

A FIRST AID ALPHABET *for* **CHILDREN**



Farah Mehtiyeva
Banu Allahverdiyeva
Aisha Leznik



The **SUPERPOWER** of **FIRST AID**

Do you want to be a real hero?

You don't need a cape or superpowers — just the knowledge to help when someone gets hurt or feels unwell.

In this book, you'll learn:

- **how to act in different situations,**
- **how to stay calm and help the right way,**
- **and when to call adults or an ambulance.**

A true hero never walks by when someone needs help.

Are you ready? Let's go — it's time to learn how to save the day!

With all our heart and best wishes, we wrote this book for you.

Lead Author: Farah Mehtiyeva

Co-author: Banu Allahverdiyeva

Co-author: Aisha Leznik

1

**What should you do
if a person is
stung by a bee?**



A

**Remove the stinger and
apply a cold compress**

B

Leave the stinger in place

C

Cut the area of the sting

2

Why shouldn't you give water to an unconscious person?



A

Water may worsen blood flow

B

The person may choke

C

Water causes cramps

3

What should you do if someone vomits?



A

Lay them on their back

B

Turn them onto their side

C

Leave them sitting up

4

How can you help someone who feels dizzy?



A

Lay them down on their back with their legs elevated

B

Sit them down and give them water

C

Let them keep standing

5

What should you do if someone has a nosebleed?



A

Tilt their head back

B

Tilt their head forward and pinch their nostrils

C

Lie down on their back

6

What is the best thing to do for a small cut?



A

Rinse the wound with water and apply a bandage

B

Rinse the wound with alcohol

C

Leave the wound open

7

What should you do if someone is choking but can still cough?



A

Pat them on the back

B

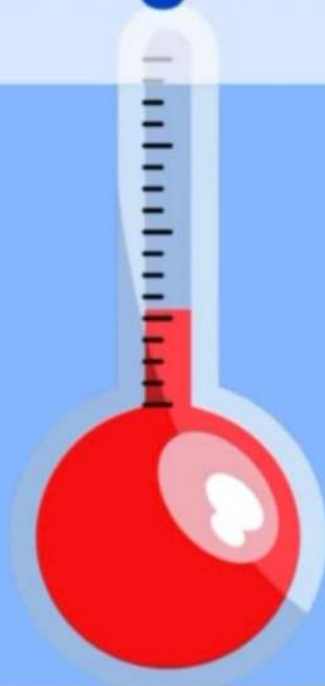
Encourage them to keep coughing

C

Immediately start CPR

8

What should you do if someone has a high fever?



A Put them in a hot bath

B Give them fever-reducing medication and make sure they drink fluids

C Wrap them in blankets

9

**What should you do
for a mild sprain?**



A

Keep moving and exercising

B

Apply ice and rest

C

**Massage the injured
area**

10

What is the best thing to do for a sunburn?



A

Apply a cooling lotion or aloe

B

Use a hot compress

C

Cover the burn with oil

11

How should you provide first aid for heat stroke?



A

Give the person hot tea

B

Move the person to a shaded or cool area and ensure fresh air circulation

C

Apply hot compresses to the body

12

How should you provide first aid for a cut finger?



A

Press the fingers of both hands together

B

Clean the wound and apply a bandage

C

Apply oil to the wound

13

What is the first thing you should do if you find a person unconscious?



A

Leave them and call for help

B

Check their breathing and pulse

C

Try to wake them up yourself

14

What is the most effective way to stop bleeding?



A

Pressure bandage

B

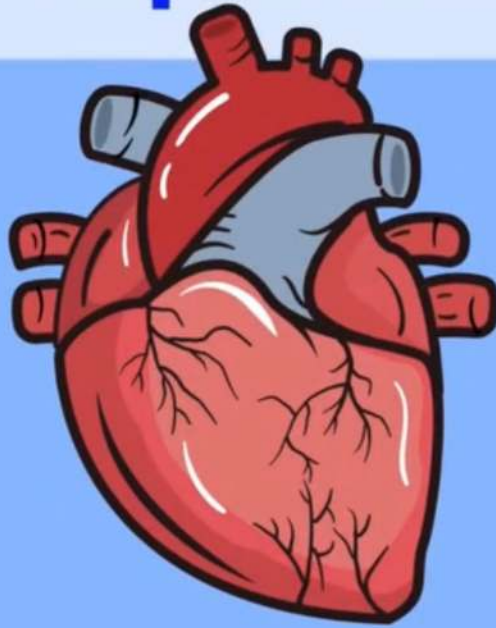
Iodine

C

Ice

15

What position is best to take if a heart attack is suspected?



A Lie flat

B Semi-sitting position with back support

C Squat

16

What should you avoid doing if a limb is dislocated?



A

Immobilize the injured area

B

Try to reposition the dislocation yourself

C

Apply ice to the injury

17

What is best to apply to a poisonous snake bite?



A

A tourniquet

B

A tight bandage

C

Ice

18

**If a stroke is suspected,
you should ask the
person to:**



A

Smile

B

Walk

C

Clench their fist

19

How can you identify a possible fracture?



A Pain only when moving

B Pain, deformation, swelling

C Skin redness

20

How should you provide first aid for an insect bite?



A

Tightly bandage the bite area

B

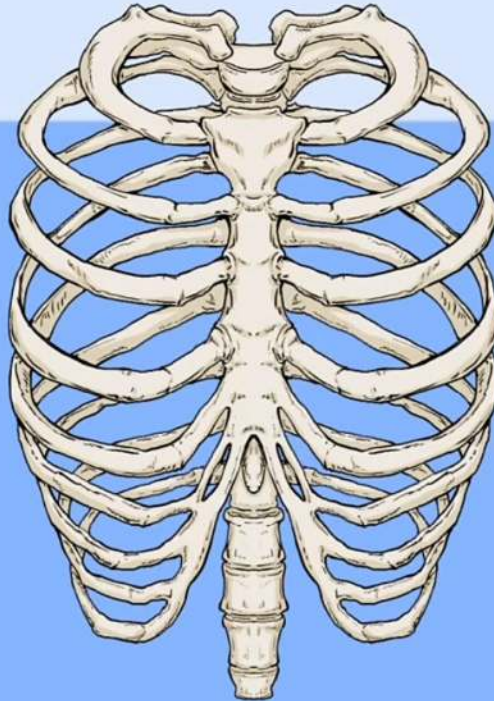
Remove the stinger and apply a cold compress

C

Apply alcohol to the bite area

21

**In case of a rib fracture,
it is better to:**



- A** **Wrap the chest tightly with a bandage**
- B** **Take deep breaths through the pain**
- C** **Press your hands tightly to your chest**

22

How to help in case of shock?



A

Place the person in a horizontal position with elevated legs

B

Put the person on their feet

C

Give water

23

**In case of a poisonous
spider bite, it
is better to:**



A

Suck out the venom

B

Cool the bite area

C

Cut the skin

24

**If an elevator falls,
try to:**



A

Lie on your back

B

**Sit down and cover your
head with your hands**

C

**Jump at the moment
of impact**

25

**What should you do first
if a fire starts
in your home?**



A

**Run to the exit without
thinking about others**

B

**Extinguish the fire first,
if possible**

C

**Open the windows and
wait for the rescuers**

UŐAQLAR ÜÇÜN İLK TİBBİ YARDIM



1

**Kimisə arı sancıbsa
nə etmək lazımdır?**



A

**İynəni çıxarıb soyuq
kompres qoymaq**

B

**İynəni yerində
saxlamaq**

C

Sancılan yeri kəsmək

2

**Niyə huşsuz insana
su vermək olmaz?**



A

**Su qan dövranını
poza bilər**

B

Şəxs boğula bilər

C

**Su spazma səbəb
ola bilər**

3

**Kimse qusursa nə
etmək lazımdır?**



A

**Onu arxası üstə
uzatmaq**

B

Yan tərəfə çevirmək

C

**Oturaq vəziyyətdə
saxlamaq**

4

**Başgicəllənmə
keçirən şəxsə necə
kömək etmək olar?**



A

**Onu arxası üstə uzadıb
ayaqlarını yuxarı qaldırmaq**

B

Oturtmaq və su vermək

C

**Ayaq üstə qalmasına
icazə vermək**

5

**Burun qanaması
zamanı nə etməliyik?**



- A** Başını arxaya əymək
- B** Başını irəli əyib burun dəliklərini sıxmaq
- C** Arxası üstə uzanmaq

6

**Kiçik bir kəsik
olduqda nə etmək
daha doğrudur?**



A

**Yaraya su töküb təmizləmək
və sarğı qoymaq**

B

Yaraya spirt tökmək

C

Yarığı açıq saxlamaq

7

**Kimse boğulur, amma
hələ də öskürə bilirsə nə
etmək lazımdır?**



A

Onun belinə vurmaq

B

**Öskürməyə davam
etməsini təşviq etmək**

C

**Dərhal ürək masajına
(CPR) başlamaq**

8

**Kimşə yüksək
hərərətə malikdirsə
nə etməliyik?**



A

**Onu isti vannaya
salmaq**

B

**Qızdırma salan dərman
vermək və kifayət qədər maye
içdiyindən əmin olmaq**

C

Onu yorğanlara bükmək

9

Yüngül burxulma zamanı nə etməliyik?



A

Hərəkət etməyə və idman etməyə davam etmək

B

Buzu tətbiq etmək və istirahət etmək

C

Zədələnmiş yeri masaj etmək

10

**Günəş yanıqları
zamanı nə etmək
lazımdır?**



A

**Soyuducu losyon və
ya aloe tətbiq etmək**

B

İsti kompres qoymaq

C

Yanığı yağla örtmək

11

**Güncurma zamanı
ilkin tibbi yardım
necə göstərilməlidir?**



A

Şəxsə isti çay vermək

B

**Onu kölgəli və ya sərin
yerə aparmaq və təmiz
hava təmin etmək**

C

**Bədənə isti kompres
qoymaq**

12

**Barmaq kəsildikdə
ilkin tibbi yardım
necə göstərilməlidir?**



A

**iki əlin barmaqlarını
bir-birinə sıxmaq**

B

**Yarını təmizləyib
sarğı qoymaq**

C

Yaraya yağ çəkmək

13

Əgər huşsuz bir insan görsəniz, ilk növbədə nə etməlisiniz?



A

Onu tək qoyub kömək çağırmaq

B

Nəfəsini və nəbzini yoxlamaq

C

Özünü onu oyatmağa çalışmaq

14

**Qanaxmanı
dayandıрмаğın ən
effektiv yolu hansıdır?**



A

Təzyiqli sarğı qoymaq

B

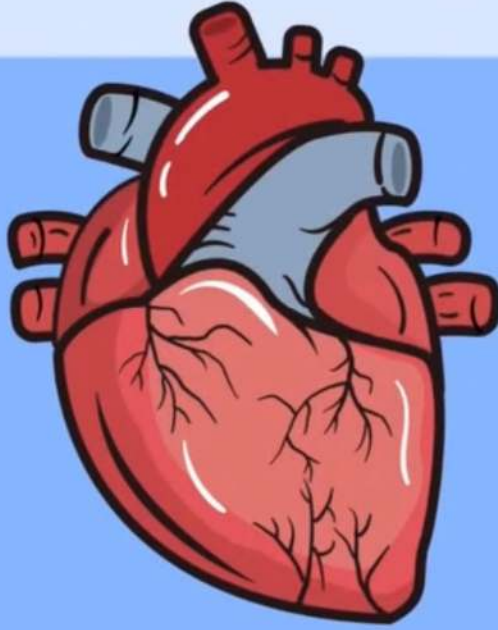
Yod çəkmək

C

Buz qoymaq

15

Ürək tutmasından şübhələnirsinizsə, ən uyğun vəziyyət hansıdır?



A

Tam uzanmaq

B

Arxası dayaqqla yarı oturaq vəziyyətdə olmaq

C

Çömbəlmək

16

**Əgər bir əza çıxıbsa,
nə etməməlisiniz?**



A

**Zədələnmiş hissəni
hərəkətsiz saxlamaq**

B

**Özünüz çıxığıni yerinə
salmağa çalışmaq**

C

Zədəyə buz qoymaq

17

Zəhərli ilan sancdıqda
nə qoymaq daha
doğrudur?



A

Turniket qoymaq

B

Çox bərk sarğı
bağlamaq

C

Buz qoymaq

18

**Əgər insultdan
şübhələnirsinizsə,
insandan nə etməsini
xahiş etməlisiniz?**



A **Gülümsemək**

B **Yerimək**

C **Yumruğunu sıxmaq**

19

Sınıq ehtimalını necə müəyyən etmək olar?



A

Yalnız hərəkət zamanı ağrı

B

Ağrı, deformasya və şişkinlik

C

Dərinin qızarması

20

**Həşərat dişlədikdə
ilkin tibbi yardım
necə göstərməlidir?**



A

**Dişlənən yeri
möhkəm sarımaq**

B

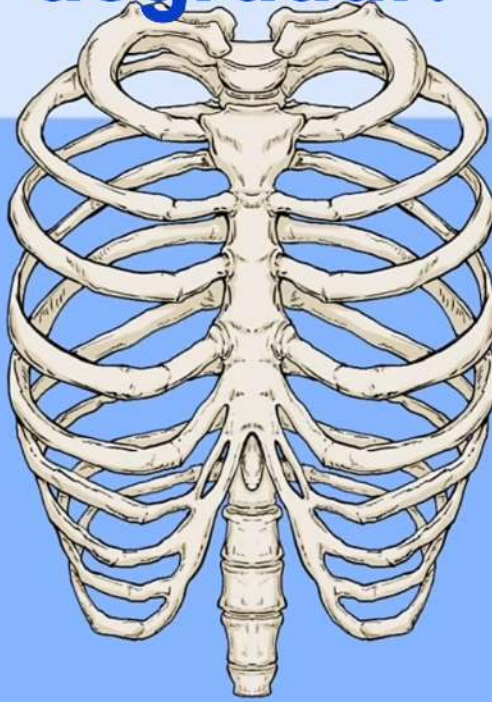
**İynəni çıxarıb soyuq
kompres qoymaq**

C

**Dişlənən yerə spirt
çəkmək**

21

**Qabırğa sınığı zamanı
nə etmək daha
doğrudur?**



A

**Sinəni bərk sarğı ilə
bağlamaq**

B

**Ağrıya baxmayaraq
dərin nəfəs almaq**

C

Əlləri sinəyə sıxmaq

22

**Şok vəziyyətində
insana necə kömək
etmək lazımdır?**



A

**Onu ayaqları yuxarıda
olmaqla üfüqi
vəziyyətə salmaq**

B

Ayağa qaldırmaq

C

Su vermək

23

**Zəhərli hörümçək
sancdıqda nə etmək
daha doğrudur?**



A

Zəhəri əmib çıxarmaq

B

Sancılan yeri soyutmaq

C

Dərini kəsmək

24

**Əgər lift düşürsə, nə
etməyə çalışmaq
lazımdır?**



A

Arxası üstə uzanmaq

B

**Oturmaq və başı
əllərlə qorumaq**

C

Zərbə anında tullamaq

25

**Əgər evdə yanğın
başlayıbsa, ilk növbədə
nə etməlisiniz?**



A

**Başqalarını düşünmədən
çıxışa qaçmaq**

B

**Əgər mümkündürsə, əvvəlcə
yanğını söndürmək**

C

**Pəncərələri açıb
xilasediciləri gözləmək**

Well done, hero!

You've reached the end of the book — that means you've become a real first aid expert!

With this book, you've learned how to:

- * quickly help friends and family,**
- * know when to call for adult help,**
- * stay calm and act bravely.**

Remember: a hero isn't someone who can fly, but someone who helps!

Keep learning, be kind and brave — and you'll make the world a safer place!

You can always join our First Aid Club to learn more and practice your skills.

**All the info is on our Instagram!
[@firstaidclub.landauschool](https://www.instagram.com/firstaidclub.landauschool)**



ANSWERS

CAVABLAR

| | | | | | |
|----|---|----|---|----|---|
| 1 | A | 11 | B | 21 | B |
| 2 | B | 12 | B | 22 | A |
| 3 | B | 13 | B | 23 | B |
| 4 | A | 14 | A | 24 | B |
| 5 | B | 15 | B | 25 | B |
| 6 | A | 16 | B | | |
| 7 | B | 17 | B | | |
| 8 | B | 18 | A | | |
| 9 | B | 19 | B | | |
| 10 | A | 20 | B | | |

With all our heart and best wishes, we wrote this book for you.

Lead Author: Farah Mehtiyeva

Co-author: Banu Allahverdiyeva

Co-author: Aisha Leznik



