

ရှေ့ဦးသူနာပြုစုခြင်းဆိုတာ ဒါဏ်ရာရသူကို အရေးပေါ်ကုသမှုပေးခြင်းဖြစ်ပြီး ဆေးရုံကို မပို့နိုင်ခင်မှာ လိုအပ်တဲ့ပြုစုမှုတွေကို လုပ်ဆောင်ပေးရတာဖြစ်ပါတယ်။ ဒါဏ်ရာအမျိုးမျိုးအတွက် ပြုစုနည်းတွေကို အောက်မှာ ဖော်ပြပေးထားပါတယ်

၁။ သွေးထွက်ဒါဏ်ရာ (Bleeding Wounds)

- ပြုစုနည်း:

- လက်အိတ်စွပ်ပြီး ဒါဏ်ရာကို ဖိထားပါ။
- သန့်ရှင်းတဲ့ ပတ်တီးနဲ့ ဖိထားပါ။
- သွေးထွက်များရင် ဒါဏ်ရာကို မြှောက်ထားပါ။
- သွေးထွက်မရပ်ရင် ဆေးရုံကို အမြန်ပို့ပါ။

၂။ လောင်းဒါဏ်ရာ (Burns)

- ပြုစုနည်း:

- လောင်းတဲ့နေရာကို ရေအေးအေးနဲ့ အနည်းဆုံး ၁၀ မိနစ်ကြာ ဆေးကြောပါ။
- လောင်းတဲ့နေရာကို ပတ်တီးသန့်သန့်နဲ့ ဖုံးအုပ်ပါ။
- လောင်းတဲ့နေရာမှာ ဘယ်လိုအဆီမှ မလိမ်းပါနဲ့။
- ပြင်းထန်တဲ့လောင်းဒါဏ်ရာဆိုရင် ဆေးရုံကို အမြန်ပို့ပါ။

၃။ အရိုးကျိုးခြင်း (Fractures)

- ပြုစုနည်း:

- လှုပ်ရှားမှုမပြုပါနဲ့။
- ကျိုးတဲ့နေရာကို သက်သောင့်သက်သာဖြစ်အောင် ထားပါ။

- ကျိုးတဲ့နေရာကို ပတ်တီးနဲ့ သေချာစည်းပါ။

- ဆေးရုံကို အမြန်ပို့ပါ။

၄။ အနာပိုးဝင်ခြင်း (Infected Wounds)

- ပြုစုနည်း:

- အနာကို သန့်ရှင်းအောင် ဆေးကြောပါ။

- ပိုးသတ်ဆေးလိမ်းပါ။

- အနာကို ပတ်တီးသန့်သန့်နဲ့ ဖုံးအုပ်ပါ။

- အနာက ပိုဆိုးလာရင် ဆေးရုံကို အမြန်ပို့ပါ။

၅။ ခေါင်းကိုက်ခြင်း (Head Injuries)

- ပြုစုနည်း:

- ဒါဏ်ရာရသူကို ငြိမ်ငြိမ်ထားပါ။

- ခေါင်းကို အနည်းငယ်မြှောက်ထားပါ။

- သတိလစ်နေရင် ဆေးရုံကို အမြန်ပို့ပါ။

၆။ အော့အန်ခြင်း (Vomiting)

- ပြုစုနည်း:

- ဒါဏ်ရာရသူကို ဘေးစောင်းအနေအထားနဲ့ ထားပါ။

- အော့အန်တာကို ရပ်အောင် ကြိုးစားမပေးပါနဲ့။

- ရေဓာတ်ဆုံးရှုံးမှုမဖြစ်အောင် ရေများများတိုက်ပါ။

၇။ ဓာတ်မတည့်ခြင်း (Allergic Reactions)

- ပြုစုနည်း:

- ဓာတ်မတည့်တဲ့အရာကို ဖယ်ရှားပါ။
- ဓာတ်မတည့်တဲ့သူမှာ EpiPen ရှိရင် အသုံးပြုပါ။
- ဆေးရုံကို အမြန်ပို့ပါ။

၈။ အသက်ရှူလမ်းကြောင်းပိတ်ဆို့ခြင်း (Choking)

- ပြုစုနည်း:

- Heimlich maneuver လုပ်ပါ။
- အသက်ရှူလမ်းကြောင်းပွင့်သွားအောင် ကြိုးစားပါ။
- အသက်ရှူလမ်းကြောင်းပွင့်မသွားရင် ဆေးရုံကို အမြန်ပို့ပါ။

၉။ နှလုံးခုန်ရပ်ခြင်း (Cardiac Arrest)

- ပြုစုနည်း:

- CPR (Cardiopulmonary Resuscitation) လုပ်ပါ။
- AED (Automated External Defibrillator) ရှိရင် အသုံးပြုပါ။
- ဆေးရုံကို အမြန်ပို့ပါ။

၁၀။ အနာတရဖြစ်ခြင်း (Shock)

- ပြုစုနည်း:

- ဒါဏ်ရာရသူကို ပက်လက်အနေအထားနဲ့ ထားပါ။

- ခြေထောက်ကို အနည်းငယ်မြှောက်ထားပါ။

- လူနာကို နွေးထွေးအောင်ထားပါ။

- ဆေးရုံကို အမြန်ပို့ပါ။

ဒါဏ်ရာအမျိုးမျိုးအတွက် ပြုစုနည်းတွေကို သိထားရင် အရေးပေါ်အခြေအနေမှာ အသက်ကယ်နိုင်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် ပြင်းထန်တဲ့ဒါဏ်ရာတွေအတွက် ဆေးရုံကို အမြန်ဆုံးပို့ဖို့ လိုအပ်ပါတယ်။