

|  |
| --- |
| Aboor - käkrac läi ku kɔ̈m |
| Thön/wël alɔŋ lääi ku käm në ë të cït të yennë luui thïn kenë läi ku kɔ̈m në thök abor |
| Dinka | Thuɔŋjäŋ  OFFICIAL |

Të ler yïn dhuk në ɣän cï abor-rac iic, ke lääiror, naŋic cuɔɔl/alöl, kapiɛny ebɛ̈n tedä ke akarkar ebɛ̈n, adhil bïk lɔ̈ɔ̈k bɛ̈ɛ̈n pandu, atiɛ̈p tedä ke dom ic.

# **Luui kek kapiɛny**

* Të tɔ̈u yïn aɣeer:
* cieŋ wɛɛr ŋɔny cök, kïnh-cin ku juɛnbär bï diirku tiit
* täu daai cinku yic apɛi ku cök të wëc yïn piny në thök abor
* yïn naa tïŋ këpiiny/këroor, ka yï dhuɔ̈kciën ku pɛ̈l bï jääl në kuerde yic - duk gɔɔt guöp
* ba ŋic ë kapiiny aa kuaŋ në pïïu iic
* yïn alëu ba anyuɔn nyai pandu lööm erin yen alëu bï kapiiny, akarkar ku lääithï cɔɔl abä baai.
* Yïn naa yök këpiiny ɣöndu ic, ka duk riɔ̈ɔ̈c, dhuök ciën tënë yeen amäth ku pɛ̈l yen bï latueŋ ka kuany kuerde ic. Duk gɔt. Yuöp Akuötnhom ë Mac piny, Piny, Pïïu ku Aguiɛr në 136 186 ic tënë kuat warɛŋ ë dɔɔm kapiiny/kɛ̈roor luthïn baaidun cieŋ.
* Yïn naa acï këpiny yï kaac/cam:
* ke duk dɛ̈l thiääk ke kɛ̈c lɔɔk/waak
* muuk atïŋ ku gɔ̈ɔ̈rë kuɔny cök ye lac yup në tɔ̈ɔ̈ric/gueu 000
* Töc piny tedä ke yï nyuc ke tënë cë kaac/cam atɔ̈piny ë piöunhom.
* kum ëtënë në madïl/alanh lawïc ku cë koth/thiaaŋ. Naa tɔ̈thïn, ka deer alaŋdɛ̈r tënë cï kaac ee luel ka piath ëya.
* ŋic thä ë kɛc yï ku yenɛn yen tɛ̈u alanhdɛ̈r thïn
* duk tourniquet tɔɔc thïn, tem/ŋek tënë cï këpiny kaac ba lääu këpiny nyai, tedä ke them ba lääu këpiny thuët bei ë tetök/kɛ̈ɛ̈c ic.

# **Luui kek akɔrkɔɔr**

* Naa cï akarkar yï kaac/cam:
* lɔɔk/waak ë tën cï kaacë ku tääu kuänh pïïu-lir thïn bï kony në arɛm
* duk ruöpic tɛ̈ɛ̈u
* wïc kuɔny akïm ëmantöŋë naa yee akarkar thith/malual en cïï kac/cam tedä ke naa käk arɛmdu acë ke nyïn juak apɛi.

# **Luui kek lääithi ku käm**

* Lääithï cïtmɛn col/lok ku luɔk/riëc wën muk tuɛnytuɛny. Yïn alëu ba miëth ku käŋ kɔ̈k wɛ̈n lëu bï ya ɣän ciɛŋ tënë lääithi nyai.
* Nyai ë anyuɔn ku täu akuäma në diɛɛny anyuɔn nhïïm. Dep wiën lënthi dɔɔm thïn ɣän cïnic pïïu naa wïc.
* Rëër të mec ke pïïu rac ë wɛ̈t e dhiëër dhiëëth thïn. Kum yï guöp apɛi/arët të lëu en rot ku tac wäl dhiëër.
* Luëëŋ aa muk tuɛnytuɛny Wɛɛc miëth cë riäk wei nyinic (ëmantöŋë) cëman ee tën ee luëŋ looi dhiëëth thïn.
* Naa ci yï kaac/cam tedä ke cë läi yï gäm tëtök/ŋääth tedä ke yï cï yï moc në kɔ̈m kawïc kuɔny wëët tënë akïmdu tedä ke yuöpë AKÏMMUK-ALƆŊ-YUP thää ka 24 në aköltök ic, nïïn ka 7 wiik/läät në 1300 60 60 24 ic.

Kuba ë warɛŋ cï gät bic kënë yök/lööm në kuer ë rot yök, imel [pph.communications@health.vic.gov.au](mailto:pph.communications@health.vic.gov.au)

