szkolenia-BHP24.pl

materiały informacyjne Kraków, 2013-01-03

Pierwsza pomoc w przypadku zadławienia

Zadławienie, z pozoru niegroźne, jest w istocie stanem zagrożenia życia. Całkowita niedrożność dróg oddechowych może doprowadzić do niedotlenienia organizmu, a w jego konsekwencji do utraty przytomności, a nawet zatrzymania akcji serca. Przyczyną zadławienia jest najczęściej utknięcie fragmentu pożywienia w górnej części dróg oddechowych. W przypadku częściowej niedrożności dostęp powietrza do płuc jest możliwy, choć utrudniony. W takiej sytuacji najczęściej pomaga naturalny odruch kaszlu. Jeśli dochodzi do całkowitej niedrożności, osoba poszkodowana nie jest w stanie kaszleć, mówić oraz oddychać. Potrzebna jest pomoc. Omówmy zatem zasady udzielania pierwszej pomocy w przypadku zadławienia osoby dorosłej.

W pierwszej kolejności należy upewnić się, czy rzeczywiście doszło do zakrztuszenia. Pytamy więc osobę poszkodowaną „Czy się zadławiłeś?". Po potwierdzeniu zachęcamy do kaszlu. Przy częściowej niedrożności kaszel powinien doprowadzić do usunięcia ciała obcego z przełyku. Jeśli osoba zadławiona nie może mówić lub kaszel nie pomaga, należy przystąpić do udzielania pierwszej pomocy. Przede wszystkim należy pomóc poszkodowanemu wstać, a następnie stanąć za nim i lekko go pochylić. Cały czas asekurujemy osobę, przytrzymując ramieniem i umiejscawiając jedną z nóg pomiędzy nogami osoby zakrztuszonej. Następnie uderzamy pomiędzy łopatki w taki sposób, jakbyśmy chcieli „wybić" ciało obce z przełyku poszkodowanego.
Jeśli uderzenia nie doprowadziły do udrożnienia dróg oddechowych, należy przystąpić do ucisków nadbrzusza. Przykładamy pięść jednej dłoni pod mostkiem, drugą dłonią chwytamy za swoją pięść i pociągamy ku sobie w kierunku górnym, uciskając tym samym nadbrzusze poszkodowanego. Uderzenia i uciski należy wykonywać naprzemiennie aż do usunięcia ciała obcego z przewodu oddechowego.

Dla dokładnego zapoznania się z elementami pierwszej pomocy osobie zadławionej warto obejrzeć film edukacyjny:
https://www.szkolenia-bhp24.pl/film-online-zadlawienie

Pamiętaj jednak, że tylko praktyka czyni mistrza. Wiele organizacji i fundacji organizuje darmowe kursy i szkolenie z pierwszej pomocy. Warto z nich skorzystać i nauczyć się ratować życie - dla bezpieczeństwa Twoich najbliższych!

W serii darmowych **filmów edukacyjnych** nt. pierwszej pomocy ukazały się dotychczas:

1. Numery alarmowe w Polsce
   https://www.szkolenia-bhp24.pl/numery-alarmowe

2. Pierwsza pomoc – osoba nieprzytomna oddychająca
   https://www.szkolenia-bhp24.pl/pozycja-bezpieczna-online

HR LAB Health and Safety
ul. Św. Filipa 23
31-150 Kraków

T: 12.394.21.97
E: BOK@szkolenia-BHP24.pl
NIP: 945-186-14-01

www.szkolenia-BHP24.pl