

## Menilai situasi dan mangsa dengan kaedah C.A.B



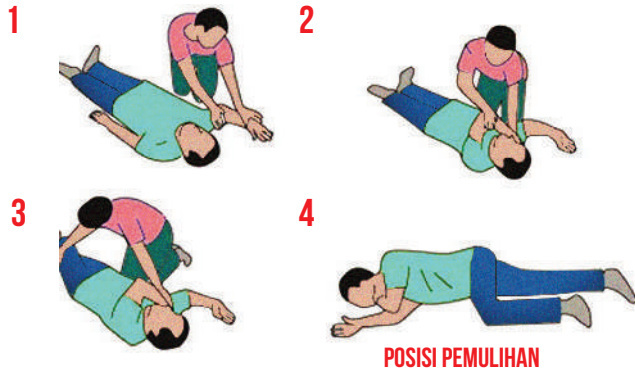
**C = COMPRESSIONS  
(TEKANAN DADA)**

**A = AIRWAY  
(SALURAN PERNAFASAN)**

**B = BREATHING  
(PERNAFASAN)**

Pastikan;

- Kecederaan-kecederaan lain seperti kepatahan terbuka atau tertutup
- Cari punca pendarahan yang banyak. Cuba hentikan atau perlahan-lahan pendarahan luaran dengan memberikan tekanan terus kepada luka dan mengangkatnya lebih tinggi dari paras jantung.
- Rawatan-rawatan lain sekiranya perlu
- Letakkan ke posisi pemulihan (recovery position) apabila pernafasan dan nadi mangsa stabil.



Sumber diadaptasi daripada; Buku Manual Pertolongan Cemas

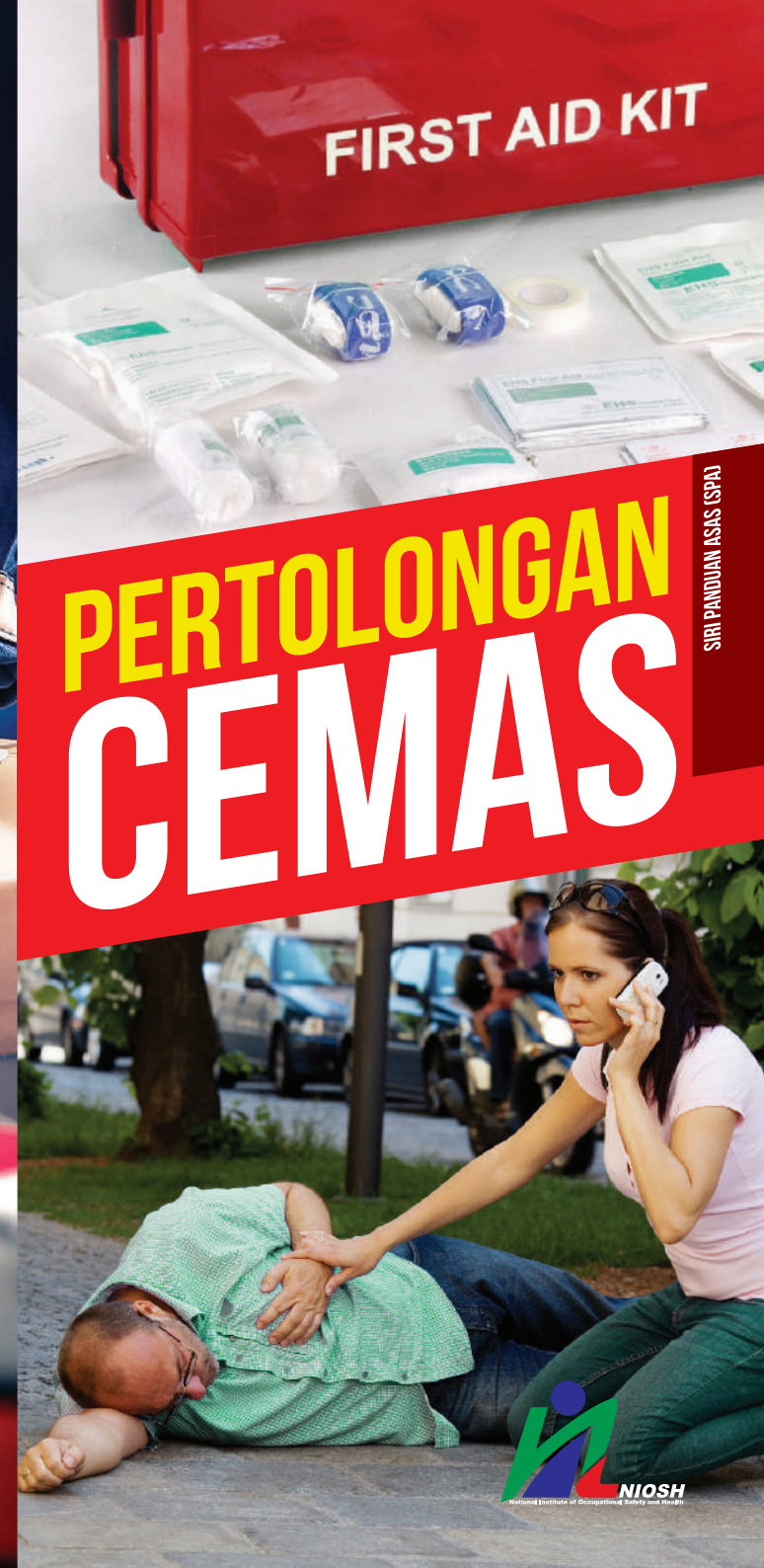


National Institute of Occupational Safety & Health (NIOSH) (243042-U)  
Ministry of Human Resources

Lot 1, Jalan 15/1, Section 15, 43650 Bandar Baru Bangi,  
Selangor Darul Ehsan, Malaysia  
Tel: +603 8769 2100 / +603 8911 3800 | Fax: +603 8926 2900

[www.niosh.com.my](http://www.niosh.com.my)

For information, please contact:  
Communication, Business and Information  
Dissemination Division (CBID)



# PERTOLONGAN CEMAS

SIRI PANDUAN ASAS (SPA)





# PERTOLONGAN CEMAS

Pertolongan cemas ialah bantuan segera atau rawatan kecemasan yang diberikan untuk orang yang tercedera sebelum mendapatkan bantuan atau perawat yang bertauliah. Ia biasanya terdiri dari satu siri teknik yang boleh dilakukan, walaupun tanpa latihan perubatan, oleh hampir semua orang dengan peralatan yang minimum.

## TEKNIK

Sebelum memberi bantuan kecemasan, pastikan keselamatan anda juga terjamin dengan menimbang bahaya akibat dari kemalangan tersebut dengan mengetahui punca kecederaan mangsa, seperti terkena renjatan elektrik dan lain-lain. Pastikan anda tidak terus menyentuh mangsa, sebaliknya peka dan bertindak pantas menurut keperluan. Sekiranya mangsa terkena renjatan elektrik maka pastikan kadar bahaya elektrik yang mangsa hadapi. Sekiranya 240 Volt ke bawah gunakan penebat untuk meleraikan mangsa dari punca renjatan elektrik, seperti baju, tali pinggang dan lain lagi.

## OBJEKTIF

- **Untuk menyelamatkan nyawa:** Jika mangsa pengan, pastikan laluan udara selesa dan pastikan mangsa bernafas. Sekiranya berlaku pendarahan, hentikan pendarahan secepat mungkin. Rawat kecederaan dengan betul dan kenali latar belakang mangsa (sejarah kesihatan seperti diabetes dan lain lagi) yang perlu perhatian istimewa.
- **Untuk mencegah luka menjadi lebih teruk:** Alih mangsa dari tempat bahaya dan jangan buat mangsa banyak bergerak. Selesaikan dan beri keyakinan pada mangsa serta beri perlindungan dari ketidakselesaan seperti kesejukan atau kepanasan atau keadaan yang basah.
- **Mendapat bantuan perubatan:** Arah atau pinta rakan-rakan mengambil peti keselamatan berhampiran dan memanggil ambulans atau perawat bertauliah dengan sesegera mungkin. Pastikan menunggu bersama mangsa sehingga bantuan sampai.



- **Balutan:** Adalah wajib untuk membalut luka, yang mudah dibuka oleh perawat bertauliah seperti doktor, supaya menghentikan pendarahan dan memastikan luka itu bersih dan terlindung dari luka menjadi bertambah rosak. Pembalut mestilah di antikumankan, di simpan dalam bekas yang ketat dari udara. Ia sewajarnya dibuat dari kain putih, suci dari kekotoran. Tangan harus dibasuh dan dibersihkan sebelum menyentuh luka. Gunakan balutan yang dapat melindungi luka sepenuhnya. Tangani balutan hanya dari sisinya. Tambah pelapik tambahan dan letak ditempatnya dengan pembalut.



## APAKAH YANG PERLU ANDA LAKUKAN SEKIRANYA ANDA ORANG PERTAMA DI TEMPAT KEJADIAN?

### Pemeriksaan Awal

