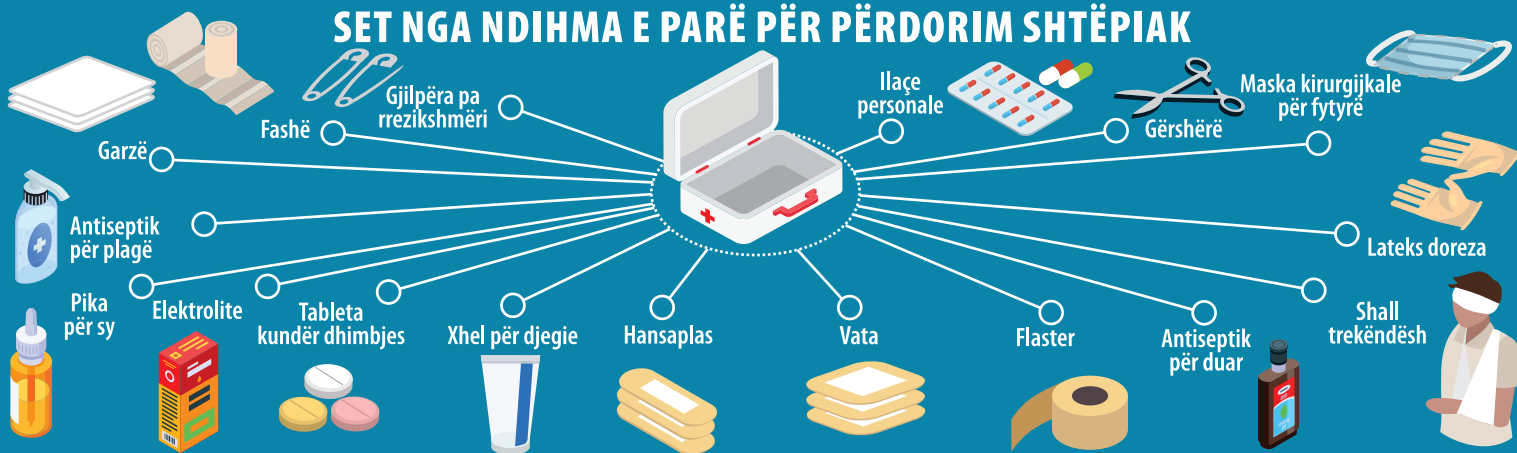


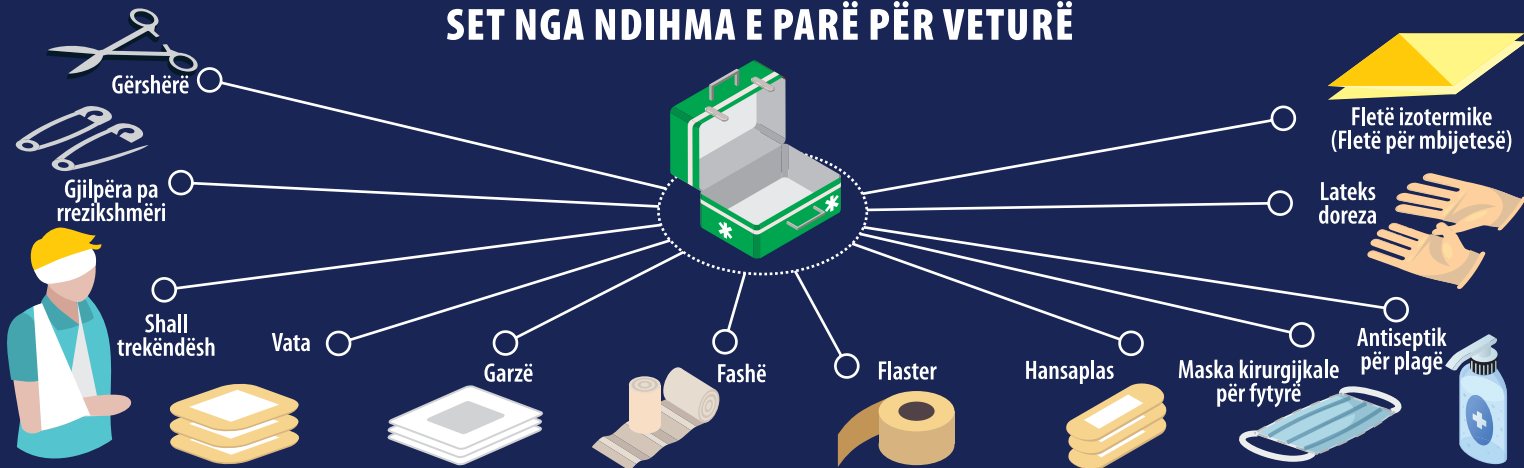


# NDIHMA E PARË SHPËTON JETË

## SET NGA NDIHMA E PARË PËR PËRDORIM SHTËPIAK



## SET NGA NDIHMA E PARË PËR VETURË



# NËSE I LËNDUARI...

I vetëdijshëm dhe nuk merr frymë:

- Kontrolloni nëse ka lëndime në trup



- Mjekoni lëndimet



Nuk është I vetëdijshëm, por merr frymë:

- Mjekoni lëndimet të cilat mund t'i rrezikojnë jetën



- Vendoseni në pozitë anësore



Nuk është i vetëdijshëm dhe nuk merr frymë:

- Shtrijeni në një sipërfaqe të fortë, anojeni kokën mbrapa



- Në çdo 30 shypje, jepni 2 frymë

- Kontrolloni që rrugët e frymëmarrjes të jenë të kalueshme

- Nëse nuk ka frymëmarrje, gjeni gjysmën e poshtme të ashtit të kraharorit

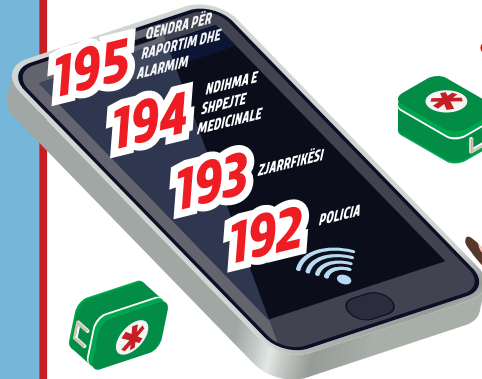


- Shtypni atje 4-5 cm thellë (tek të rriturit) me një frekuencë prej 100 herë në minutë

- Jepni dy frymë në gojë (hunda e mbyllur)

- Kontrolloni a ngritet dhe ulet kraharori

VAZHDONI DERI SA TË VIJË NDIHMJA OSE I LËNDUARI TË FILLUJË SPONTANISHT TË MERR FRYMË



## SI TË JIPNI NDIHMË TË PARË NË GJENDJE URGJENTE?

Qëndroni të qetë!

1

Bëni vlerësimin e gjendjes (kontrolloni nëse ekziston rrezik për jetën tuaj)

2

Sigurojeni hapësirën

3

Kontrollojeni të lënduarin

4

Kontrolloni a është i vetëdijshëm dhe a merr frymë

5

Nëse nuk merr frymë lajmëroni Ndihmën e shpejte medicinale në tel: 194

## GJATË GJAKDERDHJES SË FORTË (SHUMË)

1

Ngrini pjesën e gjakosur të trupit

2

Shtypni arterien që gjindet midis lëndimit dhe zemrës, në vend të arritshëm ose direkt në plagë në garzë sterile (përdorni doreza!)

3

Vendosni një fashë në plagë (garzë sterile, pastaj fashë ose shall trekëndësh)

4

Merrni masa për të parandaluar goditjen (shenjat e shokut janë lëkura e zbehtë, e ftohtë dhe ngjitesë, puls i dobët dhe frymëmarrje e shpejtë, shqetësim): shtrijeni personin e lënduar, ngrini këmbët dhe mbajeni ngrohtësinë e trupit (mbuloni të lënduarin)

## TRAJNIM NGA NDIHMJA E PARË PËR SHOFERË

- |                     |             |                            |
|---------------------|-------------|----------------------------|
| ● OKKK Kisella Vodë | 02 3211-417 | kiselavoda@redcross.org.mk |
| ● OKKK Karposh      | 02 3068-806 | karposh@redcross.org.mk    |
| ● OKKK Çair         | 02 2621-924 | cair@redcross.org.mk       |
| ● OKKK Gazi Babë    | 02 2529-153 | gazibaba@redcross.org.mk   |
| ● OKKK Qendër       | 02 3115-029 | centar@redcross.org.mk     |

## KRYQI I KUQ I QYTETIT TË SHKUPIT ORGANIZON TRAJNIM NGA NDIHMJA E PARË PËR ORGANIZATAT PUNUESË

- ☎ 02 3139-578
- ✉ skopje.infoc@redcross.org.mk
- @ skopje.katastrofi@redcross.org.mk