

A GUIDE TO CPR

royallifesaving.com.au



ROYAL LIFE SAVING
AUSTRALIA

D

CHECK FOR DANGER

To yourself, bystanders and the casualty.

R

CHECK FOR RESPONSE

Squeeze their shoulders and hands, ask the casualty questions.

S

SEND FOR HELP

If unresponsive, call Triple Zero (000).

A

OPEN THE AIRWAY

First, check the airway is clear of obstructions. Clear if required.
Then open the airway by tilting head. No head tilt for infants.

B

BREATHING NORMALLY?

NO - START CPR (If Yes – Place casualty on their side).

C

START CPR

Unresponsive & not breathing normally - **30 COMPRESSIONS & 2 BREATHS.**

CHILD & ADULT (OVER 1 YEAR)

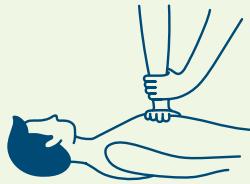
COMPRESSION POINT

1 or 2 hands on the centre of the chest.
Compress **1/3** of chest depth.



COMPRESSION RATE

Compress at a rate of
100-120 compressions per minute.



BREATHS

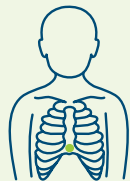
Tilt head, lift chin & give breaths.
Look for the rise & fall of the chest in between breaths.



INFANT (0-1 YEAR)

COMPRESSION POINT

2 fingers on the centre of the chest.
Compress **1/3** of chest depth.



COMPRESSION RATE

Compress at a rate of
100-120 compressions per minute.



BREATHS

Don't tilt head, keep in **neutral position**, support jaw, cover mouth & nose. Look for the rise & fall of the chest in between breaths.



D

ATTACH DEFIBRILLATOR

AS SOON AS AVAILABLE, FOLLOW PROMPTS.



D

खतराको लागि जाँच गर्नुहोस्

आफ्नो, आसपासका मानिसहरूको र घाइतेहरूको।

R

प्रतिक्रियाको लागि जाँच गर्नुहोस्

उनीहरूको काँध र हातहरू खुम्च्याउनुहोस्, घाइतेहरूलाई प्रश्नहरू सोध्नुहोस्।

S

मद्दत माग्नुहोस्

यदि बेहोश छ भने, तीन शून्य (000) मा फोन गर्नुहोस्।

A

सास फेर्ने मार्ग खोल्नुहोस्

पहिलो, वायुमार्ग अवरोधहरूबाट मुक्त छ कि छैन जाँच्नुहोस्। आवश्यक भएमा खाली गर्नुहोस्।
त्यसपछि टाउको झुकाएर वायुमार्ग खोल्नुहोस्। शिशुहरूको लागि टाउको झुकाउनु पर्दैन।

B

सामान्य रूपमा सास फेर्दै छ?

छैन - CPR सुरु गर्नुहोस् (यदि छ भने - घाइतेलाई उनीहरूको छेउमा राख्नुहोस्)।

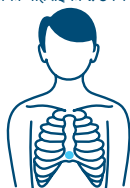
C

CPR सुरु गर्नुहोस्

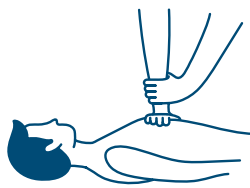
बेहोशी र सामान्य रूपमा सास फेर्न नसक्ने छ भने - 30 कम्प्रेसन र 2 सासहरू।

वच्चा र वयस्क (1 वर्ष भन्दा माथिको)

सङ्कुचन (थिच्ने) बिन्दु
(COMPRESSION POINT)
छातीको बीचमा 1 वा 2 हात राख्नुहोस्।
छातीको गहिराइको 1/3 थिच्नुहोस्।



सङ्कुचन (थिच्ने) दर
प्रति मिनेट 100-120 सङ्कुचनको दरले थिच्नुहोस्।

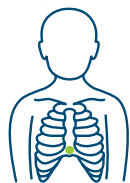


सास
टाउको झुकाउनुहोस्,
चिनो उठाउनुहोस् र सास दिनुहोस्।
सासको बीचमा छाती फुलेको र खुम्चिएको हेर्नुहोस्।



शिशु (0-1 वर्ष)

सङ्कुचन (थिच्ने) बिन्दु
(COMPRESSION POINT)
छातीको केन्द्रमा 2 औंलाहरू।
छातीको गहिराइको 1/3 थिच्नुहोस्।



सङ्कुचन (थिच्ने) दर
प्रति मिनेट 100-120 सङ्कुचनको दरले थिच्नुहोस्।



सास
टाउको झुकाउनुहोस्, तटस्थ स्थितिमा राख्नुहोस्,
बङ्गरालाई समर्थन गर्नुहोस्, मुख र नाक छोप्नुहोस्।
सासको बीचमा छाती फुलेको र खुम्चिएको हेर्नुहोस्।



D

डिफिब्रिलेटर जोड्नुहोस्

उपलब्ध हुने बित्तिकै, संकेतहरू पछ्याउनुहोस्।