

ЧЕЛОВЕК ПОДАВИЛСЯ

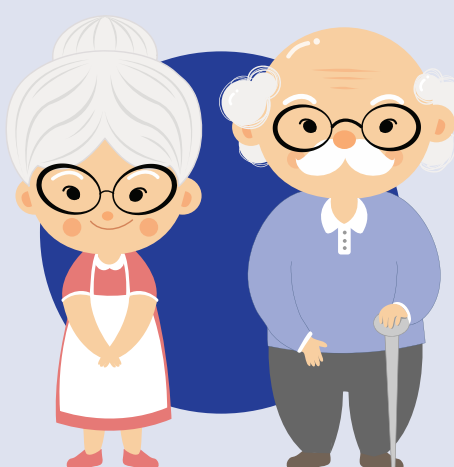
Когда человек подавился, мы обычно стучим ему по спине. А что делать, если ситуация угрожает жизни? Поможет наша памятка.

ГРУППЫ РИСКА

Подавиться во время еды может каждый, но эти группы людей находятся в зоне повышенного риска:



Дети до 5 лет



Люди старшего возраста



Люди с неврологическими заболеваниями



Пациенты, страдающие ОРВИ



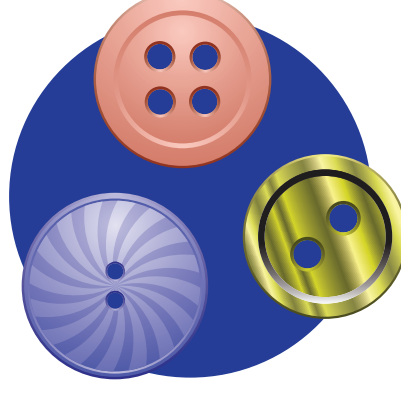
Люди с анатомическими нарушениями, мешающими процессу глотания (например, с заячьей губой)

В ЗОНЕ ВНИМАНИЯ ДЕТИ!

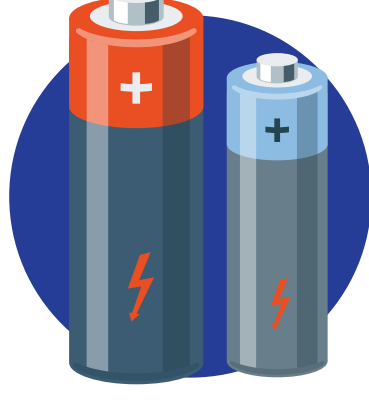
В период прорезывания зубов дети особенно активно тянут в рот предметы. Риск подавиться у них возрастает в разы. Особую опасность представляют:



Мелкие детали игрушек



Пуговицы



Батарейки



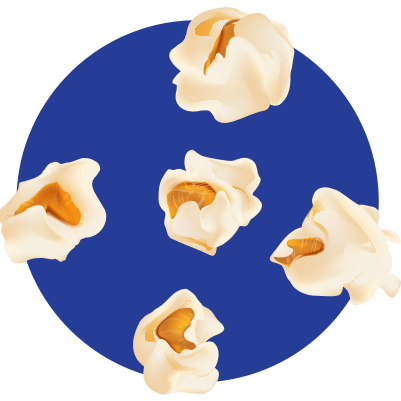
Монеты



Колпачки от маркеров и ручек



Карамель и леденцы



Попкорн



Целые фрукты, от которых можно откусить большой кусок



Орехи

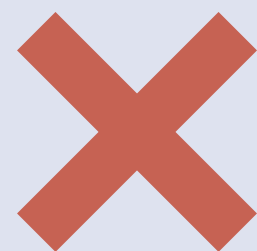


Фруктовые косточки

ТРЕВОЖНЫЕ СИГНАЛЫ



Если человек подавился и кашляет, это хороший признак – значит, дыхательные пути не перекрыты.

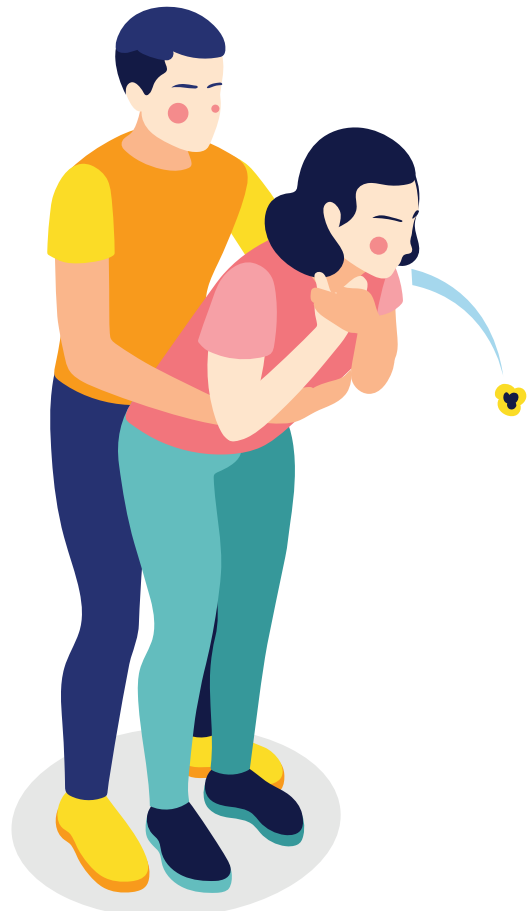


Если человек хватается за горло, машет руками, не может издать ни звука, помощь надо оказывать немедленно.

КАК ОКАЗАТЬ ПОМОЩЬ

Метод Геймлиха

- Обхватите человека сзади – руки положите на область между пупком и нижней частью ребер
- Нижнюю ладонь сожмите в кулак
- Сильно надавите кулаком на живот, резко согнув обе руки в локтях



КАК ОКАЗАТЬ ПОМОЩЬ

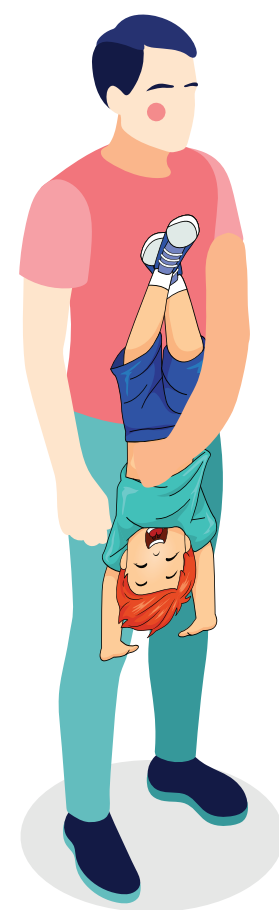
Если вам приходится оказывать помощь беременной женщине или тучному человеку, то сделайте следующее:

- Встаньте за спиной у пострадавшего
- Наклоните его вперед
- Нанесите ему несколько резких ударов основанием ладони между лопаток



ЕСЛИ ПОДАВИЛСЯ РЕБЕНОК ДО ГОДА

- Возьмите ребенка за ноги, переверните головой вниз
- Прижмите тело ребенка к себе, придерживайте в области ключицы, рукой приоткройте рот
- Резко приседайте с быстрым торможением



ЕСЛИ ПОДАВИЛИСЬ ВЫ

- Постарайтесь подавить панику
- Кашляйте – это естественный защитный механизм
- Согнитесь пополам – так вы усилите кашель
- Попробуйте рассмотреть застрявший в горле предмет в зеркале и сдвинуть его

Не пытайтесь ухватить предмет пальцами, это опасно!



ЧТО ДЕЛАТЬ, ЧТОБЫ НЕ ПОДАВИТЬСЯ



Не ешьте лежа



Запивайте пищу водой



Не пытайтесь глотать очень большие куски



Тщательно пережевывайте пищу



Не разговаривайте во время еды