

مجھ سے پوچھیں سی پی
آر کیسے جان بچاتا ہے

sja.org.uk/urdu



سوچیں اگر آپ کسی کی زندگی بچانے کا بائس بنیں!
زندگی بچانے کے بنیادی طریقے سیکھنا جیسے کے سی
پی آر، زندگی بچانے کے لئے مددگار ثابت ہو سکتے ہیں۔

کسی بھی اجنبی پر سی پی آر کرنے سے دل میں انکو چوٹ پوہنچنے کے شبہات
ہوتے ہیں۔ سی پی آر کرنے سے (5-6 cm کی گہرائی تک) پسلیاں ٹوٹنے کا
اندیشہ ہوتا ہے لیکن اس سے زندگی بچنے کے امکانات زیادہ ہوتے ہیں اور
توٹی ہوئی پسلیوں کی تکلیف چند ہفتوں میں ٹھیک ہو جاتی ہیں۔

کیوں نہ سینٹ جان ایمبولینس کی ویب سائٹ
دیکھیں اور سیکھیں کہ آپ کسی کی زندگی بچانے
میں کس طرح مدد کر سکتے ہیں یا پھر اپنے
سمارٹ فون سے QR کوڈ سکین کریں اور سی
پی آر کا طریقہ ویڈیو میں دیکھیں



NHS

BRITISH ISLAMIC
MEDICAL ASSOCIATION

St John
Ambulance



مجھ سے پوچھیں اے ای ڈی کا
استعمال کیسے جان بچا سکتا ہے

sja.org.uk/urdu



اے ای ڈی کسی کو نقصان نہیں پوہنچا
سکتا بلکہ دل نہ دھڑکنے کی صورت میں
مریض کو جھٹکا دیتا ہے۔

اکثر لوگ آٹومیٹک ایکسٹرنل ڈیفبریلیٹر (اے ای ڈی) کے استعمال کرنے پر بیجا مقدمے کے ڈر سے گھبرا جاتے ہیں اور مدد کرنے کے لئے آگے نہیں بڑھتے۔ لیکن برطانیہ میں کوئی ایسا واقعہ ابھی تک رپورٹ نہیں کیا گیا، جہاں کسی شخص پر کسی ایمرجنسی میں مدد کرنے پر مقدمہ چلایا گیا ہو۔

کیوں نہ سینٹ جان ایمبولینس کی ویب سائٹ
دیکھیں اور سیکھیں کہ آپ کسی کی زندگی بچانے
میں کس طرح مدد کر سکتے ہیں یا پھر اپنے
سمارٹ فون سے QR کوڈ سکین کریں اور سی
پی آر کا طریقہ ویڈیو میں دیکھیں



NHS

BRITISH ISLAMIC
MEDICAL ASSOCIATION

St John
Ambulance



مجھ سے پوچھیں سی پی آر کرنے سے
کسی کی جان کیسے بچ سکتی ہے۔

sja.org.uk/urdu



ابتدائی طبی امداد زندگی کو ختم ہونے سے بچانے
میں اہم کردار ادا کرتی ہے۔ اگر آپ کو لگے کہ کوئی
شخص ساکت ہے اور سانس نہیں لے رہا تو فوراً سی
پی آر کرنے سے اسکی جان بچنے کے امکانات زیادہ
ہو سکتے ہیں۔

کیوں نہ سینٹ جان ایمبولینس کی ویب سائٹ
دیکھیں اور سیکھیں کہ آپ کسی کی زندگی بچانے
میں کس طرح مدد کر سکتے ہیں یا پھر اپنے
سمارٹ فون سے QR کوڈ سکین کریں اور سی
پی آر کا طریقہ ویڈیو میں دیکھیں



NHS



**St John
Ambulance**

