



CPR Gacmo-Keliya ah (Dib-unoolaynta sabbabka iyo wadnaha)

Haddii aad aragto qof dhacaya, hubi in ay jiiddu tahay ammaan si aad u gasho oo u samayso waxyaabaha soo-socda...

1

Inaad taabato qofka garabka oo ku dhawaaqo "Ma fiican tahay?"

2

Haddii qofku jawaabi waayo, wac 911 isla-markiiba.

3

Tebiyaha 911 ayaa ku weydiin doona cinwaanka isla-markiiba.

** Haddii aad fahmi weydo tebiyaha, weydiiso turjubaan ku hadla luqadaada.*

4

Qofka u dhig dhinaca dhabarka meel adag, oo siman.

5

Jilba joogso agtiisa.

6

Gacan ka saar bartamaha xabbadkiisa, goobta u dhaxaysa labada naas, oo gacanta kale dul saar taas.

7

Iyada oo labada gacmood isku xidhan yihiin, hoos u riix si aad ah oo dhakso ah (100 – 200 garaac daqiiqadii kasta).

8

Telefonka ha dhigin; riixtaanka ku wad illaa gargaar imanayo.