



Stage 2
MLA Department
Cihan University-
Sulaimani

FIRST AID

فریایگوزاری سه ره تایی

Prepared By: SOZYAR S. SOIQ

فریایگوزاری سه ره تایی چیه ؟

چاره سه ری خیریای که سیکه که به هوی ههر رووداویکه وه زیان به
جه سته ی گه شتوه ، وهک (برین ، سوتاوی ، شکاوی ، هتد...)

شکاوی - fracture

شکانی ئیسکه به هوی فشاریکی زوری
دهرکی...

فریایگوزاری سه ره تایی بۆ شکان:

۱. ئه گهر خوینی به ربوون هه بییت! وای باشتره سه ره تا
خوینه که بوه ستینرینه وه ، وه شوینی شکاویه که به
داریکی ریک بان شتیکی ریک بیه سترئ بوی ریگری له
جواندنی بکری.
۲. دانانی کیسی سه هۆل له سه ره شوینی شکاویه که بۆ کهم
کردنی نازار و ریگری کردن له هه لئاوسان.
۳. هه وۆل بده شوینی نه خوشه که شوینیکی هیمن بییت
وه ئه گهر شکاوی له سه ری یاخود له ملیدا هه بوو وای
باشتره که پال بکه ویت.
۴. باشان نه خوشه که بکه به نریت به نه خوشخانه به زووترین
کات.

برین - wound

برین یان برین نازاریکه به هوی پیکانی پیست
یان شان هکانی جه سته دروست ده بییت به
هۆکاریک له هۆکاره کان...

فریایگوزاری سه ره تایی بۆ برین:

۱. ده سته کان به پاکی بشو بۆ پاریزگاری له پیسوون و
هه وکردن .
۲. ده ستاندنه وی خوین به ربونه که به فشار خستنه سه ره
شوینی برینه که به له فافیک بان ههر پارچه قوماشیکی پاک.
۳. بۆ پاریزگاری کردن له برینه که پیویسته برینه که به پاک
که ره وه یه پاک بکریته وه .
۴. دانانی چینیکی ته نک له درماتی برین .
۵. بیجانی برینه که به له فافی نایه تی .
۶. پاکردنه وه ی رۆژانه ی برینه که بۆ مانه وه ی به پاکی .
۷. به شتره سه ردانی دکتۆر بکری ئه گهر برینه که قول بییت.

سوتاوی - burn

سۆ جۆر له سوتاوی ههیه :-

پلهی یه کهم :

تهنها سوتانه له روکەشی پێست وه سوربونه وه وهک سوتان به نیشکی خۆر یاخود له ریگه‌ی ناوی گهرم...

پلهی دووهم :

سوتانه له ههردوو چینی ناوه‌راست و دهره‌وه‌ی پێست ده‌یینه هۆی سوربونه وه و لا چونی چینی دهره‌وه وه بوونی نازاریکی زۆر و دروست بونی هه‌تاوساوی و بلیق...

پلهی سێهه‌م :

ئه‌م جۆره‌یان برینی قونه و ریژه‌ی سوتانی زۆره که هه‌نیک کات تا سه‌ر ماسولکه و ئیسک ئه‌روات ، نازاری نیه هه‌نیک جار به هۆی به‌نج بوونی شوینی برین...

فریاگوزاری سه‌ره‌تای سوتان :

۱. لابردنی هه‌مو جۆره جلیکو خشتیک له شوینی سوتاویه که.
۲. سارد کردنه‌وه‌ی شوینی سوتاویه که بۆ ماوه‌ی (۲۰ خوله‌ک) به‌ ناو (سارد نه‌ییت) و سه‌هۆل به‌کار نه‌یه‌ت!
۳. به‌بێ به‌کار هینانی کریم یاخود هه‌ر بابه‌تیک که چه‌وریت.
۴. که‌سی به‌ر که‌وتو به سوتاوی پێویسته به‌ گهرمی راگیرئ به‌ پارچه قوماشیک بۆی توشی له‌رز نه‌ییت به‌بێ پێچانی سوتاویه که.
۵. ئه‌توانریت نازار شکینیش به‌کار بییت بۆ نمونه (paracetol).
۶. وه پێویسته شوینی سوتان به‌ به‌رزی راگیریت.

بورانه‌وه - fainting

کاتیکی روو ئه‌یات که خوینی

پێویست ناچن بۆ مێشک وانه‌کات که

نه‌خۆشه که ناگای له خۆی نه‌مییت...

فریاگوزاری سه‌ره‌تای بۆ بورانه‌وه :

۱. پێویسته نه‌خۆشه که پال بکه‌وئ وه پاشان قاچه‌کانی به‌رز بکریته‌وه بۆ (۳۰ سانتیم) بۆی خوین بکه‌ره‌نینه‌وه وه ده‌ماره‌کانی مێشکی.
۲. له‌وانه‌یه له کاتی بورانه‌وه نه‌خۆشه که نازاری پێ گه‌شتییت بۆیه ئه‌ییت بکه‌ریت بۆ شوینی شکاوی یان برین.
۳. ده‌ورو به‌ری نه‌خۆشه که پێویسته چۆل و هینمن بییت چونکه پێویستی به‌ هه‌وای پاکه و ئۆکسجینی زۆره.
۴. ناییت له‌ داوی به‌ ناگاهانه‌وه‌ی نه‌خۆشه که یه‌کسه‌ر هه‌ستیه‌ سه‌ر پێ پێویسته (یه‌ک ده‌قه بۆ دوو ده‌قه) دا‌بنیشت.

کاره‌با گرتن - electrical shock

به‌ریه‌ک که‌وتنی ته‌زوی کاره‌با و جه‌سته‌ی که‌سیکه که به‌ هه‌ر هۆکاریک به‌ری که‌وتییت...

فریاگوزاری سه‌ره‌تای بۆ به‌رکه‌وتوی کاره‌با :

۱. پێویسته سه‌رچاوه‌ی کاره‌با که بێردریت پێش ئه‌وه‌ی ده‌ست بده‌ی له که‌سه‌که و دوری ب‌خه‌یته‌وه له شوینی کاره‌با.
۲. گه‌ر له‌ داوی جیاکردنه‌وه‌ی له کاره‌با که‌سه‌که هه‌ناسه‌ی نه‌ئه‌دا ئه‌وه پێویسته یه‌کسه‌ر هه‌ناسه‌دانی ده‌ستکردی بۆ بکریت.
۳. په‌وه‌ندی کردنی ده‌ستبه‌جێ بۆ تیمه‌کانی نه‌ندروستی و ئه‌مبولانس.

