



## การทำ CPR (ปฏิบัติการช่วยฟื้นคืนชีพ) โดยใช้มืออย่างเดียว

ถ้าคุณเห็นใครบางคนล้มหมดสติลง ให้ตรวจสอบว่าพื้นที่นั้นปลอดภัยสำหรับคุณที่จะเข้าไปเพื่อดำเนินการต่อไป...

1

ตบเบาๆ ที่ไหล่ของผู้ป่วยและร้องถามว่า "คุณเป็นอย่างไรบ้าง?"

2

ถ้าผู้ป่วยไม่ตอบสนอง ให้โทรไปที่ 911 โดยทันที

3

911 จะสอบถามที่อยู่ของคุณในทันที

\*หากคุณฟังไม่เข้าใจ ให้สอบถามล่ามที่พูดภาษาคุณ

4

จัดให้ผู้ป่วยนอนหงายราบบนพื้นผิวที่เรียบแข็ง

5

คุกเข่าลงข้างผู้ป่วย

6

วางมือข้างหนึ่งไว้ที่บริเวณตรงกลางของหน้าอก ระหว่างหัวนมทั้งสอง และวางมืออีกข้างทับลงไปทางด้านบนของมือข้างแรก ล็อคแขน กดมือลงอย่างหนักและรวดเร็ว (100-120 ครั้งต่อนาที) อย่างวางสายโทรศัพท์ ใหนักมือซาๆ อย่างต่อเนื่องจน

7

ล็อคแขน กดมือลงอย่างหนักและรวดเร็ว (100-120 ครั้งต่อนาที)

8

อย่าวางสายโทรศัพท์ ใหนักมือซาๆ อย่างต่อเนื่อง จนกว่าความช่วยเหลือจะมาถึง