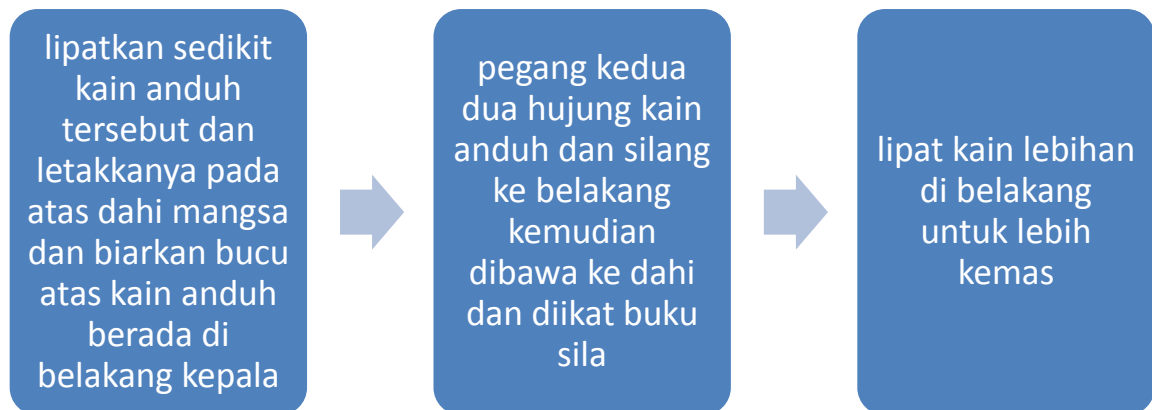
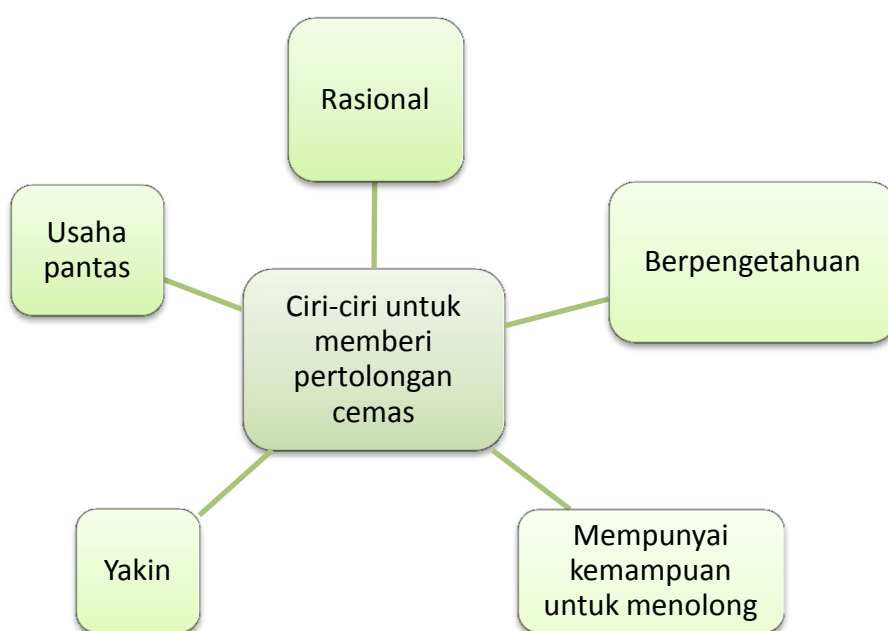




2.1.7 PERTOLONGAN CEMAS DAN RESUSITASI KARDIOPULMONARI (CPR)

Definisi: Pertolongan cemas adalah rawatan kecemasan yang diberikan kepada orang yang cedera atau sakit sebelum ketibaan doktor dengan rawatan perubatan lengkap. Dalam pertolongan cemas terdapat juga ciri-ciri yang harus ada dalam diri seseorang untuk melakukannya. Iaitu:



Objektif pertolongan cemas

- Untuk menyelamatkan nyawa, seperti lemas, kejutan elektrik dan pendarahan yang serius
- Untuk mengurangkan penderitaan atau mengurangkan kesakitan. Sebagai contoh, rasa sakit akan berkurang jika fraktur dilindungi dengan kemahiran yang baik.
- Untuk mengelakkan kecederaan daripada merebak atau menjadi buruk, seperti patah tulang, pembakaran asid atau pendarahan yang serius.
- Sebagai penyediaan sebelum ambulans atau doktor datang.

CARDIOPULMONARY RESUSCIATION (CPR)

Sekiranya seseorang tidak bernafas dan jantungnya tidak berdegup, anda akan mengambil alih pengudaraan dan peredaran dengan segera, supaya aliran oksigen di dalam otaknya berterusan.

Teknik CPR

A (Airways)	• Pastikan laluan udara terbuka
B (Breathing)	• Memberi pernafasan kepada mangsa supaya paru-paru berkembang dan melancarkan oksigen
C (Circulation)	• Melancarkan peredaran darah dengan menekan dada mangsa dengan cara yang betul

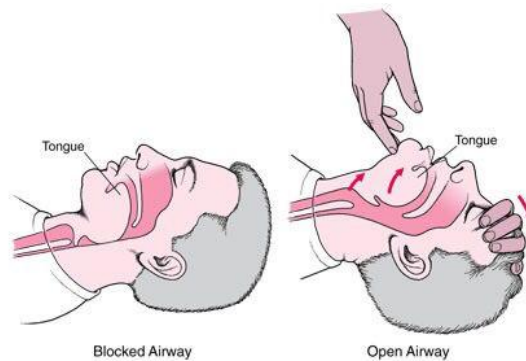
Rawatan umum

A-Airway

Baringkan mangsa. Keluarkan apa-apa perkara asing di mulutnya dan bersihkan sekitar mulutnya.

Angkat lehernya dan perlahan-lahan tolak kepalanya ke belakang.

Tarik rahangnya ke atas.



<https://www.quora.com/Can-you-use-a-head-tilt-chin-lift-maneuver-on-a-conscious-person>

B-Breathing

Letakkan mulut anda ke atas mulut mangsa, picit hidung mangsa dan hembus dengan kuat ke dalam mulut mangsa sehingga ada pergerakan naik turun dada mangsa.



Sekiranya mangsa adalah seorang kanak-kanak, letakkan mulut anda di atas hidung dan mulutnya apabila ditiup.



Keluarkan mulut anda dan dengarkan dengan teliti udara yang dilepaskan dari mulut mangsa. Kemudian ulangi tindakan meniup. Sekiranya tiada udara dilepaskan, perhatikan semula kedudukan kepala dan rahang mangsa dan lihat jika lidah menghalang saluran udara.



Sekiranya anda masih tidak mendapat sebarang pertukaran udara, pusing mangsa ke arah lain dan menepuknya beberapa kali di antara bahu untuk menghilangkan apa-apa benda asing dari kerongkong.



Teruskan resusitasi mulut ke mulut. Jangan berhenti sehingga mangsa mula bernafas. Dalam sesetengah kes, ia mengambil masa beberapa jam sebelum mangsa sedar semula.



Dapatkan bantuan perubatan segera. Letakkan mangsa di tempat yang sesuai dan baringkan mangsa dengan selesa jika mangsa telah sedar.



<https://www.quora.com/Can-you-use-a-head-tilt-chin-lift-maneuver-on-a-conscious-person>



<https://www.quora.com/Can-you-use-a-head-tilt-chin-lift-maneuver-on-a-conscious-person>

C- Circulation (External Chest Compression)

Jangan sekali-kali mencuba menekan dada jika jantung berdegup, walaupun lemah dan sebarang nadi dirasakan. CPR boleh membunuh jika dilakukan dengan tidak betul. Dapatkan latihan profesional.

Regangkan badan mangsa secara rata di punggungnya dan naikkan tulang dada mangsa.

Anda harus cepat menekan dada mangsa dengan cara yang betul. Ulang prosedurnya iaitu (tekan, lepaskan, tekan)

Selepas 15 tekanan, berikan 2 nafas CPR. Teruskan menekan dada mangsa 15-ke-2 sehingga jantungnya mula normal.



<https://www.quora.com/Can-you-use-a-head-tilt-chin-lift-maneuver-on-a-conscious-person>



<https://www.quora.com/Can-you-use-a-head-tilt-chin-lift-maneuver-on-a-conscious-person>



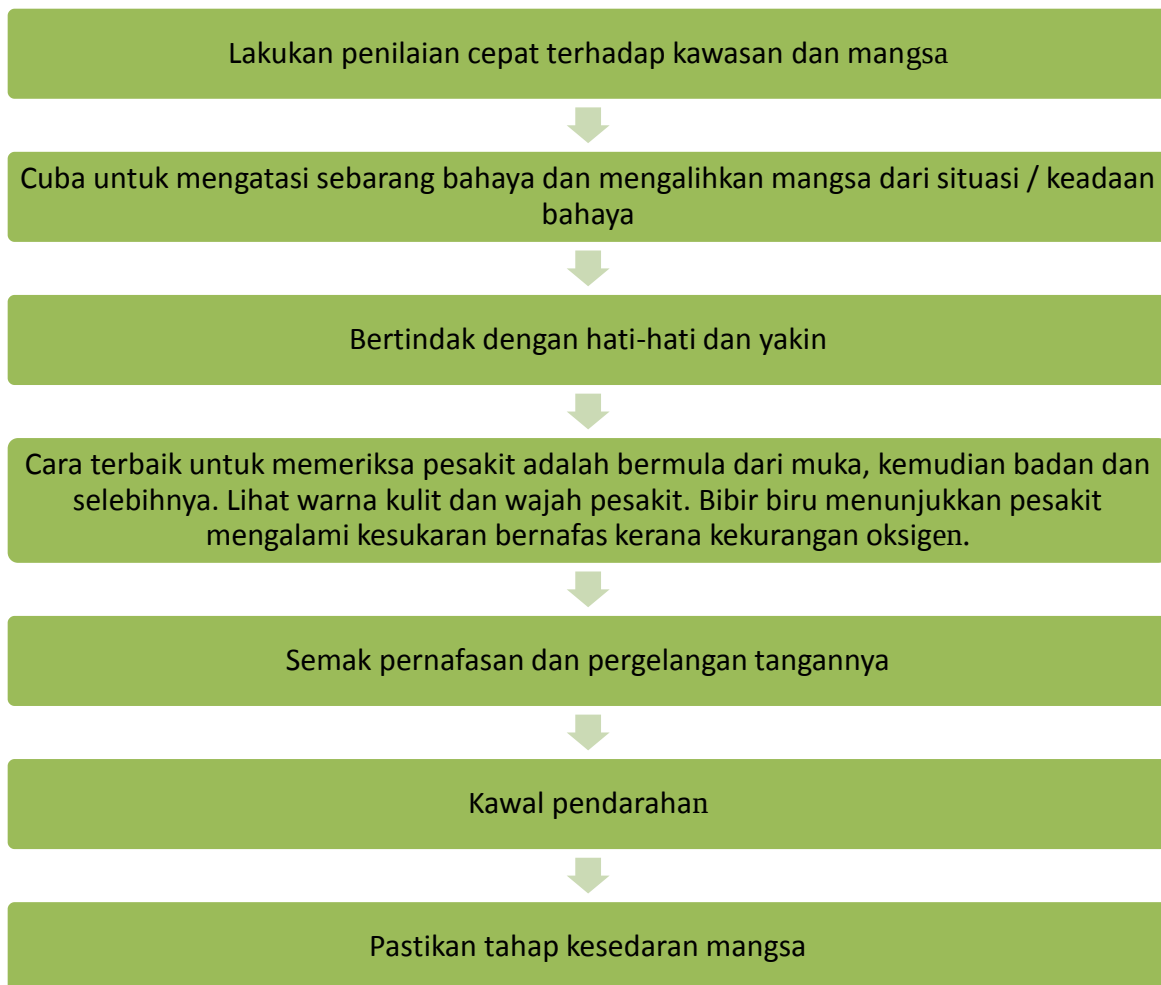
<https://www.quora.com/Can-you-use-a-head-tilt-chin-lift-maneuver-on-a-conscious-person>



<https://www.quora.com/Can-you-use-a-head-tilt-chin-lift-maneuver-on-a-conscious-person>

2.1.8 PERANAN RESPONDEN PERTOLONGAN CEMAS DALAM SITUASI KECEMASAN

Langkah-langkah pertolongan cemas



Tindakan yang perlu diambil ketika berlaku kecemasan terhadap beberapa faktor. Iaitu Penilaian, Diagnosis, Rawatan, Pemindahan pesakit.

