

Pertolongan Pertama

Pertolongan Pertama atau disingkat PP adalah pertolongan awal (dengan cepat) yang kita berikan kepada orang yang sakit atau cedera / kecelakaan sebelum orang tersebut dibawa ke tempat rujukan (puskesmas / rumah sakit-terdekat).

Tujuan PP

Mengapa Pp Itu Penting?

PP menjadi penting karena bertujuan:

- Menyelamatkan jiwa penderita agar tidak meninggal di tempat
- Mencegah cacat, misalnya luka yang membekas
- Memberikan rasa nyaman dan mempercepat penyembuhan

Kewajiban Penolong pertama?

- Jangan sampai membahayakan diri sendiri dan orang lain

- Meminta bantuan kepada yang lebih ahli
- Memberi pertolongan yang sesuai dengan keadaan korban

Yang perlu disiapkan

selaku pelaki PP, kita harus mengutamakan keselamatan diri sendiri. jadi, kita memerlukan Alat Perlindungan Diri (APD)

APD adalah alat yang digunakan agar kita tidak tertular penyakit. Alat perlindungan diri tidak perlu mahal.

Contonya

- Sarung tongan lateks
- Masker penolong

Selain APD, dalam melakukan PP kita Juga memerlukan beberapa peralatan.

Misalnya:

- Kasa Steril
- Pembalut guluing/ perban

- Pembalut perekat/ plester
- Gunting pembolut
- Kipas
- Selimut

INGAT!

Selalu mencuci tangan dan membersihkan peralatan PP. Kamu Harus Tahu! darah dan semua cairan tubuh bisa menularkan penyakit...!!

LUKA

kita sudah sering mendengar kata luka dan mungkin sebagian dari kamu sudah pernah terluka, baik itu disengaja maupun tidak. Tapi, apakah kamu sudah tahu apa itu luka?

Luka = Rusaknya Kulit

klasifikasi (pembagian) Luka

- Luka yang berdarah

Misalnya luka yang terjadi saat kita jatuh kemudian mengeluarkan darah.

-Luka yang tidak berdarah

Misalnya memar saat kita terbentur benda keras.

Mengapa Perlu Menggunakan penutup Luka?

bila ada luka yang berdarah, sebaiknya dibersihkan dengan antiseptik kemudian ditutup. Penutup luka ini penting karena mempunyai fungsi:

- Membantu menghentikan perdarahan
- Mencegah kuman masuk ke dalam luka

Apa Saja Yang Bisa digunakan Untuk Menutup Luka?

- Kasa steril
- plester
- Penutup buatan sendiri (kain bersih)

Pembalut Luka

Agar penutup luka tidak terlepas dari tempatnya, maka gunakan pembalut luka untuk menahannya.

Kegunaan pembalut yaitu untuk membantu menghentikan perdarahan.

Fungsi pembalut luka:

- Penekanan untuk menghentikan perdarahan
- mempertahankan penutup luka pada tempatnya
- menjadi penopang bagian tubuh yang cedera

Beberapa contoh pembalut luka:

- Pembalut gulung (perban)
- Pembalut segitiga (mitela)
- Pembalut rekat (plester)

Mengenali Patah Tulang

kita dapat berdiri tegak karena kita memiliki tulang yang kuat. Tapi sekuat apapun tulang kita, kita tetap bisa mengalami patah tulang yaitu terputusnya jaringan tulang

Karena itu kita perlu mengetahui gejala dan tanda patah tulang:

1. Biasanya bagian yang patah terlihat berbeda atau berubah
2. Sering ditemukan dalam keadaan yang tidak wajar, penderita biasanya ke sakitan.
3. bagian yang patah sulit digerakkan.
4. Mungkin daerah yang patah terlihat memar , kadang disertai ujung tulang yang keluar.

Jenis patah tulang

- Patah tulang terbuka tidak ada luka, permukaan kulit tidak rusak, sehingga bagian tulang yang patah berhubungan dengan

udara luar.

- Patah tulang tertutup Ada luka, permukaan kulit rusak, sehingga bagian tulang yang patah tidak berhubungan dengan udara luar

Biasanya pada kasus patah tulang dilakukan pembidaian, yaitu upaya agar bagian yang patah tidak bisa digerakkan

Peringatan!!

- *Jangan mencoba untuk memindahkan dan menggerakkan penderita terutama di daerah yang patah, bisa berakibat fatal.*
- *Segera panggil orang yang lebih dewasa dan hubungi PMI, Ambulon atau fasilitas kesehatan lainnya*
- *Jangan menggerakkan penderita yang dicurigai patah tulang*

Cara Penanganan

1. Mengamati kondisi tubuh

memeriksa tekanan darah, denyut nadi, pernapasan, suhu tubuh, dan keberadaan luka terbuka pada tubuhnya.

Jika tidak responsif, segera lakukan (CPR) atau resusitasi jantung-paru untuk membantu mengembalikan kemampuan bernapas dan sirkulasi darah pada tubuh korban

2. Menghentikan Pendarahan

dengan menekan luka tersebut menggunakan perban, kain, atau pakaian yang bersih

3. . Membatasi Gerakan dan Aktivitas Fisik

Hindari memindahkan tubuh korban terutama jika leher atau punggungnya terluka

cara memasang bidai yang dapat dilakukan sebagai pertolongan pertama patah tulang adalah sebagai berikut:

- Lepaskan atau gunting pakaian korban pada

bagian tubuh yang dicurigai mengalami patah tulang.

- Letakkan bidai darurat, gunakan papan, kayu, ataupun tongkat yang bersih pada bagian tubuh yang terdapat patah tulang.

- Jika tidak menemukan perban gulung, gunakan pakaian, tali, kertas koran, atau benda apapun yang dapat membantu membebat atau memfiksasi bidai tersebut.

4. Menangani Pembengkakan

Letakkan kompres dingin menggunakan es yang telah dibungkus dengan handuk untuk mengurangi pembengkakan pada area tubuh yang mengalami patah tulang.

5. Mendatangi Rumah Sakit Terdekat

setelah melakukan pertolongan pertama patah tulang, segera kunjungi rumah sakit terdekat.

