​​​​​​​​​​​​​​​​​​​ ​

Homework\ **វិធីសង្រោះបឋមមនុស្សលង់ទឹក**

* តើត្រូវធ្វើបែបណាប្រសិនបើអ្នកមានមិត្តភក្តិឬសាច់ញាត្តិលង់ទឹក?
* ​​​​​​ប្រសិនបើមានមនុស្សនៅកន្លែងកើតហេតុច្រើន​​ ឲ្យនរណាម្នាក់ខលហៅឡានសង្រោះបន្ទាន់(បើអាច)។
* តើមានវិធីណាដែលមានសុវត្តិភាពដល់អ្នកជួយសង្រ្គោះក្នុងការជួយសង្រ្គោះជនរងគ្រោះ?
* មុននឹងចូលទៅជួយសង្រ្គោះត្រូវពាក់អាវពោង
* ចងខ្សែពួរ(ងាយទាញយើងនឹងជនរងគ្រោះឡើងគោកវិញ)
* បើជនរងគ្រោះនៅមានស្មារតី​ យើងឲ្យគាត់តោងខ្សែពួរ​ រួចទាញឡើងគោក
* កុំប៉ះជនរងគ្រោះដែលនៅមានស្មារតី ព្រោះអាចនាំគ្រោះថ្នាក់ដល់ខ្លួន។
* ​ពេលជនរងគ្រោះដល់លើគោក​ តើមានវិធានការអ្វីខ្លះក្នុងការជួយសង្រ្គោះ?
* ​​ជំហានដំបូង៖
* ដោះសម្លៀកបំពាក់ជនរងគ្រោះចេញ
* យកកន្សែងឬភួយមករុំជនរងគ្រោះ
* តាបញ្ហាចុះកម្តៅខ្លួនជនរងគ្រោះ។
* ​វិធីសង្រ្គោះCRP៖
* សង្កត់ទ្រូង ៣០ដង, ផ្លុំខ្យល់ដង្ហើម ២ដង(ធ្វើបែបនេះឲ្យបាន ៥ដង)
* ពិនិត្យជីពចរជនរងគ្រោះ
* បើនៅតែមិនមានជីចរ ត្រូវធ្វើCRP៥ដងទៀត រហូតទាល់តែមានជីចរ
* រង់ចាំឡានសង្រ្គោះ
* បើមិនមានដង្ហើម ត្រូវផ្លុំដង្ហើមចំនួនមួយ​ រាល់៥នាទីម្តង(១២ដង/នាទី)។

​​​  **Conclusion**

**ដើម្បីសុវត្តិភាព យើងត្រូវចៀសវាងលេងទឺក បើមិនចេះហែលទឺក គួរលេងទឹករាកៗឬក៏មិនលេងតែម្តង។**