

ਨਿਆਣੇ ਲਈ ਸੀ.ਪੀ.ਆਰ. (CPR)

1

ਨਿਆਣੇ ਅਤੇ ਉਸਦੇ ਏ.ਬੀ.ਸੀ. ਦੀ (Airway, Breathing, Circulation) ਜਾਂਚ ਕਰੋ।
ਜੇ ਨਿਆਣਾ ਕੋਈ ਜਵਾਬੀ ਹਰਕਤ ਨਹੀਂ ਕਰ ਰਿਹਾ ਅਤੇ ਸਾਹ ਵੀ ਸੁਭਾਵਕ ਨਹੀਂ ਲੈ ਰਿਹਾ, ਈ.ਐੱਮ.ਐੱਸ./9-1-1 ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ ਅਤੇ ਏ.ਈ.ਡੀ. (AED) ਲਿਆਓ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਨੂੰ ਇਹ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦਿਓ।



2

ਨਿਆਣੇ ਦੀ ਛਾਤੀ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ 2 ਉਂਗਲਾਂ ਰੱਖੋ।
30 ਵਾਰੀ ਛਾਤੀ ਨੂੰ ਦਬਾਓ: ਡੂੰਘਾ ਅਤੇ ਇਕਸਾਰਤਾ ਨਾਲ ਦਬਾਓ



3

ਸਿਰ ਪਿੱਛੇ ਨੂੰ ਝੁਕਾ ਕੇ ਅਤੇ ਠੋਡੀ ਉੱਪਰ ਨੂੰ ਰੱਖ ਕੇ ਹਵਾ ਵਾਲੇ ਰਸਤੇ ਖੋਲ੍ਹੋ।
ਆਪਣਾ ਬੈਰੀਅਰ ਡਿਵਾਈਸ ਨਿਆਣੇ ਦੇ ਮੂੰਹ ਅਤੇ ਨੱਕ ਉੱਪਰ ਰੱਖੋ।
2 ਸਾਹ ਦਿਓ।



4

30 ਵਾਰੀ ਛਾਤੀ ਨੂੰ ਦਬਾਉਣ ਅਤੇ 2 ਸਾਹ ਦੇਣ ਦੀਆਂ ਕਿਰਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਦੁਹਰਾਓ।
ਸੀ.ਪੀ.ਆਰ. (CPR) ਉਦੋਂ ਤੀਕ ਜਾਰੀ ਰੱਖੋ ਜਦੋਂ ਤੀਕ ਏ.ਈ.ਡੀ. (AED) ਨਹੀਂ ਪਹੁੰਚ ਜਾਂਦੀ ਜਾਂ ਹੋਰ ਉੱਚ ਪੱਧਰੀ ਦੇਖਭਾਲ ਇਹ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਸੰਭਾਲ ਲੈਂਦੀ



ਇਸ ਪੋਸਟਰ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਬਾਕਾਇਦਾ ਫਸਟ ਏਡ ਅਤੇ ਸੀ.ਪੀ.ਆਰ. ਸਿਖਲਾਈ ਦਾ ਬਦਲ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਰੈੱਡ ਕਰਾਸ ਦੇ ਫਸਟ ਏਡ ਕੇਰਸ ਦਾ ਪਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ਅਤੇ ਸਾਡੀ ਫਸਟ ਏਡ ਐਪ ਮੁਫਤ ਡਾਊਨਲੋਡ ਕਰੋ:

myrc.redcross.ca | 1.877.356.3226 | redcross.ca/apps

