

TANDA-TANDA TUBUH TIDAK SIHAT



LANGKAH KEJAYAAAN



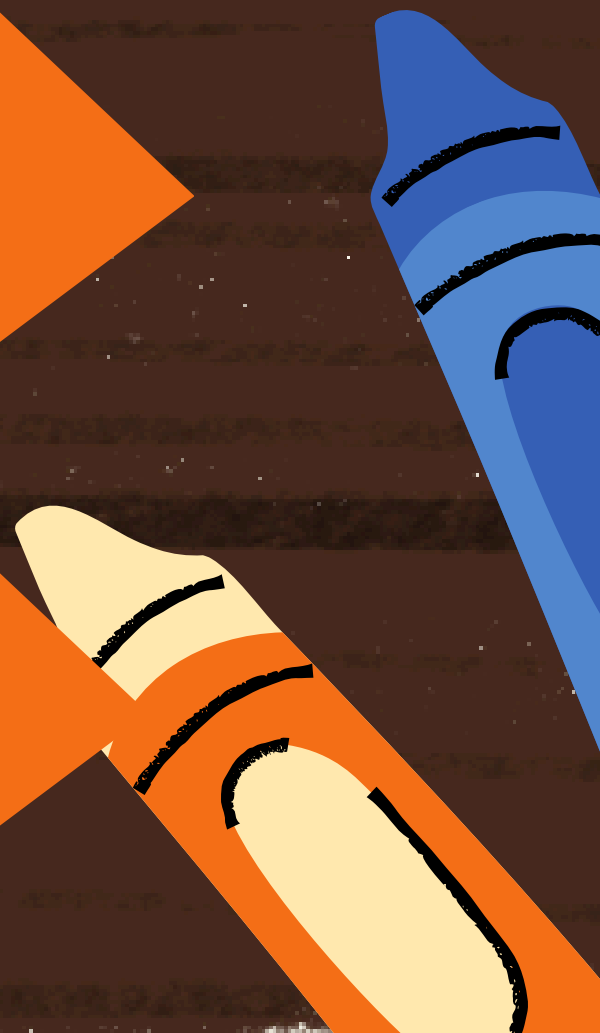
Menyebut sekurangnya
3 tanda tubuh tidak sihat



Menyebut sekurangnya
3 tindakan jika tidak sihat



Tahu cara memaklumkan
kepada ibu bapa/orang terdekat
jika tidak sihat



KENALI ORANG SAKIT





TANDA-TANDA TUBUH KITA TIDAK SIHAT



1.

Batuk dan selesma





TANDA-TANDA TUBUH KITA TIDAK SIHAT



2.

Nafas laju dan
sukar bernafas



TANDA-TANDA TUBUH KITA TIDAK SIHAT



3.

Kurang aktif

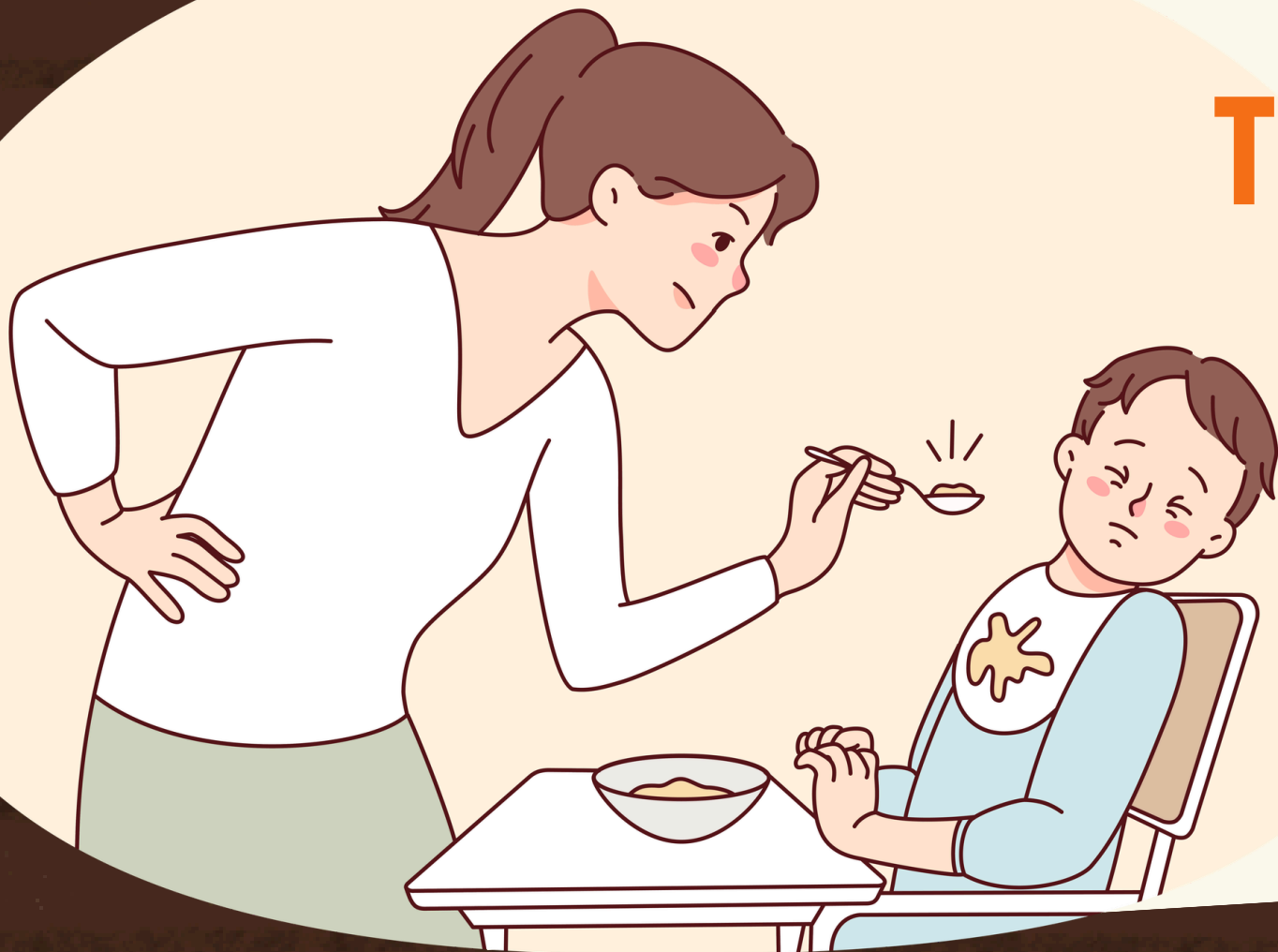




TANDA-TANDA TUBUH KITA TIDAK SIHAT

4.

Tiada selera makan





TANDA-TANDA TUBUH KITA TIDAK SIHAT



5.

Sakit dada dan
Sakit perut





TANDA-TANDA TUBUH KITA TIDAK SIHAT



7.

Tanda-tanda kurang
hidrasi seperti kurang
kencing dan bibir
kering





TANDA-TANDA TUBUH KITA TIDAK SIHAT



8.
Kurang tahap
kesedaran dan
kekeliruan





TANDA-TANDA TUBUH KITA TIDAK SIHAT



9.

Sawan





TANDA-TANDA TUBUH KITA TIDAK SIHAT



10.

Demam yang
berterusan



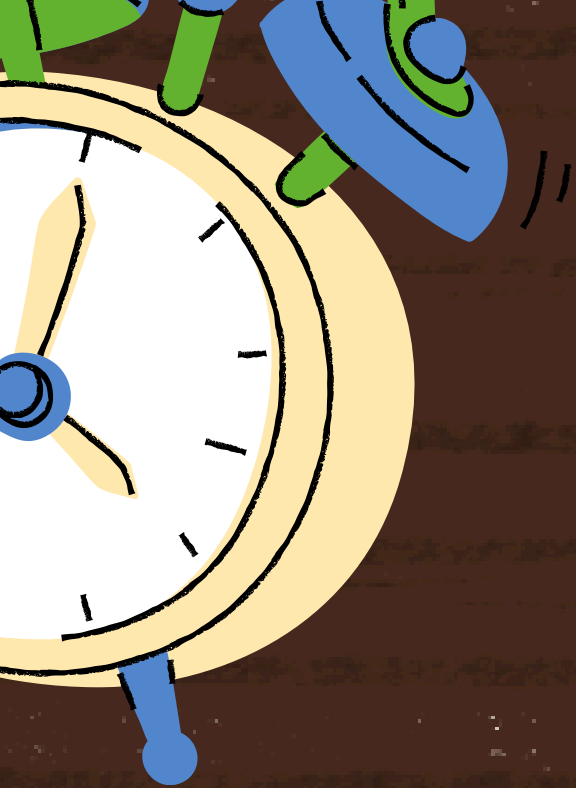


TANDA-TANDA TUBUH KITA TIDAK SIHAT



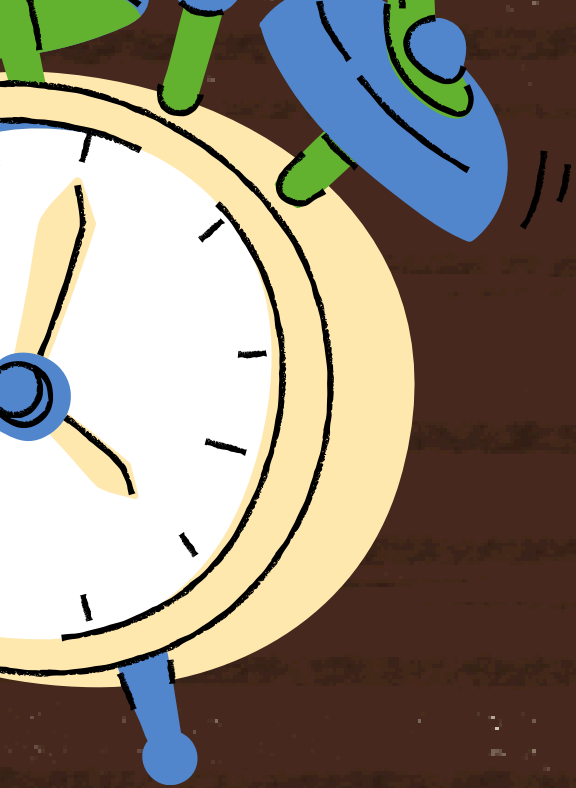
11.
Gejala loya,
muntah atau
cirit-birit





SOALAN





PERKARA YANG PERLU DIBUAT JIKA SAKIT



PERKARA YANG PERLU DIBUAT JIKA SAKIT

1.
Maklumkan
kepada ibu bapa
atau penjaga
segera



PERKARA YANG PERLU DIBUAT JIKA SAKIT

2.
Berehat
secukupnya



PERKARA YANG PERLU DIBUAT JIKA SAKIT

3.

Minum air dengan
banyak



PERKARA YANG PERLU DIBUAT JIKA SAKIT

- 4. Pakai pakaian yang ringan dan selesa



PERKARA YANG PERLU DIBUAT JIKA SAKIT

- 5.
Gunakan tuala
basah suam untuk
tuam badan



PERKARA YANG PERLU DIBUAT JIKA SAKIT

6.
Ambil ubat yang
diberi oleh ibu
bapa atau doktor
sahaja



PERKARA YANG PERLU DIBUAT JIKA SAKIT

7.
Pantau suhu
badan



PERKARA YANG PERLU DIBUAT JIKA SAKIT

8.
Elakkan
makanan/minuman
sejuk atau terlalu
panas



PERKARA YANG PERLU DIBUAT JIKA SAKIT

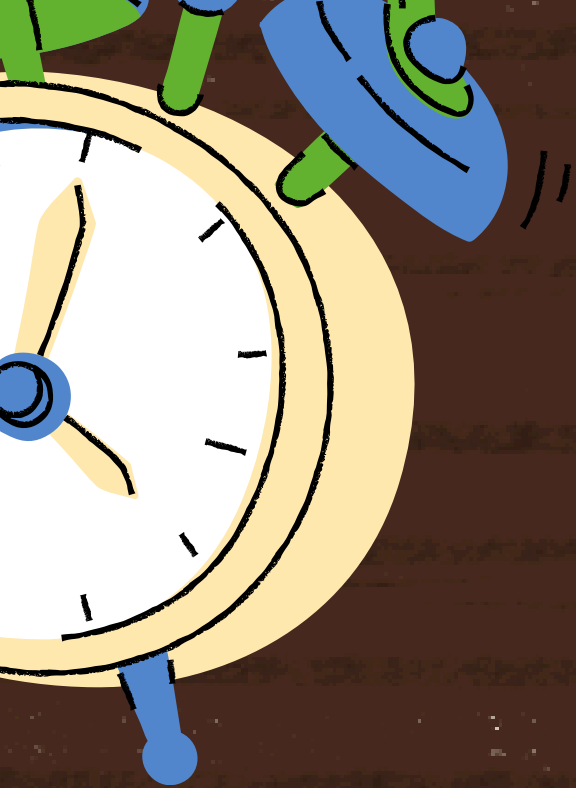
9.
Tidur awal dan
cukup



PERKARA YANG PERLU DIBUAT JIKA SAKIT

10.
Jumpa doktor jika
demam berpanjangan
(>2 hari) atau suhu tinggi
($>39^{\circ}\text{C}$)





SOALAN



THANK YOU!

