

Garchabhair do Taom Tónach Clónach

Taom nuair a théann an corp stromptha (an tréimhse tónach) agus nuair a leanann sracadh matáin sin (an tréimhse clónach)



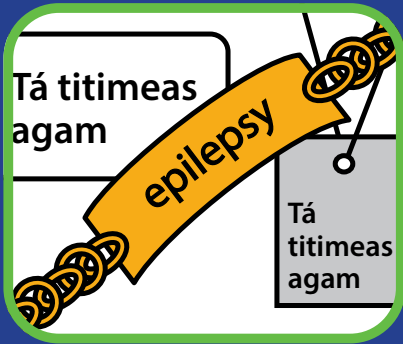
1. Coinnigh súil ar chúrsaí ama



2. Bog aon rud baolach as an mbealach



3. Cosain an ceann



4. Bí ag faire amach do chomhartha aitheantais titimis



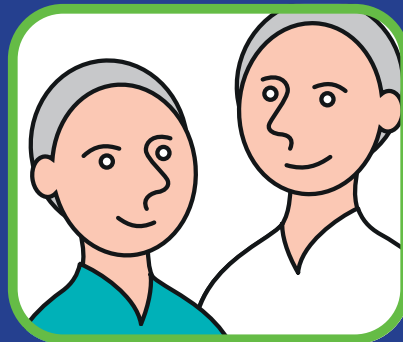
5. Ná cuir aon rud i mbéal an duine



6. Ná cuir srian ar an duine agus ná bog an duine ach amháin má tá siad i mbaol



7. Cuir an duine ar a dtaobh (sa luí téarnaimh) nuair atá an taom thart



8. Fan leis an duine go dtí go bhfuil an taom críochnaithe agus tabhair cabhair dóibh



Cathain chun glaoch a chuir ar otharcharr

- Má leanann an taom ar feadh níos mó ná cúig nóiméad
- Má tharlóinn níos mó ná taom amháin gan stopadh
- Má tá sé a gcéad taom riamh
- Ma tá siad gortaithe
- Má tá aon amhras ort