

# **SAINS TINGKATAN 4**

## **BAB 2: Bantuan Kecemasan**

→ CPR

→ Heimlich Manoeuvre

## 2.1 CPR

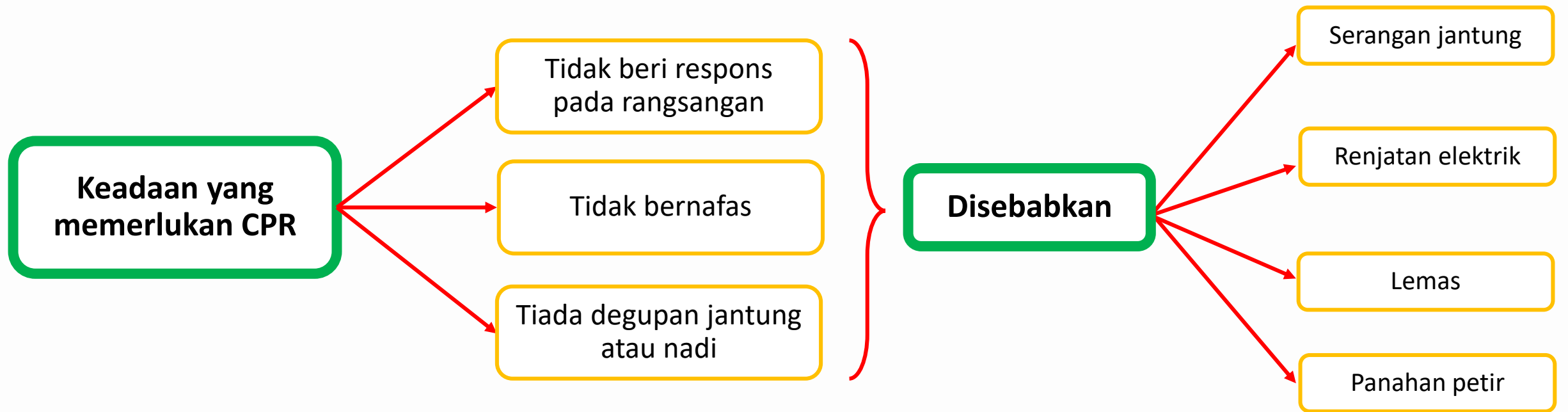
Apa itu CPR?

- Resusitasi kardiopulmonari (cardiopulmonary resuscitation)
- Bantuan kecemasan yang melibatkan gabungan teknik tekanan di bahagian dada dan hembusan ke dalam mulut mangsa

Situasi

Kaedah

Kepentingan



## Kaedah CPR

### Periksa respons mangsa

- Tepuk dan tanya
- Minta bantuan (999)

### Buka saluran pernafasan

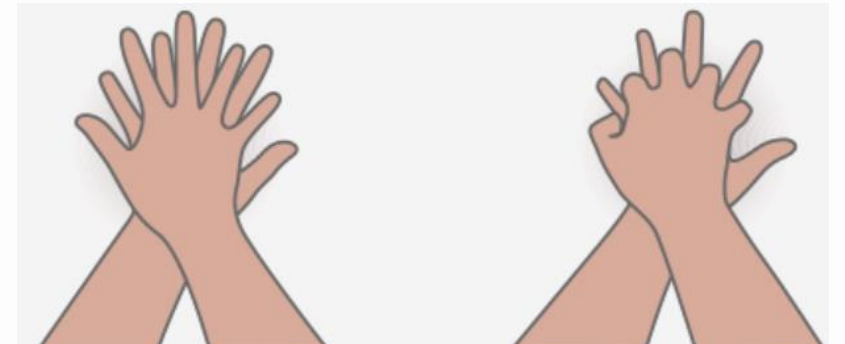
- Baring, menghadap atas
- Dongak kepala, angkat dagu
- Dengar hembusan nafas

### Tekanan dada

- Untuk bantu peredaran darah
- Tekan lebih kurang 5cm (<6cm)
- 120 tekanan per minit

### Bantuan pernafasan

- Picit hidung, hembus udara
- Supaya udara masuk ke trakea dan paru



## Kaedah CPR

### Periksa respons mangsa

- Tepuk dan tanya
- Minta bantuan (999)

### Buka saluran pernafasan

- Baring, menghadap atas
- Dongak kepala, angkat dagu
- Dengar hembusan nafas

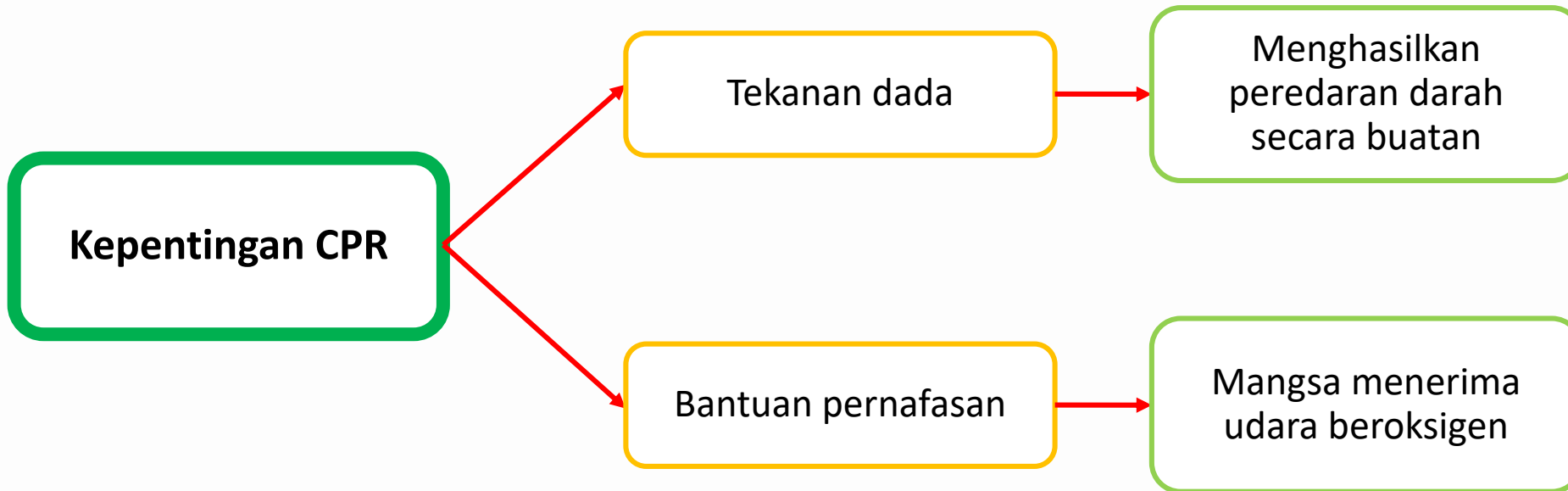
### Tekanan dada

- Untuk bantu peredaran darah
- Tekan lebih kurang 5cm (<6cm)
- 120 tekanan per minit

### Bantuan pernafasan

- Picit hidung, hembus udara
- Supaya udara masuk ke trakea dan paru

- Ulang: Tekanan dada 30x dan hembusan mulut ke mulut 2x
- Jika bernafas tetapi belum sedar, ubah kedudukan menjadi mengiring



## 2.2 Heimlich Manoeuvre

Apa itu  
Heimlich Manoeuvre?

- Bantuan kecemasan untuk menyelamatkan individu tercekik
- Tercekik: saluran pernafasan disekat disebabkan bendasing

Situasi

Kaedah

Kepentingan





## Kaedah Heimlich Manoeuvre



1

- Berdiri belakang mangsa
- Bongkokkan badan mangsa ke depan

2

- Kelilingkan lengan (peluk)
- Genggam tangan kanan

3

- Letak genggam tangan kanan antara bawah rusuk dan pusat
- Letak tangan kiri atas genggam

4

Tekan dan sentak ke atas

## Kaedah Heimlich Manoeuvre

(jika berseorangan)



1

- Letak gengaman tangan kanan antara bawah rusuk dan pusat
- Letak tangan kiri atas gengaman

2

- Cuba beri tekanan dengan bongkokkan badan

3

- Cari objek separang pinggang
- Bongkok dan tolak badan ke arah objek

Jika tiada tenaga

## Kepentingan Heimlich Manoeuvre

