

One Point Advice: Paghahanda para sa Lindol Tokai

## **CRUSH SYNDROME (KURASSHU SHOUKOUGUN)**

東海地震に備えて（ワンポイント/アドバイス）～クラッシュ症候群とは？～

Ano ba ang crush syndrome?

Sa naganap na HANSHIN AWABI DAI SHINSAI o Kobe Earthquake noong taong 1995, maraming tao na nadaganan ng mga gumuhong gusali at kabahayan ang nai-rescue. Makalipas ang ilang oras ay biglang may mga grabeng naging symptoms ang naganap na ikinamatay ng marami. Ito ay ang tinatawag na Crush Syndrome.

Dito sa Japan, unang nakilala ang crush syndrome matapos maganap ang Kobe Earthquake. Sa naganap na lindol, kulang-kulang na 372 katao ang inatake ng crush syndrome. Sa mga inatake ay may 50 katao ang namatay.

Ano ang mga maaari nating gawin kapag may inaatake ng Crush Syndrome?

Ang mga maaaring atakihin ng sintomas ng Crush Syndrome:

1. Kung mahigit 2 oras na nadaganan ang baywang, braso, hita at iba pa.
2. Masakit ang muscles o namimitig ang paa o kamay, mahina ang kondisyon.
3. May kahalong dugo ang ihi o brown ang ihi.
4. Ang dami ng ihi ay nabawasan,  
... at iba pa.

Hangga't maaari upang maiwasan ang Crush Syndrome ay kailangan ang mabilis na pagliligtas sa biktima. Sa ganong pagkakataon, ang mga sumusunod na aksiyon ay mahalaga:

1. Tumawag sa telepono sa numero 119.
2. Kausapin bilang suporta ang sugatan o biktima. Kung malamig, upang di bumaba ang temperature ng katawan ng biktima ay kumutan ito.
3. Kung kayo mismo ang nag-rescue sa biktima, kailangang alamin, tandaan at sabihin ninyo sa manggagamot kung ilang oras ninyong tinakbo ang pagamutan, oras ng pagkakadagan, parte ng katawan na nadaganan, ano ang nakadagan at ang bigat ng nakadagan.