Gabay sa CPR

Gustong tiyakin ng American Heart Association na marunong mag-CPR ang bawat magulang. Para matiyak na handa ka kapag kailangan mo. **Kada taon, mahigit 23,000 bata ang nakakaranas ng cardiac arrest at halos 20% sa kanila ay mga sanggol.** Matuto kung paano mag-CPR ngayon para maging handa ka at para mapabilang ka sa Bayan ng Lifesavers.

HANDS-ONLY NA CPR VS. CPR NA MAY MGA PAGHINGA

HANDS-ONLY NA CPR

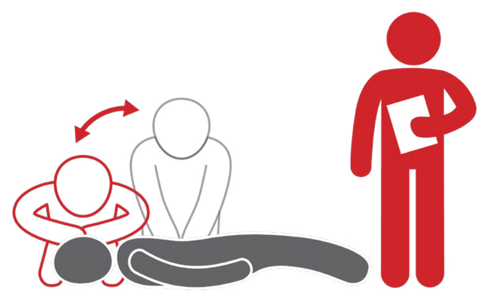
DIINAN NANG MALALIM AT MABILIS ANG GITNA NG DIBDIB

TUMAWAG SA 911

Public awareness campaign para makakilos ang mga tao kapag may nakita silang nagka-cardiac arrest. Panimula para mas maraming tao ang matuto ng CPR.

Hindi makakatugon sa mga requirement kung kailangan mo ng CPR sa trabaho mo.

PAGSASANAY SA CPR



MGA COMPRESSION + PAGHINGA

Iniaalok sa pamamagitan ng mga online o in-person na klase. Nagbibigay ng mas malalimang training kasama ng isang instructor, kabilang ang CPR na may mga paghinga at lunas kapag may nabubulunan.

Kadalasan ay kinakailangan para sa mga taong nangangailangan ng CPR training sa trabaho.

PAANO ITO GUMAGANA?

Maganda ang **mga compression sa dibdib** para sa unang ilang minuto ng cardiac arrest ng isang tao sa pamamagitan ng pagtulak ng natitirang oxygen sa katawan para panatilihing buhay ang mga vital organ. Nagbibigay ito ng dagdag na panahon hanggang sa makatulong ang isang taong may higit na kakayahan.

Sa CPR na may mga paghinga, pinagsasama ang mga compression sa dibdib at mga paghinga, na nagbibigay ng dagdag na oxygen para padaluyin ito sa buong katawan.

KANINO KO ITO PUWEDENG GAMITIN?

Mga nasa hustong gulang at kabataan. Para sa mga bata at sanggol, inirerekomenda ng American Heart Association ang CPR na may mga paghinga.

Sinumang nakakaranas ng cardiac arrest, kabilang ang: mga nasa hustong gulang at kabataan, mga sanggol at bata, mga buntis at sinumang biktima ng pagkalunod, pagka-overdose sa gamot, pagkahimatay dahil sa mga problema sa paghinga, o matagalang cardiac arrest.

PAANO AKO MATUTUTO?

Pumunta sa heart.org/nation.
para maging handa ka at para mapabilang ka sa Bayan ng Lifesavers.

© Copyright 2025 American Heart Association, Inc., isang 501(c)(3) not-for-profit. Nakalaan ang lahat ng karapatan. Ipinagbabawal ang hindi awtorisadong paggamit. WF765715 1/25