

Merawat Kecederaan Lebam dan Terseliuh

(buku teks muka surat 102 dan 103)

Nama : _____ Kelas : _____

Suaikan gambar dengan pernyataan yang betul.



Berhenti melakukan aktiviti



Rujuk pengamal perubatan seperti doctor rawatan lanjut



Tinggikan kawasan yang tercedera melebihi aras jantung



Rehatkan bahagian yang mengalami kecederaan bengkak atau terseliuh



Tuam sejuk menggunakan ais



Balut kawasan yang tercedera untuk mengenakan tekanan

Susun huruf berikut mengikut turutan cara bantu mula untuk merawat kecederaan lebam dan terseliuh.

R	C	P	R	I	E
Rest	Compress	Prevent	Refer	Ice	Elevation

