

UNIT 3	PERTOLONGAN CEMAS
TAJUK	CARDIOPULMONARY RESUSCITATION (CPR) (buku teks muka surat 220 – 226)
SASARAN	SEMUA PELAJAR TINGKATAN 4
TEMPOH PELAKSANAAN	1 MINGGU
OBJEKTIF	• Menyatakan maksud CPR • Menjelaskan prinsip dan prosedur CPR • Menilai situasi kecemasan yang memerlukan CPR. • Mendemonstrasikan pelaksanaan pertolongan cemas mengikut prosedur CPR.

SOALAN OBJEKTIF [7 markah]

- Mangsa mengalami keadaan berikut boleh diberikan Prosedur Resusitasi Kardiopulmonari atau Cardiopulmonary Resuscitation (CPR) untuk menyelamatkannya, kecuali
 - Jatuh dari bangunan tinggi
 - Serangan sakit jantung
 - Lemas
 - Strok
- Apakah yang anda faham mengenai pertolongan cemas?
 - Tindakan yang dilakukan untuk menyelamatkan mangsa akibat kemalangan
 - Rawatan awal yang diberikan kepada mangsa yang mengalami kecederaan
 - Tindakan awal yang perlu diambil oleh seseorang untuk menyelamatkan mangsa dalam situasi kecemasan serta memerlukan tindakan serta merta dan pantas.
 - Bantu mula yang hanya diberikan kepada mangsa kemalangan apabila pasukan perubatan tiba
- Apakah nama penuh bagi ECC?
 - External Chest Compression
 - External Cardiac Compression
 - External Complete Cardiac
 - External Child Compression
- Antara situasi mangsa yang berikut, manakah yang memerlukan CPR?

I. Tiada denyutan nadi	III. Tidak bergerak
II. Tidak bernafas	IV. Berbadan kaku
A. I, II dan III sahaja	C. II, III dan IV sahaja
B. I, III dan IV sahaja	D. I, II, III dan IV
- Pernyataan di bawah atas merujuk kepada prosedur CPR pada peringkat?

Periksa kadar nadi mangsa. Jika tiada, cari posisi pertemuan antara tulang rangka dengan cuaran xypoid (bahagian bawah tulang dada) dengan menggunakan jari telunjuk dan jari tengah.

 - Breathing (Bernafas)
 - ECC
 - CPR
 - Responsiveness (Tindak balas)
- Apakah yang dimaksudkan dengan Cardiopulmonary Resuscitation (CPR)?
 - Prosedur bagi menyelamatkan mangsa yang tidak sedarkan diri.
 - Proedur bagi meningkatkan sistem imunisi badan
 - Prosedur bagi meningkatkan kadar denyutan jantung
 - Prosedur bagi menurunkan kolestrol dalam badan.

7. Pernyataan merujuk kepada langkah kedudukan pemulihan. Susunkan langkah-langkah di bawah dengan betul

W: Baringkan mangsa

X: Kaki dibengkokkan untuk menstabilkan kedudukan mangsa

Y: Kepala didongakkan sedikit

Z: Kaki disilangkan untuk memudahkan pergerakan

A. W, Y, Z, X

B. X, Y, Z, W

C. Y, Z, W, X

D. W, Z, Y, X

SOALAN STRUKTUR

1. Gariskan jawapan anda. [7 markah]

- (**Kemalangan / Kecemasan**) ialah situasi yang berlaku secara mengejut dan memerlukan tindakan serta-merta.
- Prosedur Resusitasi Kardiopulmonari atau Cardiopulmonary Resuscitation (CPR) boleh menyelamatkan mangsa yang mengalami (**strok / keracunan makanan**).
- Untuk menyelamatkan mangsa, CPR dimulakan dengan bantuan (**pernafasan / ECC**).
- Kerosakan pada (**sel-sel otak / organ-organ badan**) akan mula berlaku apabila pernafasan berhenti selama 3 minit.
- CPR akan lebih efisien jika dilakukan secara (**individu / berpasangan**).
- Tekanan luaran (ECC) ialah satu Teknik untuk (**mengepam darah / membekalkan oksigen**) dari jantung secara manual.
- Teknik melakukan CPR bagi orang dewasa dan wanita adalah (**sama / berbeza**).

2. Padankan prinsip dan prosedur CPR dengan gambar yang diberi. [6 markah]

(a)		Lihat pergerakan dada mangsa, dengar bunyi pernafasan dan rasa hembusan nafas menggunakan pipi.
(b)		Periksa kadar nadi mangsa dan jika tiada, cari posisi pertemuan antara tulang rangka dengan cuaran xypoid (bahagian bawah tulang dada) dengan menggunakan jari telunjuk dan jari tengah. Letakkan tumit tapak tangan bersebelahan jari telunjuk. Letakkan tapak tangan kiri atas tapak tangan kanan dan kemaskan jari jemari antara tapak tangan. Luruskan kedua-dua lengan hingga paras bahu dengan mencondongkan badan ke hadapan. Lakukan 30 kali tekanan dengan kedalaman 5 cm dan tidak melebihi 6 cm pada kadar kelajuan 100-120 tekanan seminit. Ulang langkah 5 dan 6 sehingga mangsa sedar.
(c)		Pastikan persekitaran mangsa dalam keadaan selamat daripada sebarang ancaman bahaya seperti objek tajam, punca elektrik dan kawasan yang tidak stabil.
(d)		Picit hidung mangsa untuk menutup lubang hidung dengan ibu jari dan jari telunjuk semasa hembusan diberikan. Lakukan hembusan udara dari mulut ke mulut sambil perhatikan pergerakan dada mangsa. hembus satu saat bagi setiap hembusan dan periksa kadar nadi mangsa dalam masa 10 saat
(e)		Dekati mangsa dan periksa tindak balasnya. Tepuk bahu mangsa dengan kuat supaya dapat menyedarkannya. Jika mangsa tidak sedar, hubungi talian kecemasan
(f)		Baringkan mangsa yang cedera di atas permukaan yang rata dan keras. Melutut di sisi kepala mangsa. Keluarkan sebarang benda asing yang menghalang saluran pernafasan dan buka saluran pernafasan dengan mengangkat dagu dan dongakkan kepala mangsa.

