



کمک‌های اولیه



احیای قلبی و ریوی

CPR

و خفگی

بزرگسالان



Fatemeh-heidari1393@yahoo.com

مر احل انجام CPR بزرگسالان



انجام ۳۰ بار فشرده شدن قفسه سینه

بزرگسالان

فشرده شدن محکم

فشرده شدن سریع

عمق حداقل ۵ و حداکثر ۶ سانتیمتر

سرعت ۱۰۰-۱۲۰ بار در دقیقه



انجام ۲ بار تنفس کمکی

دادن سر به عقب و چانه بالا

گرفتن و بستن بینی با دست

انجام ۲ تنفس کمکی هر نفس ۱ ثانیه

تنفس کمکی باید موجب بالا آمدن قفسه سینه شود

هر نفس ۱ ثانیه



دست هاهم میتوانند نجات بخش باشند در زمانی که

به هر دلیل نخواهیم یا نتوانیم تنفس کمکی را برای

فرد اعمال کنیم تا زمان رسیدن نیروهای کمکی

مراحل انجام CPR فقط با دست

انجام فشردن قفسه سینه مداوم

فشردن محکم

فشردن سریع



بزرگسالان

عمق حداقل ۵ سانتیمتر

سرعت ۱۰۰-۱۲۰ بار در دقیقه



Fatemeh-heidari1393@yahoo.com

مراحل کمک به بزرگسالان هوشیار دچار انسداد راه هوایی



فشار ضربه‌ای به قسمت بالای شکم

انجام مانور هایملیخ

پشت بیمار قرار گرفته ✓

ویک دست را مشت کنید و در خط
عیانی شکم او بالاتر از ناف و زیر جناغ
سینه قرار دهید

مشت خود را با دست دیگر ✓

پوشانید سپس به سمت
درون و بالای شکم بیمار فشار
همراه با ضربه وارد نمایید



Fatemeh-heidari1393@yahoo.com