



MEEQQANUT
IKIUEQQARNEQ

■ AALLARNIUT

Meeqqat alapernaatsuupput, ineriartornerallu avatangiisiminnik misissuinerannit aalajangerneqartarpoq. Tamanna ingerlalluarajukkaluartoq ilaannikkut meeraq aqqunarsinnaasarpoq.

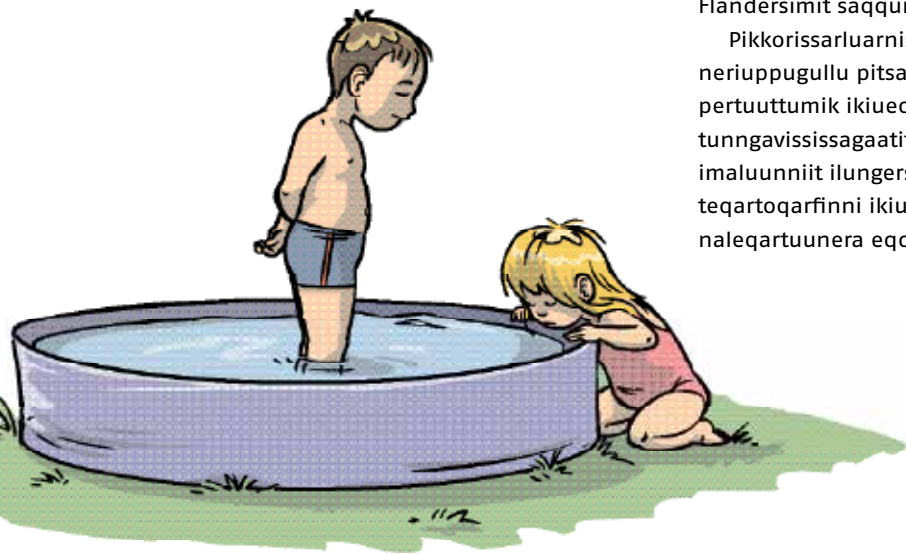
Ilinnut meeqqanut akisussaaffeqartuusumut, taamaattumillu meeqqanut ikiueqqaarnissamat immikkut sungiusarusuttumut atuagaq saaffiginnippoq. Inersimasunut ikiueqqaarnertuulli meeqqanut ikiueqqaarnerup malittarisassat assingulinnangajattut najoqqutarai. Meerarli ikiorneqartariaqaleraangat ikiueqqaartuuneq ajornakusoornerulersinnaasarpoq. Meeraq ajoquserpat misigissutsitsigut sunnertittaratta ikiueqqaartartutut paatsuungalersin-

naavugut allaallumi iliuuseqarnissatsinnut nukissaarussinnaasarluta.

Angajoqqaat meeqqamik ajoquteqarnerat erninnaq takusinnaasarpaat. Taamatuttaaq angajoqqaat meeqqamik ileqqi pissusilersutaallu nalunngilaat, meeqqallu pisarnermisut iliuuseqarnera nalilipallasinnaasarlugu.

Pikkorissartitsisuvoq Dansk Røde Kors. European Resuscitation Councilimit, Dansk Råd for Genoplivningimillu malittarisassianut atuagaq naapertuuppoq, aammalu Dansk Førstehjælps Rådimit innersuusutaalluni. Atuakkap Europami najoqqutassiat, najoqqutassiami EFAM-imi katersugaasut malippai, Belgian Red Cross – Flandersimit saqqummersinneqarsimasut.

Pikkorissarluarnissannik kissaappatsigit, neriuppugullu pitsaassutsikkut naapertuuttumik ikiueqqaarsinnaalernermut tunngavissisagaatit. Ajutoortoqarnerani, imaluunniit ilungersornartumik nappaateqartoqarfinni ikiuinerpit assorsuaq naleqartuunera eqqaamassavat.



■ IKIUEQQAARNERMI PISUSSAT PINGAARNERIT SISAMAT

Isumannaallisaagit

Meeraq ikiortariaqartoq paasigukku erninnaartumik iliuuseqarnissat akunnat-toorfiginagu.

- Ajutoornerup annertussusaata tamakerlugu takuniarnera aallartissutigiuk, kingornatigullu pisariaqartumik isumannaallisaallutit.
- Inuunerpit ulorianartorsiortinnginnissaa qulakkeeqqaassavat.
- Tullinnguullugu allat isumannaassavatit. Ajutoornerup nassatarisinnavaai aamma allat ajoqusernerat, ajoqusernulluunniit suli annermik ajoqusernera.

Meeraq nalileruk

- Meeraq nalileruk, ikiueqqaarneq eqqortoq piaarnerpaamik aallartisarsinnaalersillugu.

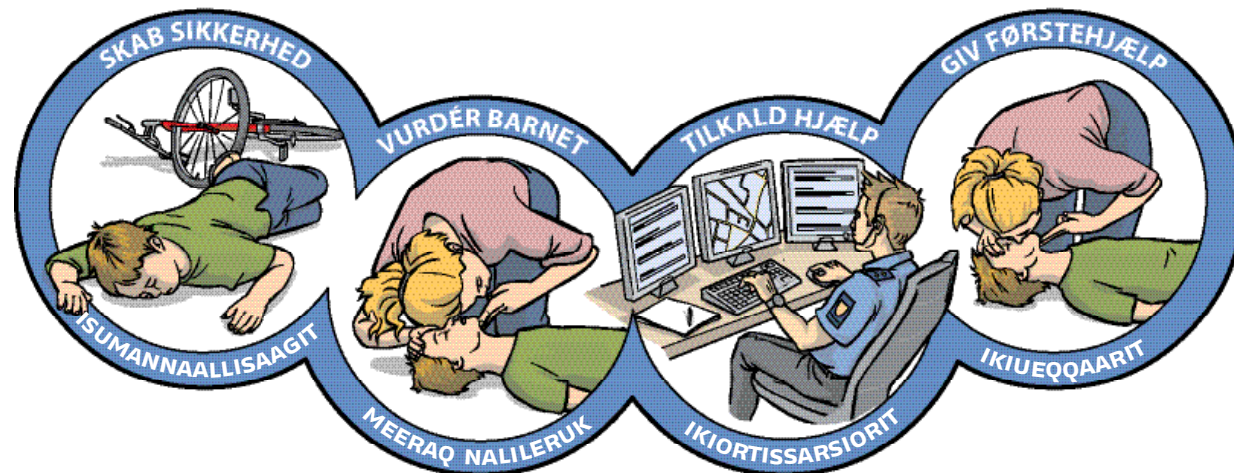
Qupperneq 7-imi nassuiarneqartutut meeraq isigiuk, oqaluuguk, misissorullu.

Ikiortissarsiorit

- Piaartumik ikiorneqartariaqarpat napparsimmavimmut sianerit.
- Ambulancemi inuttaasut tikiukkunik akisussaaffik tigussavaat.
- Sumiiffiit ilaanni nakorsalimmik ambulancimik ikiuiartortitsisoqarsinnaavoq.

Ikiueqqaarit

- Ikiuisussat pisariaqartut kalerrereerukkit ambulancip takkunnissaata tungaanut piginnaassuseqarlutit ikiueqqaarnissat meeqqap pisariaqartissavaa.



■ AJUTOORNERIT

Anersaartorfimmi tupissutit

Meeqqani tupissutaanerpaat tassaapput oorit (aningaasat), pingguaaqqat, imaluunniit nerisassat.

Torluk milinneqaraangat ipilersoqartarpoq. Torlummi qullerpaaq (toqqusaaq) milissimangitsunik anersaartorfinnik attassisussanik qisuariartaateqarpoq. Soorlu iffiap sequnneranik iinerluigaanni (nerilikkaanni) sakkortuumik quersoriartoqassaaq. Qaqtiguunngitsukkut taamaaliornikkut tupissutit peersinnissaannut naammappoq.

Taamaattorli tupissutit "anginerit" kaanngartitassaajunnaartarput, anersaartorfinillu militsitsivillutik.

Anersaartorfimmi tupissutinut ikiueqqaarnermi tupissutaasup annikitsuunera annertuneraluunniit apeqqutaasarpoq.

ANERSAARTORFIMMI TUPISSUT ANNIKITSOQ

Isumannaallisaagit

- Taamaalinerani qaqtigut isumannaallisaaneq pisariaqartarpoq.

Meeraq nalileruk

- Naak meeraq tupissimagaluarluni apequtitit akisinnaavai, quersorluni anersaartorsinnaallunilu.

Ikiortissarsiorit

- Tupissutaata kaanngartinnissaa qulariunnaarnissaanut allamik iliuuseqartari-aqanngilat meeqqamiiginnarlutilli.

Ikiueqqaarit

- Meeqqap quersortuarnissaa kaammattuutigissavat.



ANERSAARTORFIMMI TUPISSUT ANNERTOQQ

Isumannaallisaagit

- Taamaalinerani qaqtigut isumannaallisaaneq pisariaqartarpoq.

Meeraq nalileruk

- Tupissut annertuppat meeraq anersaartorsinnaassanngilaq. Taamaaliguni oqalussinnaaniluunniit quersorsinnaassanngilaq. Meeraq ilisimavoq, ilisimajunnaarnissaanulli annertuumik arlerinarartoqarpoq.

Ikiortissarsiorit

- Meeraq ilisimajunnaarpat HLR-ip aallartinnginnerani piaarnerpaamik napparsimmavimmut sianissaatit.
- Naak tupissutaa peeraluartoq nakorsiantittariaqassavat. Meeraq iggiingarsinnaavoq, tamannalu pissutaalluni tupissutip ilaa sulii anersaartorfianiissinnaalluni.
- Heimlichiliisoqarsimappat (ataaniittoq takuuk) meeraq nakorsamit misissorneqassaaq.

Ikiueqqaarit

Ataani najoqqutassiaq malittarissavat, sapinngisamik sivirusnerpaamik naavisigut naqeriartarlugu imlt. tunuatigut patittarlugu.

- Meeraq nikorfalluni qappassimassaaq.
- Aariaatigut tallimariarnissavit tungaanut patittaruk. Patereeraangakku tupissutaa kaanngarsimanersoq misissortassavat, meearlu anersaartulernerseq paasinirlugu.



Ikiortissarsiorit

- Ikiortissarsiorlutit sianilinnginnerni nillorsaaneq aallartiguk.

Napparsimmavimmut sianerit makku pippata:

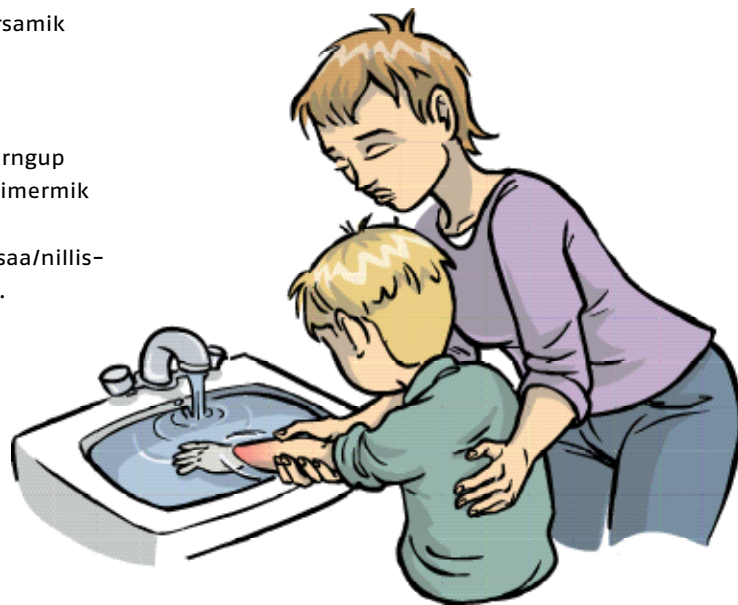
- Meeqqap talianik anginerusumik ammip iluani uuneruppat.
- Kaajallaasumik, soorlu talerni, nissuni, timimi imlt. pukusummi uuneruppat.
- Meeraq ilisimmaarisutsimigut sunner-tisimappat iluamilluunniit anersaartun-gippat.

Uunerni mikinerni uusimaffia nillorsaree-rukku nakorsamut attaveqassaait, makku pippata:

- Pullaqinerit fem kronimit angineruppata
- Uunera kiinamiippat, siutini, assanni, isikkani imlt. naggussat qulaanniippat.
- Uunera qernerlunilu seerippat.
- Neriuinerni tamatigut nakorsamik attaveqarit.

Ikiueqqaarit

- Uuffiisoq piaarnerpaamik erngup kuuffianit imlt. uffarfimmit imermik nillartaatumik nillorsaruk.
- Uusimasup erngup kissassusaa/nillis-susaa nammineq iluarsiliuk.



- Minnerpaamik minutsini 30-ni nillor-saagit, imlt. annernarunnaarnissaata tungaanut.
- Atisat pinnerfaatillu peeriaannaat pii-akkit.
- Atisat uunermut nippussimappata peer-niarsarissanngilatit. Atisat qaavatigut nillorsartariaqassaaq.
- Meeraq ajoqusersimasooq asingallunilu nillertumik aallerpat nallartissaaq, meeqqallu niui qaffatsissavatit.
- Ajoquserup timaa tamaat nillortoortin-nissaa pinaveeruk. Taamaallaat uuf-figisaa nillorsaruk, meearlu tæppinik oqorsarlugu.

Ammip qaani neriuinerni ikiueqqaarneq uunerni nassuiaassutinut assinguvoq.

Toqunartuninnerit ilukkullu neriugaanerit

Atortussianik neriuisunik imlt. toqunartunik ajutoornerit angerlarsimaffimmi pigajup-put. Meeqqani toqunartuninnerit soorlu naasunik, paarnanik, cigaritsinik qamitanik nakorsaatinillu iisaqarnernut atatillugu takuneqartarput.

Eqqiluinermi atortut qullernullu uuliat iineqartut ilukkut neriugaanernik sakkor-tuunik nassataqartitsinnaapput. Pinaveersaartitsiniarnerup isumaliutiginis-saa pingaartuuvoq.

Atortussiat neriuisut toqunartullu meeqqat angusinnaanngisaanni inissisimatikkat. Atortussiat tamatigut puuniitiinnartas-savatit.

Tamatigut www.giftlinjen.dk-mi imlt. +45 82 12 12-imi paasissutissarsiorsin-naavutit.

Isumannaallisaagit

- Ajutoortitsisoq atortussiaq attor-naveersaaruk imlt. najuunna-veersaaruk.



Meeraq nalileruk

- Toqunartunissimanermut takussutissa-qalernissamut nal. akunnikkaat inger-lasinnaapput. Toqunartunittoqartoq pasitsaakkukku utaqqissanngilatit.
- Toqunartuninnerni sakkortuuni aner-saartornikkut iluaalliortoqarsinnaavoq, sianigisalunneq, ilisimajunnaarneq, kaaviiarfiit sunnertinneri imlt. noqar-toornerit pisinnaapput.
- Ilukkut neriuinerit pisarput atortussiaq neriuisooq qanermik, iggissamik imlt. anersaartorfimmik attugaqarnermigut attaveqalerpat.



■ NIAQQUMI KIINNAMILU AJOQUSERNERIT

Tinunerit kiinnamilu aqqunarnerit

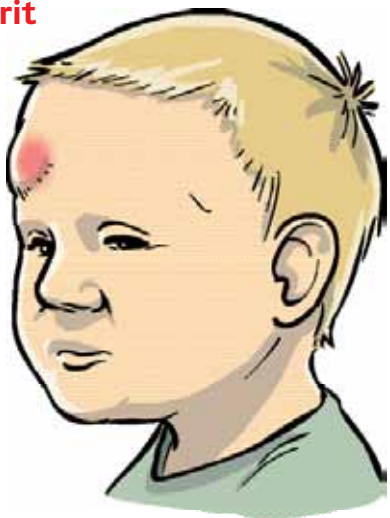
Tinuneq tassaavoq aanaartuq, ammip qulliup ilorliullu akornanniittartuq. Naak tinunerit annertusisinnaagaluartut aarleri-nartuunngillat.

Meeraq nalileruk

- Niaqqukkut anaattinnermi tinusoqarsinnaavoq. Tinuneq tassaavoq ammip iluani aanaarneq.
- Amikkut kilertoqarpat takussaasumik aanaartoqalissaaq – aamma qupp. 38-mi kilernertut kapitinnertullu ikit takukkit.

Ikiortissarsiorit

- Meeraq sunnertisimangippat nakorsi-artoqartariaqanngilaq.
- Qaratsamik sajuppillatsitsisimanermit takussutissaqassappat najoqqutassaq malittariuk; qupp. 18 takuuk.



Ikiueqqaarit

- Sapinngisamik piaarnerpaamik tinuneq nillertumik annoraaminermik qalleruk, anniarnarata nalaa tamaat nillorsaallutit. 20 minutsini tamanna pisinnaavoq.
- Kiinnami aqqunarnermi anersaartorfinnik aak miligussinnaavoq.
- Aanaarnera unitsiguk ikia naqissimallugu, aammalu kilernertut kapitinnertullu ikinut ikiueqqaarnermut najoqqutassiat malittariuk; qupp. 38.
- Niaqqukkut anaarlunnerni meeraq nal. akunnerini 24-ni nakkutigissavat.

Erniinnaartumik upperisapalaaq killilertigu: Ilaasa qangalili ilinniarsimavaat tinuneq nillertumik qallerneqarpat "illummoorsinnaasoq". Taamatut upperisaqarneq suminngaanneernersoq ilisimaneqanngilaq, eqqortuunngilarli. Tinusoorkut nillertumik qallerluarsinnaavat.

Kigutini ajoqusernerit

Meeqqani affaat kigutimikkut ajoquserartuput. Ikiorneqarlularunik kigutaat inisseqqissinnaasarput.

Meeraq nalileruk

- Kigut kaanngaamisimanersoq, ilaanik katatsisimanersoq imlt. katatsinneqarsimanersoq misissoruk.

Ikiortissarsiorit

- Piaarnerpaamik kigutilerisoq sianerfigiuk. Kigutilerisup ajoqusernerup qanoq piaartigisumik suliarineqassasoq aalajangissavaa. Tassalu kigutivinnut aamma immuttuutitut tamanna atuuppoq.

Ikiueqqaarit

- Kigut katatsinneqarsimappat panivis-sanngilaq.



- Kigutip sorlaa attornagu, ajoqusersinnaavormi.
- Kigut katataq immiartorfimmut immumik imlt. imermik tarajulimmik imalimmut ikiuk – ikiueqqaarnermut karsimit imeq tarajulik atoruk, imlt. nammineq imermut literimut tarajoq alussaateeraq ataaseq akuleruguk.
- Inersimasuni meeqqanilu anginerni kigut inikuanut inisseqqinneqarsinnaavoq. Kigutit ilaminerisinnaasai ujakkit, taakkumi nipputseqqinneqarsinnaasarput.
- Kigut meeqqat qarngata iluaniitinneqarsinaavoq. Tamannali meeqqanut mikinernut orniginartinneqanngilaq, kigut iisoorsinnaamassuk tupissutigaluguluunniit.