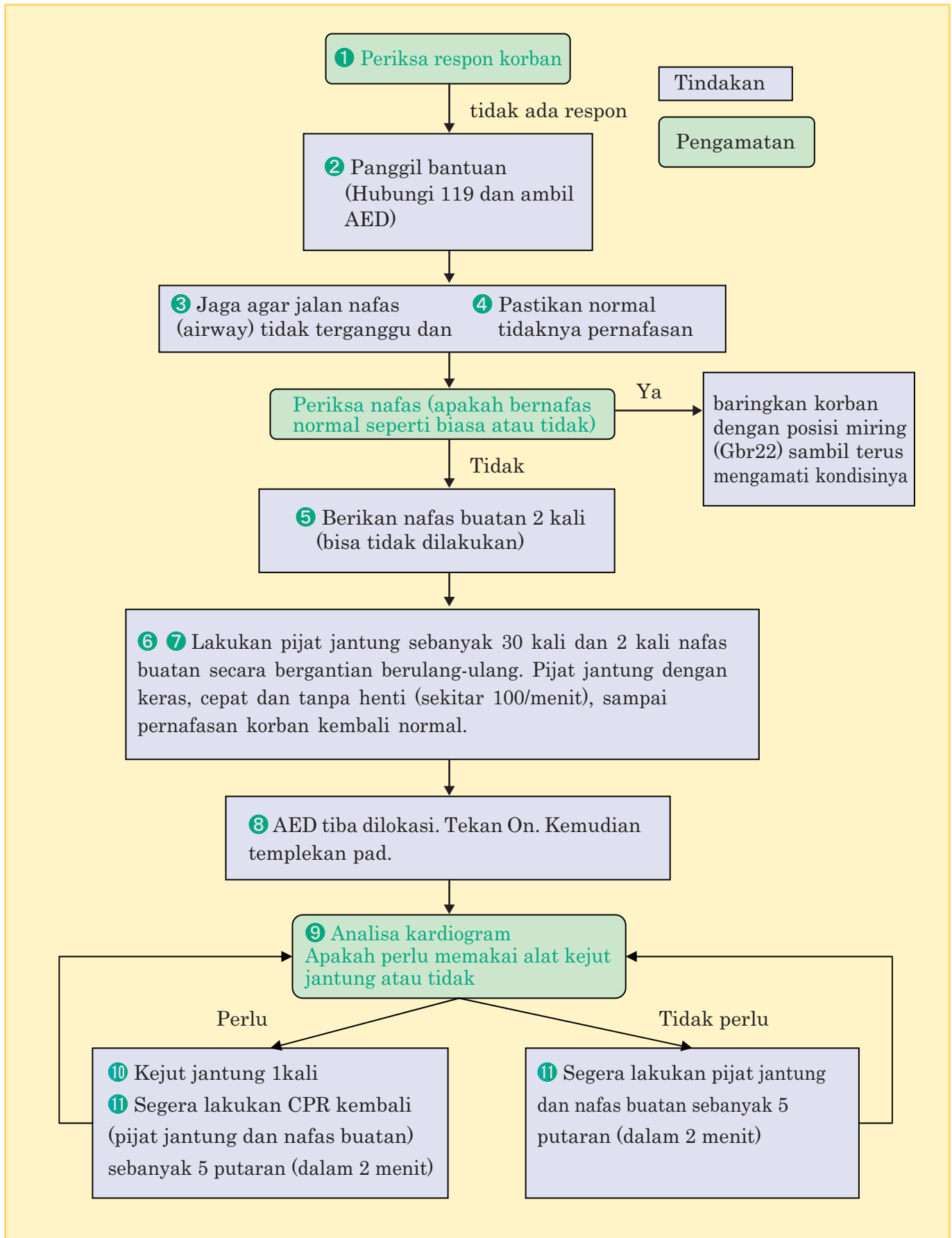


Pertolongan Pertama pada kondisi Gawat Darurat

I Prosedur Pertolongan Pertama pada kondisi Gawat Darurat (CPR dan penggunaan AED)



II Urut-urutan Tindakan Pertolongan Pertama pada Gawat Darurat (Urutan CPR dan penggunaan AED)

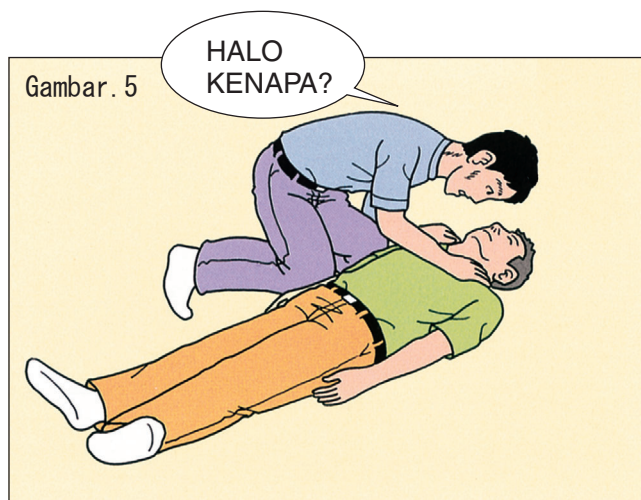
1 Urutan CPR

1 Periksa respon / kesadaran korban

- Tepuk pundak korban sambil memanggil atau bertanya pada korban dengan suara lantang di dekat telinganya. Lakukan sambil mengamati ada tidaknya respon dari korban.

Penting

- Bila korban tidak menunjukkan respon terhadap panggilan Anda seperti tidak membuka mata atau tidak menjawab, bisa disimpulkan "Tidak ada respon/korban tidak sadar."
- Bila ada respon (korban sadar), tanya kondisi korban dan lakukan tindakan yang diperlukan.



Gambar. 5

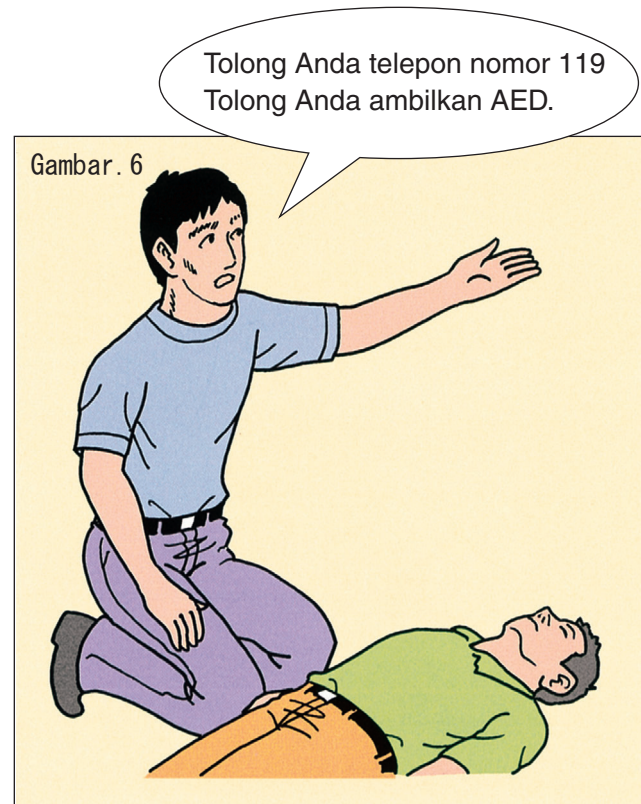
Periksa ada tidaknya respon

2 Panggil bantuan

- Bila tidak ada respon, minta bantuan ke orang-orang sekitar dengan berteriak "Tolong ! Ada yang pingsan !"
- Bila tenaga bantuan datang, minta untuk menghubungi 119, dan minta yang lain untuk membawa AED.

Penting

- Bila bantuan hanya satu orang atau tidak ada bantuan, sebelum melakukan tindakan berikutnya, hubungi 119 terlebih dahulu.



Gambar. 6

Hubungi 119 dan ambilkan AED

3 Pastikan jalan pernafasan bebas (tengadahkan wajah korban dengan cara mengangkat dagunya)

Lebarkan bagian dalam tenggorokan korban untuk mempermudah lewatnya udara ke paru-paru. (bebaskan jalan nafas/airway)

- Letakkan sebelah tangan ke dahi korban, letakkan jari telunjuk dan jari tengah tangan lain Anda ke dagu korban (tulang dagu) kemudian dorong kepala korban ke arah belakang dan arahkan posisi ujung dagu mendongak ke atas.

Penting

- Jangan menekan keras dagu bawah yang lunak dengan jari.



Gambar . 7

Tengadahkan wajah korban dengan cara mengarahkan tulang dagu ke atas

4 Periksa normal tidaknya pernafasan korban

Periksa apakah korban bernafas dengan normal (bernafas seperti biasanya) atau tidak.

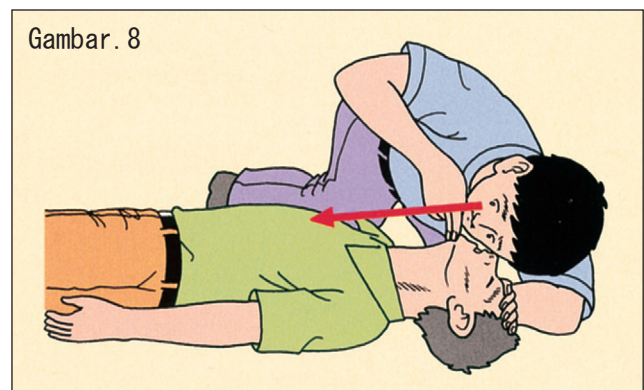
- Dalam posisi yang sama seperti membebaskan jalan nafas korban, dekatkan dahi Anda ke daerah mulut dan hidung korban dengan pandangan mata ke arah dada korban.
- Dalam 10 detik Anda bisa ① melihat pergerakan naik turunnya bagian dada dan perut, ② mendengar nafas ③ dengan pipi merasakan nafas korban.

Penting

Bila korban dalam salah satu dari kondisi seperti berikut di bawah ini berarti bisa disimpulkan tidak bernafas dengan normal.

- Tidak ada pergerakan pada dada dan perut, suara nafas juga tidak terdengar, tidak ada desahan nafas.
- Tidak mengerti kondisi pernafasan meski telah memeriksa selama 10 detik.
- Bila nafas korban terputus-putus dan seperti orang menangis.

Sesaat sesudah jantung berhenti, nafas menjadi terputus-putus dan korban terdengar seperti menangis tersedu. Nafas seperti itu disebut nafas menjelang kematian (sekarat). Dan itu bukan nafas yang normal.



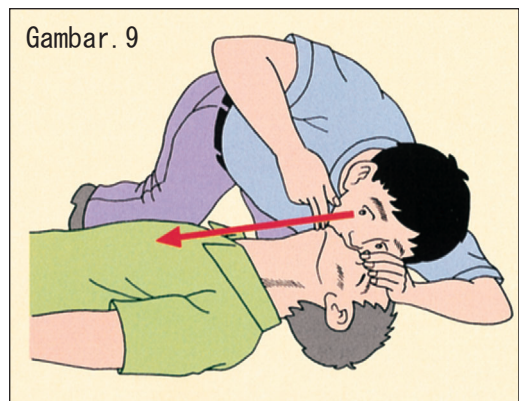
Gambar . 8

Pastikan "melihat, mendengar, dan, merasakan"

5 Nafas buatan (nafas buatan dari mulut ke mulut)

Bila pernafasan tidak normal (nafas tidak seperti biasa), berikan nafas bantuan buatan dari mulut ke mulut.

- Tetap dalam kondisi seperti memperlancar jalan nafas, tekan hidung korban dengan ibu jari dan jari telunjuk dari tangan yang semula Anda letakkan di dahi korban.
- Buka mulut Anda lebar-lebar dan tempelkan ke mulut korban. Jaga agar nafas Anda tidak terbuang, dan berikan nafas bantuan selama 1 detik. Pastikan dada korban mengembang.
- Jauhkan mulut Anda sesaat dari korban dan berikan nafas buatan sekali lagi.

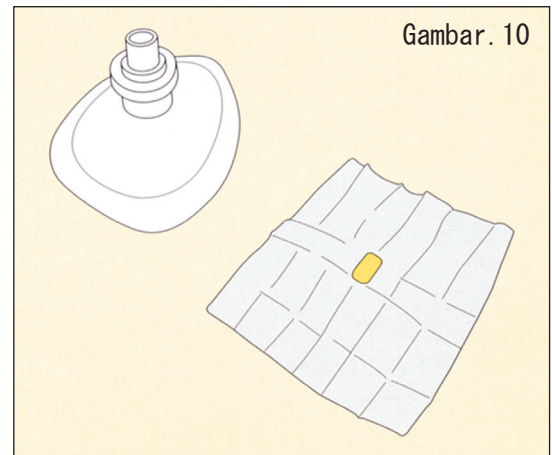


Gambar . 9

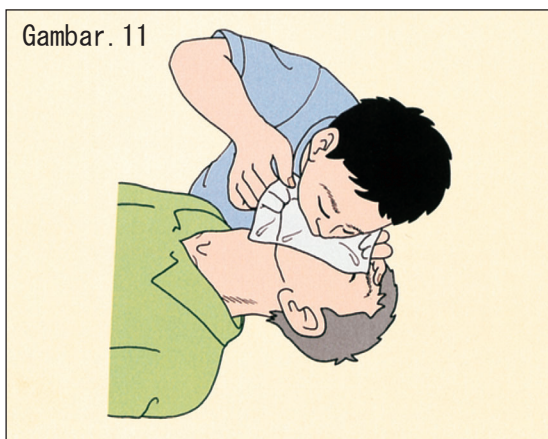
Pemastian ada tidaknya pergerakan naik turunnya dada korban

Penting

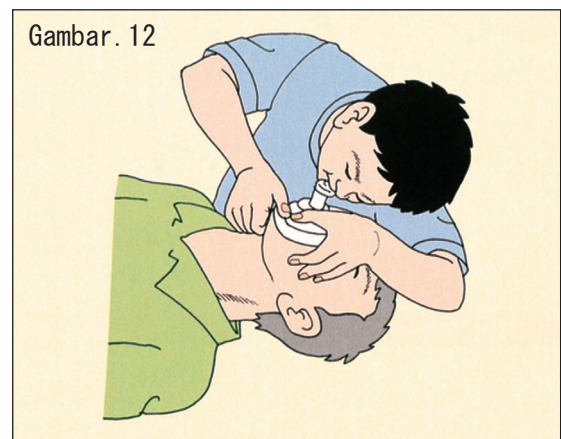
- Bila dalam pemberian nafas buatan pertama, dada korban tidak mengembang, bebaskan jalan nafas sekali lagi dan berikan nafas buatan kembali. Meski dada tidak mengembang dengan baik pun, lakukan nafas buatan sebanyak 2 kali dan setelah itu lanjutkan dengan pijat jantung.
- Akan sangat berguna bila membawa alat anti kuman sederhana yang mencegah penularan penyakit (alat pencegahan penularan/anti kuman dengan satu katup atau masker khusus pemberian nafas buatan.)
- Bila bingung apakah memberikan bantuan pernafasan atau tidak karena korban mengalami pendarahan, atau tidak membawa alat pencegah penularan, Anda bisa langsung melakukan pijat jantung tanpa pemberian nafas buatan.



Alat pencegahan penularan yang sederhana



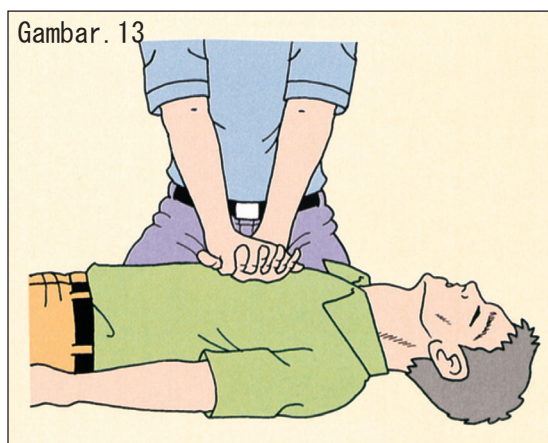
Lembar pencegahan penularan dengan katup satu arah



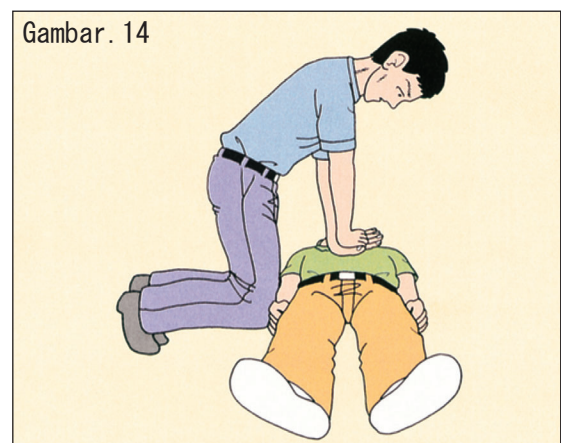
Masker bantuan pernafasan dengan Katup satu arah

6 Penekanan tulang dada (Pijat jantung)

Bila telah melakukan 2 kali nafas buatan, atau melewati bagian tersebut, segera lakukan pijat jantung untuk memperlancar peredaran darah seluruh tubuh korban.



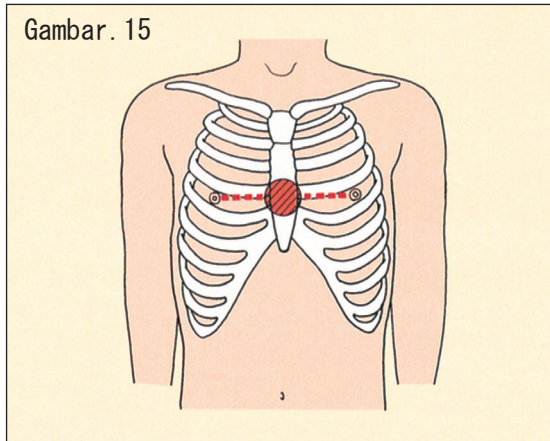
Penekanan pada tulang dada (Pijat jantung)



Posisi tubuh saat memberikan pijat jantung

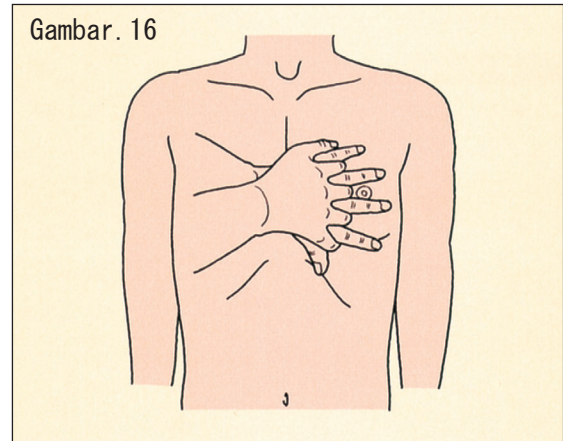
● Dalam keadaan tangan ditumpuk jadi satu, tekan bagian tengah dada dengan **kencang, cepat dan tanpa henti**.

- Letakkan telapak sebelah tangan Anda ke bagian tengah dada (tepat di tengah garis lurus yang menghubungkan puting dada kiri dan kanan) korban.
- Tumpuk tangan yang satu di atas tangan tersebut. (tekanan akan lebih maksimal bila jari-jari kedua tangan saling terkait)



Gambar . 15

Letak pijat jantung



Gambar . 16

Cara meletakkan kedua tangan

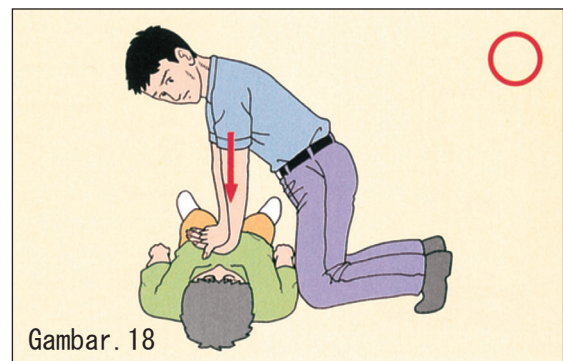
- Posisi lutut lurus, pindahkan beban tubuh ke tangan, dan tekan kuat dada korban hingga tertekan 4-5cm ke dalam.
- Berikan tekanan sebanyak 30 kali tanpa henti dengan kecepatan 100 kali per menit.
- Diantara tekanan satu dan berikutnya (saat tekanan berkurang) lepaskan tekanan hingga posisi dada korban kembali normal.



Gambar . 17

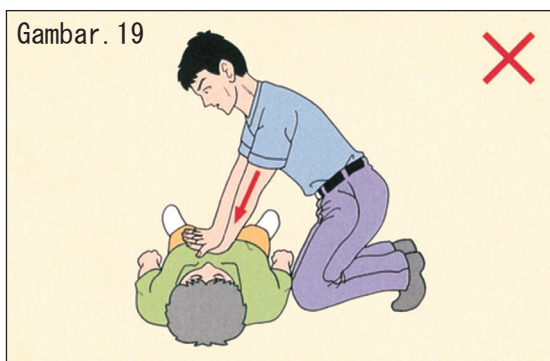
tekan dengan bagian ini (pangkal pergelangan tangan)

Cara mengkaitkan kedua tangan dan bagian menambahkan daya tekan



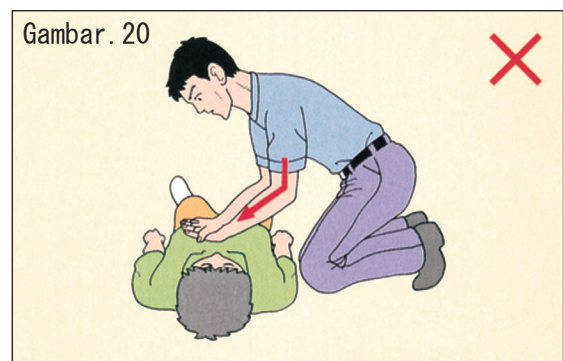
Gambar . 18

Lakukan pijat jantung dengan posisi lengan tegak lurus



Gambar . 19

Jangan melakukan pijat jantung dengan posisi lengan miring



Gambar . 20

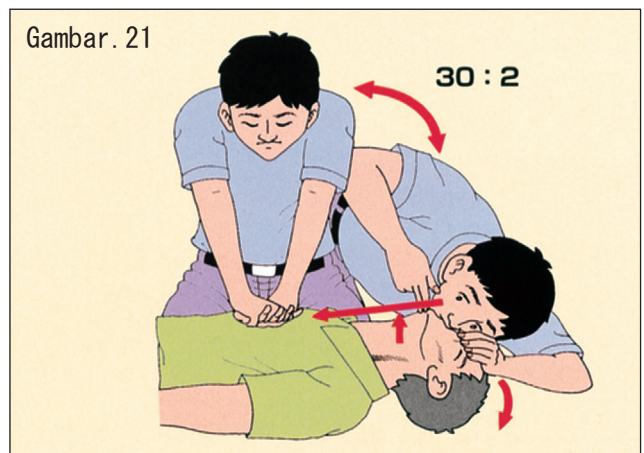
Jangan melakukan pijat jantung dengan menekuk lutut

7 Pelaksanaan CPR (kombinasi pijat jantung dan nafas buatan)

- Sesudah melakukan pijat jantung sebanyak 30 kali, berikan nafas buatan sebanyak 2 kali.
- Lakukan pijat jantung dan nafas buatan secara bergantian (30 : 2 kali) terus menerus tanpa henti hingga ditangani pihak medis.

Penting

- Karena cukup menyita tenaga, bila penolong 2 orang atau lebih, lakukan pergantian setiap 2 menit (5 siklus). Penting untuk terus melakukan CPR tanpa henti.
- Hentikan CPR (pijat jantung dan nafas buatan) bila, ① korban merintih dan mulai bernafas normal ② saat petugas medis datang menggantikan pemberian pijat jantung dan nafas buatan (Tetap lakukan CPR, jangan hentikan dengan terburu-buru meski petugas medis datang. Ikuti instruksi petugas medis.)



Kombinasi pijat jantung dan nafas buatan

☆ 30 kali Pijat jantung

- Tekan bagian tengah dada (di tengah-tengah antara puting dada kiri dan kanan)
- Lakukan dengan kuat (hingga dada tertekan 4-5cm ke dalam)
- Tekan cepat (dengan tempo menekan 100 kali dalam 1 menit)
- Tanpa henti (terus menerus sebanyak 30 kali)
- Kurangi tenaga sebelum memberikan tekanan berikutnya (tanpa melepaskan tangan dari dada)

☆ 2 kali nafas buatan

(Ada kalanya tidak dilakukan)

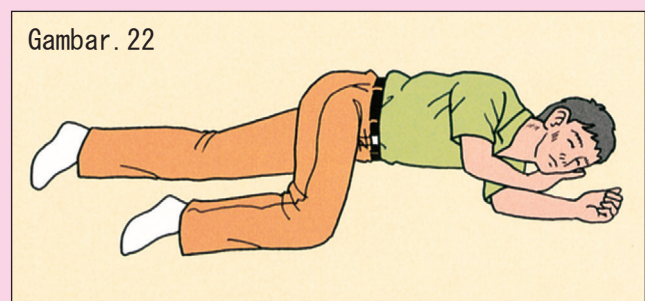
- Berikan nafas dari mulut lewat mulut sambil menutup hidung korban
- Lakukan hingga dada korban terlihat mengembang
- Berikan 1 kali nafas buatan dalam 1 detik
- Berikan 2 kali nafas buatan

Penting

Bila tidak ada respon namun nafas dalam kondisi normal

Posisi tubuh miring

- Bila tidak ada respon namun nafas normal (bernafas seperti biasa) terus bebaskan jalan pernafasan dan tunggu hingga tim paramedis tiba. Bila korban tidak bisa bernafas karena muntahan yang menghambat nafas dan lain-lain atau harus meninggalkan korban sendirian, baringkan korban dalam posisi miring (gbr 22).
- Daggu bawah mengarah ke luar, punggung tangan atas menopang wajah korban. Kemudian tekuk lutut kaki atas kurang lebih 90 derajat, dan jaga supaya korban tidak jatuh terlentang ke belakang.



Posisi tubuh miring

2 Urutan penggunaan AED

- Bila AED tiba di tengah-tengah pelaksanaan CPR, segera mulai persiapan penggunaan AED.
- Ada beberapa macam AED, namun semuanya digunakan dengan urutan yang sama. AED dilengkapi dengan pesan suara dan lampu. Anda akan dibimbing oleh pesan suara AED karena itu lakukan sesuai yang diminta dan lakukan dengan tenang.

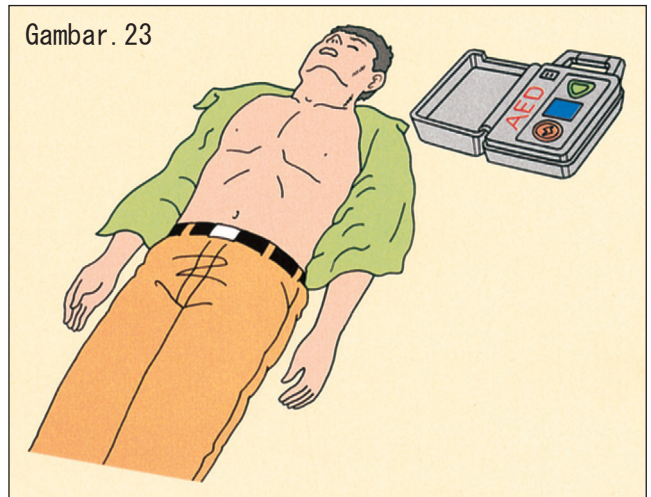
Tambahan

AED dibuat untuk usia 8 tahun ke atas, namun balita (usia 1 hingga 8 tahun) pun bisa menggunakan AED. Alat ini tidak bisa digunakan untuk bayi berusia kurang 1 tahun.

8 Kedatangan AED dan Persiapan pemakaian

- ① Letakkan AED di samping korban
 - Letakkan AED di samping kepala korban. Keluarkan dari kotak pembungkus.

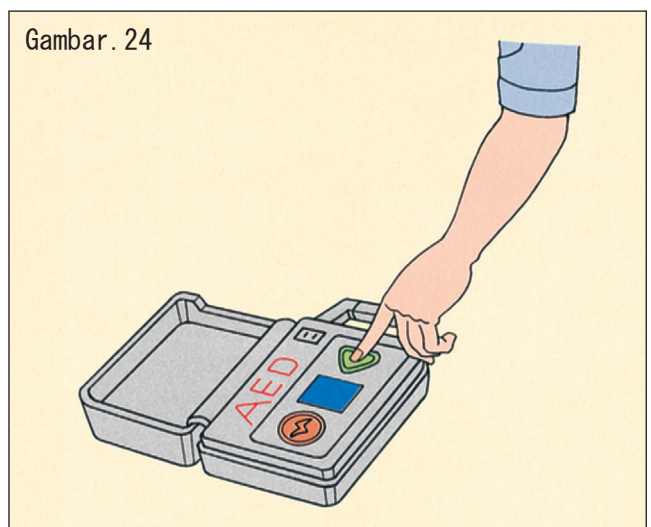
Gambar. 23



Tempat peletakan AED

- ② Nyalakan AED
 - Buka tutup AED, dan tekan tombol ON. Ada juga AED yang menyala otomatis begitu tutupnya dibuka.
 - Setelah AED menyala, operasikan AED sesuai dengan pesan suara dan lampu.

Gambar. 24



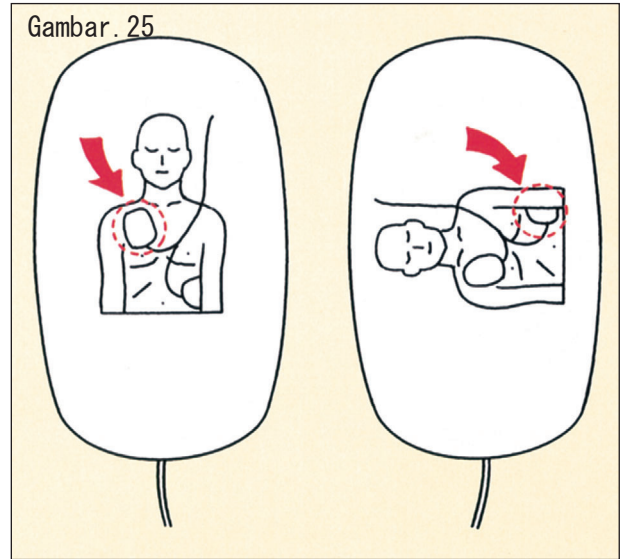
Nyalakan AED

③ Tempelkan electrode pad

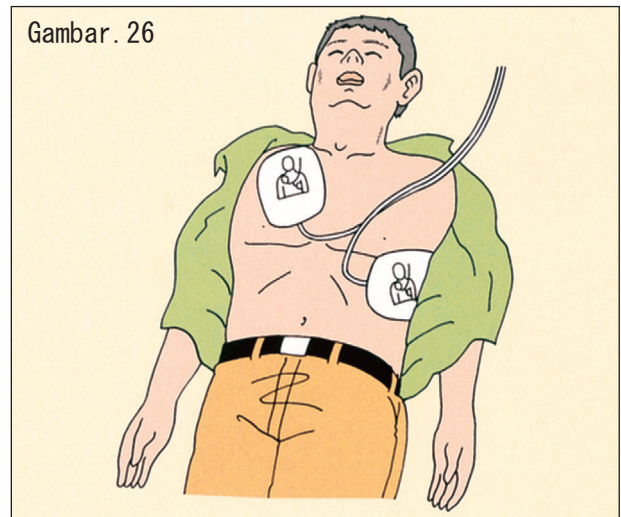
- Lepaskan baju korban, terutama bagian dada.
- Buka kemasan pad, lepaskan perekat dan tempelkan bagian yang lengket ke dada korban (tempelkan bagian yang berperekat sesuai petunjuk yang ada di pad).
- Ada juga AED yang kabel pad nya harus disambungkan ke AED (tempat sambungan akan berkedip).

Penting

- Letakkan pad di dada kanan (tulang dada kanan tepatnya di bawah tulang selangka kanan) dan dada bagian kiri (5-8 cm di bawah ketiak) Pada saat menempelkan pad pun sebisa mungkin terus lakukan pijat jantung.
- Tempelkan pad ke kulit dengan erat dan tanpa ada sela. Jangan menempelkan pad di atas aksesoris dan lain-lain.
- Ada 2 jenis pad yakni untuk orang dewasa dan anak-anak. Tapi jangan gunakan pad anak-anak untuk orang dewasa.



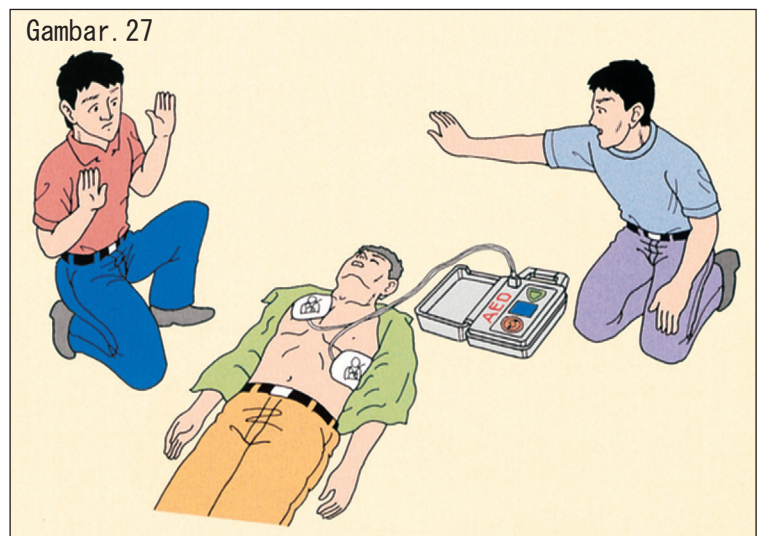
Pad elektroda



Posisi penempelan pad

9 Analisa Kardiogram

- Begitu pad ditempelkan, AED akan bersuara "Jangan menyentuh tubuh korban" dan instruksi lainnya. Analisa kardiogram berjalan secara otomatis. Saat seperti itu peringatkan orang-orang untuk tidak menyentuh tubuh korban.
- Ada juga mesin yang untuk memulai proses analisa kardiogram, harus menekan tombol terlebih dahulu sesuai instruksi yang dikeluarkan oleh mesin AED.

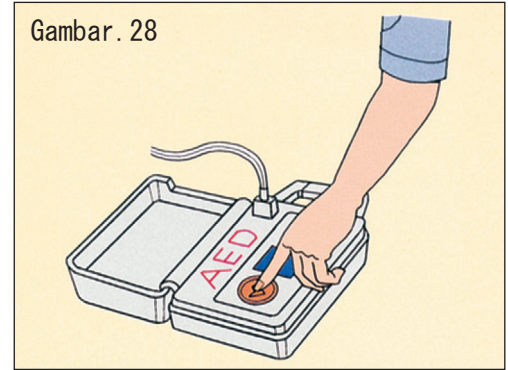


Jauhi korban sesuai instruksi saat AED melakukan analisa kardiogram

10 Kejut jantung / Defibrilasi

- Bila AED menyatakan perlu kejut jantung, maka akan ada instruksi "Perlu kejut jantung", dan AED akan melakukan pengisian listrik secara otomatis. Untuk pengisian perlu beberapa detik.
- Bila pengisian selesai, akan ada instruksi "Tekan tombol kejut jantung". Dan tombol kejut jantung menyala lalu akan ada bunyi yang menandakan pengisian listrik sudah selesai.
- Bila pengisian listrik selesai, akan ada instruksi "Akan dilakukan kejut Jantung. Semua menjauh." Tekan tombol kejut jantung setelah memastikan tidak ada yang menyentuh korban.

Gambar . 28



Tekan tombol pengoperasian kejut jantung

Penting

- Sebelum menekan tombol kejut jantung, pastikan Anda menjauh dari korban dan tidak ada orang lain yang menyentuh korban.
- Saat dilakukan kejut jantung, otot lengan dan seluruh tubuh korban akan bergerak seperti kejang.

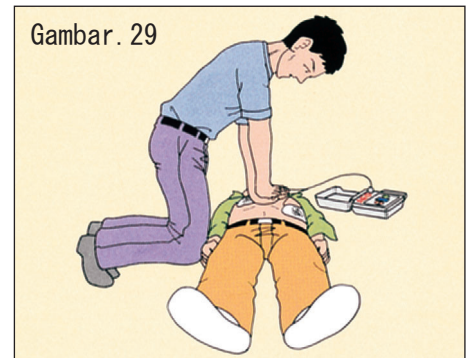
11 Kembali lakukan pijat jantung

- Begitu selesai melakukan kejut jantung, akan ada instruksi "Mulai lakukan pijat jantung lagi segera." Karena itu segera lakukan sesuai instruksi AED. Lakukan pijat jantung 30 kali dan nafas buatan 2 kali.

Penting

- Lakukan pijat jantung dan nafas bantuan terus menerus tanpa henti meski menggunakan AED, kecuali dalam kondisi yang tidak memungkinkan seperti saat dilakukannya analisa kardiogram dan kejut jantung dengan AED.

Gambar . 29



Segera kembali lakukan pijat jantung

12 Urutan AED dan pengulangan pijat jantung

- Setelah Anda melakukan pijat jantung selama 2 menit (5 siklus kombinasi dari 30 kali pijat jantung dan 2 kali nafas buatan), AED secara otomatis akan melakukan analisa kardiogram kembali. Lepaskan tangan Anda dari korban dan minta orang lain menjauhi korban sesuai instruksi AED.
- Selanjutnya ulangi proses 9 analisa kardiogram, 10 kejut jantung, dan 11 pijat jantung setiap 2 menit sekali.

Tambahan

● Hentikan pijat jantung bila

① Tim medis datang menggantikan Anda

Sampaikan kepada tim medis tentang kondisi korban, penanganan yang sudah dilakukan (pijat jantung), berapa kali kejut jantung dengan AED dilakukan dan lain-lain. AED secara otomatis menyimpan data hasil analisa kardiogram, jumlah kejut jantung yang diberikan dan lain-lain.

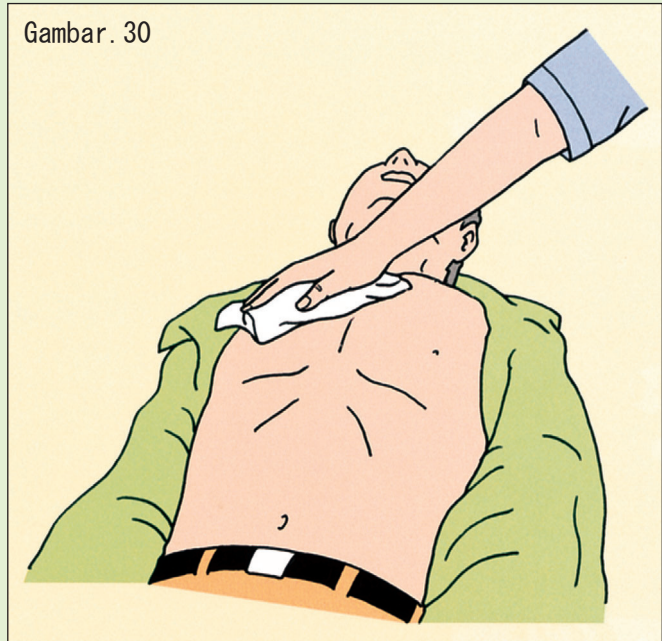
② Korban bergerak, mengerang atau nafas menjadi normal. Tapi karena ada kemungkinan perlu membebaskan jalan nafas, tunggu kedatangan tim medis sambil terus memantau kondisi korban dengan seksama. Biarkan kondisi pad AED tetap on dan menempel di dada korban.

Kalau kondisi seperti ini bagaimana?

① Saat menempelkan pad

- Dada korban basah
Bila basah, tempelkan pad setelah mengeringkan bagian yang basah dengan handuk.

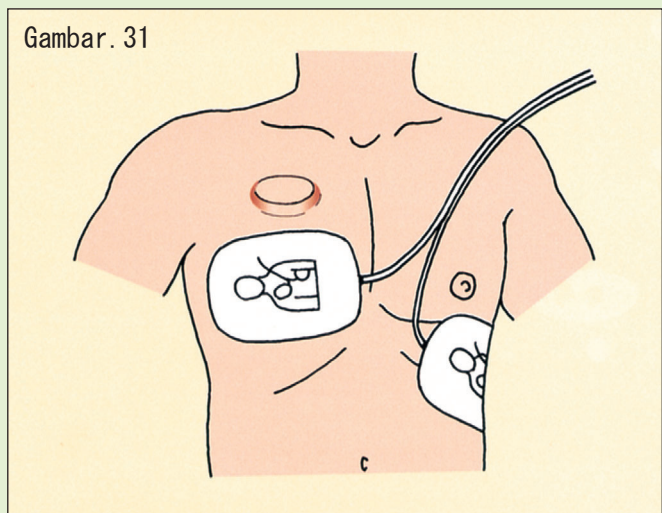
Gambar . 30



Keringkan dada korban yang basah

- Di dada pasien ada obat yang menempel yang mengganggu penempelan pad
Obat yang ditempelkan umumnya adalah nitroglycerin atau obat asma. Bila ada pada dada korban, lepaskan dan tempelkan pad setelah membersihkan bagian yang tertempel obat tersebut.
- Di tubuh korban terpasang pacemaker (alat pacu jantung) atau Implantable Cardioverter Defibrillator (ICD)
Kulit dada korban menyembul dan saat menyentuh bagian itu bisa diketahui kalau dibawahnya ada benda keras. Bila terdapat tonjolan pacemaker atau ICD pada posisi yang akan ditemplei pad, tempelkan pad 3 cm terpisah dari daerah yang menonjol itu.

Gambar . 31



Bila di dada korban ada pacemaker dan lain-lain

- **Bulu dada korban lebat**

Bila dada korban lebat sehingga mengakibatkan pad tidak menempel dengan erat, akan muncul peringatan "Tempelkan dengan erat." Atau "Tidak menempel dengan baik" dan lain-lain. Saat seperti itu tempelkan pad dengan sekuat mungkin atau lepaskan perekat pad dan tempelkan ke bulu dada untuk membersihkan bulu dada. Lalu ambil dan tempelkan pad cadangan yang ada.

② Bila tidak perlu kejut jantung

Bila sesudah analisa kardiogram muncul instruksi seperti "Tidak perlu kejut jantung. Segera lakukan pijat jantung.", berarti detak jantungnya tidak bisa dinormalkan dengan AED. Untuk itu segera mulai pijat jantung seperti instruksi. Lakukan 30 kali pijat jantung dan 2 kali nafas buatan.

Setelah pijat jantung berlangsung 2 menit (5 siklus), AED secara otomatis akan melakukan analisa kardiogram kembali. Lakukan sesuai instruksi.

③ Bila urutan instruksi AED dan manual ini berbeda

©Ada juga AED yang urutan instruksinya berbeda dengan urutan manual ini. Saat seperti itu lakukan sesuai instruksi AED tersebut.

Jenis AED yang baru sesuai dengan urutan dari manual ini. Dengan kata lain urutannya adalah analisa kardiogram, bila memang perlu akan muncul instruksi untuk melakukan kejut jantung satu kali, lalu pijat jantung dan nafas buatan (setiap 2 menit akan dilakukan analisa kardiogram).

Namun jenis AED yang telah beredar terlebih dahulu ada yang urutannya berbeda dengan manual ini. Urutannya adalah analisa kardiogram, bila memang perlu akan muncul instruksi untuk melakukan kejut jantung. Kemudian analisa dan kejut jantung diulang kembali. Kejut jantung bisa dilakukan maksimal 3 kali. (Sesudah itu beralih ke pijat jantung dan nafas buatan)

Jenis AED terbaru akan banyak digunakan mulai dari sekarang. Namun bila ternyata yang digunakan adalah AED jenis lama, lakukan kejut jantung sesuai instruksi suara dan nyala lampu. AED jenis lama pun berfungsi baik untuk kejut jantung. Meskipun ada perbedaan urutan antara AED dan manual ini namun yang penting adalah lakukan kejut jantung sesuai instruksi AED tersebut.

Cara menghentikan pendarahan

Secara umum bila cairan darah di dalam tubuh berkurang dengan cepat sebanyak 20%, maka tubuh akan mengalami shock. Sedangkan bila cairan darah berkurang sebanyak 30%, akan membahayakan keselamatan jiwa. Oleh karena itu, semakin hebat pendarahan yang terjadi, perlu dilakukan tindakan untuk menghentikan pendarahan dengan segera. Dasar dari cara menghentikan pendarahan adalah dengan cara memberikan tekanan langsung pada bagian yang mengalami pendarahan.

Cara menghentikan pendarahan dengan tekanan langsung

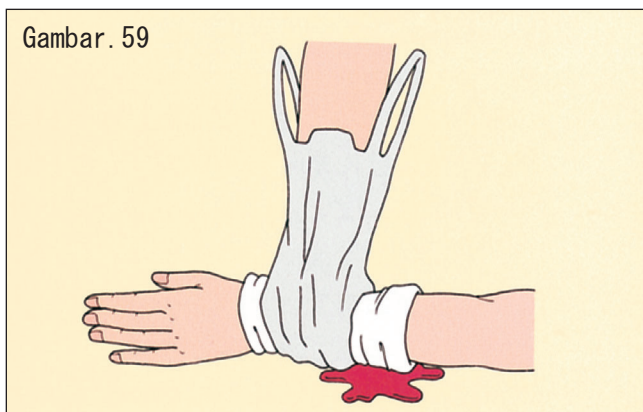
1 Memastikan letak terjadinya pendarahan

2 Menekan bagian yang mengalami pendarahan

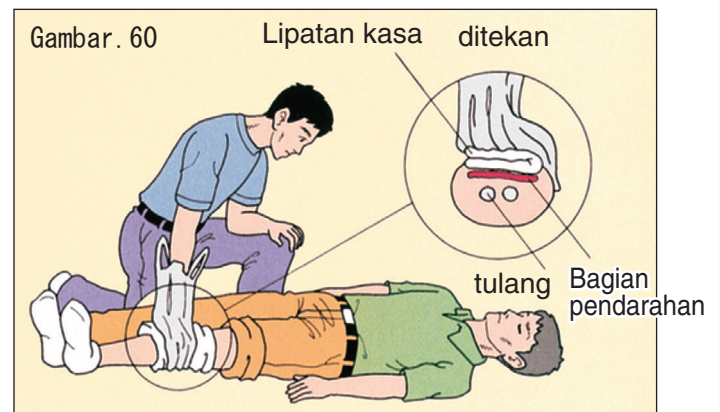
- Menempelkan kasa bersih yang ditumpuk dengan handuk dan sapu tangan pada mulut luka, kemudian menekan atasnya dengan tangan.
- Pada saat pendarahan tidak berhenti meskipun telah ditekan dengan satu tangan karena pendarahan terlalu hebat, maka penekanan dilakukan dengan kedua tangan sekuat mungkin.

Penting

- Pada saat melakukan tindakan untuk menghentikan pendarahan, pakailah kantong plastik atau sarung tangan plastik supaya tidak bersentuhan langsung dengan cairan darah dan mencegah penularan penyakit.
- Jangan menghentikan pendarahan dengan tali kecil atau kawat karena akan merusak syaraf dan jaringan daging.
- Bila sampai darah merembes keluar hal itu karena letak bagian yang ditekan bergeser dari bagian yang mengalami pendarahan atau karena tekanan kurang kuat.



Cara menghentikan pendarahan dengan memakai kantong plastik, dll.



Cara menghentikan pendarahan dengan menekan langsung

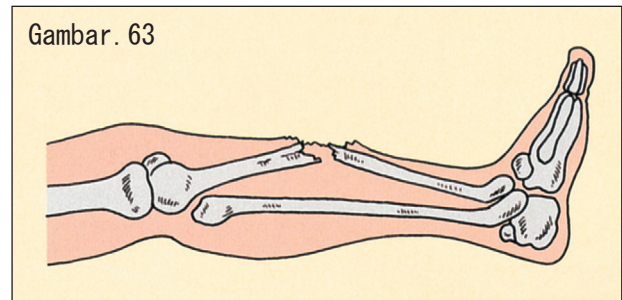
Tindakan darurat terhadap patah tulang

1 Memastikan letak

- Menanyakan bagian mana yang sakit.
- Bila memungkinkan memastikan juga apakah bagian yang sakit mengalami perubahan bentuk atau mengalami pendarahan.

Penting

- Pada saat memastikan, bagian yang sakit tidak boleh digerakkan.
- Gejala patah tulang (sakit yang luar biasa dan timbul pembengkakan, tidak bisa bergerak. Ada perubahan bentuk. Tulang keluar)
- Bila curiga akan adanya patah tulang, maka tindakan pertolongan yang dilakukan seperti pada kasus patah tulang.

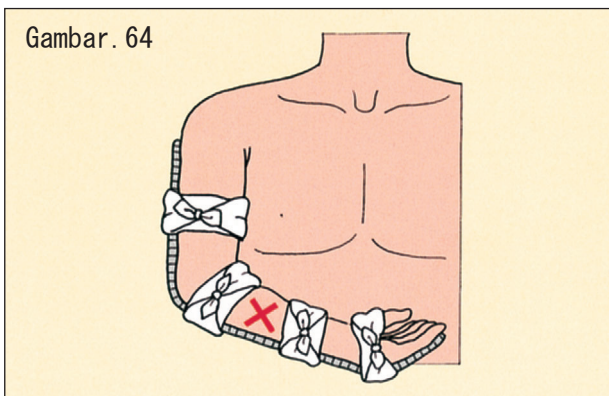


Gambar . 63

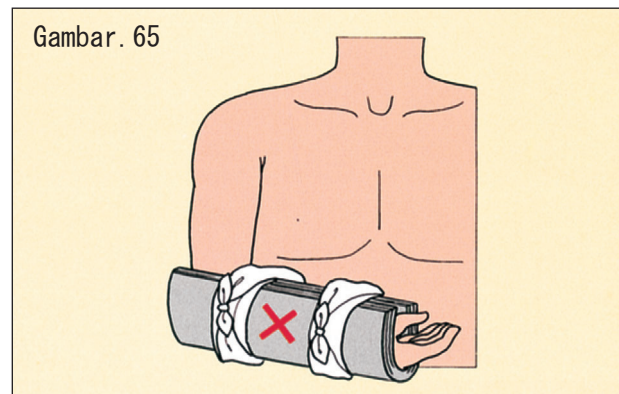
Patah Tulang

2 Pembidaian

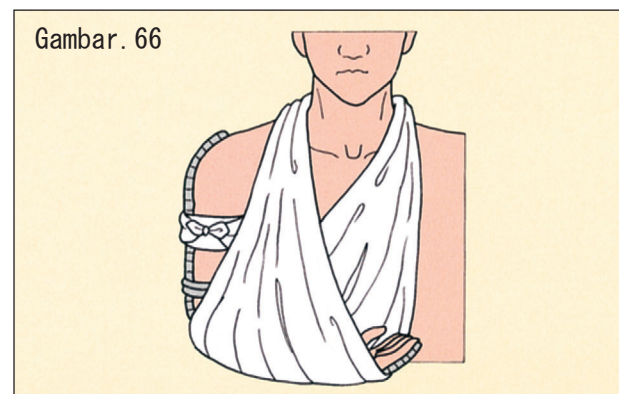
- Bila terjadi pembengkokan, jangan dipaksa untuk dikembalikan ke bentuk asal.
- Bila ada yang membantu, mintalah untuk menahan bagian yang patah tulang.
- Bila si korban bisa menahan bagian yang luka, mintalah dia untuk menahan sendiri.
- Menempelkan kayu penahan.
- Membalut dengan kain segitiga supaya bagian yang terluka tidak bergeser posisinya.



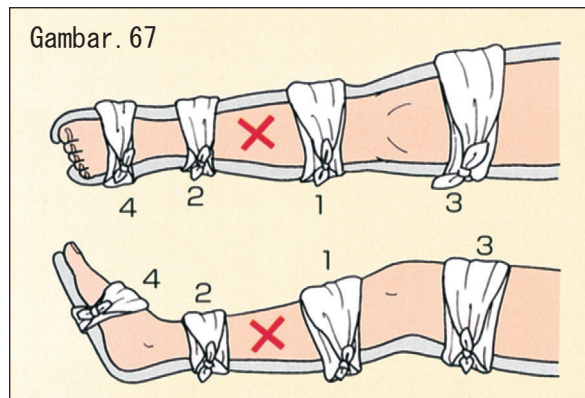
Pembidaian lengan



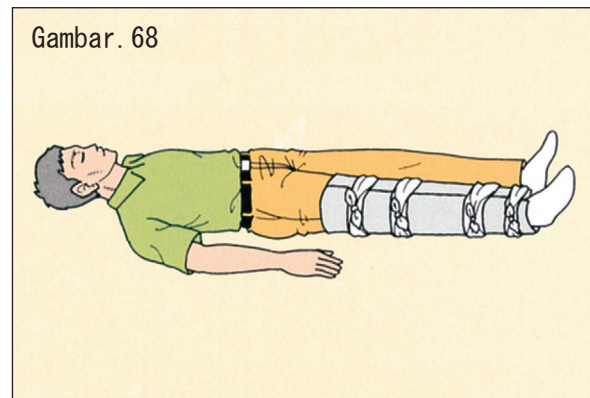
Memfaatkan majalah untuk pembidaian seluruh tangan



Menggendong lengan dengan pembalut segitiga



Pembidaian kaki



Pembidaian tungkai bawah dengan menggunakan kardus

Penting

- Kayu yang dipakai untuk membidai panjangnya harus cukup untuk membidai bagian patah tulang dari atas sampai bawah.
- Pembidaian dilakukan setelah memberitahu korban, dan dilakukan sambil mengamati perubahan air mukanya.

Pertolongan pertama pada keseleo dan memar

- Mengompres bagian yang luka dengan air dingin, dll., yang akan memperingan pendarahan dalam dan pembengkakan.

Penanganan terhadap luka

1 Penanganan mulut luka

- Bila terdapat kotoran berupa pasir, dll., segeralah bersihkan dengan air bersih yang mengalir.

2 Cara membalut

- Pembalutan dilakukan untuk melindungi luka dan mencegah masuknya kuman.
- Memakai pembalut yang cukup besar sehingga bisa menutupi seluruh luka.
- Bila terjadi pendarahan, pakailah kain kasa yang cukup tebal.
- Bila mulut luka dalam keadaan terbuka, pakailah kasa steril jangan memakai kapas penyerap atau kain yang tidak bersih.

Penting

- Pada saat melakukan pembalutan jangan terlalu kencang karena bisa menghambat aliran darah, tetapi jangan pula terlalu longgar karena pembalut bisa bergeser.
- Jangan meletakkan ikatan pembalut tepat di atas mulut luka.

3 Kain pembalut segitiga

- Bisa dipakai di bagian tubuh manapun.
- Bisa dipakai tanpa melihat besarnya luka.
- Dipasang setelah mulut luka ditutup dengan kain kasa.

Memindahkan korban

Adalah cara untuk mengangkut korban yang telah selesai diberi pertolongan atau memindahkan korban dari tempat berbahaya ke tempat yang aman. Yang harus diperhatikan dalam pemindahan ini adalah jangan sampai membuat korban lebih sakit.

Cara memindahkan korban

- Setelah korban selesai diberi pertolongan pertama, korban dipindahkan dengan posisi kaki di depan. Jagalah agar korban tetap merasa hangat. Pada saat memindahkan korban usahakan sesedikit mungkin terjadi getaran.

Cara memindahkan korban tanpa tandu (Memindahkan korban tanpa alat)

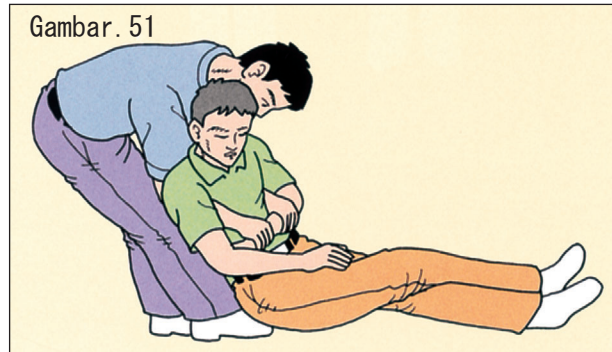
- Cara ini dipakai bila lokasi kejadian kecelakaan tidak memungkinkan pemakaian tandu. Dipakai untuk memindahkan korban dari lokasi kejadian kecelakaan ke tempat yang lebih aman.

Penting

- Cara memindahkan korban tanpa alat ini akan membebani korban, sehingga bila tidak perlu dan tidak terpaksa sebaiknya jangan dilakukan.

1 Cara memindahkan korban seorang diri

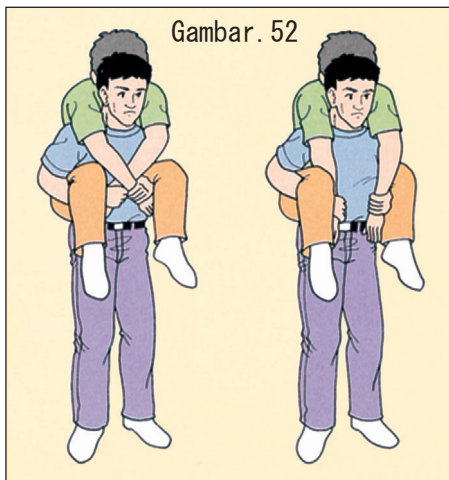
- Dengan cara memindahkan ke arah belakang melalui punggung, dan pada saat dipindahkan posisi pantat diangkat. (Gambar 51)



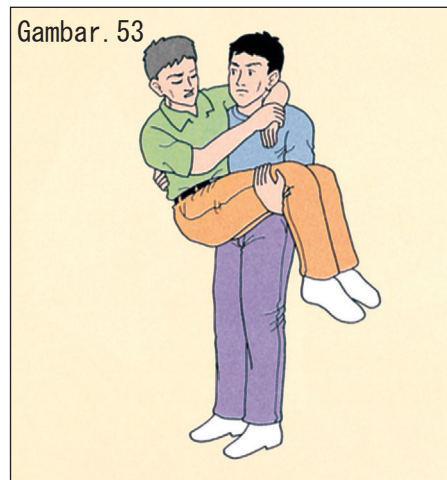
Gambar. 51

Cara memindahkan korban seorang diri

- Cara memindahkan korban dengan digendong di punggung, tangan korban disilangkan atau posisi sejajar di depan dada, angkat bagian kaki kemudian pindahkan korban. (Gambar 52)
- Cara memindahkan korban dengan digendong di depan, untuk korban anak-anak ataupun orang yang bertubuh kecil pemindahan korban dilakukan dengan cara seperti ini. (Gambar 53)



Cara memindahkan korban dengan menggendong di belakang

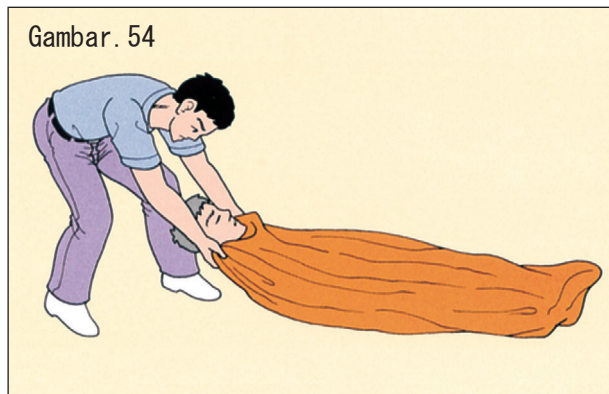


Cara memindahkan korban dengan menggendong di depan

- Cara memindahkan korban dengan selimut atau alas seperti ini juga bisa dipakai, tetapi akan menyebabkan tekanan pada bagian dada dan perut korban, sehingga perlu dilakukan dengan hati-hati.

Penting

- Pemindahan korban sebisa mungkin dilakukan oleh beberapa orang, kecuali bila keadaan tidak memungkinkan.



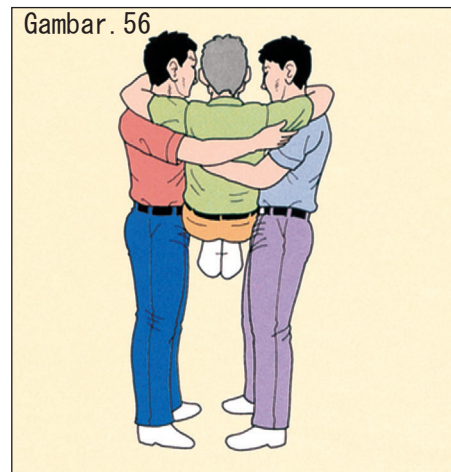
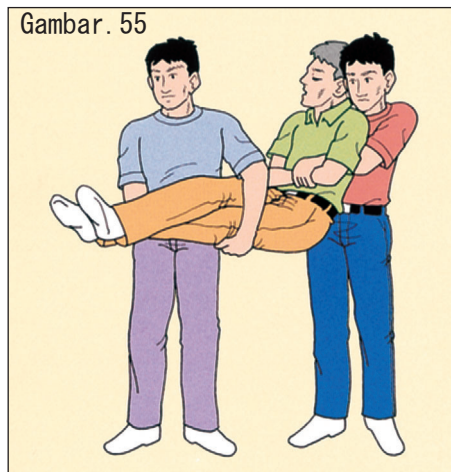
Pemindahan korban dengan memakai selimut

2 Cara memindahkan korban oleh 2 orang

- Cara memindahkan korban dengan menggotong korban dari depan dan belakang (Gambar 55)
- Cara memindahkan korban dengan berpegangan tangan (Gambar 56)

Penting

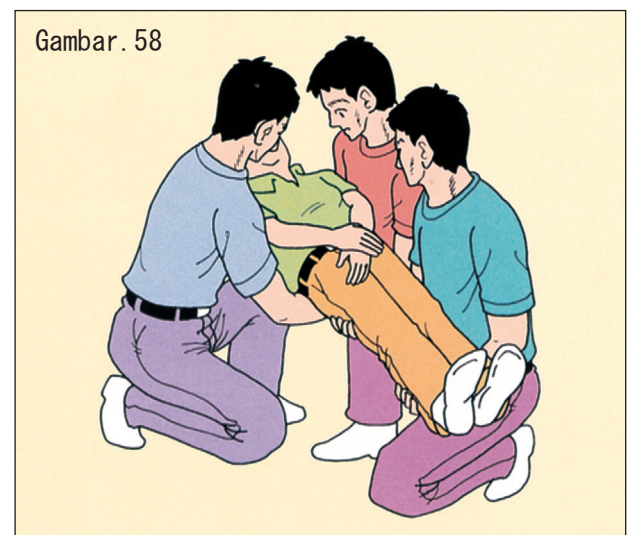
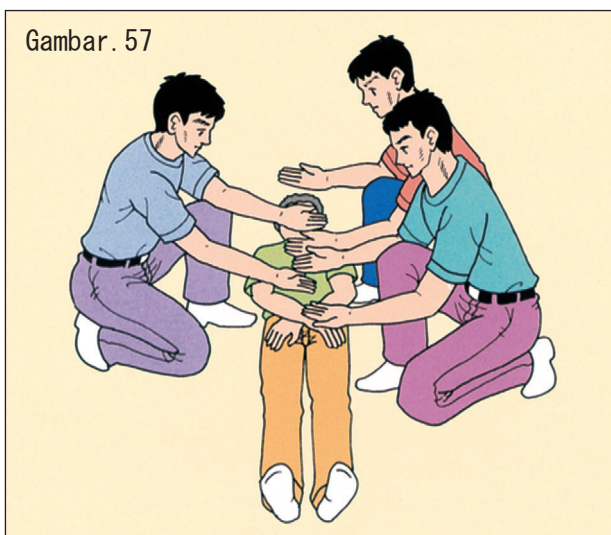
- Ada kemungkinan kepala korban akan terkulai ke depan, waspadai jangan sampai jalan nafasnya tertutup.
- Pada saat kedua orang berjalan, samakan langkah dan sebisa mungkin tidak menimbulkan guncangan pada korban.



Cara memindahkan korban oleh 2 orang

3 Cara memindahkan korban oleh 3 orang

- Hal-hal yang harus diperhatikan pada saat memindahkan korban oleh 3 orang
- Duduklah dengan posisi lutut yang dekat dengan kaki korban ditekuk, dan posisi lutut yang dekat dengan kepala korban tegak. (Gambar 57)
- Letakkan kedua lengan di bawah korban. (Gambar 58)
- Ketiga orang penolong bergerak serempak.



Cara memindahkan korban oleh 3 orang

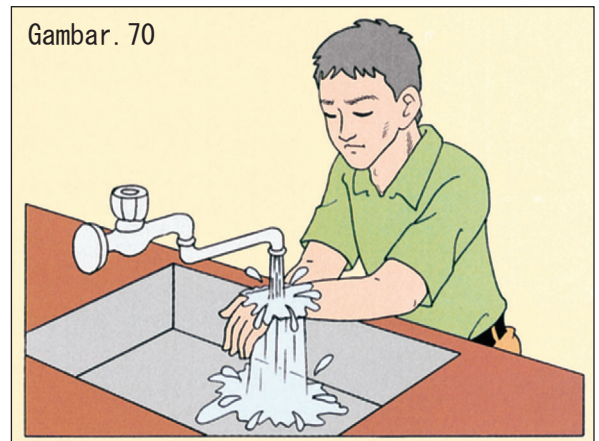
Pertolongan pertama pada luka bakar

Luka bakar terjadi karena memegang ketel air, bara api atau karena tubuh terkena air panas atau minyak panas. Luka bakar bisa juga terjadi karena bagian tubuh yang sama menempel pada alat pemanas untuk waktu yang lama meskipun suhunya tidak terlalu panas. Ini biasa disebut luka bakar suhu rendah. Bahan kimia seperti asam garam (Hydrochloric acid) bila terkena di badan juga bisa mengakibatkan luka bakar.

1 Cara memberi pertolongan pertama pada luka bakar

● Mendinginkan dengan air

Pada saat terjadi luka bakar, segera mendinginkan luka dengan air adalah hal yang penting. Dengan mendinginkan luka, bukan saja rasa sakit akan berkurang tetapi juga bisa mencegah luka bakar menjadi lebih parah.



Gambar. 70

Pendinginan luka bakar

Penting

- Sebisa mungkin segera dinginkan luka bakar dengan air bersih yang mengalir seperti air ledeng dan lain-lain.
- Dinginkan luka bakar tanpa melepas kaos kaki atau baju yang menutupinya.
- Perhatikan untuk tidak mendinginkan luka bakar menggunakan es batu atau kantong es dalam jangka waktu yang lama, karena dikhawatirkan terlalu dingin dan bisa memperparah luka tersebut.
- Bila mengalami luka bakar yang luas, ada kemungkinan bukan hanya bagian yang terbakar saja namun tubuh secara keseluruhan juga menjadi dingin. Karena itu hentikan pendinginan luka bakar dalam 10 menit.

2 Tingkat luka bakar dan hal-hal yang harus diperhatikan

Berat atau ringannya tingkat luka bakar bisa dilihat dari kedalaman dan luasnya.

● Pada saat luka bakar yang paling dangkal

Untuk luka bakar yang paling dangkal, kulit menjadi kemerahan dan perih seperti terbakar matahari, tanpa adanya gelembung air.

Penanganannya cukup didinginkan dengan air, tanpa perlu pergi ke rumah sakit, nantinya akan sembuh dengan sendirinya.

● Pada saat luka bakar menengah

Ciri khusus luka bakar jenis ini adalah timbulnya gelembung air.

Fungsi dari gelembung air tersebut adalah untuk melindungi luka dari infeksi, sehingga tidak boleh disobek. Setelah didinginkan dengan air, balutlah luka (kecuali luka kecil seukuran ujung jari) dengan kasa dan handuk agar gelembung air tidak pecah, dan segeralah pergi ke dokter.

Bila tanpa sengaja gelembung air pecah, tidak boleh diolesi obat.

Bila gelembung air tidak bisa ditutup dengan kasa dan handuk segera panggil ambulans.

● Pada saat luka bakar yang sangat dalam

Pada kasus luka bakar yang sangat dalam, tidak terjadi gelembung air, tetapi kulit akan terlihat putih sekali atau hangus terbakar. Bila luka bakar sudah sedalam ini, maka rasa sakit tidak terlalu terasa.

Luka bakar seperti ini susah sembuh, kadang-kadang perlu dilakukan operasi, jadi meskipun tidak ada rasa sakit, periksalah ke rumah sakit. Bila luka bakarnya melebar, segeralah menelpon 119, dan sambil menunggu ambulans datang dinginkan bagian yang terluka dengan mengalirkan air dingin.

Penting

- Kita harus waspada karena bagi anak-anak ataupun orang lanjut usia, luka bakar sekecil apapun itu bisa membahayakan keselamatan jiwa.
- Bila terhirup asap pada saat terjadi kebakaran, kita perlu segera pergi ke Rumah Sakit dengan memakai ambulans karena ada kemungkinan paru-paru juga terluka, selain luka bakar.

Memadamkan api secepatnya

3 kali kesempatan memadamkan api

① Pada saat merasakan getaran kecil

② Pada saat getaran mereda

Pada saat getaran kuat, yang harus dilakukan pertama adalah menyelamatkan diri.

③ Pada saat api muncul

Satu sampai dua menit setelah api muncul dan belum membesar. Pada saat api masih kecil.

Kebakaran!!!

① Beritahukan secepatnya

Dengan suara keras kepada tetangga.

② Padamkan api

Secepatnya sebelum meluas dan membakar atap.

③ Menyelamatkan diri

Secepatnya begitu api mulai membakar atap.

Mempunyai arti karena bisa dipakai! Cara menggunakan alat pemadam kebakaran



Yang harus diperhatikan pada saat mencoba mobil gempa

- Pada saat mobil sedang bergerak, jangan berdiri dari atas kursi.
- Berpegangan pada meja pada saat mobil sedang bergerak.
- Berhati-hati agar kaki kita tidak terinjak kaki meja.
- Getaran di mobil gempa lebih sedikit daripada getaran gempa sebenarnya.

