

វិធីសង្គ្រោះបឋមពេលមានស្បូលរងទឹក

➤ តើយើងគួរតែមានអ្វីខ្លះមុននឹងចូលទៅជួយសង្គ្រោះជនរងគ្រោះ?

- យើងត្រូវគិតពីសុវត្ថិភាពផ្ទាល់ខ្លួន

➤ សម្ភារៈ

- អាវពោងឬខ្សែពួរ
- ត្រូវខលហៅឡានសង្គ្រោះបន្ទាន់(បើអាច)

➤ ករណីជនរងគ្រោះមានស្មារតី

- អោយគោងខ្សែពួរឬម៉ែកឈើ

Note: មិនត្រូវប៉ះជនគ្រោះ

➤ ករណីជនរងគ្រោះបាត់បង់ស្មារតី

- ប្រើទូក(បើមាន)
- ចងខ្សែនៅចង្កេះ(សម្រាប់អ្នកជួយ)

➤ តើយើងគួរធ្វើយ៉ាងណាពេលជនរងគ្រោះមកដល់លើគោក?

- បើអាកាសធាតុត្រជាក់
- ដំបូងដោះសម្លៀកបំពាក់
- យកកន្សែងឬភួយរុំ
- តាមដានបញ្ហាកម្ដៅ
- ត្រូវធ្វើ CPRបើជនរងគ្រោះមិនដកដង្ហើម

➤ វិធីសង្គ្រោះCPR

- សង្កត់ទ្រូង៣០ដង(៥ដង)
- ផ្ដុំខ្យល់ដង្ហើម២ដង(៥ដង)
- ពិនិត្យមើលជីពចរ

➤ បើជីពចរមិនដើរធ្វើ៥ដងទៀត

➤ បើជីពចរដើរតែមិនមានដង្ហើម

- ត្រូវជួយផ្ដុំខ្យល់ដង្ហើមរៀងរាល់៥វិនាទីម្តង(១២ដង/min)

➤ តើគួរធ្វើយ៉ាងណាដើម្បីជៀសវាងលង់ទឹកម្តងទៀត?

✓ យើងគួរតែ

- លេងកន្លែងរាក់ៗ(បើមិនចេះហែលទឹក)
- គួរលេងកន្លែងមានមនុស្សច្រើន