中文翻譯

沒有呼吸心跳時的處置

當有人突然失去反應時，請先確認是否有正常呼吸

1 觀察呼吸

查看胸口是否有正常起伏

確認時間不要超過10秒



2 注意瀕死式呼吸

如果只有斷斷續續、沉重喘息

胸部沒有正常起伏

可能已經心跳停止

應立即進行CPR



3 立即呼救

大聲呼喊「救命」

並請旁人協助撥打119

及尋找附近AED



4 立即開始CPR並輪流協助



請注意：

沒有正常呼吸，就不要等待！

越早CPR、越早使用AED，越能增加存活機會

LINE 1955

1955hotline

勞動部勞動力發展署 WORKFORCE DEVELOPMENT AGENCY, MINISTRY OF LABOR 廣告

英文版

How to deal with someone who is not breathing or has no pulse

If someone suddenly becomes unresponsive, first check whether they are breathing normally

1

Check breathing

Look for normal chest movement. Check for a maximum of 10 seconds



2

Watch for intermittent breathing

If the person is only taking occasional, heavy gasps and the chest is not rising and falling normally, they may be in cardiac arrest and CPR should be started immediately



3

Call for help

Shout, “Help” Ask someone nearby to call 119 and find the nearest AED (Automated External Defibrillator)





4

Start CPR immediately



Remember

If breathing is abnormal do not wait
The earlier CPR is started and an AED used, the greater the chance of survival

LINE 1955
1955hotline
勞動部勞動力發展署 WORKFORCE DEVELOPMENT AGENCY, MINISTRY OF LABOR
廣告

印尼版

Pertolongan Untuk Orang Henti Napas dan Henti Detak Jantung

Ketika ada orang yang tiba-tiba tidak sadar diri, harap memastikan terlebih dulu apakah orang tersebut masih bernapas normal

1 Mengamati pernapasan

Perhatikan apakah dada bergerak naik dan turun, waktu untuk memastikan tidak boleh lebih dari 10 detik



2 Perhatikan pernapasan menjelang kematian

Jika hanya pernapasan terengah-engah, berat, dada tidak turun naik, kemungkinan jantung berhenti berdetak, harus segera melakukan CPR



3 Segera teriak minta pertolongan

Menjerit keras “tolong” dan meminta orang di sekitar untuk membantu menghubungi 119 dan mencari perlengkapan AED di sekitar



4 Segera melakukan CPR dan bergiliran untuk membantunya



Harap perhatikan

Tidak bernapas normal maka jangan menunggu lagi
Semakin cepat memberikan CPR dan semakin cepat menggunakan AED maka semakin besar peluang untuk bertahan hidup

LINE 1955
1955hotline
勞動部勞動力發展署
WORKFORCE DEVELOPMENT AGENCY, MINISTRY OF LABOR
廣告

越文版

Xử trí khi ngưng tim ngưng thở

Khi có ai đó đột nhiên bất tỉnh, trước tiên hãy kiểm tra xem họ có thở bình thường hay không

1 Quan sát hơi thở

Kiểm tra xem lồng ngực có phập phồng bình thường hay không, không kiểm tra quá 10 giây



2 Chú ý đến hơi thở yếu ớt

Nếu chỉ có hơi thở nặng nhọc, ngắt quãng mà không có sự phập phồng bình thường của lồng ngực, tim có thể đã ngừng đập, hãy tiến hành CPR ngay lập tức



3 Gọi người trợ giúp ngay lập tức

Hãy hét lên "Cứu với!" và yêu cầu người xung quanh gọi số 119 và tìm máy AED gần đó



4 Bắt đầu CPR ngay lập tức và thay phiên nhau hỗ trợ



Lưu ý

Nếu không còn thở bình thường, đừng chờ đợi
Thực hiện CPR sớm và sử dụng AED càng sớm, cơ hội sống sót càng cao

LINE 1955 | 1955hotline
勞動部勞動力發展署 WORKFORCE DEVELOPMENT AGENCY, MINISTRY OF LABOR 廣告

泰文版

การปฏิบัติ
เมื่อพบคนหยุดหายใจและหัวใจหยุดเต้น

เมื่อพบผู้ที่หมดสติและไม่มีการตอบสนองกะทันหัน
ให้ตรวจสอบก่อนว่ายังหายใจตามปกติหรือไม่

1
สังเกตการหายใจ

ดูว่าหน้าอกมีการยกขึ้นและลดลงตามปกติหรือไม่ โดยใช้เวลาตรวจสอบไม่เกิน 10 วินาที



2
ระวังการหายใจเฮือกสุดท้าย

หากผู้ป่วยมีเพียงอาการหายใจเฮือก ๆ เป็นช่วง ๆ หรือหายใจหอบหนัก และหน้าอกไม่มีการยกขึ้นลงตามปกติ อาจเป็นภาวะหัวใจหยุดเต้น ให้เริ่มทำ CPR ทันที



3
ขอความช่วยเหลือทันที

ตะโกนขอความช่วยเหลือว่า “ช่วยด้วย!” และขอให้คนรอบข้างช่วยโทร 119 พร้อมทั้งค้นหาเครื่องกระตุกหัวใจไฟฟ้าอัตโนมัติ (AED) ที่อยู่ใกล้ที่สุด



4
เริ่มทำ CPR ทันที และผลัดกันช่วยเหลือ



คำเตือน

หากไม่มีการหายใจตามปกติ อย่ารอ
ยิ่งเริ่มทำ CPR และใช้ AED เร็ว ก็ยิ่งเพิ่มโอกาสในการรอดชีวิตมากขึ้น

LINE 1955
1955hotline
勞動部勞動力發展署
WORKFORCE DEVELOPMENT AGENCY, MINISTRY OF LABOR
廣告