

NOTA EFEKTIF



BIJAK MEMILIH

ITEM DALAM PETI PERTOLONGAN CEMAS	
ITEM	KEGUNAAN
Kain anduh/ Kain pembalut pelbagai guna	• Membalut luka berdarah dan patah • Mengelak bahagian luka daripada menjadi bengkak dan membalut sendi yang terseliuh
Kain kasa pelbagai guna	• Menutup luka • Merawat luka, jika kain kasa disteril
Kapas	• Membersihkan luka • Menghentikan pendarahan
Plaster berubat atau pita pelekat	• Menutup luka terpotong yang kecil • Melekat balutan
Gunting kecil	Menggunting pembalut
Pin penyemat	Menyemat pembalut
Termometer klinikal	Mengukur suhu
Sarung tangan getah	Memastikan kebersihan tangan ketika merawat
Krim antiseptik	• Membersihkan luka, calar, melecur dan kesan bisa akibat gigitan haiwan • Membunuh kuman di bahagian luka
Pengepit	Mengeluarkan serpihan, menyepit kapas dan sebagainya
Buku panduan pertolongan cemas	Rujukan untuk maklumat yang tepat mengenai aplikasi pertolongan cemas

ASAS BANTU MULA

Rawatan atau bantuan awal yang diberikan kepada mangsa di tempat kejadian sebelum menerima rawatan selanjutnya

Tujuan bantu mula ialah ikhtiar untuk menstabilkan keadaan mangsa bagi mengurangkan kesakitan dan mengelakkan keadaan mangsa menjadi bertambah serius.

Kes	Cara
Rawatan luka kecil	• Cuci luka dengan air bersih • Bersihkan luka dengan antiseptik • Tutup luka dengan plaster berubat
Rawatan melecur dan terbakar	• Sejukkan kawasan yang cedera serta-merta di bawah aliran air bersih • Sapukan krim antiseptik pada bahagian melecur • Jangan tutup bahagian melecur atau terbakar
Rawatan terseliuh atau terkehel	• Hindari memasukkan sendi yang terkehel ke tempat asal • Sapukan krim analgesik • Ampu bahagian cedera untuk mengurangkan pergerakan
Rawatan kecederaan otot	• Letakkan pek ais segera yang dialas dengan kain atau tuala nipis ke bahagian yang cedera • Balut dengan kemas pada bahagian yang cedera