

ISANG GABAY SA CPR

ANG MGA MALILIIT NA BATA AY KAILANGANG AKTIBONG BINABANTAYAN KAPAG GUMAGAMIT NG SWIMMING POOL NA ITO.

ANG MGA GATE NG POOL AY DAPAT NAKASARA SA LAHAT NG ORAS.

ILAGAY ANG MGA GAMIT, MGA BAGAY AT MGA ISTRUKTURA NANG MALAYO SA BAKOD NG POOL SA LAHAT NG ORAS.

MAHALAGA ANG PORMAL NA PAGTUTURO NG PAGPAPANUMBALIK NG HININGA (RESUSCITATION)

IISKAN PARA MAPANOOD NG CPR



ROYAL LIFE SAVING
NEW SOUTH WALES

D

TINGNAN KUNG MAY PANGANIB (DANGER)

Sa iyong sarili, sa mga nakapaligid at sa mga nasaktan

R

TINGNAN KUNG MAY PAGKIBO (RESPONSE)

Pisilin ang kaniyang mga balikat at mga kamay, ibigay ang mga tanong para sa nasaktan (casualty questions).

S

MAGPATAWAG (SEND) NG TULONG

Kung walang pagkibo (unresponsive), tawagan ang Tripleng Zero (000)

A

BUKSAN ANG DAANAN NG HININGA (AIRWAY)

Una, tingnan kung walang mga nakaharang sa daanan ng hininga. Kung kinakailangan ay tanggalin ang mga nakaharang. Pagkatapos ay buksan ang daanan ng hininga sa pamamagitan ng pagkiling (tilt) sa ulo. Huwag ikiling ang ulo ng mga sanggol.

B

HUMIHINGA (BREATHING) NG NORMAL?

HINDI – UMPISAHAN ANG CPR (kung Oo – Itagilid ang nasaktan).

C

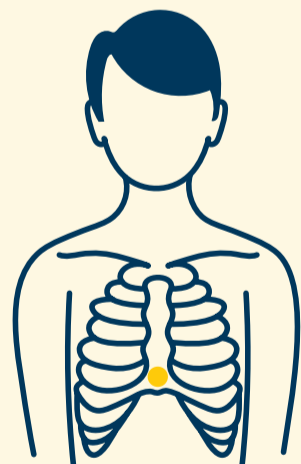
UMPISAHAN ANG CPR

Walang pagkibo at hindi normal ang paghinga – 30 PAGTULAK SA DIBDIB (COMPRESSION) AT 2 PAGHINGA.

BATA AT ADULTO (MAHIGIT 1 TAON)

COMPRESSION POINT

1 o 2 kamay sa gitna ng dibdib.
I-compress ang 1/3 na lalim ng dibdib.



DALAS NG PAGTULAK NG DIBDIB (COMPRESSION RATE)

I-compress sa rate na 100-120 compression kada minuto.



MGA PAGHINGA

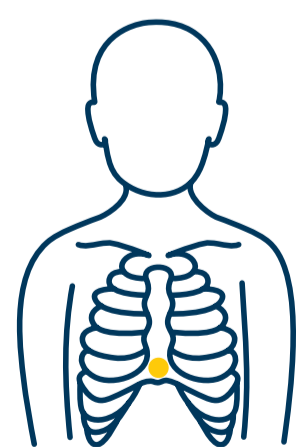
Ikiling (tilt) ang ulo, iangat ang baba at bigyan ng mga paghinga. Antabayanan ang pagtaas at pagbaba ng dibdib sa pagitan ng mga paghinga.



SANGGOL (0-1 TAON)

COMPRESSION POINT

2 daliri sa gitna ng dibdib.
I-compress ang 1/3 na lalim ng dibdib.



DALAS NG PAGTULAK NG DIBDIB (COMPRESSION RATE)

I-compress sa rate na 100-120 compression kada minuto.



MGA PAGHINGA

Huwag ikiling (tilt) ang ulo, panatilihin nasa neutral na posisyon, alalayan ang panga, takpan ang bibig at ilong. Antabayanan ang pagtaas at pagbaba ng dibdib sa pagitan ng mga paghinga.



IPAGPATULUY ANG CPR HANGGANG KUMIBO O BUMALIK SA NORMAL ANG PAGHINGA. KUNG BUMALIK SA NORMAL ANG PAGHINGA, ITAGILID ANG NASAKTAN AT PANATILIHING MALAYA ANG DAANAN NG HININGA. I-MONITOR LAGI ANG NASAKTAN.

D

IKABIT ANG DEFIBRILLATOR

KAAGAD HANGGA'T MAAARI, SUNDIN ANG MGA TAGUBILIN.