubet geçirmekte olan bir ayakkabının derisi mutlaka yağlanmalıdır. En iyi yağlama eritilmiş hayvansal yağ kullanmak suretiyle yapılandır. Hayvansal yağlar içinde de ayı yağının en uygun olduğu belirtilmektedir.

(6) Deri eşya ve ayakkabı kurutulurken ateşe yaklaştırılmamalıdır. Ateşin olmadığı bir ortamda kişinin ıslak ayakkabılarını veya çizmelerini uyku tulumunun veya battaniyenin içine bacaklarının altına alarak kurutmaya çalışması en iyi yoldur.

(7) Aşağıda, soğuk iklimlerde açık arazide mutlaka göz önüne alınması gerekli olan "Üşütme veya soğutma faktörü" tablosu verilmiştir.

ISI (santigrad)	ESEN RÜZGARIN HIZINA GÖRE YENİ ISI (santigrad)								
	SAKIN	5 MIL	10 MIL	15 MIL	20 MIL	25 MIL	30 MIL	35 MIL	40 MIL
10	10	8.8	4.4	2.2	0	-1.1	-2.2	-2.7	-3.3
4.4	4.4	2.7	-2.2	-5.5	-7.7	-8.8	-10.5	-11.6	-11.6
-1.1	-1.1	-2.7	-8.8	-12.7	-15.5	-17.7	-18.8	-20.0	-21.1
-6.6	-6.6	-8.8	-15.5	-20.5	-23.3	-26.1	-27.7	-28.8	-29.4
-12.2	-12.2	-14.4	-22.7	-27.4	-31.6	-33.8	-36.1	-37.2	-38.3
-17.7	-17.7	-20.5	-29.4	-37.7	-39.4	-42.2	-44.4	-45.0	-47.2
-23.3	-23.3	-26.1	-36.1	-42.7	-47.2	-50.5	-52.7	-55.0	-56.1
-28.8	-28.8	-32.2	-43.3	-50.0	-55.0	-58.8	-61.6	-63.3	-65.0
-34.4	-34.4	-37.7	-50.0	-57.7	-63.3	-66.6	-70.0	-72.2	-73.3
-40.0	-40.0	-43.8	-56.6	-66.6	-71.1	-75.5	-78.3	-80.5	-82.2
-45.5	-45.5	-49.4	-65.0	-72.7	-78.8	-83.3	-87.2	-89.4	-91.1
-51.1	-51.1	-55.5	-70.5	-80.0	-86.6	-91.6	-95.5	-98.3	-100.0

Düşük ısı derecesi ve yüksek rüzgar hızının birlikte etkisine "Üşütme faktörü" denilmektedir. Termometre havanın ne kadar soğuk olduğu gösterir. Üşütme faktörü ise soğuk havanın ne kadar etki yaptığını, diğer bir deyişle vücudun ne kadar hızlı ısı kaybettiğini gösterir. Örneğin, ısının sıfırın altında 5 derece olduğu ancak havanın rüzgarsız ve durgun olduğu bir ortamda rahatlıkla yürünebilir. Diğer taraftan ısının sıfırın üstünde 5 derece olduğu, ancak esen şiddetli rüzgar hızının saatte 40-50 km olduğu bir durumda kişi o kadar çabuk ısı kaybedecektir ki bir süre sonra yaşamı tehlikeye girecektir. Özellikle rüzgara maruz kalan yüz ve eller gibi açık kısımlar donma olayı ile karşı karşıya kalacaktır.

Dikkat edilecek diğer bir husus, kişinin yürüyerek, koşarak veya açık arabada rüzgara karşı seyahat ederken sahip olduğu hızın rüzgar hızına eklendiğidir. Örneğin saatte 30 mil hızla esen bir rüzgara karşı saatte 30 mil hızla giden açık bir arabada bulunan kişi sanki rüzgarın hızı saatte 60 mil olmuş gibi fazla etkilenecektir.

Yukarıdaki tabloda tehlikeli bölge olarak nitelendirilen koşullarda kesinlikle seyahat edilmemesi gerektiği gibi rüzgara hiç bir şekilde maruz kalınmamalı; ısının yükselmesi veya rüzgar hızının düşmesi beklenmelidir.

Elde alet bulunmadığı takdirde rüzgarın hızını şu şekilde tahmin etmek mümkündür. Hava sakın olduğu takdirde ateşin veya bacanın dumanı dikey olarak yükselmektedir. Hız, 1-12 mil arasında olduğu takdirde rüzgar yüzde hissedilmekte, ağaçların yaprakları kıpırdamaktadır. 13-24 mil arasındaki rüzgar hızında ince yapraklar yerden kalkmakta, yerdeki kar uçmakta, ince kuru dal döküntüleri hareket etmektedir. 25-30 mil arasında daha büyük dallar hareket etmekte, rüzgar ıslık çalmaktadır. 30-40 mil arasında ağaçlar bütünü ile sallanmakta, rüzgara karşı yürümek zorlaşmaktadır.

İz Sürme 12

İz sürme becerisine sahip olma, doğada yaşamını sürdürme sorunu ile karşı karşıya kalan bir kişinin faydalanacağı önemli bir niteliktir.

Yaşamı sürdürmek için iz sürme insanlık tarihi kadar eskidir. İnsan, etin tadını aldıktan sonra yeni sorunlarla karşılaşmıştır. Sebze ve meyvalar izleme ve avlama gibi sorunlar doğurmakla beraber mevsimlik olmaları nedeniyle kış aylarında ortadan kalkınca, insanlar başka gıda kaynakları aramak zorunda kalmışlardır. Bu arayış içinde keşfettikleri eti yenilen hayvanların bir kısmının kendilerinden çok daha büyük ve vahşi olduklarını görerek iz sürme ve tuzak tekniklerini geliştirmişlerdir.

Avcılık kısmında, bazı av hayvanlarının izlerinin şeklini ve diğer özelliklerini vermiş, çok çeşitli hayvanları avlamak amacıyla kullanılacak tuzak çeşitlerini belirtmiştik. Tuzak kurma ve avlanmanın tamamlayıcısı olan iz sürmeyi öneminden ötürü ayrı bir konu olarak vermekte fayda gördük. Ayrıca, iz sürmenin insanı da kapsayacağı; insanın avlanmak için değil, kaybolduğunda bulunmak için de izinin sürülebileceğini düşünerek iz sürme konusundaki bilgilerimizi ayrı bir bölümde özetlemeyi doğru bulduk.

Arazi şekli ormanlık, kayalık, kumlu veya başkaca hangi şekilde olursa olsun; ister kış, ister yaz mevsimi yaşansın; yerde hareket eden bir hayvan veya insanın iz bırakmadan yer değiştirmesi mümkün değildir. Belirli bir eğitime ek olarak yeterli derecede dikkatli ve konsantre olabilen bir iz sürücü, izini sürdüğü hayvanın iri veya zayıf, yorgun veya dinç; izlediği insanın dinlenmiş veya yorgun, kadın veya erkek, ağır yük ve donanım taşıyan veya yüksüz, endişeli veya rahat, sakin bir biçimde yürüyen veya bir şeyden kaçan, yaralı veya sağlam ilah... bir sürü durumunu ve niteliğini tahmin edebilir.

İz süren, yalnız beş duyusunu değil, altıncı duyusunu veya telepatik gücünü de kullanabilmelidir. Her işaret ve belirtinin birbiriyle ilişkisi aranmalıdır. İzlenen hayvan veya insanın izlendiğini bildiği düşüncesi hakimse, araya durup beklenmelidir. İzleyen kişinin kendini izlenenin yerine koyması, telepatik iletişim kurulması açısından önemlidir. Bu durumda altıncı duyunun katkısı artacaktır. İz sürmede telepatik gücün geliştirilmesi ve kullanılması kişinin uzun bir deneyime sahip olmasına ve konsantre olabilme yeteneğine bağlıdır. Telepatik güce başvurulmaksızın yalnızca beş duyunun algılayabileceği iz sürme yöntemleri de geniş ölçüde kullanılmaktadır. Örneğin, Afrika'da yaşayan pigmeler yalnız gözle görülen ve elle tutulabilen veya duyulabilen belirtilere dayanarak iz sürerler.

Arazide, hayvanların geceleri ve mevsim dolayısıyla yer değiştirmeleri sırasında yaptıkları yürüyüşlerde izledikleri bazı patikalar veya yollar vardır. Keçi yolu denilen bu patikalar, hayvanların içgüdüsel bir davranışları sonucunda seçerek kullandıkları, bölgenin en iyi geçit yeridir. İzlenenin mevcut keçi yolu ve patikalardan birini kullanmış olması büyük bir ihtimaldir.

İzler iki ana grupta toplanabilir. Bunlardan birincisi yer yüzündeki izler, diğeri ise havai izlerdir. Yer izleri genellikle ayak ve ayakkabının yere basması sonucu oluşur. Havai izler ise ayakla çiğnenmiş otlar, kırık dallar, kopmuş örümcek ağları gibi unsurlardır.

Çıplak ayaklı insanın ayak izi; topuk, ayak tabanının ön tarafı ve ayak parmaklarının oluşturduğu keskin olmayan, yuvarlak şekillerdir. Kadın ayak izlerinin erkek izlerine kıyasla daha küçük olmaktan başka daha iki özelliği vardır. Bunlardan biri ayakların içe dönük basması, diğeri ise yürürken ayak uçlarının dışa dönük olmasıdır. Ayakkabı izi ise tabanının şeklinin yere çıkmasıyla oluşur. Hayvan izleri ise, Avcılık bölümünden hatırlanacağı üzere, çoğunun çatal tırnaklı ve keskin kenarlı olması nedeniyle daha belirgindir.

İz sürücü, herhangi bir izi izlerken aşağıda sayılan belirtilere bakmalıdır.

-Ezilmiş ve kırılmış otlar, çalı ve sair bitkiler,

-Kırılmış ince dallar ve yapraklar,

-Ters dönmüş yapraklar,

-Dere ve su birikintilerinin çevreye bulaşmış çamuru,

-Patika üzerine düşen çiğ'in durumu,

-Taş ve kütüklerde cızılma, çamur ve toprak izleri.

Koşan insan izinin yürüyen insan izinden ayrılmasını sağlayan başlıca belirtiler : izlerin kayma izlenimi vermesi, iz'in derin olması, tabanın ön tarafı ve ayak parmaklarına ait izin hakim olması, ayakların daha fazla dışa dönük olması, yerdeki bitkilerin daha fazla zarar görmesidir. Yük taşıyan insanın ise adımları kısa, yumuşak zeminde daha derin ve dışa dönüktür.

İzlerin ne kadar zaman önce yapıldığını tahmin etmek için aşağıda sayılan faktörleri göz önüne almak gereklidir.

(1) Yağmur, güneş, rüzgar gibi hava durumu ile ilgili etkenler iz'in ne kadar süre önce oluştuğunu tahmin ederken göz önüne

alınmalıdır.

(2) Ayak altında kalmış bitkilerin durumu ve şekli: Çeşitli otların üstlerine basıldıktan sonra tekrar düzelebilmeye zamanları farklıdır. Deney ile her çeşidin ne kadar zamanda düzeldiği tespit edilebilir.

(3) Yumuşak toprak veya çamurdaki ayak izinin kuruluk derecesine bakılmalıdır. İz çok yeni ise, iz'in üzerinde henüz su veya ıslaklık oluşmamıştır. Zaman geçtikçe, iz'in dibini su basmış olacak ancak iz'in kenarındaki çamur ile ayak iz'den kalktıktan sonra kuru yere taşıdığı çamur, kurumaya yüz tutmuş olacaktır.

(4) En son ne zaman yağmur yağdığı bilindiği takdirde izlerin yağmurdan önce veya sonra yapıldığı tahmin edilebilir. İzler çiçekbozuğu gibi ise yağmurdan önce, normal ise yağmurdan sonra yapılmış demektir.

Gün ağardıktan sonra ağaç dallarında biriken su damlacıklarının yere düşerek izleri tıpkı yağmur damlaları gibi etkilemeleri söz konusudur.

(5) Katlanmış ot ve dallar bir kaç gün geçtikten sonra kurumaya başlar ve renkleri kahverengiye dönüşür. Son bir kaç günün güneşli veya yağışlı olması bu süreyi azaltır veya çoğaltır.

(6) Birçok hayvanın gündüz belirli bir yerde yatıp gece yemlenmeye ve su içmeye gittiği bilinmektedir. Bir patika veya keçi yolunda insan izleri üzerinde her iki yönde de hayvan izi varsa, bu patikadaki insan izlerinin en az bir günlük olduğu kabul edilebilir. İnsan izleri üzerinde hayvan izleri henüz yoksa, bu izlerin üzerinden henüz bir gece geçmediği sonucuna varılabilir.

İz sürmeyi etkileyen unsurlar şunlardır :

- (1) Yer in sert veya yumuşak, taşlı veya çamurlu oluşu,
- (2) Arazinin ormanlık, çalılık, kıraç veya kayalık oluşu,
- (3) Hava durumu,
- (4) İz sürme yönüne kıyasla güneşin durumu.
- (5) İz'in cinsi. İzi sürülen hayvanın büyük ve çatal tırnaklı olması veya insanın tabanı belirli şekilde olan ayakkabı veya çizme giymesi, tavşan gibi küçük ve yumuşakayaklı bir hayvan veya çıplak ayakla yürüyen insanı izlemekten daha kolaydır.
- (6) Çevrede benzer izlerin azlığı veya çokluğu iz sürmeyi

kolaylaştırır veya zorlaştırır.

İz süren kişinin araması gerekli unsurlar şunlardır :

(1) Ayak izi. İnsan izi söz konusu olduğu takdirde, iki sağ adım ve aralarındaki sol adım veya iki sol adım ve aralarındaki sağ adım meydana getirdiği üçgenin taban uzunluğu veya yürüyüşün ritmi. Sözü edilen taban uzunluğu bir sonraki adımın yerini belirler.

(2) Çiğnenmiş otlar,

(3) Yer değiştirmiş taşlar, dallar veya toprak,

(4) Dönmüş, ezilmiş, tekmelenmiş veya ağaçlardan koparılmış yapraklar. Katlanmış veya kırılmış ince dallar ve sürgünler. Belirli bir açı ile yer değiştirmiş otlar ve yapraklar üzerinde ışığın yaptığı yansıma. Katlanmış ve kırılmış bitkilerin, çizilmiş veya vuruk yemiş ağaç kabuklarının almış olduğu renk,

(5) Etrafa atılmış sigara, çiklet v.b. kağıtlar ve paketler; sigara izmaritleri, çiğnenmiş dal ve yaprak parçaları,

(6) Parçalanmış veya ağacın gövdesine veya dalınan üzerine atılmış örümcek ağları,

(7) Sidik, tükürük ve diğer dışkılar. Göze çarpma ve koku nesretmenin yanı sıra sineklerin konması nedeniyle tespit edilebilir.

(8) Ayak altında ezilmiş böcekler.

(9) İçinde bulunulan bölgenin doğal koşullarına uymayan her türlü unsur. İzlenen kişi bu unsurları taşıyorsa izleyen tarafından daha kolay tespit edilebilir.

Doğanın hakim olduğu, uygarlıktan uzak yerlerde bir süre kalan insanın koku alma ve genel olarak çevreye uygun olmayana keşfetme ve algılama duyguları gelişme gösterir. Kullanılan şampuan, saç kremi, sigara, diş macunu, traş kremi, traş losyonu, deodoran, yenilen yemeklerden ve genel gıda rejiminden dolayı insan terinin, idrarının ve dışkısının neşrettiği değişik koku, çamaşırların ve elbiselerin yıkandığı deterjanın kokusu ve hatta ayakkabı boyası ve derinin özel kokusu dahi çevrede algılanır ve kaybolan kişinin izlenerek bulunması kolaylaşır.

Vietnam savaşlarına iki kez katılmış bir komando subayının yukarıda bahsedilen konu ile ilgili olarak bize yaptığı açıklama son derece ilginçtir.

"..Düşman arazisi veya düşman gerillalarının faaliyet gösterdiği arazide yapmış olduğumuz uzun menzilli keşiflerde, Vietnam bitki ve toprak örtüsüne uygun renklerde imal edilmiş kamuflaj elbiseler giyiyor, vücudumuzun açık kısımlarını iki ayrı yeşil ton içeren özel kamuflaj boyası ile boyuyor, şapkalarımızın üzerine yapraklı bitkiler takıyor, gündüz gizlenip gece hareket ediyor, velhasıl düşman arazisinde operasyonun bütün kurallarına mutlak uyum gösteriyorduk. Bununla beraber, bir kaç gün gizlendiğimiz yerlerde denizde bir ada gibi tespit ediliyor, gereksiz yere çatışmaya girme ve yer değiştirme sorunu ile devamlı karşı karşıya kalıyorduk.

Bir süre sonra kamuflaj tekniklerimizi kökünden değiştirdik. Yeni yöntemlerin uygulanmasıyla beraber çok olumlu sonuçlar almaya başladık. Düşman arazisinde çok daha derinlere, üssümüzden günlerce uzak yerlere yapmış olduğumuz uzun menzilli keşif ve diğer operasyonlarda görülmeden ve izlenmeden çeşitli görev ve özel projeleri başarı ile tamamlayıp ana üslerimize sağ salim dönebildik.

Yeni kamuflaj tekniklerimiz şunları içeriyordu :

-Harekattan en az iki hafta önce başlayarak düşmanın gıda rejimine tıpatıp uyan bir gıda rejimi ile beslenmek ve bu rejimi hareket sırasında devam ettirmek,

-Traş losyonu, şampuan, sabun v.b. tüm modern tualet malzemelerinin kullanımını keserek sırf su kullanmak suretiyle temizlenmek,

-Elbiseleri ve ayakkabıları günlerce nehir suyunun içinde bıraktıktan sonra kurutarak giymek,

-İç çamaşırı ve çorap kullanmamak,

-Vücudumuzun açık yerlerini mahalli bitkilere ait yaprakları kaynatmak suretiyle elde edilen ve kolay çıkmayan yeşil renkli bir boya ile boyamak,

-Gözlerimizin akını paskalya yumurtası boyamak için kullanılan yeşil renkli bitkisel boyayı sulandırıp damlatarak boyamak,

-Her çeşit tütün kullanımını kesmek, bir çeşit yaprak çiğneyerek ağız ve mide kokularını yok etmek ve aynı zamanda dişlerin, dudakların ve ağız kenarlarının yeşil renge dönüşmesini sağlamak,

-Silah, donanım ve mühimmatın bütün madeni yağlarını silmek, gerekli olan yerleri mahalli olarak kullanılan bir çeşit bitkisel yağ ile yağlamak,

Askeri künye dahil, yüzük, bilezik v.b. takıları tamamen çıkarmak.

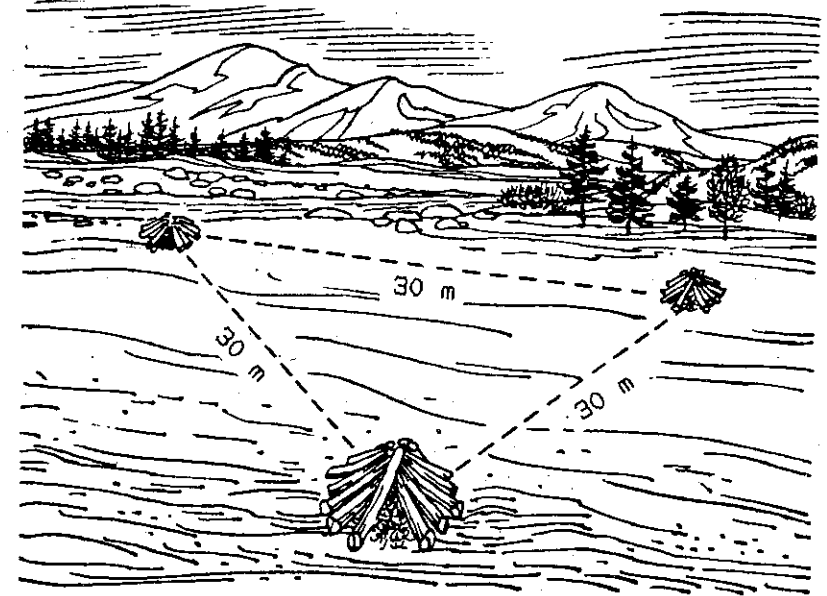
İşaret Verme 13

Doğada kaybolmuş bir kişinin kendisini arayanlara, orman memurlarına v.b. görevlilere, civarda bulunan köylülere işaret vererek bulunduğu yeri belirtmesi gerekir. Yürüyerek uygarlığa erişmesi hastalık veya yaralanma gibi nedenlerle mümkün olmayan bir kişinin kurtarılabilmesinin tek yolu işaret vererek yardım istemesi ve kendi yerini belli etmesidir.

Verilebilecek işaretin cinsi, içinde bulunulan koşullar ve elde mevcut malzemeye göre değişecektir.

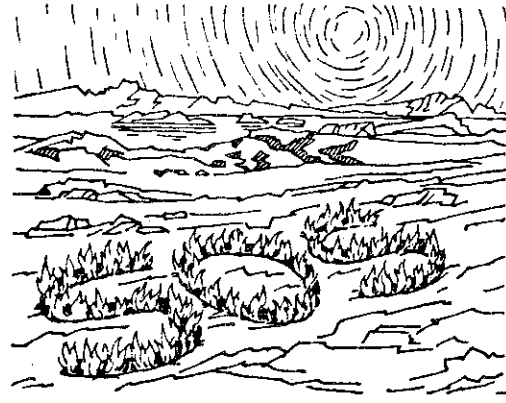
ATEŞLE İŞARET VERME

Herhangi bir şeyin üç adedinin üçgen şeklinde yerleştirilmesi, dünya çapında imdat işareti anlamına gelmektedir. Herhangi bir uçak veya helikopterin yaklaştığı duyulduğu takdirde önceden hazırlanan üç adet ateş yığınının yakılarak geçen uçağa veya helikoptere işaret verilmesi mümkündür.



Hava kapalı ve bulunulan yer koyu rengin hakim olduğu ormanlık veya kayalık bir bölge ise beyaz dumanlı ateş yakılmalıdır. Havanın aydınlık ve güneşlik, bulunulan yerin ise daha ziyade açık renklerin hakim olduğu bir arazi olması halinde siyah dumanlı ateş daha faydalı olacaktır. Ateşin dumanının beyaz olması için ateşe yeşil yaprak, yosun, yeşil dal parçaları ve bir miktar su atılmalıdır. Dumanın siyah olması için ateşe, elde mevcut olduğu takdirde motor yağı, motor yağına batırılmış üstüğü ve paçavra, lastik parçaları atmak gerekir. Ateş önceden hazırlanmalı ve gerektiği anda yakılmalıdır.

Buzlu bölgelerde, buzun üzerine SOS harflerini kazarak ve elde mevcut olduğu takdirde motorin veya motor yağı ile karıştırılmış benzin dökerek yakmak suretiyle işaret vermek mümkündür.



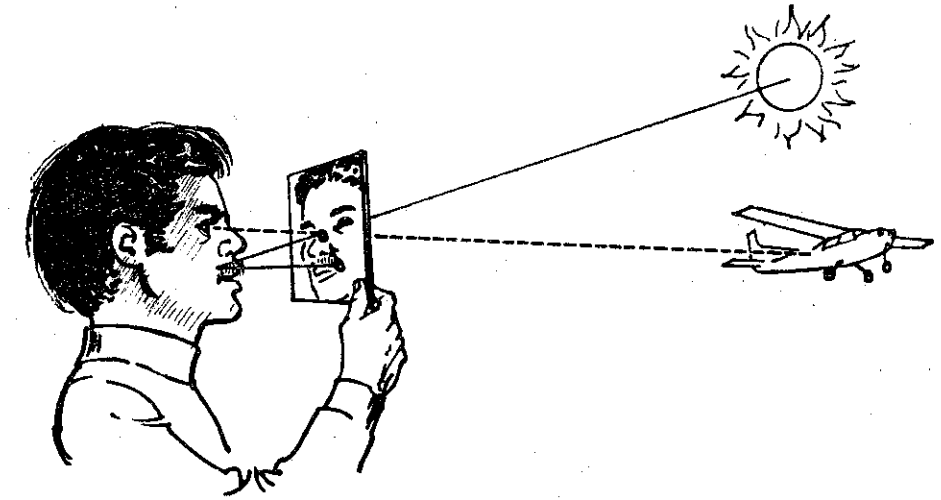
AYNA İLE İŞARET VERME

İşaret aynası, uçak ve helikoptere ve karşı yamaçlara ve tepelerde istenilen yere işaret verebilen ideal bir alettir.

İşaret aynası esas itibarıyla iki tarafı yansıtıcı ayna olan parlak metal veya camdan yapılmış dikdörtgen bir plakadır. Plakanın ortasında bir tarafından bakıldığı takdirde uzaktaki bir cisim veya yer görülecek büyüklükte bir delik vardır. Özel olarak işaret vermek amacıyla imal edilmiş ayna mevcut olmadığı takdirde, iki tarafı parlak ve yansıtıcı bir teneke parçası, alüminyum folyo ve benzeri bir plakanın üzerine bıçağın ucu ile veya başka bir cisimle delik açmak suretiyle işaret aynası uydurulabilir.

İşaret vermek isteyen kişi aynayı yüzünden yaklaşık 7-8 cm mesafede tutarak işaret vermek istediği uçak veya karşı tepe veya yamaçlardaki yeri tıpkı nişan alır gibi delikten görerek tespit eder. Delikten geçen

güneş ışını işaret veren kişinin yüzünün belirli bir kısmına, örneğin yanağına düşecek ve işaret veren bu ışığın nereye düştüğünü aynadan görecektir. Bütün sorun, delikten gözüken hedefi kaybetmeden aynayı delik ile hedefin oluşturduğu eksen etrafında döndürerek yüzüne vuran ışığın aynaya akseden hayalini delik üzerinde kaybettirmektir. Ayna bu şekli aldığı takdirde güneşin ışınları doğrudan hedeflenen yere veya cisme vuracaktır. Aynı bu pozisyonda hedefi kaybetmeksizin ışık izinin delikten dışarı çıkmasına izin vermeksizin ayna titretilirse, işaret alacak olan kişi ışığın basit bir yansıma sonucu değil işaret maksadıyla geldiği sonucuna varacaktır.



İŞARET BAYRAKLARIYLA HABERLEŞME

Parlak veya renkli kumaş, deri parçaları v.b. unsurları sopalara bağlamak suretiyle semafor bayrağı imal edilebilir.

İki semafor bayrağını farklı açılarda tutmak suretiyle semafor alfabeti denilen işaretleşme ile karşı tarafa haber gönderilir.

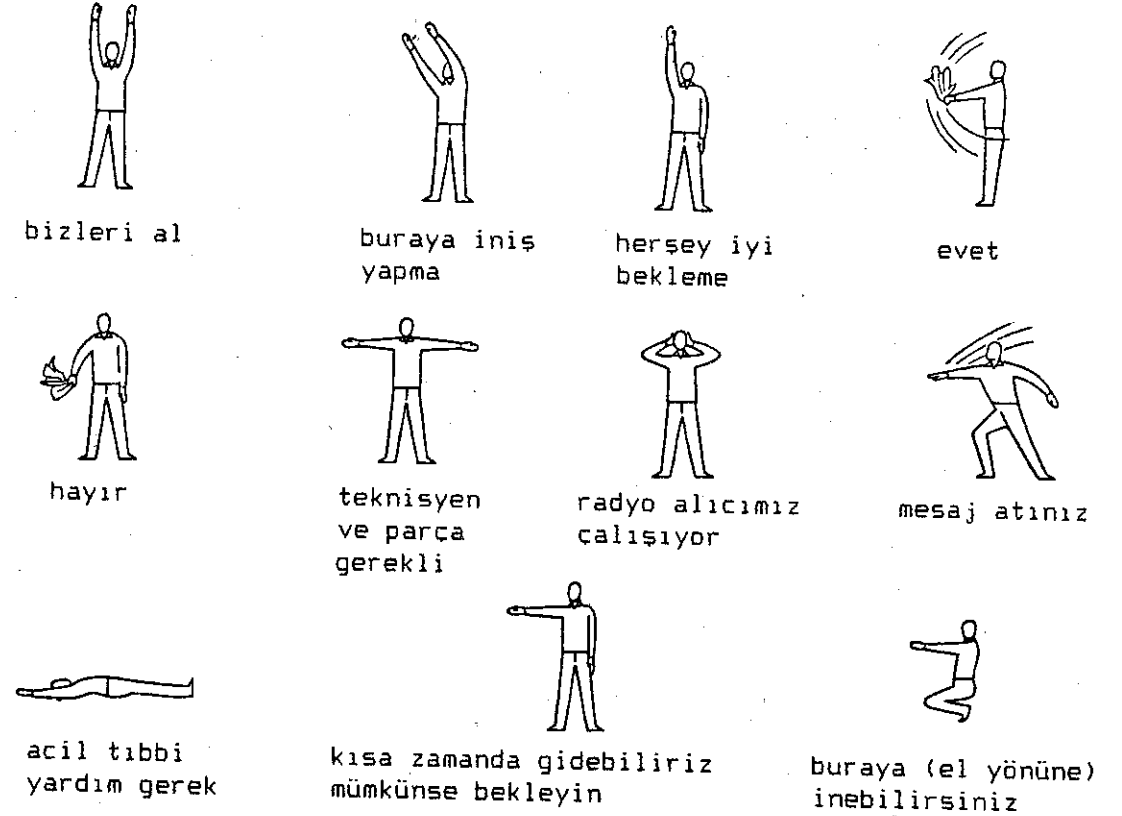
A ↙ 1	H ↘ 8	O ↗	V ↘
B ↖ 2	I ↗ 9	P ↖	W ↗
C ↗ 3	J ↖	Q ↘	X ↗
D ↖ 4	K ↘ 0	R ↖	Y ↘
E ↘ 5	L ↗	S ↖	Z ↘
F ↖ 6	M ↖	T ↗	numara ↘
G ↘ 7	N ↗	U ↗	harfler ↘ ^(u) izleyecek

YERDEN HAVAYA HABERLEŞME

Yerden havaya uçaktan görülecek şekilde çeşitli malzeme kullanmak suretiyle uluslararası nitelik taşıyan aşağıdaki işaretler verilebilir.

I	II	X	F	≡	K
yaralanma doktor gerekli	tıbbi malzeme gerekli	gitmemiz mümkün değil	gıda,su gerekli	silah mühimmat gerekli	gidilecek yönü bildirin
↑	↘	↖	△	LL	L
gittiğim yön	kalkmayı deneye ceğiz	uçak ağır hasarlı	muhtemel güvenle inilir	herşey iyi	yakıt,yağ gerekli
N	Y	JL	W	□	!
hayır	evet	anlaşılmadı	mühendis gerekli	pusula harita gerekli	işaret lambası gerekli

Uçağa vücut hareketleriyle de işaret vermek mümkündür. Uluslararası kuralları bilen bütün havacılar tarafından anlaşılabilir olan bu işaretler aşağıda verilmiştir.



TELSİZLE HABERLEŞME

Halk bandı (CB) telsizlerinin serbest bırakıldığı, VHF telsizlerinin ise çok yaygınlaştığı ülkemizde, elde telsiz mevcut olduğu takdirde yardım istemek kolaylaşabilir.

Uluslararası haberleşme kodları arasında bulunan ve yardım isteyen bir kişi açısından önem taşıyan üç adet kod aşağıda verilmiştir :

MAY DAY (mey dey okunur)

mors alfabesi ile verilmesi : çizgi çizgi, nokta çizgi, çizgi nokta çizgi çizgi, çizgi nokta

nokta, nokta çizgi, çizgi nokta
çizgi çizgi

aralık vermek suretiyle tekrarlanır, imdat isteme işaretidir.

SECURITY (sekiuriti okunur)

mors alfabesi ile verilisi : nokta nokta nokta, nokta, çizgi
nokta çizgi nokta, nokta nokta
çizgi, nokta çizgi nokta, nokta
nokta, çizgi çizgi nokta çizgi
çizgi

aralık vermek suretiyle tekrarlanır, güvenlik veya hava durumu
ile ilgili bir mesaj verileceği anlamını taşır, bu mesajı alan
dinleme durumunda kalarak mesaj bekler

PAN (yazıldığı gibi okunur)

mors alfabesi ile verilisi : nokta çizgi çizgi nokta, nokta
çizgi çizgi nokta

aralık vermek suretiyle tekrarlanır, ivedi bir mesaj verileceği
anlamını taşır

Uluslararası kodlama harfleri ve mors alfabesi aşağıda verilmiştir.

A	Alfa	nokta çizgi
B	Bravo	çizgi nokta nokta nokta
C	Charlie	çizgi nokta çizgi nokta
D	Delta	çizgi nokta nokta
E	Echo	nokta
F	Foxtrot	nokta nokta çizgi nokta
G	Golf	çizgi çizgi nokta
H	Hotel	nokta nokta nokta nokta
I	India	nokta nokta
J	Juliet	nokta çizgi çizgi çizgi
K	Kilo	çizgi nokta çizgi
L	Lima	nokta çizgi nokta nokta
M	Mike	çizgi çizgi
N	November	çizgi nokta
O	Oscar	çizgi çizgi çizgi
P	Papa	nokta çizgi çizgi nokta
Q	Quebec	çizgi çizgi nokta çizgi
R	Romeo	nokta çizgi çizgi
S	Sierra	nokta nokta nokta
T	Tango	çizgi
U	Uniform	nokta nokta çizgi
V	Victor	nokta nokta nokta çizgi
W	Whiskey	nokta çizgi çizgi
X	Xray	çizgi nokta nokta çizgi
Y	Yankee	çizgi nokta çizgi çizgi
Z	Zulu	çizgi çizgi nokta nokta

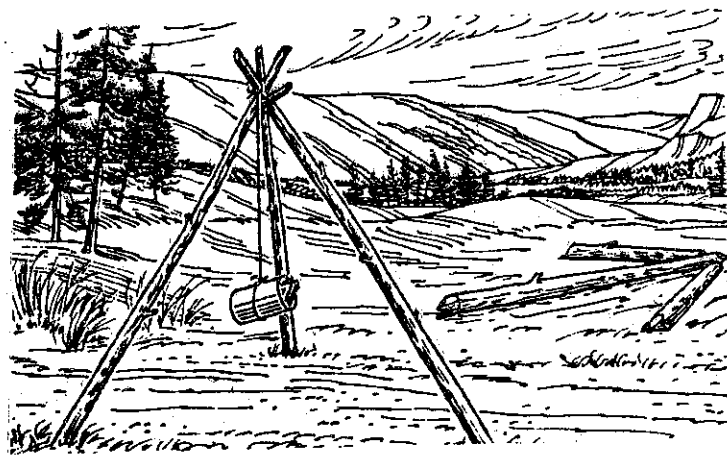
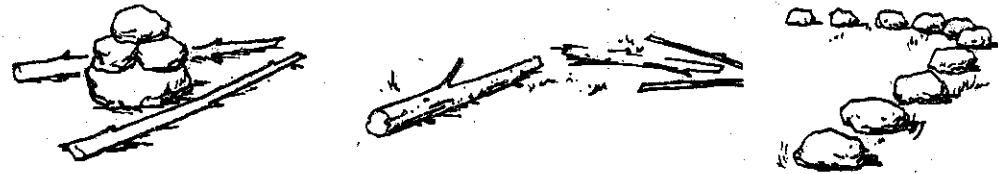
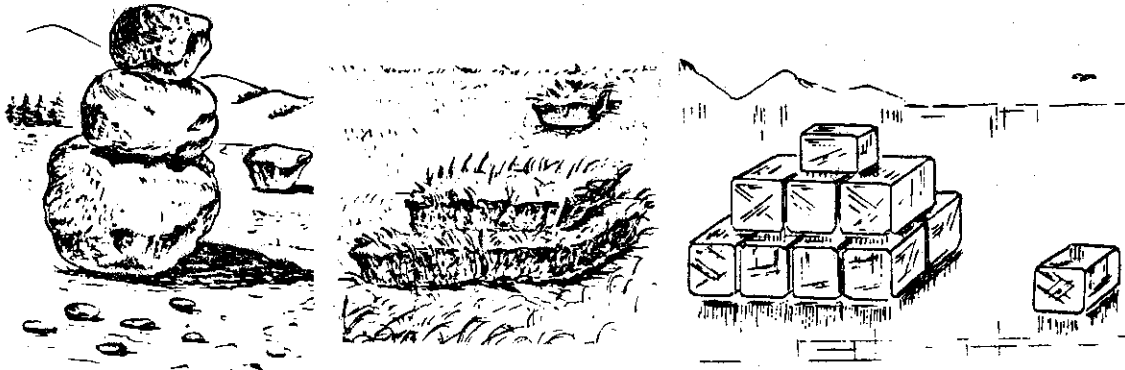
Türk alfabesinin 29 harfini kapsayan milli kodlama sistemi ise
şöyledir :

A	Ankara
B	Bursa
C	Ceyhan
Ç	Çankırı
D	Denizli
E	Edirne
F	Fatsa
G	Giresun
H	Hopa
I	Isparta
İ	İzmir
J	Jale
K	Kayseri
L	Lüleburgaz
M	Manisa
N	Nazilli
O	Ordu
Ö	Ödemiş
P	Pazar
R	Rize
S	Samsun
Ş	Şarköy
T	Trabzon
U	Urfa
Ü	Ünye
V	Van
Y	Yalova
Z	Zonguldak

YÖN BELİRTME İŞARETLERİ

Kamp yerini terk ederek belirli bir yöne doğru ilerleyen bir kişinin
kendisini arayanlara mesaj bırakması gerekir. Bu mesaj, üç ayak şeklinde
çatılmış dallara bir ip bağlayıp ipin ucuna da kağıt veya ağaç kabuğuna
yazılan mesajı ilâştirmekle bırakılabilir.

Arazinin durumuna göre mevcut malzemeleri kullanmak suretiyle
gidilen yön aşağıda verilen işaretlerle belirlenebilir. Ormanlık bir
bölgede ağaç dallarını kullanarak, kayalık ve taşlık bir bölgede kaya ve
taşları üst üste ve uç uca dizerek, buzlu bir ortamda buz parçalarını
kullanarak, yüksek otların bulunduğu bir ortamda otları birbirlerine
bağlayarak, ağaçların kabuklarını gidis yönünü belirleyecek şekilde
kopararak işaret vermek mümkündür.



Düşme ve İnme Teknikleri 14

Parasüt eğitiminin kişiye sağlayacağı faydalardan biri, yere değdikten sonra yuvarlanıp takla atmak suretiyle yüksek bir yerden sakatlanmaksızın atlayabilme yeteneğini verebilmesidir.

Yüksek bir yerden atlayıp yere düştükten sonra sağ salim kalkabilmek için bu işin tekniğini bilmek yeterli olmayıp bir çok kez tekrarlamak suretiyle eğitimi yaparak beceriklilik kazanmak gereklidir.

Düşmenin meydana getirdiği şok bütün vücuda yayılarak etkisiz hale getirilmelidir. Bunun için hava indirme birliklerinde eğitimi yaptırılan parasüt düşüşünden daha üstün bir yöntem yoktur.

Bir insanın serbestçe düşüp sakatlanmadan yerden kalkabileceği mesafenin azami bir sınırı vardır. Genç yaşta ve eğitilmiş bir kişinin güvenlik sınırı içinde azami düşme mesafesi 10 metreye yaklaşabilir. Daha yüksek mesafelerden olağanüstü tehlikeli durumlarda atlayıp sakatlanmadan yerden kalkanlar olmuştur. Ancak, bu durum son derece istisnai olup genel olarak 4-5 metreden daha fazla yükseklikten özellikle orta ve ileri yaşlarda atlanmamalıdır.

Düşmede uygulanacak kurallar şunlardır :

(1) Her iki ayakla da birden aynı anda yere basmak suretiyle düşülmelidir.

(2) Eller yüksekte ve kollar ileriye doğru, avuc içleri birbirine bakacak şekilde düşülmelidir. İleriye erişme hareketi başın geriye eğilmesini engelliyeceği gibi omuzların da yuvarlaklaştırılmasını sağlayacaktır.

(3) Tabanın tümüne basılmak suretiyle yere değilmelidir.

(4) Düşülen yerden derhal kalkılarak ilerleme bir alışkanlık haline getirilmelidir. Arkadan inebilecek diğer kişi veya kişilere yol verilmiş olacağı gibi düşenin sakatlanmadığını sınıması bakımından bu alışkanlığın kazanılması faydalıdır.

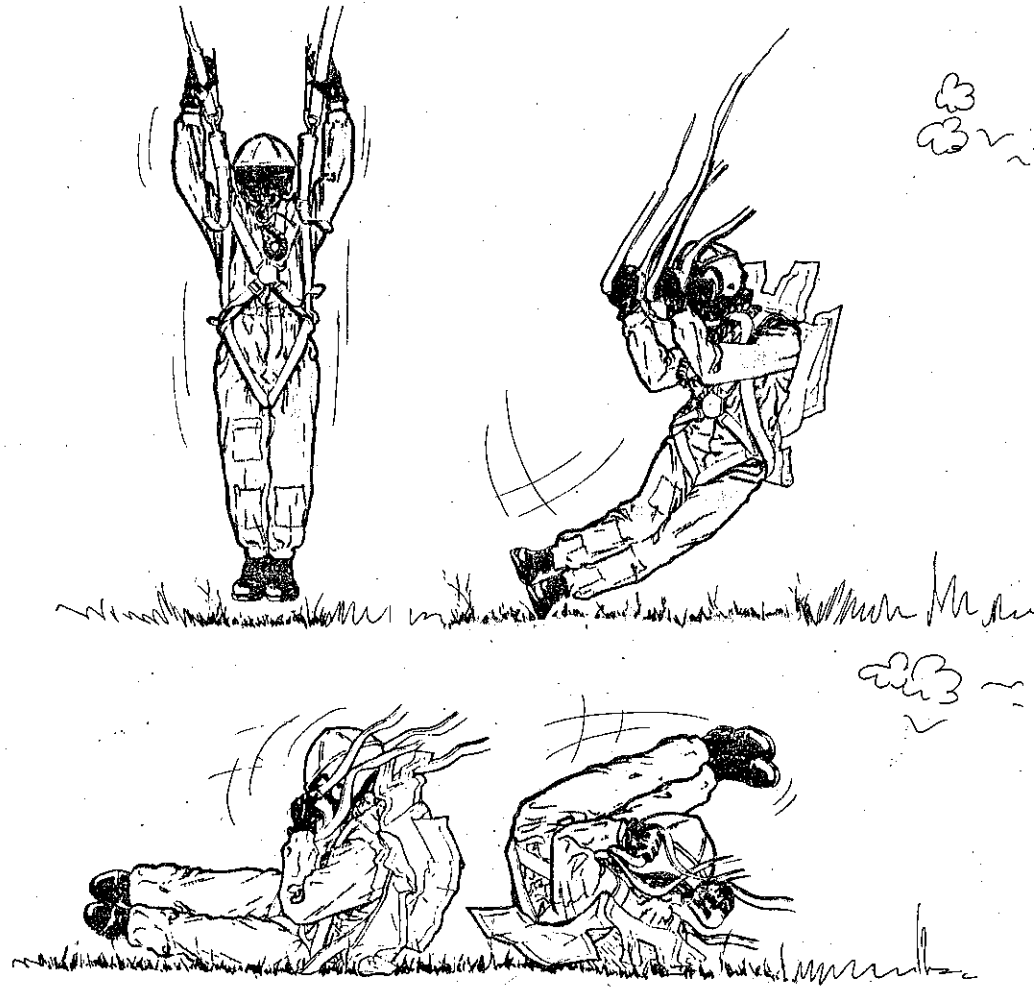
Bir ağaç dalından veya barfiks şeklinde olan başka bir yerden atlarken aşağıdaki şekilde hareket etmek gereklidir :

(1) Düşülecek yere bakılmalı ve ayaklar birbirlerine yapıştırılmalıdır. Düşülecek yerin iri taş veya kaya, ağaç kökü v.b. engebeleri bulunduğu takdirde bir miktar kayarak engebesez bir yer

bulunmaya çalışılmalıdır.

(2) Düşerken, çene iyice göğüseye yapıştırılmalı, dirsekler açıkta tutulmayıp vücuda dayanmalı, omuzlar yuvarlaklaştırılmalıdır. Vücut bu şekli almadığı takdirde, kol veya dirseklerin yere vurarak kırılması, yere vuruş sırasında basın dizlere vurarak ağız ve burnun yaralanması söz konusudur.

(3) Yere değerken yapılacak hareket çok önemlidir. Dizler hafifçe bükülmüş olmalıdır. Ayaklar yere değme anında düşülecek yöne doğru en fazla 45 derece döndürülmeli, vücut ileriye doğru eğilmiş olmalı; önce bacakların yanı, daha sonra kalça ve en sonra da omuz yere değecek şekilde takla atılarak sademenin etkisi bütün vücuda dağıtılmış olmalıdır. Burada en önemli husus çenenin göğüseye iyice yapıştırılarak boynun zedelenmesini veya kırılmasını engellemektir.



Bir duvar veya kayadan atlarken sırasıyla şu hareketler yapılmalıdır.

(1) İki elle tutunup atlamaya hazırlık sırasında baş yana çevrilmeli ve aşağıya bakılmalıdır.

(2) Baş hangi yana çevrilmişse o yandaki el bırakılarak duvar veya kaya bu elle hızla itilmeli, bu şekilde vücudun duvar ve kayadan bir miktar uzaklaştırılarak düşmesi sağlanmalıdır.

(3) Düşerken, yere değerken ve takla atarken yukarıda belirtildiği şekilde hareket edilmelidir.

Tekrar edilmesinde yarar görülen bir husus, eğitimini yapmaksızın izah edilen tekniklerin denenmesinin sakatlıklar doğuracağıdır. Başlangıçta bir iskemle veya bir sandık yüksekliğinden atlamak suretiyle deneme ve eğitime başlanıp, yükseklik tedricen arttırılırsa, belirli bir eğitim zamanından sonra kişinin güvenle ve adeta şartlı refleks olarak yukarıda izah edilen hareketleri rahatlıkla gerçekleştirdiği ve kendi kendine güven kazandığı görülecektir.

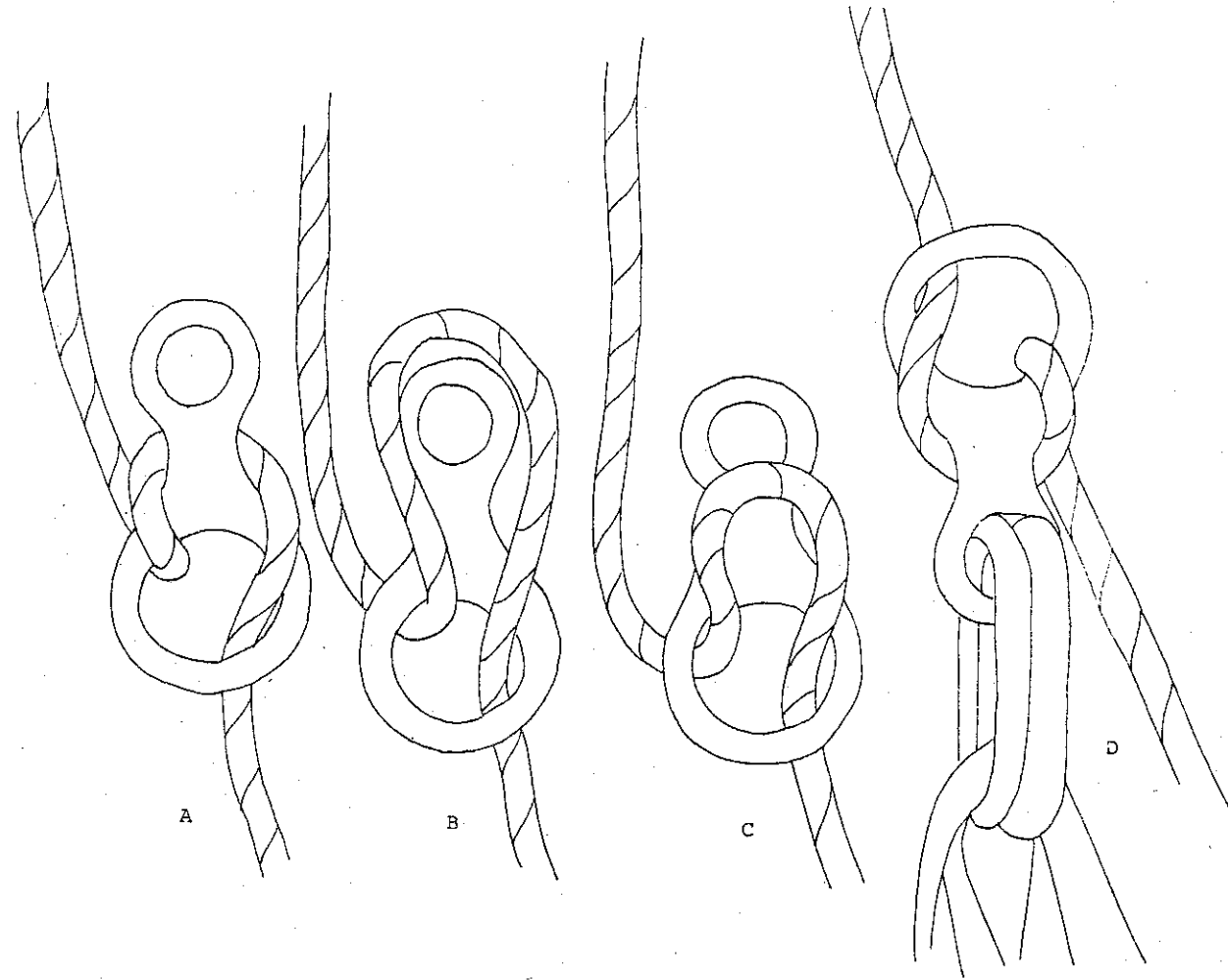
Dağlık ve kayalık arazide kaybolan kişi veya kişilerin son derece dik eğimlerden ve kayalıklardan inerek yollarını aramaları gerekebilir. Elde halat mevcut olduğu takdirde basit bir dağcılık tekniğinin uygulanması ile bu inişler kolaylıkla gerçekleştirilebilir.

Halat, inilecek yerin başlangıcındaki bir ağaca, kayaya veya başka bir sağlam yere bağlanmalı veya yeteri kadar uzunsa takılarak iki ucu aşağıya sarkıtılmalıdır. Halatın ucunun veya uçlarının güvenlik içinde inilecek yere kadar varmış olmasına dikkat edilmelidir.

Elde dağcılık malzemesi olduğu takdirde karabiner denilen (D) harfi şeklindeki halka, (8) rakamı şeklindeki özel halka ve isviçre oturağı denilen donanım kullanılır.

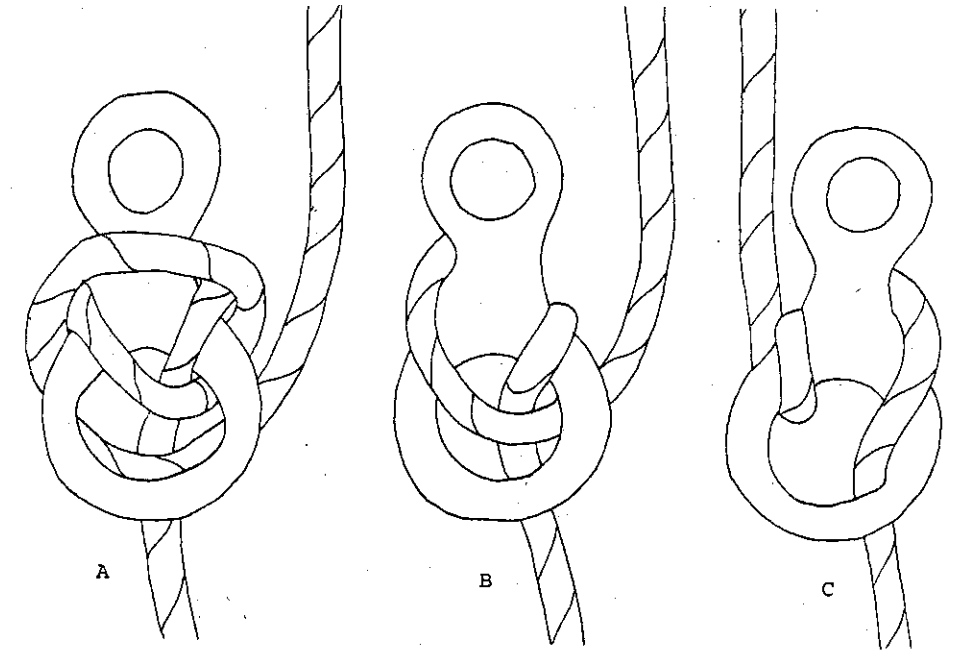
İp, bağlandığı noktadan sonraki bir kısımdan ele alınır ve şekilde görüldüğü gibi (8) rakamı şeklindeki halkanın büyük deliğinden geçirilip küçük halkanın üzerinden aşırılarak halkanın göbek kısmına yerleştirilir. Bundan sonra karabiner isviçre oturağı ile (8) rakamı şeklindeki halkanın küçük halkasını birleştirecek şekilde araya takılır.

İpin takılma şekli ile karabiner bağlantısı diğer sayfadaki şekilde verilmiştir.

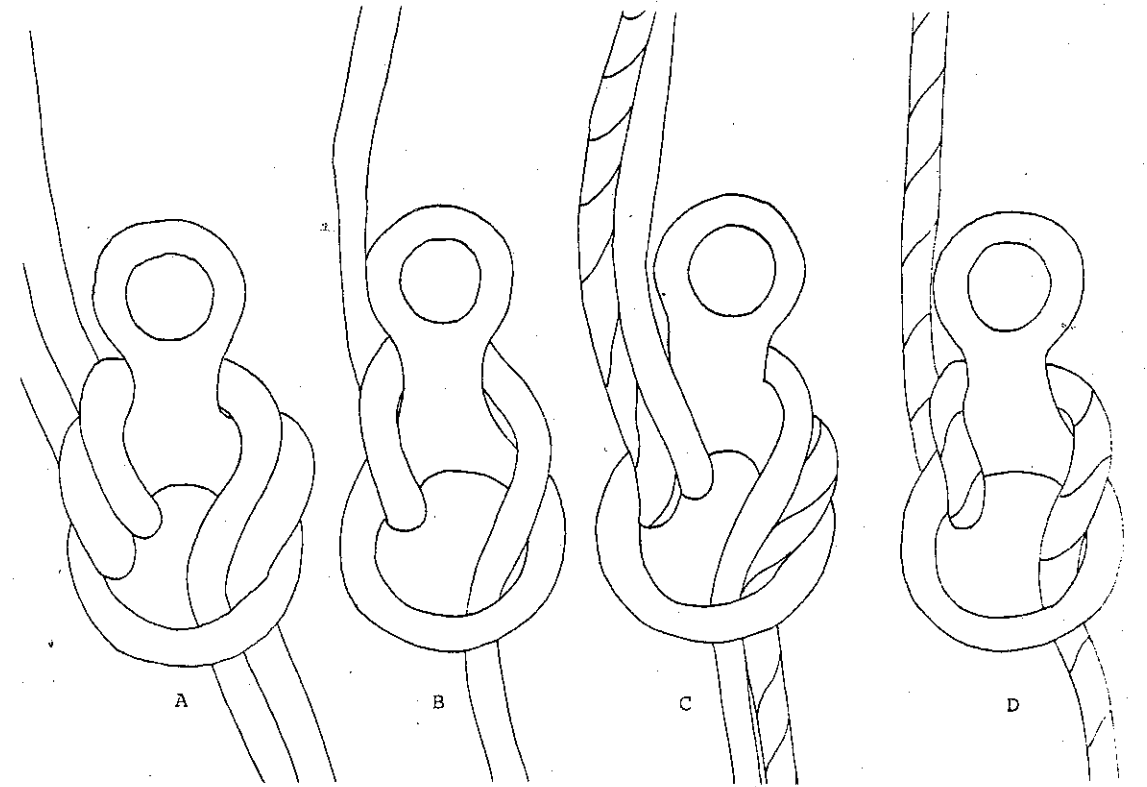


(8) rakamı şeklindeki halka kullanılmak suretiyle yük ve sair malzemeyi güvenle indirmek mümkündür. Bunun için halkadan geçirilen ipin sürtünmesini arttırmak gereklidir.

Diğer sayfada fazla frenden az frene doğru üç adet bağlama şekli verilmiştir.



Aşağıdaki resimde ise bir ipin iki kat olarak veya tek kat olarak tek ip veya bir ince bir kalın ipin (8) rakamı şeklindeki halkadan geçiriliş şekilleri verilmektedir.



İsviçre oturağı esas itibarıyla paraşüt donanımına benzeyen ve bacak arası, kalça, bel ve bazı tiplerde omuzlardan geçen ve kişinin göbek hizasından askıya alınmasını sağlayan bir donanımdır. Elde hazır İsviçre oturağı mevcut olmadığı takdirde yaklaşık 3,5 metre dağcı ipi kullanarak İsviçre oturağı donanmak mümkündür. Bunun için ip, tam ortası bele gelecek şekilde kuşak gibi sarılarak göbek üzerinden bir ilmek atılmalı, bundan sonra her iki uç bacak aralarından sıkıca geçirilerek kalçaların üzerinden geçmek suretiyle beldeki ipin altından üste bir küçük halka oluşturacak biçimde takılmalı, sarkan uçlar bu halkadan geçirilerek göbek hizasında camadan denilen düğümle bağlanmalıdır. Camadan iki ilmeğin üst üste bağlanmasıyla oluşan klasik düğümüne benzeyen bir düğüm şekli olup bütün özelliği ikinci düğümün ipler gerilince sıkışacak şekilde ters bağlanmasıdır. İsviçre oturağı bağlandıktan sonra karabiner denilen (D) harfi şeklindeki halka soldan sağa doğru kişinin göbek hizasında bulunan üç ipten geçirilerek (8) rakamı şeklindeki halkanın küçük deliğine takılır.

Elde (8) rakamı şeklindeki halka mevcut olmadığı takdirde kayarak inilecek uzun ipi karabinerden iki defa dolayarak doğrudan geçirmek suretiyle inişi gerçekleştirmek mümkündür.

Bundan sonra ipin aşağı sarkan kısmı sağ tarafta kalçanın hemen altında sağ elle tutulur. Dik yamaç veya kaya ile bacakların 45 derecelik bir açı yapması sağlanır ve sağ elin tuttuğu ip gevşetilmek suretiyle aşağı doğru yürünür veya zıplayarak kayılır. Sol elin tamamen serbest kalması esastır. Kişi sol elinde bir şey taşımadığı takdirde dengasını sağlamlaştırmak için sol eliyle ipin üstte kalan kısmını tutabilir. Zıplayarak hızla kayma söz konusu olduğu takdirde sağ elin tuttuğu ipin sürtünme ve ısınma suretiyle sağ avuç içini yakması söz konusudur. Bu durumda ip, eldiven veya bez ve kumaş parçası gibi bir cisimle tutulmalıdır. Aşağı inilip güvence ile yere basıncaya kadar sağ elin tuttuğu ip kesinlikle bırakılmamalıdır.

Sağ eli ile ipi tutamıyacak kadar yaralı veya hasta birisinin aşağı indirilmesi gerekiyorsa, ekipten bir kişi önceden aşağı inerek sarkan ipin ucunu dik yamaçtan uzağa doğru çekerek ve gererek kendisinden sonra inecek yaralı kişinin yavaş bir şekilde inmesini sağlar. Bu şekilde ip yeteri kadar gerilip çekildiğinde inen kişiyi gerektiğinde yarı yolda durduracak kadar fren yapılmış olunur ve kişi güvence ile yere indirilir.

Elde İsviçre oturağı ve karabiner olmaksızın yalnız ip kullanarak dik bir yerden inmek mümkündür. İnilecek ip sağlam bir şekilde inilecek yerin başlangıcında bir yere bağlandıktan sonra sırasıyla aşağıdaki işler yapılır.

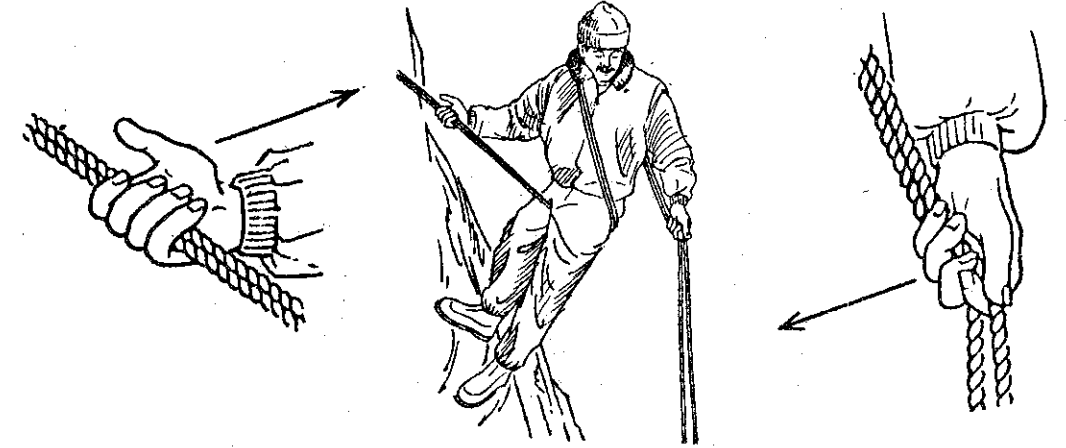
(1) İp ön taraftan bacak arasına alınır.

(2) Sol (veya sağ) baldırın üzerinden sarılarak göğüs üzerine alınır.

(3) Sağ (veya sol) omuzun üzerinden aşırılarak geriye düşürülür.

(4) Sol (veya sağ) elle kavranır.

(5) İpin önde kalan bağlı tarafı sağ (veya sol) elle tutulur.



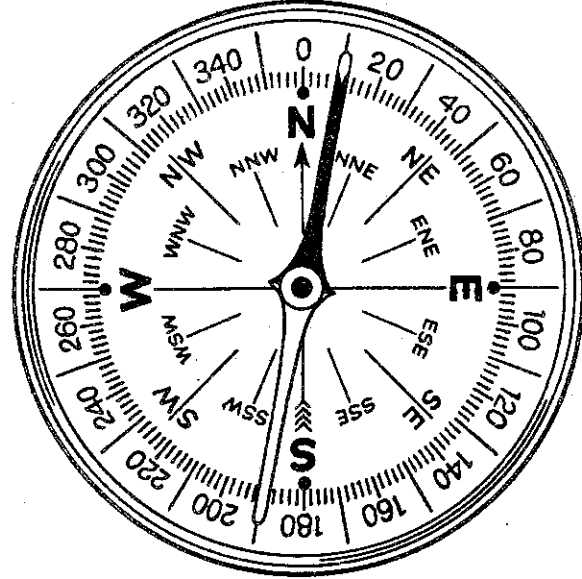
(6) Aşağıda kalan tarafı tutan el yavaş yavaş gevşetilerek kişinin aşağı doğru kayması sağlanır. Bacaklar, yamaca dik bir açı yapacak şekilde dayanmalıdır.

(7) Durmak istenildiği takdirde ipi tutan eller sıkılır ve ipi alttan tutan el iple beraber göğüse doğru sarılır.

Yön Bulma 15

Çeşitli ülkelerde yapılan bilimsel araştırmalar insanlarda soyut yön duygusunun mevcut olmadığını ortaya koymuştur. Belirli bir bölgede yaşayan halkın yönlerini kolaylıkla tayin edebilmeleri, kendi çevrelerine aşina olmalarından ileri gelmektedir. Keşifler sırasında, kendi çevrelerinden başka bir bölgeye gittikten sonra kafileyi terk edip eski yerlerine kaçan yerli rehberlerin kaçma nedenlerinin başında yeni çevreyi tanımayışları yer almaktadır.

Yön tayin etme konusunda insanların yüzyıllardır en büyük yardımcılığını yapan alet pusuladır.



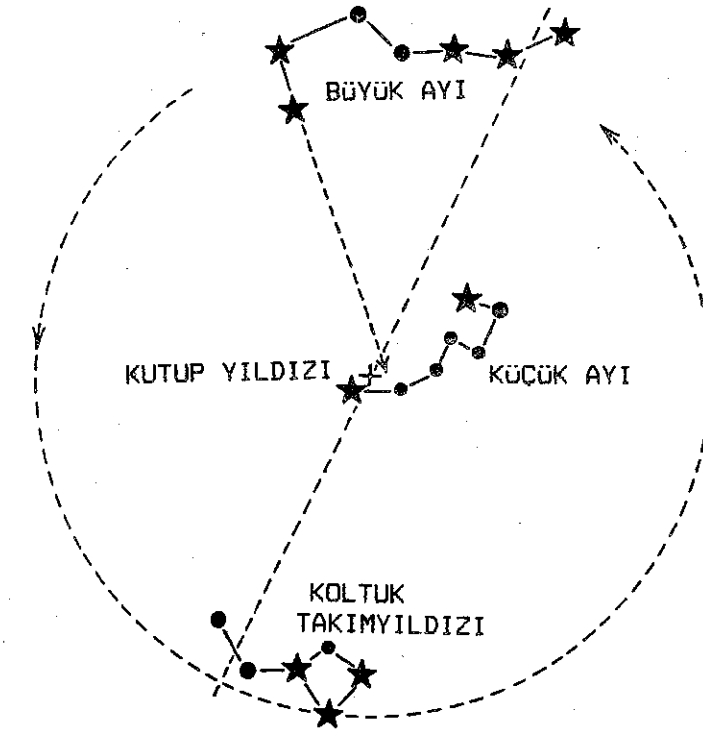
Her çember gibi pusula da 360 dereceye bölünmüştür. Pusula dereceleri kuzeyden başlamak üzere saat yönünde numaralanmıştır. Doğu (East -E-) 90 derece, Güney (South -S-) 180 derece, Batı (West -W-) ise 270 derecedir. Pusulanın iğnesi kuzeyi gösterir. Pusula iğnesinin gösterdiği yöne 'mıknatıs kuzeyi' denir. Bir de 'gerçek kuzey' veya harita kuzeyi vardır ki her iki yön arasında zaman ve yere göre değişen bir sapma söz konusudur. Harita da kullanmak suretiyle hassas rota tayini bakımından önemli olan bu sapma doğada kaybolmuş bir kişi açısından önemli değildir. Sadece yön gösteren derecesiz basit bir

pusula ile dahi hareket etmek mümkündür.

KUTUP YILDIZI İLE YÖN BULMA

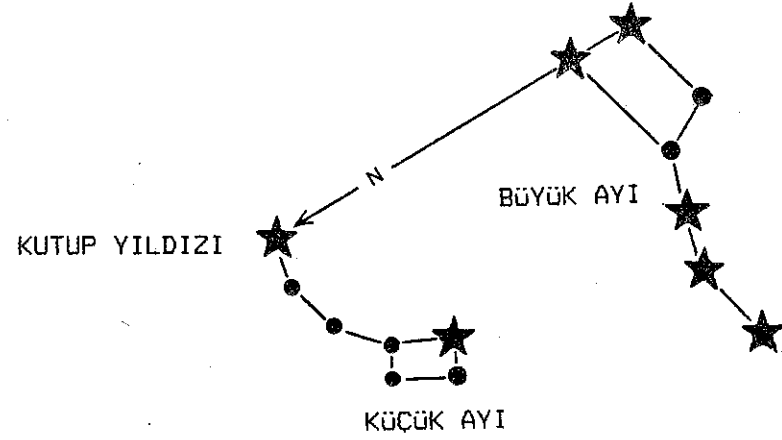
Kuzey yarım küresinin herhangi bir noktasından Kutup Yıldızına çizilen bir doğru gerçek kuzeyin yaklaşık olarak bir derece yakınından geçer. Kutup yıldızı yüzyıllar boyu başta gemiciler olmak üzere seyahat edenlerin yön tayininde güvenle kullandıkları bir rehber olmuştur.

Gökyüzünde kutup yıldızını tespit edebilmenin en iyi yolu, belirgin olma niteliği taşıyan Büyük Ayı yıldız grubunu görebilmektir. Büyük Ayı yıldız grubunun kaba şeklinin saplı bir derin tava görünümünde olduğu düşünülürse, sapın karşısındaki kenarı oluşturan iki yıldızdan geçen doğru tavanın üstüne doğru kenar uzunluğunun yaklaşık beş katı uzatılırsa Kutup Yıldızına varılmış olunur.



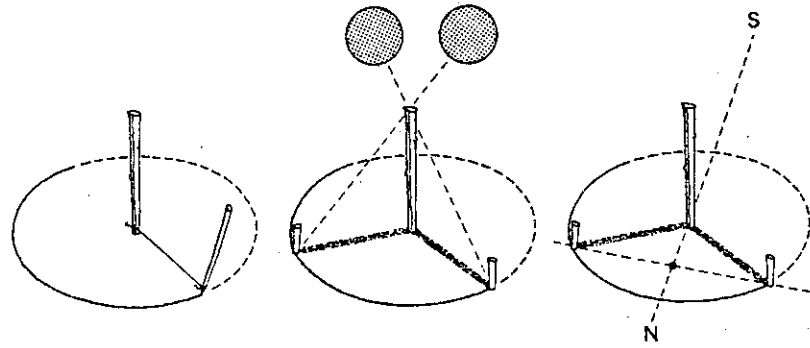
Küçük Ayı yıldız grubu şekil itibariyle Büyük Ayı yıldız grubunu andırır ve sapının ucunda Kutup Yıldızı yer alır.

Kutup Yıldızının Küçük Ayı ve Büyük Ayı yıldız grupları itibariyle konumu aşağıdaki şekilde verilmiştir.



GÜNEŞ İLE YÖN BULMA

Güneşin parlak olduğu bir günde aşağıdaki şekilde belirtilen yöntemle yön tayin etmek mümkündür.



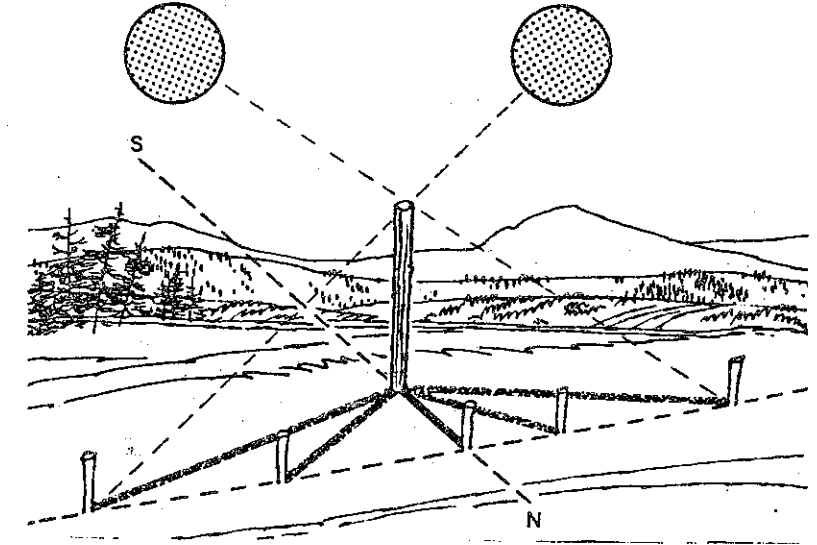
Şekilde görüldüğü üzere düz bir alana kısa bir sopa çakılır. Sopanın yere dikey olması için bir ipin ucuna bağlanacak bir ağırlıkla durumu kontrol edilir ve gerekli düzeltmeler yapılır. Bundan sonra ip sopanın dibine bağlanır ve ipin ucuna tutturulan bir deynek veya başka bir sivri cisim ile mevcut gölgenin boyu ölçülür ve bu boy yarıcağ olmak

üzere yere çakılan sopanın etrafına bir çember çizilir ve bu ilk gölgenin ucu işaretlenir.

Bu işlemin sabah saatlerinde yapılması gerekir. Bir süre sonra gölgenin çemberin içinde kısaldığı görülecektir. Gölge, öğle zamanı en kısa durumuna gelecek, bundan sonra tekrar uzamaya başlayacaktır. Gölgenin öğleden sonra tekrar çembere eriştiği noktayı işaretlemek gerekir.

Çemberin üzerinde işaretlenmiş bulunan her iki noktayı birleştiren doğru parçasının tam ortasını yere çakılmış bulunan sopanın dibine birleştiren doğru kuzey-güney yönünü gösterecektir. Güney, güneşin yer aldığı tarafta kalacaktır.

Güneşe ait gölgeleri kullanmak suretiyle yön tayin etmek için diğer bir yöntemde ise çember çizmek yerine gölgelerin yerleri işaretlenmek suretiyle hareket edilir.



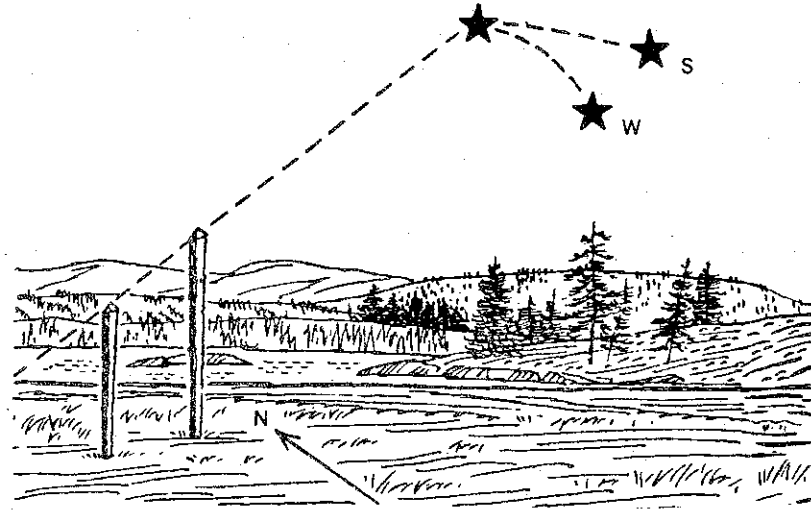
Yukarıda birinci yöntemde belirtildiği şekilde yere dik olacak biçimde bir sopa çakılır. Öğleden önce başlamak kaydıyla zaman geçtikçe kısalmakta olan gölgelerin ucuna taş koymak veya sopa çakmak suretiyle işaretler konulur.

Gölgenin en kısa olduğu nokta veya gölgelerin en kısa olduğu kısa doğru parçasının ortasını yere çakılmış bulunan sopanın dibine birleştiren doğru kuzey-güney yönünü verecektir.

Parlak güneşli bir havada veya aydınlık mehtaplı bir gecede yere dik olarak çakılmış bir sopanın gölge ucu ile beş on dakika sonraki gölge ucunu birleştiren doğru doğu-batı yönünü verecektir. Sabahları bir miktar güneye, öğleden sonraları ise bir miktar kuzeye sapma olmakla beraber bu yöntem özellikle gün ortasında oldukça doğru yön verebilmektedir.

YILDIZLARIN GÖZLEMİ İLE YÖN BELİRLEME

Yıldızlar, tıpkı ay ve güneş gibi, dünyanın kendi eksenini etrafında dönmesi sonucu doğudan batıya büyük yaylar çizerek hareket ederler. Herhangi bir parlak yıldızın aşağıda belirtilen yöntemle gözlemi yapılmak suretiyle kaba bir yön tayini yapılabilir. Bu yöntem, özellikle gökyüzünün bulutlu olması nedeniyle Kutup Yıldızının bulunamaması halinde kullanılabilir.



Herhangi bir parlak yıldız tespit edildikten sonra yukarıdaki resimde görüldüğü üzere yere iki sopa çakılmak suretiyle tıpkı bir nişanğahta olduğu gibi yıldız ve her iki sopanın uçlarının aynı doğru üzerinde kalmasını sağlayacak şekilde sopa uçlarının yerden yükseklikleri sopalar yere çakılarak veya geri çekilerek ayarlanır.

Aradan kısa bir süre geçtikten sonra yıldızın hangi yöne doğru kaydığı tespit edilir. Yıldızın bu hareketi aşağı düşme, yukarıya yükselme, sağa kayma veya sola kayma şeklinde olacaktır.

Yıldız aşağı düşüyorsa, gözlemi yapan kişinin batısında kalıyor demektir. Yıldız, yatay bir şekilde gözlemi yapan kişinin sağına doğru

ilerliyorsa, sözü edilen kişinin yönü yaklaşık olarak güneye dönük demektir. Yıldızın yukarıya doğru yükselmesi söz konusu ise kişinin bakış yönü doğuya karşıdır. Yıldız yine yatay bir şekilde kişinin soluna doğru kayıyorsa, kişi kuzeye bakıyor demektir.

Aynı deney, bir başka yıldızla da yapıldıktan sonra yön konusunda kaba olmakla beraber doğruya oldukça yakın bir belirleme yapılmış olunur.

AY'I GÖZLEMENİN SURETİYLE YÖN BELİRLEME

Bilindiği üzere ay tamamen karanlık bir çemberden tam olarak aydınlatılmış bir çember arasında olmak üzere iki çemberin birbirini kestiği şekilde çeşitli şekiller almaktadır.

Ay, güneşe kıyasla dünyanın aynı tarafında olduğu zaman gölgeli olan kısmı dünyaya bakmaktadır. Ay dünya ile güneş arasında olduğu zaman aydınlık olan yüzü dünyaya bakmaktadır. Aydınlık yüz bir aylık dönemin ilk çeyreği ile son çeyreğinde farklı yönlerde olmak üzere birbirini kesen iki çember şeklinde yarım çember haline gelmektedir. Ayın düzenli bir biçimde değişen görüntüsünü izlemek suretiyle yön belirlemek mümkündür.

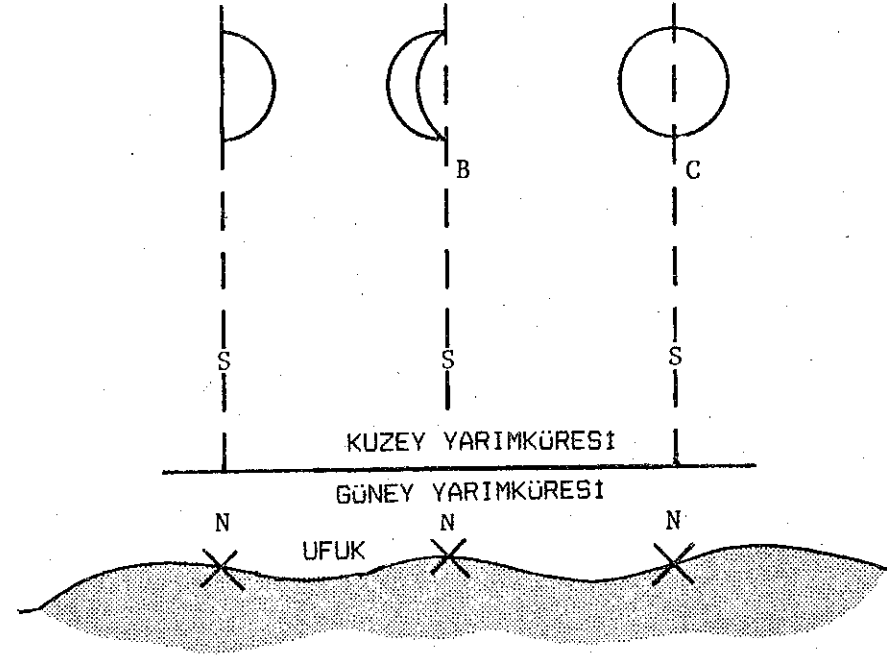
Ayın aydınlık yüzü her zaman güneşe dönük olduğuna göre :

- Güneş batmadan önce ay doğmuş ise aydınlık yüzü batıda demektir.
- Ay güneş battıktan bir süre sonra doğmuş ise aydınlık yüzü doğuda demektir.

Ay güneşin batmasıyla birlikte doğmuşsa iki sivri ucu birleştiren doğru çok kaba olarak kuzey-güney yönünü verir.

Ay, dolunay veya yarım ay olduğu takdirde mahalli saate göre kaba ölçülerle yön şöyle değişir :

Mahalli saat	1800	2100	2359	0300	0600
Ayın ilk çeyreği	S	SW	W	-	-
Dolunay	E	SE	S	SW	W
Ayın son çeyreği	-	-	E	SE	S

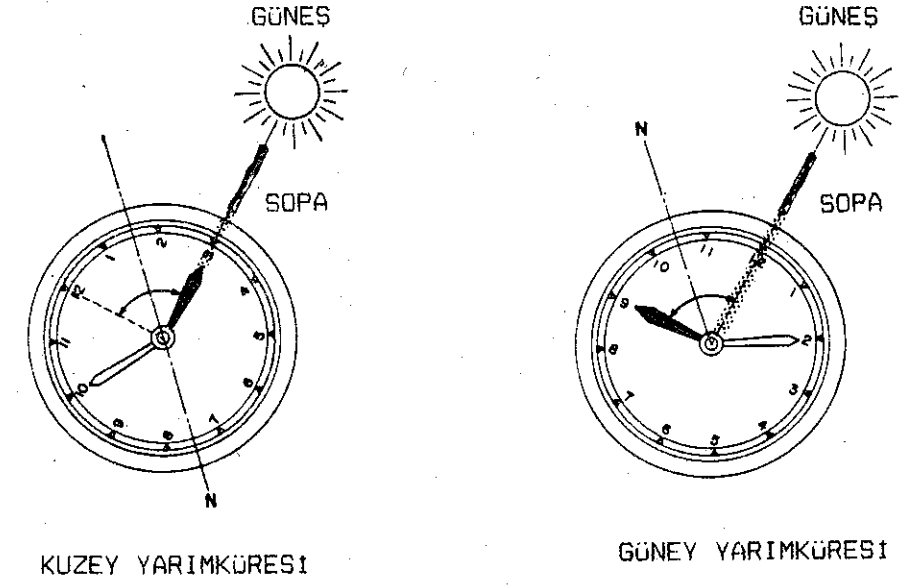


SAAT KULLANARAK YÖN BELİRLEME

Dijital olmayan, yani akrep ve yelkovanı bulunan bir saati kullanmak suretiyle yön belirlenebilir.

Saatin akrebi güneşe yönlendirilir. Akrep ile saat 12'nin arasından geçen doğru veya akrep ile merkezi saat 12'ye birleştiren doğrunun meydana getirdiği açının açıortayı kuzey-güney doğrultusunu verir. Bu işlemi yaparken standart saati kullanmak, yani yaz kış saat ayarlamaları yapılmış ise bunları dikkate almamak gerekir. Sözü edilen yöntem kuzey yarım küresinde geçerlidir. Güney yarım küresi için geçerli usül, merkezi saat 12'ye birleştiren doğrunun güneşe yönlendirilmesidir. Sözü edilen doğru ile akrebin meydana getirdiği açının açıortayı kuzey-güney doğrultusunu verecektir.

Aşağıda solda kuzey yarım küresi, sağda ise güney yarım küresi için geçerli yöntemin şekli verilmiştir.



Kuzey-güney doğrultusunun bilinmesi halinde, aynı yöntemi tersine uygulamak suretiyle durmuş bir saati ayarlamak mümkündür.

YÖNÜ GÖSTEREN DOĞAL BELİRTİLER

Rüzgar ve güneş bitkilerin büyümelerini etkiler. Ağaçların en yapraklı ve gelişmiş tarafları genellikle güneşe yani güneşin fazla olduğu yöne bakar. Ağaçların kesitlerine bakıldığında halkaların güney tarafında daha fazla gelişmiş olduğu görülür. Karınca yuvalarının ağızlarının genellikle sıcak yani güney tarafa baktığı bilinir. Ağaçların serin ve rutubetli yöne yani kuzeye bakan taraflarında yosun daha fazla oluşur. Çiçekler genellikle güneşe doğru açarlar.

Yukarıda kısaca özetlenen belirtileri yön bulmak için kullanırken ihtiyatla hareket etmek gerekir.

MESAFELERİN BELİRLENMESİ

Doğada yürüyüşe geçen bir kişinin katettiği mesafeleri belirlemesi için yürüyüş hızını ve yürüdüğü zamanı tespit etmesi gereklidir.

Arazide yürüyen kişilerin genellikle yürüdükleri mesafeyi abartma eğilimleri vardır. Bu nedenle doğru tahmin yapabilmek için zaman ve hız ilişkisi iyi bir şekilde belirlenerek hesap yapılmalıdır.

Açık ve oldukça düz bir arazide bir kilometrelik bir mesafe 8 ile 12 dakika arasında katedilir. Sert ve kayalık, 15-30 metre uzunluk arasında çıkış ve inişleri bulunan bir arazide bir kilometrelik yolun katediliş zamanı en az 15 en çok 20 dakikadır. Çalılık ve kayalık, eğimi 1-10 ile 1-3 arasında değişen inişli çıkışlı bir arazide bir kilometrelik mesafe en az 20 en çok 25 dakikada katedilir. 250-300 metrelik uzun yokuş ve inişleri bulunan kayalık ve dağlık bir arazide bir kilometrelik bir mesafe en az 40 en çok 60 dakikada alınabilir.

Bu rakamlar ağırlığı 10 ile 20 kg arasında değişen bir sırt çantası taşıyan sağlıklı ve eğitilmiş bir kişi için verilmiştir. Daha fazla bir ağırlık veya kondisyonu iyi olmayan bir kişi için süreler uzayacaktır.

Mesafe ölçmenin diğer bir yöntemi de adım saymaktır. Normal bir yürüyücünün 125 adımının 100 metreye kaba olarak eşit olduğu düşünülerek hesap yapılabilir. Kuşkusuz, arazinin durumuna göre bu ölçü değişik olacaktır. Kayalık ve sert yüzeyi olan yokuşlu inişli bir arazide 100 metre 160 ile 190 adım ile katedilebilir. Çok fazla eğimli arazilerde 100 metre için gerekli adım sayısı 225'e çıkabilir.

Hava Durumu 16

Doğada yaşam mücadelesi veren bir kişi için hava durumunu tahmin edebilme yeteneğinin mevcut olması bazen çok önemlidir. Havanın bozacağını ve hatta fırtına çıkacağını tahmin edebilen, kamp yerini uygarlığa erişme, avlanma v.b. nedenlerle terketmeyeceği gibi kötü havanın etkilerini azaltmak amacıyla barınacağını da sağlamlaştırıcı önlemler alabilecektir.

Doğaya yakın ve onunla iç içe yaşamak zorunda olan kişi, bazı hayvanlarda içgüdüsel olarak var olan hava durumunu tahmin edebilme yeteneğini geliştirmek zorunluluğundadır.

Hava esas itibarıyla iki yoldan tahmin edilebilir. Bunlardan birincisi ilmi yol olup barometre, termometre, rutubet ölçen cihazlar, rüzgar hız ve yönünü belirleyen aletler, çeşitli harita uygulamaları ve son zamanlarda uydulardan alınan fotoğraflar gibi karmaşık yöntemleri içermektedir. Ayrıca bu tür istasyonların yaptığı gözlemler birbirleriyle koordineli bir biçimde çok geniş bir bölgeyi ve uzunca bir süreyi kapsayabilmektedir. Meteoroloji tahminlerini belirli bir süre izleyip tahminlerin geçerliliğinin izlenmesi konusunda bir çalışma yapıldığı takdirde, her tahminde olduğu gibi bazen yanlış görülmekle beraber, genellikle sonuca hayran kalmamak mümkün değildir.

Diğer bir yol; gökyüzü, güneş ve ayın rengi, rüzgar durumu ve daha bir çok doğal göstergelere bakarak birkaç günlük tahmin yapabilmektir. Doğa ile iç içe yaşayan bir kişinin hava tahminlerini izleme fırsatı bulanların da sonuçlara aynı şekilde hayran kalmamaları mümkün değildir.

Modern veya geleneksel tahmin yöntemlerinden birinin geçerli olduğunu kabul ederek diğerini reddetmek doğru değildir. Tıpta modern tedavi yöntemlerinin yanı sıra geleneksel tedavi yöntemleri de mevcut olduğu gibi, modern ve ilmi hava tahmin yöntemlerinin yanı sıra doğal belirtilerden hareket eden ve geçerli sonuçlar veren geleneksel tahmin yöntemleri de vardır.

Aşağıda barometre kullanarak, bulutların gözlemi yapılarak ve diğer doğal bazı göstergeler kullanılarak hava durumunu tahmininde bulunma usulleri verilmiştir.

BAROMETRE

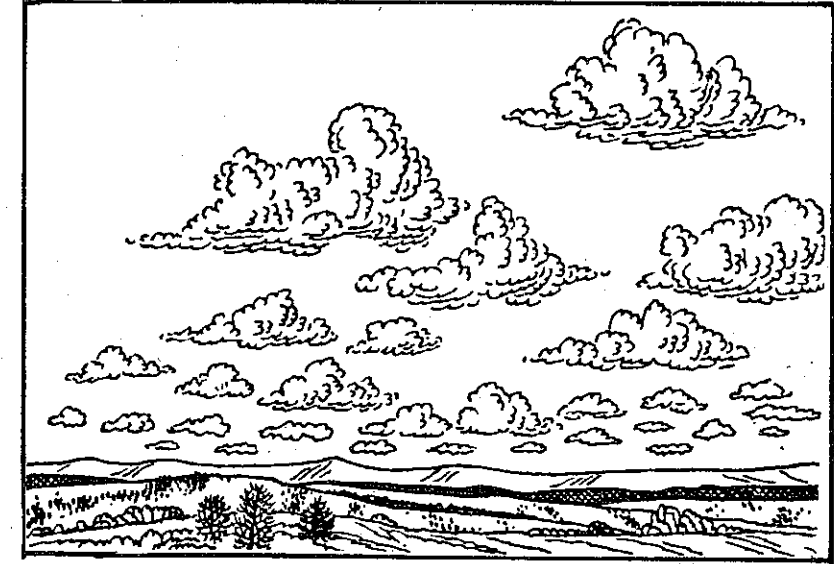
Elde bir barometre mevcut olduğu takdirde hava durumu aşağıdaki gözlemler yapılmak suretiyle tahmin edilebilir.

BAROMETRE OKUYUŞU	RÜZGAR YÖNÜ	HAVA DURUMU
Yüksek, düzenli	Güneybatı-Kuzeybatı arası	İyi hava, birkaç gün içinde önemli bir ısı değişikliği yok
Yüksek, düzenli yükselme	Güneybatı-Kuzeybatı arası	İyi hava, ısı artışı ile birlikte bir kaç gün içinde yağmur
Yüksek, hızla düşme	Doğu-Kuzeydoğu arası	Yazları: 12 ile 24 saat içinde yağmur Kışları: artan rüzgarla birlikte yağmur veya kar
Çok yüksek, yavaş düşme	Güneybatı-Kuzeybatı arası	İyi hava, iki gün için ağır ısı artışı
Yüksek, yavaş düşme	Güney-Güneydoğu arası	24 saat içinde yağmur
Yüksek, yavaş düşme	Doğu-Kuzeydoğu arası	Yazları: hafif rüzgar, iyi hava Kışları: 24 saat içinde yağış
Yüksek, yavaş düşme	Güneybatı-Kuzeybatı arası	24 ile 36 saat içinde yağmur
Yüksek, hızla düşme	Güney-Güneydoğu arası	12 ile 24 saat içinde artan rüzgarla birlikte yağmur
Düşük, hızla yükselme	Batıya dönüş	Havanın açılması ve soğuma
Düşük, yavaş yükselme	Güney-Güneybatı arası	Havanın kısa zamanda açılması ve birkaç gün iyi olması
Düşük, yavaş düşme	Güneydoğu-Kuzeydoğu arası	Birkaç gün yağmur
Düşük, hızla yükselme	Doğu-Kuzey arası	Soğukla birlikte şiddetli yağmur veya kar

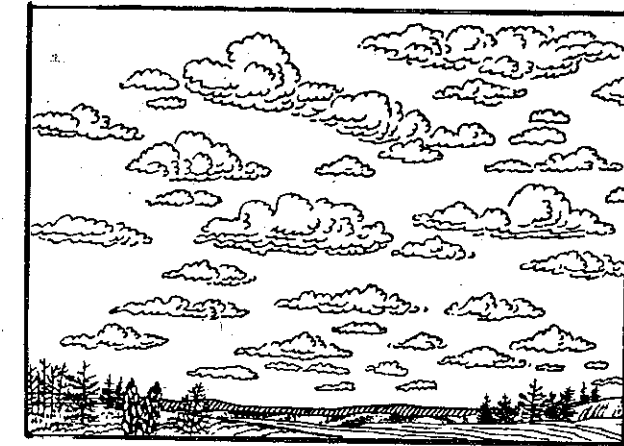
BULUTLAR

Aşağıda atmosferde oluşan bulut çeşitleri ve bunların hava tahmini açısından taşıdıkları anlam verilmiştir.

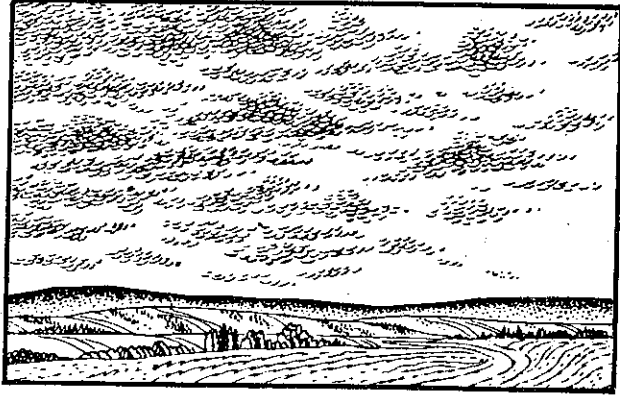
KÜMÜLÜS : Havanın iyi olacağının belirtisidir.



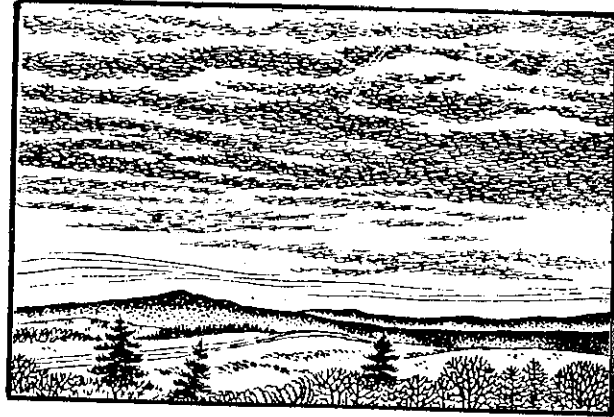
FRAKTOKÜMÜLÜS : Yüksek rüzgarların mevcut olduğunu gösterir. Öğleden sonra geç saatlerde güneş batmadan önce rüzgar durduğunda iyi ve açık bir hava ortaya çıkar.



STRATOKÜMÜLÜS : Bu tür bulutlar hafif yağış getirebilir. Stratokümüls bulutların öğleden sonra geç saatlerde kümüls veya fraktokümüls bulutlar haline dönüşerek açık bir hava durumu getirmeleri mümkündür.



STRATÜS : Bu tür bulutların zaman zaman ciselti şeklinde yağış getirmeleri söz konusu olmakla beraber normal bir yağmura neden oldukları nadiren görülmektedir. Stratüs bulutlar gece oluşup gün ağarırken ortaya çıktıkları takdirde günün ılıman ve açık olacağı beklenebilir.



NİMBOSTRATÜS : Bu tür bulutlar büyük bir ihtimalle 4-5 saat içinde mevsimine göre yağmur veya kar yağışı getirir.



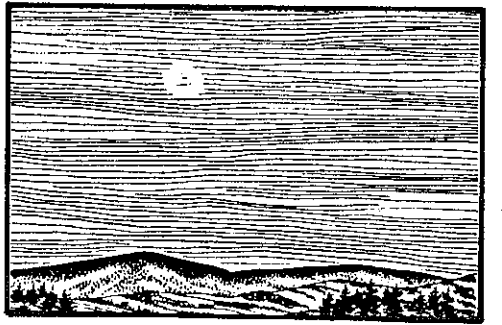
SİRÜS : Yumuşak saç dalgalarına benzeyen bu tür bulutların üzerindeki gökyüzünün rengi mavi ise hava güzel olacak demektir. Gökyüzünün rengi gri olduğu takdirde mevsimine göre yağmur veya kar geliyor demektir.



SİROSTRATÜS : Sirüs bulutlarının üzerindeki gökyüzünün grimtrak olması halinde bu tür bulutların bir süre sonra kalınlaşarak sirostratüs bulutları haline dönüşmesi söz konusudur. Güneş ve ay ışık çemberi veya halesi içinde imiş gibi görünür. Bu tür bulutlar bir gün içinde fırtına kopacağı anlamını taşır.



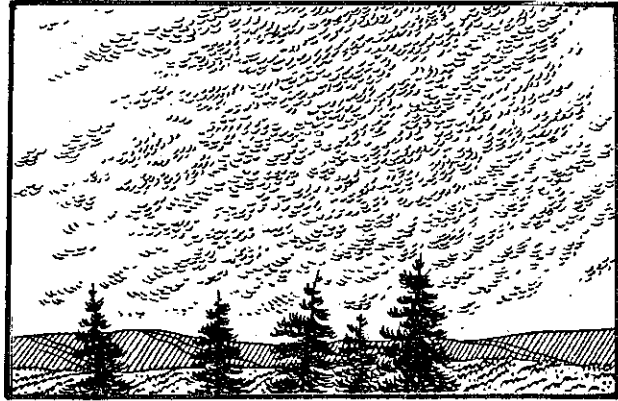
ALTOSTRATÜS : Fırtına yaklaştıkça sirostratüs bulutları kalınlaşarak ve alçalarak altostratüs bulutları haline dönüşür. Altostratüs bulutlar ay veya güneşi tamamen kaplayıp bunlara ait ışınları sanki şekilsiz bir kaynaktan geliyormuşcasına değiştirir.



SİROKÜMÜLÜS : Bu tür bulutlar genellikle bir fırtınayı izleyen bir iki gün içinde ortaya çıkar ve öğleden sonraları dağılarak parlak ve mavi bir gökyüzüne yerini bırakır. Bu bulutlar çok ince olduğu için güneş ışınları bunlardan rahatlıkla geçer.



ALTOKÜMÜLÜS : Güzel hava habercisi olan bu tür bulutlar genellikle fırtınadan bir gün sonra ortaya çıkar. Altokümüllüs bulutları birikerek kule gibi yüksek yığınlar oluşturdukları takdirde yaklaşık 8 saat sonra yağmur yağabilir.



KÜMÜLONİMBUS : Sıcak ve rutubetli günlerde oluşan bu tür bulutlar bazı durumlarda yağış getirmese bile gökgürültüsü, şimşek ve yıldırıma neden olabilir. Havanın elektriklenmesiyle birlikte yüksek ağaçların altından uzaklaşılmalı, mümkünse çalılıklar ve kaya dipleri gibi yerlerde barınmalıdır. Fırtınanın ortasında açık arazide bulunan bir kişi tüfek, balık oltası gibi sivri madensel eşyalarını yere yatırmalı, kendisi de yere uzanarak fırtınanın geçmesini beklemelidir. Omuzda taşınan bir tüfeğin namlusunun paratoner gibi yıldırım çekebileceği gözden uzak tutulmamalıdır.



DOGAL GÖSTERGELER

Kamp ateşinin dumanı, sıcak havanın etkisiyle bir miktar yükseldikten sonra sanki yukarıdan aşağı bir hava akımı etkisine maruz kalır gibi tekrar aşağı bastırılıyorsa yaklaşan veya devam eden bir fırtına var demektir.

Sabahları gün ağardığında ortalık griye yakın bir renge bürünmüş ise hava güzel olacak demektir. Diğer taraftan gökyüzünün kızıla dönüşmesi veya şafaktaki güneşin kızıl olması yaklaşan fırtına işaretidir.

Batan güneşin kızıl olması, atmosferin çok az rutubet ihtiva ettiğini, dolayısıyla gelecek 24 saat içinde yağış ihtimalinin çok az olduğunu ortaya koyar.

Gecenin karanlık, kasvetli ve gri olması hali atmosferin aşırı rutubet ile yüklendiği dolayısıyla yağmur ihtimalinin çoğaldığı anlamını taşır.

Açık bir ufuğa doğru inmekte olan öğleden sonra güneşinden zaman zaman göz kırpar şekilde yeşil ışınlar çıkarsa, havanın bir gün sonra iyi olacağı tahmininde bulunulabilir.

Akşam üzeri ortaya çıkan gökkuşağı veya güneş hayali (yalancı güneş) şeklindeki güneş ışınlarının kırılmasından doğan atmosferik olaylar iyi havanın belirtisidir.

Güneşin veya ayın etrafında oluşan ve hale denilen ışık çemberi hava tahminlerinde güvenilir bir göstergedir. Hale genişlediği takdirde atmosferdeki su miktarı azalıyor dolayısıyla hava açık olacak

demektir. Daralan bir hale bulutlardaki su miktarının arttığını ve yağış ihtimalinin çoğaldığını göstermektedir.

İnce fakat sık bir bulut tabakasının ayı yavaşça örtmeye başlaması halinde iyi hava sona eriyor demektir.

Bulutlar ne kadar seyrek ise hava o kadar iyi olacak demektir. Özellikle bulut topluluklarının arasında mavi gökyüzünün gözükmesi iyi hava belirtisidir.

Gökyüzünde yıldızların parlaması havanın iyi olacağını belirtisidir. Gökyüzünde yalnız bir kaç yıldızın parlaması, geri kalanının gözükmemesi halinde iyi hava sona eriyor demektir.

Hava tahmininde en güvenilir belirtilerden biri çiğ'in var olması veya yokluğudur. Gece içinde veya sabahları otlar çiğ ile kaplandığı takdirde hava yağışsız geçecektir. Gece içinde otların kuru olması sabaha yağmur yağacağı, sabah otların kuru olması ise gün içinde güneş batmadan önce yağmur yağacağı anlamını taşımaktadır.

Fırtına yaklaşmadan önce havada artan nem oranı nedeniyle branda, doğal elyaflardan yapılmış halat, balta sapı gibi tahta esyalar nemlenerek sertleşmekte, tuz nemlenerek topak hale gelmektedir.

Genel olarak bulutların gökyüzünde yüksekte oluşu havanın iyi olacağı anlamını taşır. Bu duruma 'yüksek hava' denilmektedir. Bulutların yeryüzüne yakın oluşları yağış ve kötü hava getiriyor demektir.

Ayın rengi hava tahmini açısından kayda değer bir göstergedir. Ayın renginin sarımsak veya portakal rengine yakın olması bir kaç gün içinde fırtına geleceği belirtisidir. Bu konuda karar verirken yeni doğan ayın rengi göz önüne alınmamalı, ayın doruk noktasına çıkmasından sonra gözlemi yapılmalıdır.

Bazı kişiler fırtınadan önce fırtınanın kokusunu aldıklarını söylerler. Bu beyanda büyük bir gerçek payı vardır. Fırtınaları oluşturan düşük basınç bölgelerinde bataklık, duman v.b. kokular daha belirgin hale gelir. Av köpeği kullanmak suretiyle avcılık yapan kişiler atmosferik basıncın düşük olduğu zamanlarda köpeklerin çok daha verimli bir şekilde av kaldırdıklarını bilirler. Kuşkusuz, gelen fırtınanın kendine has bir kokusu yoktur ancak, fırtına şartları nedeniyle çeşitli doğal kokular daha belirgin ve keşkin hale geldiğinden fırtına adeta koku alma duyusunu geliştirmiştir.

Rüzgarsız bir günde uzaktaki seslerin duyulmaya başlaması, havadaki nem oranının artması dolayısıyla yağış ihtimalinin doğması anlamını taşır.

Engibeli ve dağlık arazide sabahları derin yarlar ve boğazlardan yükselen pus, hava koşullarının o gün iyi olacağını gösteren belirtilerden birisidir.

Eski kurşun ve benzeri yaralar ile romatizma, ülser gibi arazları bulunan kişiler kötü havayı ağrıların ve rahatsızlıklarının artması suretiyle önceden duyarlar.

Kırlangıçların su yüzeyine çok yakın uçmalarından kısa bir süre sonra yağmur yağar. Kargaların delicesine bir aşağı bir yukarı uçmalarından bir süre sonra şiddetli rüzgar çıkacak demektir. Fırtınadan önce karaca, geyik, dağ keçisi gibi hayvanlar yükseklerden daha düşük yerlere inerler. Bu durum, bol miktarda taze izin yamaçlardan aşağı doğru görülmesiyle tespit edilebilir. Deniz kenarında martıların karaya yakın bulunmaları veya karada tünemiş olmaları havanın bozacağı anlamını taşır.

Su Üstünde Yaşamı Sürdürme 17

Deniz veya büyük göllerde seyahat eden veya balıkçılık, yatacılık, su kayağı veya gezinti amacıyla seyreden kişilerin yangın, infilak, çarpışma, batma, karaya oturma, makina ve motor bozulması veya yakıt bitmesinden ötürü sürüklenme gibi nedenlerle felaketlerle karşılaşmaları mümkündür. Ayrıca normal seyreden bir tekneden kaza veya ihmal sonucu bir kişinin denize düşerek teknedekiler tarafından farkedilmeden uzaklaşabilmesi de söz konusudur. Özellikle havanın fırtınalı ve denizin aşırı dalgalı olduğu bir anda denizden adam kurtarmak söz konusu olduğunda meydana gelen panik can ve mal kaybına neden olabilir. Basit ancak önemli olan bazı kurallar uygulandığı takdirde can ve mal kaybı önenebilir.

TEKNEDE YANGIN

Teknelerde meydana gelen yangınların çoğu önenebilir. Motorun civarı temiz tutulduğunda ve özellikle yakıt olarak benzin kullanan teknelerde yakıt sızmalarına, sigara ve ateş yakmaya karşı bir takım önlemler alındığında, etrafta yağlı ve kirli üstüğü ve benzeri malzeme bulundurulmayıp bunlar özel bir kutuda veya torbada saklandığında yangın sorunu ile karşılaşma ihtimali çok azalacaktır.

Alınan bütün önlemlere rağmen yine de yangın olmaktadır. Deniz veya gölün ortasında seyir halinde bulunan bir teknede meydana gelen yangın gerçek bir felakettir. Teknede bulunan kişilerin yakın çevresi yanmaktadır. Kişilerin suya atlayıp kaptan başka çareleri yoktur. Yedek bir lastik bot veya filika mevcut olmadığı takdirde kişiler adeta tuzağa düşmüşlerdir.

Yangın çıkar çıkmaz teknenin hızı yavaşlatılarak rüzgarın yangını körükleme etkisi azaltılmalıdır. Yangın teknenin arkasında ise burnu rüzgarın geliş yönüne çevrilmelidir. Yangın teknenin burnuna yakın ise arkası rüzgarın geliş yönünde olmalı, bu şekilde rüzgarın ateşi ve dumanı teknenin ortalarına doğru yürütmesi engellenmelidir.

Yangın, teknenin yönünü ayarlamak ve hızını yavaşlatmak suretiyle kontrol altına alındıktan sonra yanan eşyalar denize atılmaya çalışılmalı ve yangın söndürme cihazı ile alevlerin dibine kimyevi madde püskürtülerek söndürme girişiminde bulunulmalıdır.

Deniz veya gölden alınacak su geniş ölçüde söndürmede kullanılabilir. Yangını kontrol altına aldıktan sonra sınırsız su mevcudiyeti söndürme faaliyetinde büyük bir avantaj sağlar. Ancak suyun

petrol ürünleri yangınlarına karşı çok etkili olmadığı da göz önünde tutulmalıdır. Yapılacak işlem, yangının hızının kimyevi söndürücü kullanarak yavaşlatılmasından sonra bol miktarda su kullanarak söndürme işlemini tamamlamak ve ısınan yerleri su ile soğutmaktır.

Söndürmeden ümit kesilerek teknenin terkedilmesine mecbur kalındığı takdirde, patlama tehlikesini atlatacak kadar uzakta olmakla beraber tekneden fazla uzaklaşmamalıdır. Bazı yangınların bir müddet sonra yangına neden olan yanıcı maddenin bitip tükenmesi nedeniyle kendi kendine söndüğü bir gerçektir. Diğer taraftan yangından sonra tekne batmayıp enkaz halinde kalsa dahi kaybolanı arayanların veya civardan geçen diğer teknelerin kolaylıkla görebilmelerini sağlayacak bariz bir işaret niteliği taşıyacağından kazaya uğrayanın yardımına daha kolay koşulabilecektir.

DENİZE DÜŞME

Teknede bulunan kişilerden birinin kaza sonucu suya düşmesi halinde yapılması gerekli işlemler şunlardır :

-Pervane, ani bir manevra ile suya düşen kişiden uzaklaştırılmalıdır.

-Kişi yüzme bilse dahi kendisine bir can simidi veya yeleği atılmalıdır. Bunlar, akıntı veya rüzgarın yardım edilecek kişiye doğru sürükleyeceği bir yere atılmalı, özellikle kişinin başına gelip onu sersemletecek biçimde fırlatılmamalıdır. Kişiye kendisini yüzdürücü can yeleğinin veya simidinin atılması büyük bir hızla gerçekleştirilmeli, bu tür malzemenin bulunmaması halinde minder, sandık, tahta veya kalas parçası gibi sair malzeme kullanılmalıdır.

-Kaza gece meydana gelmişse ve elde fener veya projektör var ise, ışık devamlı olarak kazazedenin üzerinde tutularak gözden kaybolması önlenmelidir.

-Teknede kurtarmaya yardımcı olacak nitelikte ikinci bir kişi, ip ve can yeleği veya simidi bulunduğu takdirde, yardım edecek kişi bunları kuşanarak ve ip ile tekneye bağlayarak suya atlamalı ve kazazedeye yaklaşıp yardım etmeye çalışmalıdır.

-Suya düşmüş bir kişinin tekrar tekneye çıkması zordur. Özellikle zayıf, üşümüş veya yaralanmış bir kişiye tekneye çıkarken mutlaka yardımcı olunmalıdır. Küçük teknelerde, teknede bulunan kişi veya kişiler ağırlıklarını kurtarılan kişinin tekneye çıkacağı tarafa vererek teknenin kenarının suya yaklaşmasını, dolayısıyla kazazedenin kolayca çıkmasını sağlayabilirler. Bunu yaparken teknenin devrilmemesi için

gerekli hareketler zamanında yapılmalıdır. Daha iyi bir yol, kazazedenin teknenin arkasından çıkarılmasıdır. Özellikle arkadan takma motorlarla donanmış teknelerde motora tutunarak ve şaftın ucuna basarak çıkmak kolaylaşır. Kuşkusuz, teknenin arkasından çıkarken motor tamamen durdurularak pervanenin bir kazaya neden olması önlenmelidir.

TEKNEYİ TERKETME USULLERİ

-Su almış olsa dahi batmamış olan teknede kalınarak yardım beklenmelidir.

-Tekneden veya gemiden ip, yangın hortumu veya halata tutunarak kayma suretiyle denize inildiği takdirde mutlaka eldiven, kumaş veya bez parçası ile tutularak eller korunmalıdır. Aksi takdirde sürtünmenin etkisi ile yanıkların meydana geldiği avuç içleri tuzlu su ve suya bulaşmış yakıtın etkisiyle acı veren yaralar haline dönüşebilir.

-Batmakta olan büyük bir gemiden filika indirmeye zaman kalmamış ise dalgaların veya rüzgarın vurduğu bordanın aksi tarafından denize atlanmalı, bu şekilde batan geminin girdabına sürüklenmekten kurtulmalıdır. Denizin çok dalgalı olması halinde geminin burnu veya arkası hangisi suya daha yakın ise oradan atlanmalıdır. Pervaneler çalışır durumda ise arkadan atlanmamalıdır.

-Tekneden atlamak gerekiyorsa, eller göğüs üzerinde can yeleğinin üstünde sıkıca kavuşturulmalı, deniz üzerinde boş bir alan üzerine ayaklar bitiştirilmiş, bacaklar gergin bir biçimde atlanmalıdır. Suyu girdikten sonra tekneden mümkün olduğu kadar uzaklaşacak şekilde dipten yüzülmelidir. Nefes almak için su üstüne çıkıldığında, suyu ve dolayısıyla su üstünde bulunması söz konusu olan yanmakta olan yakıtı iki tarafa atacak şekilde hızlı bir hareketle deniz yüzeyi açılarak acele nefes aldıktan sonra tekrar dalınmalıdır.

-Mantar bir can yeleği veya can simidi ile denize atlamak gerekiyorsa, önce yelek veya simit atılmalı arkasından kişi atlanmalıdır. Aksi takdirde, özellikle yüksek bir bordadan denize bunları kuşanmış durumda atlandığında, sakatlanma tehlikesi vardır.

-Yüzme bilen bir kişinin şişebilir bir can yeleği ile denize atlanması gerektiği takdirde yelek şişirilmeden denize atlanmalı, su yüzüne çıktıktan ve gemiden güvenli bir mesafeye uzaklaştıktan sonra şişirilmelidir.

-Uçaklarda kullanılan türde omuz, bel ve kalçalardan bağlanan bir can yeleği kullanıldığı takdirde, bütün kolları sıkıca bağlamadan önce suya atlanmamalıdır.

-Can yeleği olmaksızın yüzme gerektiği takdirde ayakkabılar büyük bir engel oluşturur. Dolayısıyla denize atladıktan sonra veya atlamadan hemen önce ayakkabılar çıkarılmalıdır.

-Batın bir geminin girdabından sürükleyerek kişiyi batırmasından kurtulmak amacıyla mümkün olduğu kadar uzakta kalınmalıdır. Suyu benzin, motorin, ağır yakıt gibi petrol ürünleri yayıldığı takdirde bunlardan da uzaklaşmaya çalışılmalıdır.

-Gözlere petrol ürünleri kaçtığı takdirde bir kaç gün yanma hissedilir ancak bir süre sonra yanma azalarak gözler iyileşir.

-Can yeleği ile donanılmış durumda hızlı bir şekilde yüzülmemelidir. Uzun bir süre suda kalınacağı düşüncesiyle hareket ederek hareketler yavaş olmalı. zaman zaman sırt üstü yatarak ve ayaklarla hafif makas hareketi yaparak dinlenilmeli, bu şekilde sonuçları çok vahim olabilen kramplar önlenmelidir.

SU ÜZERİNDE DAYANMA

İyi yüzme bilen bir kişinin dahi uzun bir süre su üzerinde kalabilmesi için bazı özel yöntemler uygulaması gereklidir. Kişinin, kaburga kırığı gibi bazı yara ve bereleri olması halinde dahi uzun süre boğulmadan kalabilmesi ve hatta kıyıya varabilmesi söz konusudur. "Boğulma önlemi" denilen ve biri su üstünde boğulmadan kalabilme diğeri ise yüzerek ilerleme olmak üzere iki şekilde uygulanabilen yöntem aşağıda verilmiştir.

(1) Su üzerinde kalabilme

BİRİNCİ HAREKET : Derin bir nefes alındıktan sonra baş suya batırılarak çene göğüse dayanır. Vücut gevşetilir ve kollar yandan serbestçe sarkıtılır. Vücudun belden bükülerek kalçaların su üstüne çıkma eğilimi varsa, burun veya ağız su üstüne çıkarılarak bir miktar ilave nefes almak suretiyle vücut dikey durumuna döndürülür. Bundan sonra su içinde hareketsiz kalarak dinlenmeye çalışılır. İçinde bulunulan durumda kafanın tepe arkası kısmı su dışında kalacağından bu kısımda soğuk hissedilir.

İKİNCİ HAREKET : Aradan bir süre geçtikten ancak nefes alma ihtiyacı duyulmadan önce kollar başın önünde rahat bir şekilde birleştirilir ve dizlerden biri göğüse doğru çekilir. Bundan sonra diğer ayak geriye doğru uzatılır. Hareketler yavaş, yumuşak ve kolay bir biçimde yapılarak başın üst kısmı suyun üstünde sakin, vücut ise dikey durumda olmalıdır.

ÜÇÜNCÜ HAREKET : Baş yumuşak bir tarzda ancak hızla kaldırılır ve çene henüz su içindeyken kaldırmaya son verilir. Baş kaldırılırken, yüz henüz su üstüne çıkmadan burundan nefes vermeye başlanır ve yüz su üstüne çıkıncaya kadar nefes vermeye devam edilir.

DÖRDÜNCÜ HAREKET : Nefes verme bittikten sonra ağızdan nefes alınır. Nefes alırken ağız su üstünde tutabilmek için avuçlar dışarıya doğru hafifçe bastırılır ve her iki ayakla birlikte aşağıya basılacak şekilde hareket yapılır. Bu iki hareket güçlü bir şekilde yapılırsa omuz ve baş su üstüne çıkacaktır. Buna gerek olmayıp vücudun bu kısımlarının su üstüne çıkması gereksiz yere enerji sarfından başka bir şey değildir. Çene su düzeyinde olacak kadar su üstüne çıkmak yeterlidir.

Bu hareketi bir kaç tur yaptıktan sonra ne kadar nefes yani oksijenin yeterli olacağı görülerek o kadar nefes alınmalı, diğer bir deyişle nefes almada dahi enerji tasarrufuna gidilmelidir.

BEŞİNCİ HAREKET : Nefes alındıktan sonra ağız kapatılıp baş dizlere doğru suya batırılır. Bütün vücudun ve zihnin son derece rahat tutulması gerektiği unutulmamalıdır. Bundan sonra yukarıda belirtilen birinci ve ikinci hareketlere geçilir. Baş, su yüzeyinden 20-30 cm aşağıya batmış olursa bunun başlıca nedeni başın batırılmasıyla beraber kolların serbestçe düşürülmemiş olmasıdır. Yeniden nefes almaya ihtiyaç duyulduğunda yumuşak bir biçimde birinci hareketten beşinci harekete kadar tüm kademeler tekrarlanmalıdır. Ciğerler ve göğüste su altında baskı hissedilirse bunun başlıca nedeni gereğinden fazla beklenmesi veya iyi nefes verilerek ciğerlerin yeteri kadar boşaltılmamış olmasıdır.

(2) Yüzme

Yukarıda izah edilen yöntemi uygulamak suretiyle uzun süre su üstünde kalabilen bir kişi gördüğü bir cisim, tekne veya karaya doğru yüzmek istediği takdirde aşağıda özetlenen tekniği uygulamalıdır.

BİRİNCİ HAREKET : Yukarıda belirtilen hareketleri birden beşe kadar gerçekleştirdikten sonra derin bir nefes alınır. Baş batarken parmaklar kapalı olarak avuçlarla su aşağı itilerek vücudun fazla derine batması önlenir.

İKİNCİ HAREKET : Bundan sonra yüz aşağı bakacak şekilde baş öne doğru eğilir. Eller başın önüne doğru getirilir ve ayaklar geride kalan ayak mümkün olduğu kadar yukarı kaldırılarak koşma durumuna getirilir. Bu hareket vücudu yatay bir duruma sokmaya başlayacaktır.

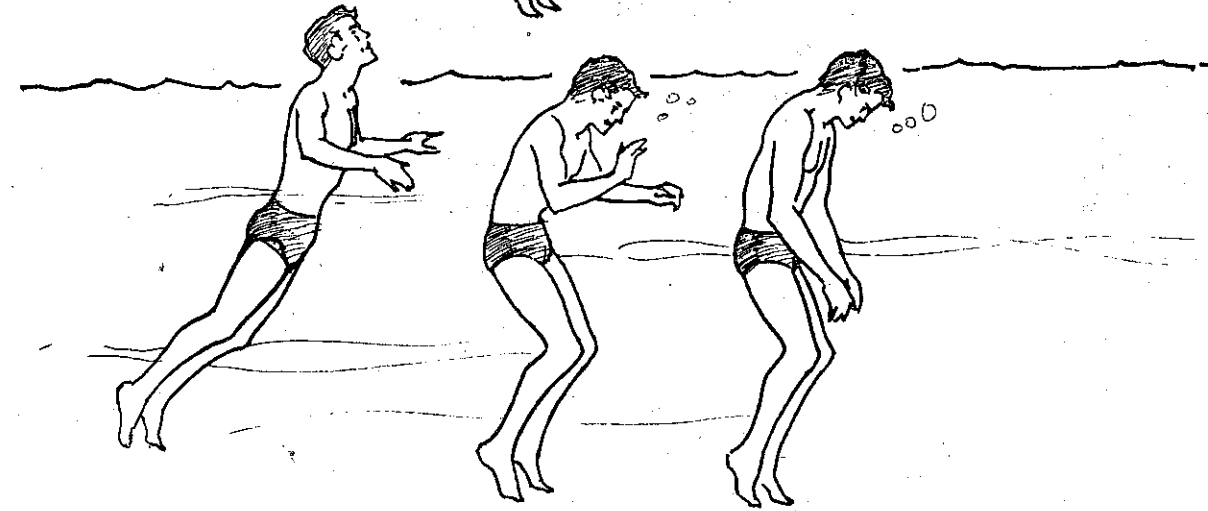
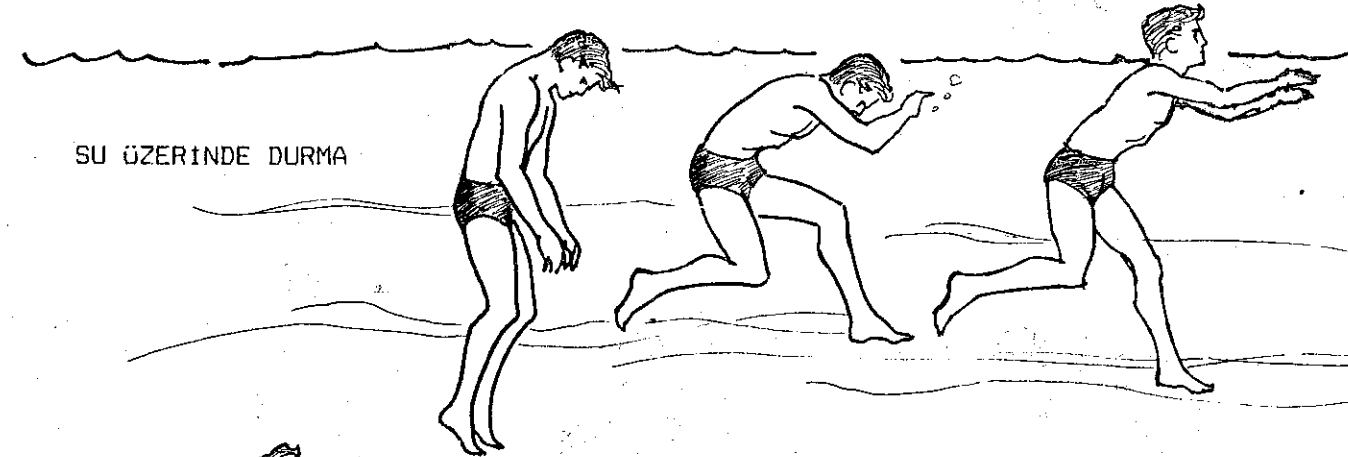
ÜÇÜNCÜ HAREKET : Kollar ileri ve suyun yüzeyine doğru eller birbirine yakın bir durumda uzatılır. Kollar tamamen uzatıldıktan sonra kurbağaların arka ayaklarıyla yaptıkları gibi geriye doğru tekme veya yüzme deyimleriyle makas hareketi yapılır.

DÖRDÜNCÜ HAREKET : Ayaklar kurbağalama hareketinden sonra tekrar yan yana geldikten sonra eller önce ileri sonra yana ve nihayet geriye doğru yavaşça çekilerek vücudun yanında durdurulur. Bu hareketle sanki kişi kendisini su içinde ileriye doğru çekmiş olur. Bütün bu hareketler yavaş ve yumuşak bir biçimde, kişiyi ileri götürecektir ve batmaktan alıkoyacak kadar enerji harcamak suretiyle yorulmaksızın yapılmalıdır. Tekniğin esası, kişinin gücünü ve enerjisini muhafaza ederek yavaş ve yumuşak hareketlerle yorulmamasıdır. Bu yüzme tarzının normal hızı saatte bir deniz milini geçmeyecektir.

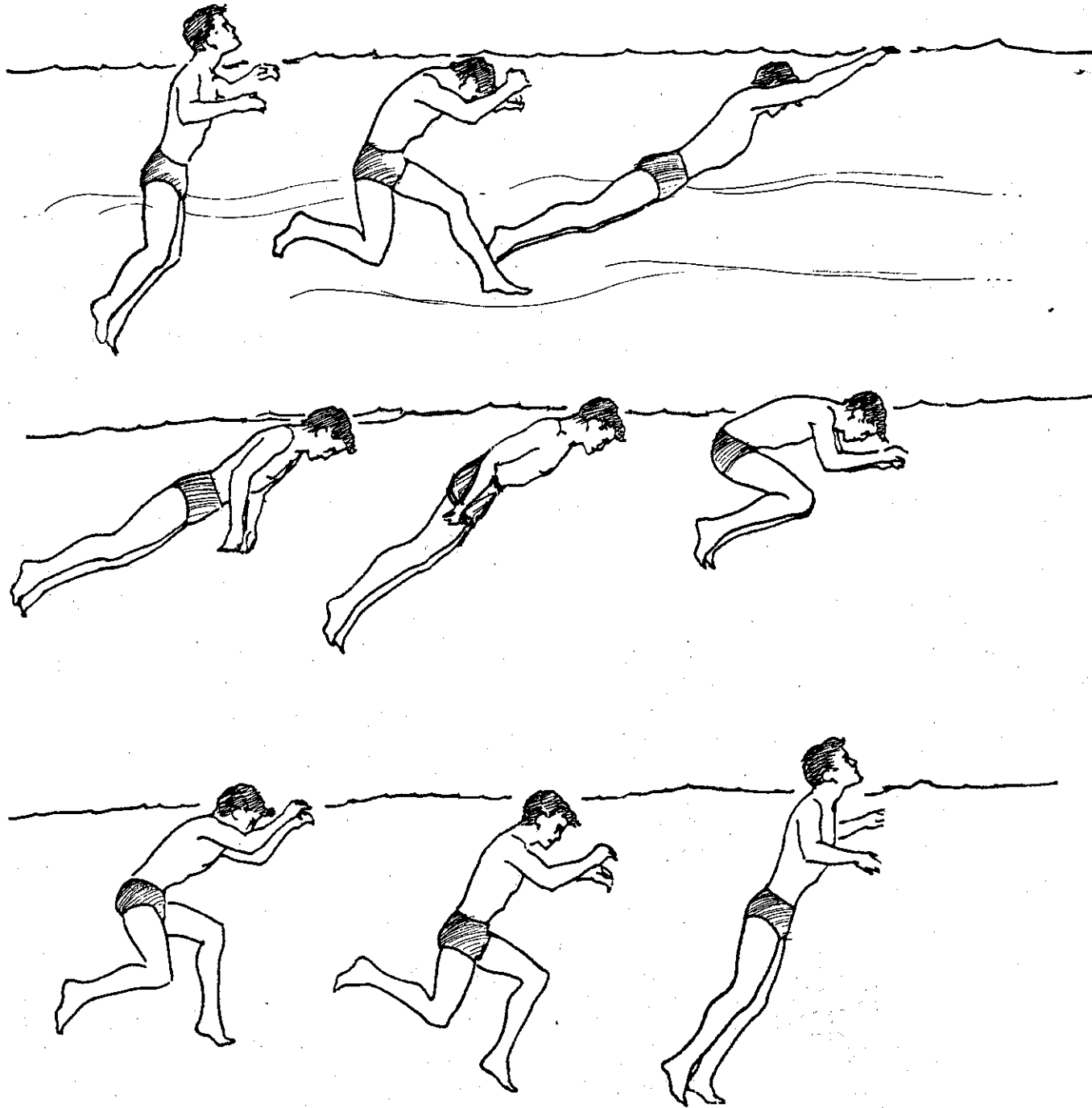
BEŞİNCİ HAREKET : Yukarıya ve ileri doğru kayarken vücut gergin olmayan bir durumda olmalı ve kişi burnundan nefes vermeye başlamalıdır. Yeniden nefes alma ihtiyacını beklemeksizin sırt dikleştirilerek, dizler göğüse doğru çekilerek ve eller başa doğru kaldırılarak nefes vermeye devam edilmelidir.

ALTINCI HAREKET : Vücut dikey durumunu alırken bacaklardan birisini öne doğru uzatıp diğeri onun yanına getirilmelidir. Bundan sonra kollar başın önünde avuç içleri dışarıya bakacak şekilde birleştirilmelidir.

Aşağıda su üzerinde kalabilme ve yüzme hareketlerine ait şekiller verilmiştir.



YÜZME



TAHLİSİYE SANDALI VEYA BOTU

-Batmakta olan bir gemiden indirilen tahlisiye sandalı veya botu mevcut olduğu takdirde yakınına kadar yüzülerek kenarındaki iplere tutunmalı; kalabalığın paniği sona ermeden bota veya sandala çıkmaya çalışılmamalıdır.

-Öncelikle çocuklar, yaralılar ve kadınlara yardım edilmeli; sakin, güler yüzlü ve sessiz hareket edilmelidir.

-Tekneye çıktıktan sonra yaralılara mevcut imkanlarla ilk yardım yapılmalıdır.

-Bir deniz kazasından sonra tahlisiye sandalı veya botuna çıkan kişilerin en geç bir kaç gün içinde ya kıyıya erişerek ya da gelen diğer gemilerin veya helikopterlerin sağladığı yardımlarla kurtuldukları ve kurtulma oranının çok yüksek olduğu unutulmamalı; bu nedenle sakin hareket edilmeli ve moral yüksek tutulmalıdır.

-Bot veya sandal ile kaza bölgesinden ayrılmadan önce etraf gözden geçirilerek sağ kalmış başka kazazedelerin olup olmadığı araştırılmalıdır.

-Lastik bot söz konusu olduğu takdirde ayakkabılar çıkarılmalı, botu delebilecek diğer cisimler dikkatle kullanılmalıdır.

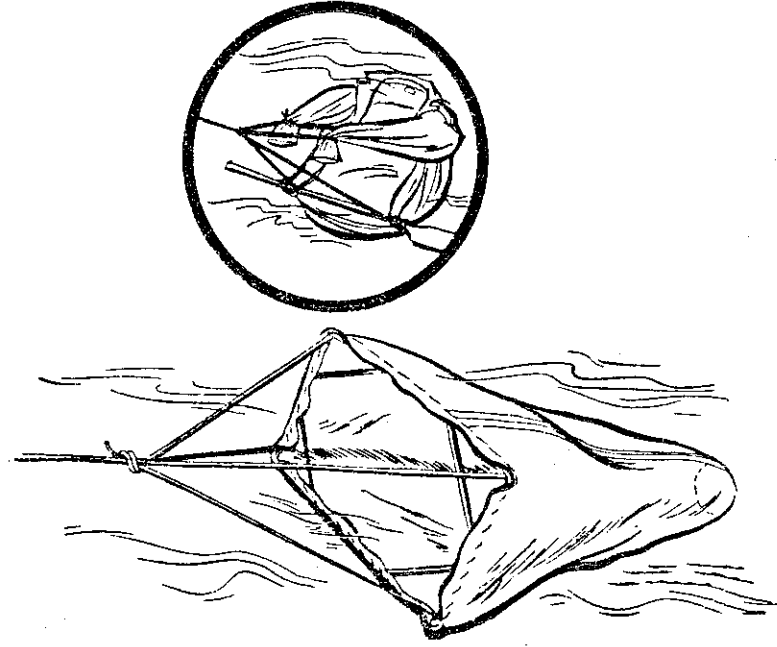
-Birden fazla bot veya sandal söz konusu olduğu takdirde bunlar en az 8-10 metre aralıkla birbirlerine bağlanarak geçen diğer bir gemiden, uçaktan veya helikopter görülmeleri kolaylaştırılmalıdır.

-İmkan bulur bulmaz ıslak elbiseler çıkarılıp sıkılmalıdır. Havanın sıcak veya ılık, rüzgarın mutedil olmaması halinde elbiselerin tamamı çıkarılmamalıdır. Giysiler, soğuktan olduğu kadar güneş ve rüzgarın yakmasından da koruyacakları için tamamen çıkarılmamalı, dikkatle korunmalıdır. Baş, soğuktan olduğu kadar sıcaktan da korunmalıdır.

-Vucuda bulaşmış olan motorin v.b. petrol ürünleri su ile yıkanarak çıkarılmalıdır.

-Hava soğuk olduğu takdirde teknede bulunan kazazedeler birbirlerine sokularak ve zaman zaman hareket yaparak ısınmaya çalışmalıdırlar.

-Rüzgarlı ve akıntılı bir ortamda teknenin kayarak uzaklaşmasını engellemek için demir atılmalıdır. Teknenin demiri olmadığı takdirde aşağıdaki şekli verilen paraşüte benzer yavaşlatıcı elde mevcut malzemeler kullanılarak imal edilmek suretiyle teknenin arkasına sarkıtılarak hız yavaşlatılmalıdır.



-Teknenin devrilmesini engellemek amacıyla gerekli önlemler alınmalı, kötü havada teknenin dibine oturularak ve ağır olan kişileri ortaya alarak dengenin sağlanmasına çalışılmalıdır. Diğer kişiler ikaz edilmeden ani hareketler yapmaktan kaçınılmalıdır.

-Denizde içme suyu sorunu çölde olduğu kadar önemlidir. Daha önce su bölümünde de söz konusu edildiği gibi deniz suyu kesinlikle içilmemelidir. Yağmur yağdığı takdirde branda, naylon örtü gibi eşyalar kullanılarak su biriktirmeye çalışılmalıdır.

-Elde "plankton ağı" denilen ve teknenin arkasında çekildiği takdirde denizde bulunan ve plankton denilen çok küçük canlıları toplamaya yarayan bir ağ bulunduğu takdirde gıda sorunu bir ölçüde çözümlenmiş olur. Planktonlar besleyici oldukları kadar fazla miktarda iyot ve diğer mineralleri içerdikleri için sağlığa faydalı bir besin maddesidir. Planktonların kokusu genellikle keskin peynir kokusuna benzemekle beraber lezzeti kötü değildir. Bazı denizlerde bir kaç saat içinde 3-5 kg kadar toplayarak teknedekilerin tamamının beslenmesini sağlamak mümkündür.

-Teknede bulunan kişiler nöbetle gözcülük yapmalıdırlar. Gözcü olan kişi devamlı olarak çevreyi kollayarak geçen bir gemi, uçak veya helikopteri zamanında tespit edebilmeli, deniz suyunun rengine ve dalgaların şekline bakarak kıyıya yakın olup olmadığını araştırmalıdır. Deniz suyunun rengi derinlerde koyu, kıyıya yaklaştıkça ise açık bir renk almaktadır.

-Sis, yağmur, kar veya karanlık dolayısıyla görüş mesafesinin çok kısılması veya yok olması halinde ses ve kokularla çevre hakkında bilgi alınmaya çalışılmalıdır. Kıyıya yaklaştıkça bataklıklar, başta çam ağaçları olmak üzere çeşitli bitkiler ve kıyıda bir yerde yakılan ateşin dumanının bazen kilometrelerce öteden duyulan kokular neşrettikleri bilinmektedir. Ayrıca, sahile veya kayalara vuran dalgaların çıkardıkları seslerin de çok uzaklardan duyulduğu bir gerçektir. Bu itibarla, görme duygusunun kullanılmadığı bir ortamda işitme ve koklama duygularıyla kıyının varlığı ve yönü tespit edilmeye çalışılmalıdır. Bu arada kuşların uçuş yönüne de dikkat edilmelidir. Genellikle, açık denizlere kıyasla kıyılara yakın yerlerde daha çok deniz kuşu yaşamaktadır. Deniz kuşlarının gün batımından önce karaya doğru, güneş doğduktan sonra ise denize doğru uçtukları göz önüne alınmalıdır.

Malzeme ve Donanım 18

Uçaklarda, tahlisiye sandallarında, uzun menzilli keşif yapan birliklerde bulunması gerekli malzeme ve donanım arasında iki takım malzeme özel bir önem taşır. Bu iki grup malzeme ve donanım :

(1) İlk yardım malzemesi,

(2) Yaşamı sürdürme takımından (survival kit)

oluşmakta olup, tek bir kişinin donanımı olarak kullanılmaları söz konusu olduğu takdirde "İlk Yardım ve Yaşamı Sürdürme Takımı" adı altında tek bir donanım paketi veya kutusu olarak da taşınabilir.

İlk yardım ve yaşamı sürdürme malzemeleri yalnızca tehlike (emergency) halinde kullanılmalıdır. Normal koşullar altında, takımlardan herhangi bir malzemenin gerekli olması dolayısıyla kullanılması halinde yerine gecikmeksizin yenisi konularak takım tamamlanmalıdır. Aksi takdirde ne zaman ve nerede ortaya çıkacağı belirli olmayan tehlike durumunda tespit edilen eksiklik bazen vahim durumlarla da sonuçlanabilir. Bu nedenle, tıpkı bir otomobilin yedek lastiğinin her zaman sağlam durumda bulundurulması gerektiği gibi, ilk yardım ve yaşamı sürdürme takımları her zaman tam ve eksiksiz olmalıdır.

Aşağıda tek bir kişinin üzerinde taşınması gerekli olan malzemeleri kapsayan bireysel ilk yardım ve yaşamı sürdürme takımları hakkında bilgi verilmektedir. Yukarıda da belirtildiği gibi sayılan malzemelerin birleştirilmiş olarak tek bir pakette bulundurulmaları mümkündür.

İLK YARDIM MALZEMELERİ

Taşıyan kişinin kendine has özel durumu nedeniyle zaman zaman mutlaka kullanması gerekli olan ilaç veya ilaçlardan bir miktarı ilk yardım malzemeleri arasında bulunmalıdır. Bunun dışında bulunması gerekli olan standart malzemeler aşağıda verilmiştir.

- Yara bandı (kağıt içinde olan ve küçük yaralanma ve çiziklerde kullanılacak ortası sargı bezli)
- Steril sargı bezi (büyük yaralanmalarda yaranın üstünü örtmek ve gerektiğinde yaraya bastırarak kanı durdurmak için)
- Rulo yapışkan bez bant (sargı bezini yara üzerine raptetmek ve gerektiğinde yarık yarayı iki tarafından birleştirmek için)

-Yarayı dikmek için ameliyat iğnesi ve ipliği (Bazı yaraların meydana getirdiği kanamaların durdurulmasının tek yolunun yarayı dikmek olduğu göz önüne alınarak)

-Küçük hemostat (Yarayı dikerken iğneyi tutacak olan pens)

-Küçük bisturi bıçağı. (Yaraya ait bazı kısımları ve ameliyat ipliğini kesmek için)

-Küçük bir şişe veya ampul tentürdiyot

-Küçük parça antiseptik sabun

-Antiseptik yara melhemi veya tozu

-Aspirin tablet

-Novaljin veya benzeri analjezik ampul (Şiddetli ağrılarda ampulu kırıp sıvı ilacı su ile beraber içmek için)

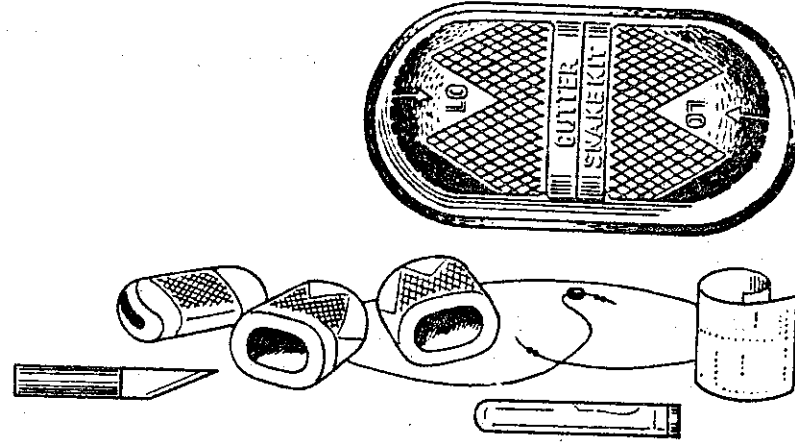
-İshale karşı tablet

-Tuz hapi (Terleme veya başka nedenle vücudun kaybettiği tuzu yeniden almak için)

-Yılan sokmasının ilk yardımını yapmak için emme lastiği ve takımı
-snakebite kit- (Kişinin tek başına oluşu ve kendi kendine emip zehiri akıtmayacağı bir yerinden yılan tarafından ısırılmış olması halinde kullanılan lastik. Birbirine geçme iki kısımdan ibaret olan lastiklerden birinin ağzını emilecek noktanın üzerine bastırdıktan sonra lastik sıkılıp bırakılır. Meydana gelen hava boşluğu nedeniyle lastik tıpkı bir vantuz gibi yarayı emer.

Ticari olarak satılan takımların içinde sokulan yerin kalbe yakın kısmını sıkarak zehirin kalbe gitmesini önleyici turnike ipi, yarayı kesip emilmesini kolaylaştırmak için bir küçük bıçak, bir tüp antiseptik sıvı ve kullanma talimatı bulunur. Özel emme lastiği tedarik edilemediği takdirde yaklaşık 1 - 1,5 cm çapında başparmak boyunda yarı sert bir hortumun bir tarafının ısıtılarak kaynatılıp kapatılması suretiyle emme lastiği imal edilebilir. Büyük bir damlalığın lastik kısmı emici olarak kullanılabilir. Plastik bir enjektörün ucunun kesilip yaraya dayatılmasından sonra enjektör pistonunu geriye çekerek yaratılacak vakumla da yılan zehiri emilip akıtılabilir.

Aşağıda şekilde emme ve tedavi amacıyla kullanılan özel takım verilmiştir.



YAŞAMI SÜRDÜRME TAKIMI (SURVIVAL KIT)

- Pusula (Yalnız kuzeyi gösteren derecesiz bir pusula olabilir)
- Düdük (Sesle işaret vermek için. İki parmağı ile kuvvetli ısıklık çalabilenlerin düdüğü taşımalarına ihtiyaç yoktur.)
- Balık iğnesi ve misina (2-3 iğne ve her iğneye bağlı ikişer metre misina)
- Kibrit (Yanıcı uçları balmumuna batırılmış olursa rutubetten etkilenmez)
- İnce tel testere
- İnce tel (3-4 metrelik kangal. Özellikle tuzak kurmada kullanmak için)
- Paraşüt ipi veya benzeri sağlam sentetik elyaftan imal edilmiş ip (Yaklaşık 5-6 metre boyunda)
- Plastik örtü (Yaklaşık 2x2 metre boyutlarında iki adet)
- Küçük mercekle (Gerektiğinde güneş ışınlarını kullanarak ateş yakmak için)
- İşaret aynası (özel olarak bu amaç için imal edilmiş ayna tedarik edilemediği takdirde iki tarafı ayna gibi parlak ve ortası delik metal parça bu amaçla kullanılabilir.)
- bir kaç tane küçük çengelli iğne
- lastik bant (gerektiğinde sapan imal etmek için)

- Dikiş takımı (bir kaç dikiş iğnesi, iplik, düğme içeren)
- Su arındırma tabletleri
- Koyu renkli camlı küçük bir güneş gözlüğü
- Yüksek enerji veren ve glikoz şekeri içeren konsantre gıda
- Küçük bir tüp yağlı krem (Güneş yanığı ve dudak çatlamaları için)
- Küçük bir paket veya kutu pisik tozu
- Küçük bir bilek taşı
- Bıçak

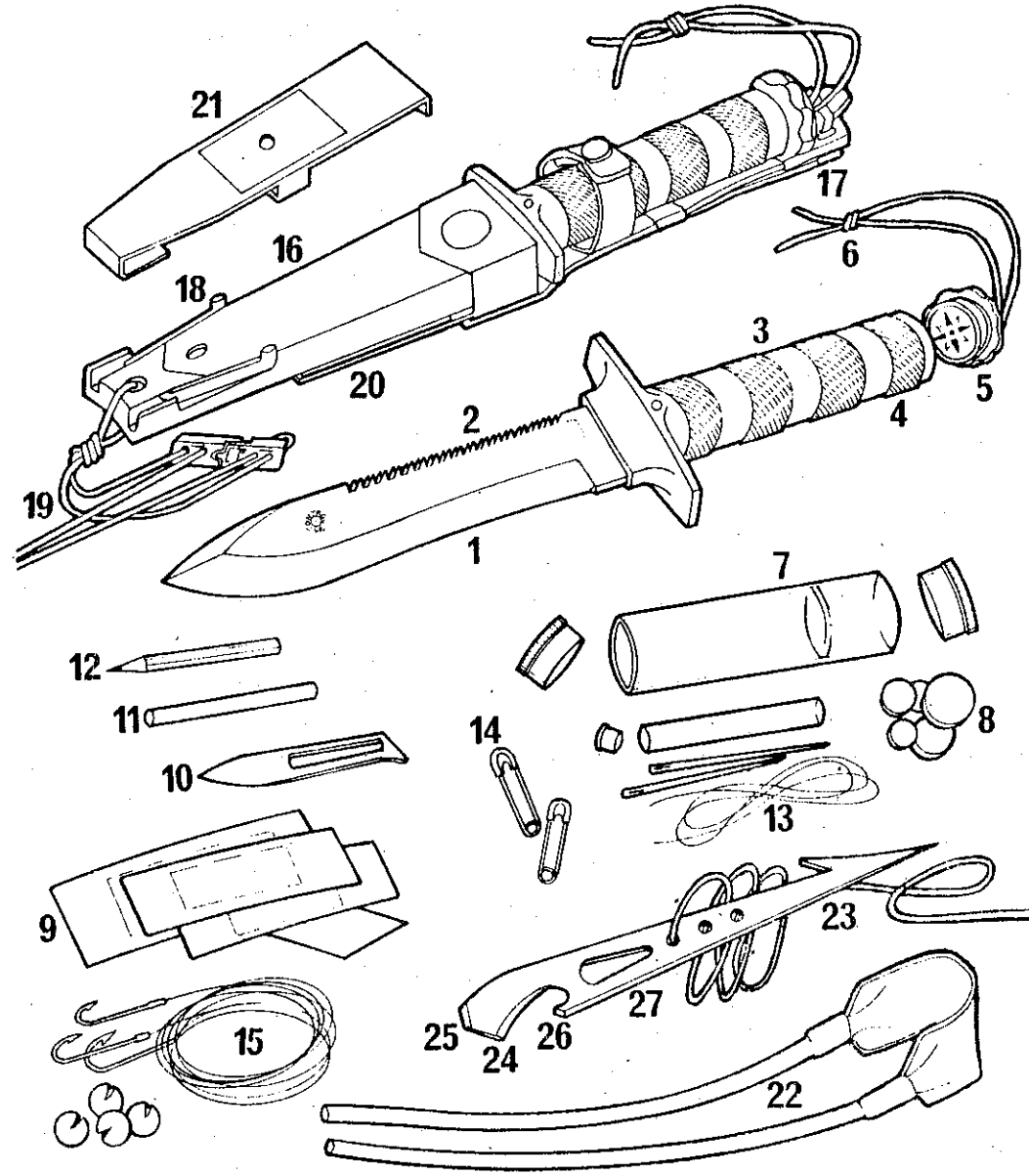
Taş devrinden bu yana insanlığın kullandığı en önemli alet olan bıçak için bazı yazarlar : "bıçak olmasaydı belki tekerlek de keşfedilemezdi" diyerek bıçağın vazgeçilmez ve yeri doldurulmaz bir alet olduğunu belirtmeye çalışmışlardır.

Kuzey ve Güney Amerika, Afrika ve Avustralya'nın keşfinde ve iskana açılmasında öncülük yapan kişilerin bir çoğu bir tek bıçakla doğa ile mücadele etmesini becerebilmişlerdir. Yaşamı sürdürme mücadelesinde kullanılacak bıçak : hafif, sağlam, çok maksatlı kullanılabilir olmalıdır.

1970'li yılların sonunda içi boş olan ve su geçirmez bir vidalı kapak ile kapatılan saplı bıçaklar imal edilerek piyasaya sürülmeye başlamıştır. Yaşamı sürdürme bıçağı olarak satılan bu aletleri imal eden şirketler, satmakta oldukları bıçakların tek başına yaşamı sürdürme takımı oluşturduklarını; herhangi bir felakete karşılaşan kişinin yalnızca kemerinde taşıdığı bıçağına sahip olması halinde sorunlarını çözebileceğini ileri sürmektedirler.

Başlangıçta profesyonel kişilerin "fantezi" olarak nitelendirdikleri bu bıçaklar zaman içinde yaygınlaşıp genel kabul görmeye başlamıştır. Bu gelişmenin en büyük etkeni, başlangıçta düşük kaliteli olarak imal edilen bu tür bıçakların çelik ve konstrüksiyon kalitesinin zamanla gelişme göstererek piyasanın ileri gelen tiplerinin düzeyine erişmesidir.

Aşağıdaki şekilde bu tip bıçakların yaygın olan bir modelinin şekli ve içeriği verilmiştir.



- (1) Bıçak
- (2) Çift dişli testere
- (3) Sap
- (4) Sapın çeşitli malzeme alan içi boş kısmı
- (5) İçi pusula içeren su geçirmez vidalı kapak
- (6) Kapağa takılı naylon kordon ip

- (7) Sapın içine yerleştirilen iki kapaklı ve iki bölümlü plastik kutu (Küçük bölüme haplar konulur)
- (8) Aspirin v.b. haplar
- (9) Yara bandı
- (10) Bisturi bıçak
- (11) Çakmak taşı (bıçak veya başka sert bir cisim sürüldüğünde kıvılcım çıkarır)
- (12) Kurşun kalem
- (13) İğne ve iplik
- (14) Çengelli iğne
- (15) Balık iğnesi, misina ve kurşun ağırlık
- (16) Sert plastikten mamul bıçak kılıfı
- (17) Kılıfı bel kemerine asan naylon kayış
- (18) Gerektiğinde sapan gibi kullanılabilir katlanabilen çelik çatal
- (19) Bıçak kılıfını bacağa bağlamak için kullanılan naylon kordon
- (20) Kılıfa yapışık bileme taşı
- (21) Malzemelerin kılıf içinde saklanmasını sağlayan ve aynı zamanda işaret aynası olarak kullanılan paslanmaz çelik kutu
- (22) Lastik boru (turnike ve sapan lastiki olarak kullanılmak için)
- (23) Balık mızrağı için sivri uç (iple beraber)
- (24) Konserve açacağı
- (25) Tornavida
- (26) Gazoz kapağı açacağı
- (27) Çivi sökme manivelası

Yararlanılan Kaynaklar

- Olsen Larry Dean
Outdoor Survival Skills
Pocket Books N.Y. 1976
- Elman Robert
The Hunter's Field Guide
Ridge Press N.Y. 1984
- Graves Richard
Bushcraft, A Serious Guide
To Survival And Camping
Routledge & Kegan Paul
London 1978
- Riviere Bill
The Camper's Bible
Doubleday & Company N.Y. 1970
- Fear Gene
Surviving The Wilderness Emergency
Survival Education Association
Tacoma, Washington 1975
- U.S. Army Special Forces
Medical Handbook
- Cold Weather Survival (manual)
Desert Publications,
Cornville Arizona 1981
- US Department of the Air Force
Survival, Search And Rescue
World Wide Publishing Corp.
Ashland Oregon 1969
- US Navy Seal Combat Manual
Lancer Militaria
Sim Arkansas
- Benson Ragnar
Survival Poaching
Paladin Press, Boulder Co
- Merrill Bill
The Survival Handbook
Arco Publishing Co, N.Y. 1978
- Angier Bradford
Survival With Style
Vintage Books N.Y. 1974
- Mc Gee Eddie
No Need To Die, Real Techniques
Of Survival
Elsworth Bros Ltd. London 1984
- Rethmel R.C.
Backpacking
Follet Publishing Company
Chicago 1979
- Phillips Roger
Wild Food
Pan Books, London 1983
- Combat Survival, (S.A.S.)
- Coppel Robert P.
S.W.A.T. Team Manual
Paladin Press, Boulder Co 1979
- Never Say Die
Canadian Air Force Survival Manual
- Survival, Evasion and Escape
U.S. Army survival manual
- Survivability
U.S. Army Manual
- Rhodesian S.A.S. Manual
Lancer Militaria
Sim Arkansas
- Givens Tim
Survival Shooting, Paladin Boulder

- The Great Survival
Resource Book 2
Paladin Press, Boulder CO
- U.S. Forest Service
First Aid Manual
- Werner David
Where There Is No Doctor
Bill Moore Publications
Cornville, Arizona
- Australian Forces Patrolling
Tracking Manual
- Emergency War Surgery
- Fred T. Darvill Jr.
Mountaineering Medecine
Skagit Mountain Rescue Inc,
Mount Vernon, WA

-Çeşitli yazı ve haberlerinden yararlanılan mecmualar :

- Soldier Of Fortune
- American Survival Guide
- Firepower
- Combat Weapons
- Special Weapons And Tactics
- New Breed
- Hunting
- Guns And Ammo
- Shooting

ALFABETİK FİHRİST

Acı 6
 Acı biber 156
 Açlık 6
 Ağ 115
 Ağac altı barınağı 17
 Ağac çileği 127
 Ağac dalı yatağı 11
 Ağac kulübe 29
 Akrep 139
 Anahtar blok 26
 Apaçi ayak tuzağı 95
 Arı kovanı tuzağı 97
 Arı sokması 156
 Ateş 34
 Ateş gereçleri 47
 Ateşle işaret 183
 Avcılık 61
 Avlanma zamanı 67
 Ay 203
 Ayağın korunması 138
 Ayı 65
 Balıkçılık 110
 Balık tuzakları 117
 Bağırsak hastalıkları 137
 Balyoz tuzağı 84
 Barınak 9
 Barometre 207
 Badem 128
 Bağırsak kurtları 155
 Basit mızrak tuzağı 88
 Bel kemiği kırığı 149
 Bez damlı kabin 32
 Bileme 168
 Bir iki üç yöntemi 161
 Bitki 125
 Bıçak ve balta 168
 Bozkurt 65
 Böcekler 59
 Böğürtlen 127
 Bulutlar 209
 Burkulma 151
 Burun kanaması 142
 Buzla ateş yakma 38
 Buzda avlanma 122
 Büyük ayı yıldızları 199
 CB 186
 Ceviz 186
 Cırcır böceği 61
 Çakmak 37
 Cam 134
 Çayır 130
 Çekirge 61
 Çelik ve çakmak taşı 38
 Çin baltası tuzağı 90
 Çitlembik 127
 Çivili çukur tuzağı 92
 Çizme 165
 Çölde su 51
 Dağ keçisi 66
 Deniz yosunları 135
 Deri işleme 163
 Devrik ağac barınağı 14
 Dil yutma olayı 143
 Doğal göstergeler 213
 Donma 152
 Döner tetikli yaylı tuzak 75
 Dr van Bauvel ve Jackson 52
 Düşümler 157
 Düşme 191
 Eğik damlı barınak 12
 Eğrelti otu 132
 Elektrik akımı ile ateş 43
 Eskimo bolası 110
 Et 100
 Filtre etme 58
 Fırın 46
 Fırınlama 106
 Fındık 129
 Geleneksel tropik orman tuzağı 94
 Geyik 65
 Güneş çarpması 154
 Güneş ile yön bulma 200
 Güneş imbiği 52
 Hava sıkıştırarak ateş yakma 42
 Havalandırma deliği 21
 Hedik 166
 Hindibağ 127
 Isırgan otu 130
 Izgara 105
 İç kanama 142
 İgloo (iglu) 23
 İlk yardım malzemesi 225

İlkel tababet 155
 İki taraflı gergi tuzağı 83
 İnsan kokusu 66
 İodin hapları 55
 İshal 155
 İstakoz veya yengeç sepeti 121
 İşaret aynası 184
 İz 179
 Jeneratör 122
 Jivaro mançınığı 93
 Kalp masajı 146
 Kaburga kırığı 150
 Kalsiyum kristalleri 126
 Kamp ateşi şekilleri 44
 Kamp yeri 9
 Kamufraj 182
 Kanamalar 140
 Kar barınakları 19
 Kar körlüğü 153
 Karabiner 193
 Karasinek 138
 Karıncalar 61
 Kav 35
 Kavak 134
 Kayın meyvası 127
 Kaynatma 105
 Kaytan 165
 Kaytanla ateş yakma 41
 Kazıklı balyoz tuzağı 85
 Kene 38
 Kestane 127
 Kılıç yutma pozisyonu 144
 Kırıklar 148
 Kırkayak 139
 Kızılderili çadırı 15
 Kibrit 37
 Kocayemiş 127
 Kodlama 188
 Koodlik (kudlik) 26
 Kovik 27
 Köprü 171
 Kubbeli barınak 18
 Kurbağa 62
 Kurt 63
 Kurutma 101
 Kuş tuzağı 72
 Kutup yıldızı (polaris) 199
 Kuzukulağı 131
 Küçükayı yıldız grubu 200
 Ledoux (antropolojist) 107
 Malezya şahini tuzağı 91
 Mantar hastalıkları 155
 Mantar türleri 125
 Maske 167
 Maymun tuzağı 79
 Merceklerle ateş yakma 38
 Mesafelerin belirlenmesi 206
 Mese palamudu 127
 Mızrak tuzağı 89
 Mokasen ayakkabı 165
 Mors alfabesi 188
 Muz 134
 Nabız 147
 Navajo kızıl derilileri 16
 Nergis çiçeği 134
 Nilüfer çiçeği 133
 Ojiba kuş tuzağı 70
 Önleyici hijyen 136
 Palmiye 134
 Paraketa oltası 112
 Pişikler 156
 Plankton ağı 224
 Platform tuzak 80
 Paraşütle atlama 191
 Projektör 68
 Prüssik asit 126
 Pusu yeri 67
 Pusula 198
 Saatle yön bulma 204
 Sal 170
 Sapan 109
 Sekiz şekilde halka 193
 Semafor bayrakları 185
 Sert taşlarla ateş yakma 39
 Shafer yöntemi 146
 Sıcak iklim yatakları 33
 Sıcak yatak 31
 Silahla ateş yakma 39
 Silahla balık avlanma 121
 Sincap tuzağı 96
 Siyu kızıl derilileri 107
 Solucanlar 61
 SOS işareti 184
 Söğüt 134
 Su 48
 Su baldıranı 132

- A Su imbiği 52
 A Su kamışı 133
 A Suyun dezenfekte edilmesi 55
 A Suyun temizlenmesi 54
 A Su üzerinde dayanma 219
 A Suni solunum 145
 A Survival 1
 A Survival kit 225
 A Survivalist 1
 A Survivor 1
 A Sülük 138
 A Sümüklü böcek 61
 A Sürüngeçler 61
 A Sürünmeyle ateş yakma 40
 A Tahlisiye sandalı 223
 A Tanik asit 155
 A Tebeşir tozu 155
 A Tekneyi terketme usulleri 218
 A Telsiz 186
 A Terleme 172
 A Terleme kabini 16
 A Tetraglisin hidroperiodid 56
 A Thoreau (doğabilimci) 3
 B Turnike 141
 B Tütsüleme 101
 B Vinc 142
 B Yaban domuzu 64
 B Yaban koyunu 66
 B Yabani gül 135
 B Yabani soğan 134
 B Yağsız et 59
 B Yanıklar 152
 B Yalıtkan çit 29
 B Yay ve matkap yöntemi ile ateş
 B Yay ve mızraklı tuzak 97
 B Yay ve ok 107
 B Yaylı ve yemli ayak tuzağı 81
 B Yemli tuzak 119
 B Yenilebilirlik kuralları 125
 B Yer altı fırını 107
 B Yer fıstığı 128
 B Yılan sokması 154
 B Yıldızlarla yön bulma 202
 B Yonca 130
 B Yön belirtme 189
 B Yön gösteren doğal belirtiler 20
 B Yüzen ördek tuzağı 72
 B Yüzme 220
 B Zambak 134
 B Zehirli tırtıl 139
 B Zehirli böcekler 139
 B Zehirli bitkiler 126