



CPR (Hồi sức tim phổi) Chỉ Sử Dụng Tay

Nếu quý vị thấy có ai đó ngã xuống, hãy đảm bảo rằng khu vực này an toàn để quý vị bước vào và hãy làm theo các bước sau...

1

Vỗ vào vai người đó và hét lớn "Anh không sao chứ?"

2

Nếu người đó không có phản ứng gì, hãy gọi số 911 ngay lập tức.

3

Người điều vận 911 sẽ yêu cầu quý vị cho biết địa chỉ ngay lập tức.

** Nếu quý vị không hiểu người điều vận, hãy yêu cầu họ cung cấp phiên dịch phiên nói ngôn ngữ của quý vị*

4

Đặt người ngã xuống nằm ngửa trên một bề mặt cứng, phẳng.

5

Quỳ gối bên cạnh người đó

6

Đặt một tay lên giữa ngực, ngay giữa hai núm vú, và đặt tay còn lại chồng lên tay đó.

7

Để hai tay lồng khóa vào nhau, ấn mạnh xuống và nhanh (100 – 120 nhịp một phút).

8

Không gác điện thoại; tiếp tục ấn ngực cho đến khi trợ giúp đến.