

# Aboor - käkrac läi ku kôm

Thön/wël alon läai ku käm në ë të cît të yennë luui thîn kenë läi ku kôm në thök abor

**Dinka | Thuonjân**

## OFFICIAL

Të ler yîn dhuk në yân cî abor-rac iic, ke läairor, nanjic cuol/alöl, kapieny ebën tedä ke akarkar ebën, adhil bik löök bëën pandu, atiëp tedä ke dom ic.

### Luui kek kapieny

- Të töu yîn ayeer:
  - ✓ cien wær njony cök, kînh-cin ku juenbär bî diirku tiit
  - ✓ täu daai cinku yic apeî ku cök të wëc yîn piny në thök abor
  - ✓ yîn naa tîj këpiiny/këroor, ka yî dhuökciën ku pël bî jâäl në kuerde yic - duk goot guöp
  - ✓ ba njic ë kapiiny aa kuanj në pîiu iic
  - ✓ yîn alëu ba anyuon nyai pandu lööm erin yen alëu bî kapiiny, akarkar ku lääithî cuol abä baai.
- Yîn naa yök këpiiny yöndu ic, ka duk riöc, dhuök ciën tënë yeen amäth ku pël yen bî latuerj ka kuany kuerde ic. Duk got. Yuöp Akuötnhom ë Mac piny, Piny, Pîiu ku Aguirer në 136 186 ic tënë kuat warëj ë döom kapiiny/këroor luthîn baaidun cienj.
- Yîn naa acî këpiny yî kaac/cam:
  - ✓ ke duk dël thiäak ke këc löök/waak
  - ✓ muuk atîj ku göörë kuony cök ye lac yup në tööric/gueu 000
  - ✓ Töc piny tedä ke yî nyuc ke tënë cë kaac/cam atöpiny ë piöunhom.
  - ✓ kum ëtënë në madîl/alanh lawic ku cë koth/thiaanj. Naa töthîn, ka deer alandër tënë cî kaac ee luel ka piath ëya.
  - ✓ njic thä ë këc yî ku yenën yen tëu alanhdër thîn
  - ✓ duk tourniquet töc thîn, tem/njek tënë cî këpiny kaac ba lääu këpiny nyai, tedä ke them ba lääu këpiny thuët bei ë tetök/këëc ic.

### Luui kek akarkar

- Naa cî akarkar yî kaac/cam:
  - ✓ löök/waak ë tën cî kaacë ku tääu kuänh pîiu-lir thîn bî kony në arëm
  - ✓ duk ruöpic tēëu
  - ✓ wïc kuony akîm ëmantönjë naa yee akarkar thith/malual en cîi kac/cam tedä ke naa käk arëmdu acë ke nyîn juak apeî.

## Luui kek lääithi ku kām

- Lääithi cītmen col/lok ku luok/riēc wēn muk tuenytueny. Yīn alēu ba miēth ku kāŋ kōk wēn lēu bī ya Ƴān cīeŋ tēnē lääithi nyai.
- Nyai ē anyuon ku tāu akuāma nē diēeny anyuon nhīim. Dep wiēn lēnthi doom thīn Ƴān cīnic pīiu naa wīc.
- Rēer tē mec ke pīiu rac ē wēt e dhiēer dhiēeth thīn. Kum yī guöp apēi/arēt tē lēu en rot ku tac wāl dhiēer.
- Luēēŋ aa muk tuenytueny Wεεc miēth cē riäk wei nyinic (ēmantōŋē) cēman ee tēn ee luēŋ looi dhiēeth thīn.
- Naa ci yī kaac/cam tedā ke cē lai yī gām tētök/ŋääth tedā ke yī cī yī moc nē kōm kawīc kuony wēēt tēnē akīmdu tedā ke yuöpē AKĪMMUK-ALŌŌ-YUP thää ka 24 nē akōltök ic, nīin ka 7 wiik/läät nē 1300 60 60 24 ic.

Kuba ē warēŋ cī gāt bic kēnē yök/lōöm nē kuer ē rot yök, imel [pph.communications@health.vic.gov.au](mailto:pph.communications@health.vic.gov.au)

