PENDIDIKAN KESIHATAN TINGKATAN 4

UNIT 3: PERTOLONGAN CEMAS

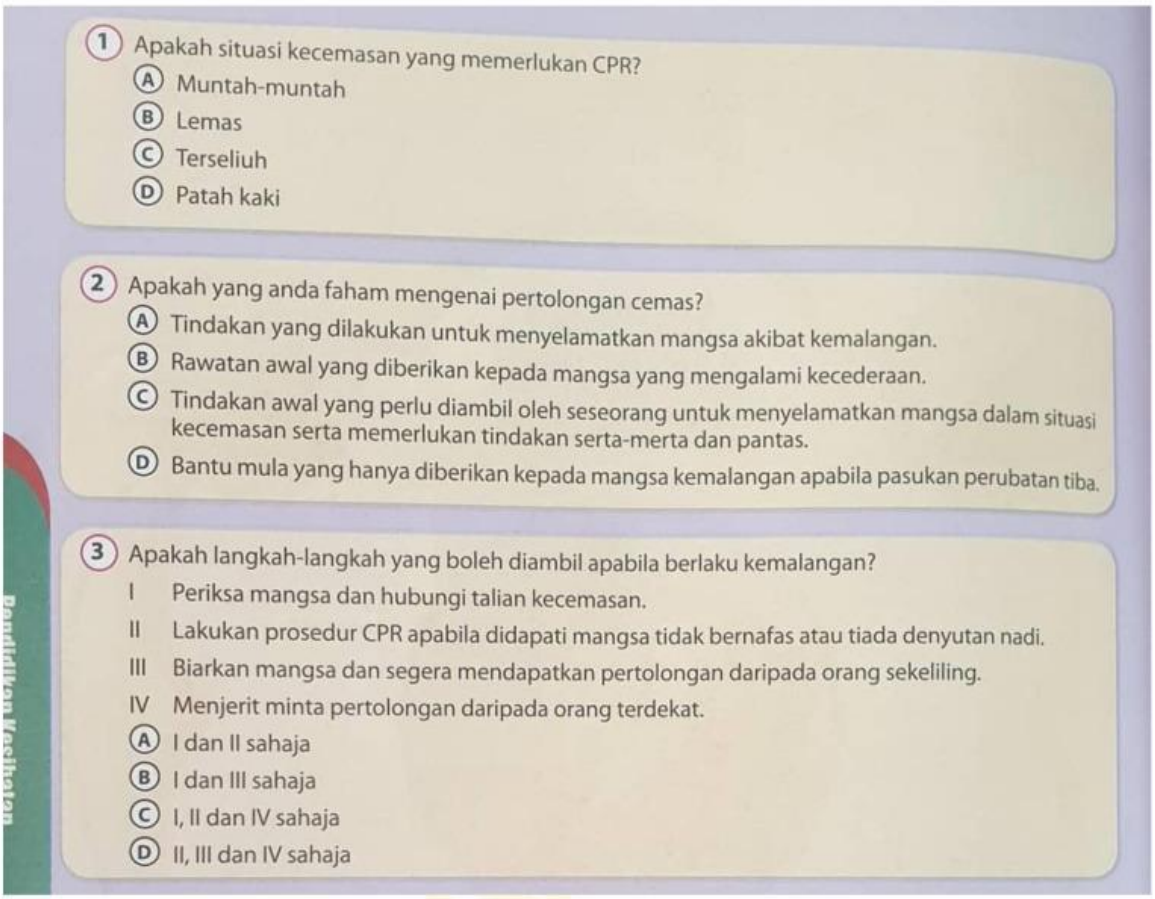
Latihan Pengukuhan:

Kaki dibengkokkan untuk menstabilkan kedudukan mangsa	Baringkan mangsa dalam keadaan selesa. Pastikan mangsa di tempat selamat dan teduh.	Gerakkan mangsa dalam keadaan mengiring. Kaki disilangkan untuk memudahkan mangsa digerakkan.	Siku dibengkokkan di bawah bahagian kepala untuk menahan mangsa daripada tergolek. Kepala didongakkan sedikit agar tidak menyekat saluran pernafasan.

dhiraNadhirah@samtkkb'23

LIVEWORKSHEETS

2. Pilih jawapan yang tepat. **(Multi Choice)**



1. Apakah situasi kecemasan yang memerlukan CPR?
   - (A) Muntah-muntah
   - (B) Lemas
   - (C) Terseliuh
   - (D) Patah kaki

2. Apakah yang anda faham mengenai pertolongan cemas?
   - (A) Tindakan yang dilakukan untuk menyelamatkan mangsa akibat kemalangan.
   - (B) Rawatan awal yang diberikan kepada mangsa yang mengalami kecederaan.
   - (C) Tindakan awal yang perlu diambil oleh seseorang untuk menyelamatkan mangsa dalam situasi kecemasan serta memerlukan tindakan serta-merta dan pantas.
   - (D) Bantu mula yang hanya diberikan kepada mangsa kemalangan apabila pasukan perubatan tiba.

3. Apakah langkah-langkah yang boleh diambil apabila berlaku kemalangan?
   - I Periksa mangsa dan hubungi talian kecemasan.
   - II Lakukan prosedur CPR apabila didapati mangsa tidak bernafas atau tiada denyutan nadi.
   - III Biarkan mangsa dan segera mendapatkan pertolongan daripada orang sekeliling.
   - IV Menjerit minta pertolongan daripada orang terdekat.
   - (A) I dan II sahaja
   - (B) I dan III sahaja
   - (C) I, II dan IV sahaja
   - (D) II, III dan IV sahaja

Pendidikan Kesihatan

Dhira

dhiraNadhirah@samtkkb'23

LIVEWORKSHEETS

3. Isi tempat kosong dengan jawapan yang betul. **(Drop Down)**

dhiraNadhirah@samtkkb'23

LIVEWORKSHEETS

4. (Word Search)

PBD • *Cardiopulmonary Resuscitation* (CPR)
• Prinsip dan Prosedur CPR

Buku Teks: m.s. 222 – 223

Lengkapkan silang kata berkaitan Cardiopulmonary Resuscitation (CPR). SP9.1.1, 9.1.2

k	a	m	e	m	u	s	i	n	g	a	e	b	m	s	n	d
e	p	f	p	r	p	e	m	u	l	i	h	a	n	a	c	r
c	e	e	l	e	n	q	w	e	a	b	w	o	l	d	a	m
e	n	r	r	l	r	l	h	b	n	e	d	a	u	o	r	h
m	h	k	j	s	a	s	e	e	r	r	w	k	t	b	d	a
a	q	c	o	m	p	r	e	s	s	i	o	n	u	a	l	r
s	e	l	l	d	e	k	t	k	t	l	a	a	h	p	o	k
a	y	a	p	a	l	a	c	r	i	r	o	e	o	o	p	e
n	d	y	r	m	e	n	n	g	e	t	e	c	m	k	u	c
r	r	l	m	w	o	e	l	a	y	l	a	q	o	m	l	e
o	r	l	e	n	p	a	r	u		p	a	r	u	u	m	l
s	a	a	e	m	b	o	n	g	k	o	k	q	a	n	o	a
e	n	f	w	r	d	e	n	m	e	n	a	m	k	n	n	r
k	q	m	k	a	t	u	n	g	t	w	n	g	s	a	a	u
s	e	l	e	z	t	w	e	n	a	k	a	a	u	y	r	a
u	q	n	y	n	w	a	e	y	t	l	k	t	a	u	y	n
a	e	d	a	f	b	l	n	a	s	a	f	a	n	r	e	p
l	b	j	r	j	e	n	g	k	e	t	o	e	n	o	l	r

1 CPR adalah nama singkatan _____ *Resuscitation*.

2 Pertolongan cemas merupakan _____ awal sebelum tiba pasukan perubatan.

3 Tujuan utama tindakan pertolongan cemas ialah untuk menyelamatkan _____ mangsa.

4 Kita perlu pastikan _____ mangsa dalam keadaan selamat sebelum melakukan bantu mula.

5 CPR merupakan bantuan hembusan _____ mulut ke mulut.

6 Bantuan awal CPR ialah bantuan sokongan sementara untuk organ _____ dan _____.

7 Jika kadar nadi mangsa masih tidak dapat dikesan selepas CPR, lakukan prosedur *External Cardiac* _____ (ECC).

8 Individu yang berkelayakan untuk memberi bantuan _____ sahaja yang layak untuk melakukan CPR.

9 Mangsa rawatan CPR yang sedar perlu diletakkan dalam kedudukan _____.

dhiraNadhirah@samtkkb'23

LIVEWORKSHEETS