

仅手压式心肺复苏术

确认周围环境安全

如果此人没有正常反应和呼吸：



呼叫 9-1-1

或让其他人呼叫 9-1-1

知道您的位置

如果您不说英语，请指明您使用哪种语言



用力且快速地按压

胸部中间

至少按下 2 英寸 (5 厘米)



仍然活着



每分钟按压 100-120 次

想着每分钟 100-120 节拍的歌曲来帮助您按压



不要停止！

如果您按累了，换其他人继续按

注意：

www.kingcounty.gov/cpr



Seattle
Office of Emergency
Management



Public Health
Seattle & King County



Chinese- Simplified