



Langkah efektif
untuk merawat

LECURAN

- ▶ Alirkan air sejuk di tempat yang melecur selama 10 minit!
- ▶ Jangan pecahkan kesan lepuh!
- ▶ Balutkan plastik bersih pada kesan lepuh!
- ▶ Hubungi talian kecemasan atau orang dewasa!



DIBAWAKAN KEPADA ANDA OLEH:

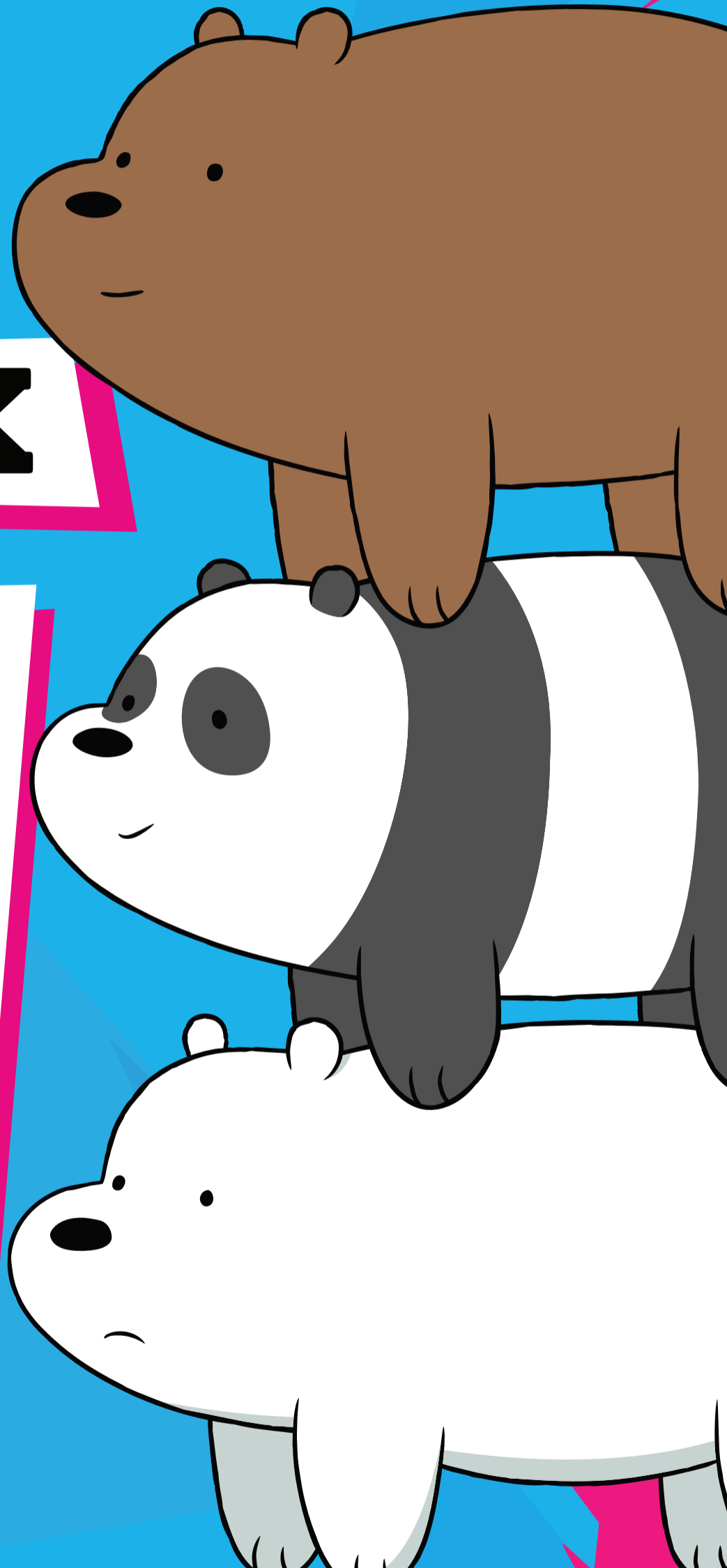
DENGAN KERJASAMA:



Bertindak segera
apabila seseorang

TERCEKIK

- ▶ Hubungi talian kecemasan atau orang dewasa!
- ▶ Gunakan teknik 5 & 5!
(Tepuk belakang 5 kali, tekan perut ke dalam dan ke atas 5 kali)
- ▶ Ulang sehingga makanan terkeluar!



DIBAWAKAN KEPADA ANDA OLEH:

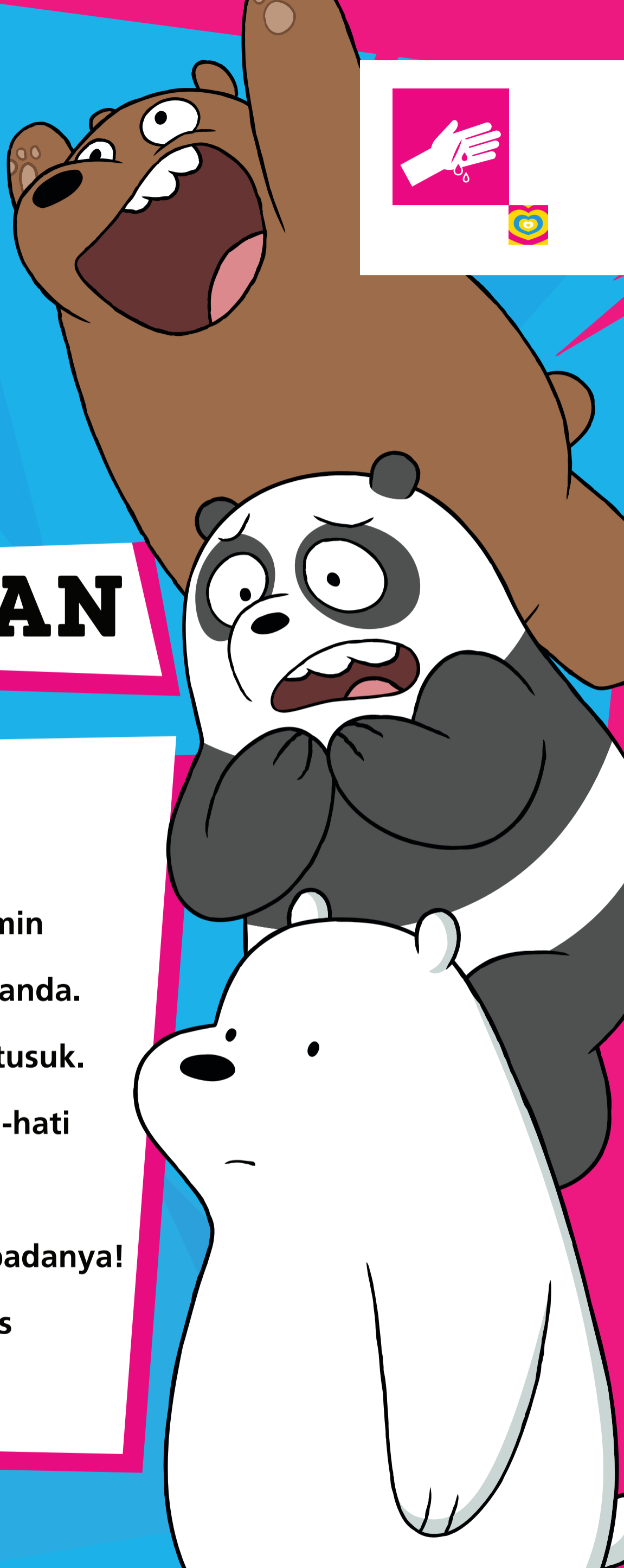
DENGAN KERJASAMA:



Bersedia
jika berlaku

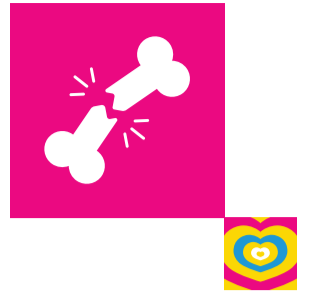
PENDARAHAN

- ▶ Hubungi talian kecemasan atau orang dewasa!
- ▶ Pastikan keselamatan anda terjamin sebelum membantu rakan-rakan anda.
- ▶ Jangan keluarkan objek yang tertusuk.
- ▶ Balut sekitar luka dengan berhati-hati supaya tidak terkena luka atau mengenakan sebarang tekanan padanya!
- ▶ Naikkan tempat yang luka ke atas jantung jika ia berdarah.



DIBAWAKAN KEPADA ANDA OLEH:

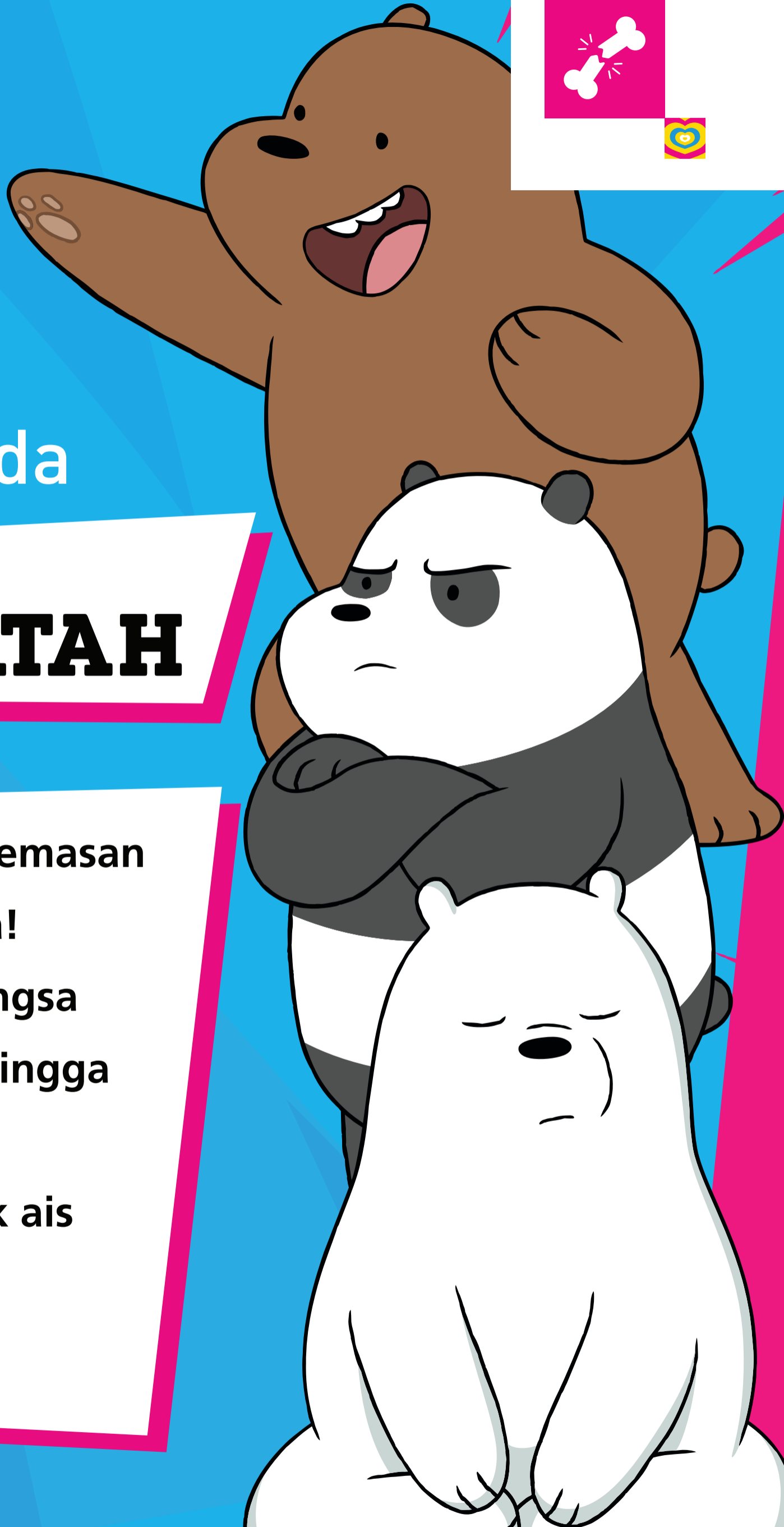
DENGAN KERJASAMA:



Bertenang
sekiranya ada

TULANG YANG PATAH

- ▶ Hubungi talian kecemasan atau orang dewasa!
- ▶ Jangan angkat mangsa yang tercedera sehingga bantuan tiba.
- ▶ Beri bantal dan pek ais untuk memastikan mangsa selesa.



DIBAWAKAN KEPADA ANDA OLEH:

DENGAN KERJASAMA: