

شیوه‌های برخورد با خفگی کودکان



آیا تا به حال فکر کرده‌اید که اگر یک جسم خارجی در راه تنفسی کودک یا شیرخوار شما گیر کند و منجر به مسدود شدن راه هوایی شود، برای خارج کردن آن چه باید کرد...

جام جم آنلاین: آیا تا به حال فکر کرده‌اید که اگر یک جسم خارجی در راه تنفسی کودک یا شیرخوار شما گیر کند و منجر به مسدود شدن راه هوایی شود، برای خارج کردن آن چه باید کرد؟ متأسفانه در این مواقع بسیاری از افراد تصور می‌کنند بهترین اقدام برای خروج جسم، وارد کردن انگشتان دست به داخل دهان مصدوم است، حال آن که وارد کردن انگشتان دست به داخل دهان مصدوم می‌تواند منجر به تحریک و اسپاسم عضلات حلق، زخم و خونریزی مجاری، آسیب به تارهای صوتی و از همه بدتر هدایت و نفوذ بیشتر جسم به قسمت‌های داخلی‌تر شود. چه باید کرد؟

انسداد راه هوایی در افراد هوشیار اغلب هنگام خوردن رخ می‌دهد. کودکان و شیرخواران ممکن است با همه جور شیئی دچار خفگی شوند. خوراکی‌هایی چون پسته، بادام، فندق، حبه انگور، آب نبات و... اغلب به علت شکل خاص خود باعث مشکل می‌شوند. البته غیر از غذا، چیزهای غیرخوراکی دیگری چون مهره، تیله، سکه، قطعات اسباب‌بازی و... نیز می‌توانند باعث خفگی شوند. هنگامی که راه هوایی کاملاً بسته شده باشد، مصدوم قادر به صحبت کردن، نفس کشیدن و سرفه کردن نیست و به طور غریزی تقلا می‌کند، گردنش را می‌گیرد، هراسان و نگران است و رنگ صورتش کبود می‌شود که به آن «#171 زجر تنفسی» می‌گویند. در این هنگام بهترین اقدام برای خارج کردن جسم خارجی انجام فوری مراحل زیر است.

– مصدوم را از نظر پاسخ‌دهی بررسی کنید: فردی که نتواند حرف بزند یا سرفه کند و گردنش را با دستانش سفت بگیرد، راه تنفسی او کاملاً مسدود شده است.

– تشویق به سرفه کردن: سرفه کردن با افزایش فشار داخل قفسه سینه می‌تواند منجر به خروج جسم خارجی شود، اگر این روش جواب نداد به مرحله بعد بروید.

– ضربه به پشت: پشت مصدوم بایستید و فرد را تا جایی که امکان دارد به سمت پایین خم کنید و با کف دست بین دو کتف او تا 6 بار ضربه بزنید. ضربه باید رانشی و به حد کافی محکم باشد تا بتواند جسم خارجی را به بیرون پرتاب کند. در این حال دهان مصدوم را بررسی کنید و از خروج جسم خارجی مطمئن شوید. اگر جسم خارجی بیرون نیامده باید از مانور وارد آوردن فشار به شکم استفاده کنید. به این مانور «#171؛ هایم لیش» گویند.

مانور هایم‌لیش

پشت مصدوم بایستید. دست مشت شده خود را روی شکم (بین ناف و استخوان جناغ سینه) او قرار دهید، دست دیگرتان را روی دست مشت شده قرار دهید و با یک فشار سریع دست‌تان را به سمت داخل و بالا وارد کنید. این عمل را 6 تا 8 بار تکرار کنید. به خاطر داشته باشید دست خود را در محل صحیح قرار دهید تا احتمال آسیب به اعضای داخلی شکم یا افزایش احتمال استفراغ در اثر فشار معده کاهش یابد.

این مانور برای کودکان زیر یک سال، زنان باردار و افراد چاق ممنوعیت دارد. برای این افراد به جای ضربه به شکم، با احتیاط به قفسه سینه‌شان ضربه و فشار ناگهانی وارد کنید.

پس از انجام مانور، دوباره دهان مصدوم را بررسی کنید. اگر جسم خارجی نمایان بود آن را با انگشت محکم بگیرید و بیرون بکشید. اگر مصدوم بیهوش و جسم خارج نشد، بلافاصله با 115 تماس بگیرید.

خفگی در شیرخواران

اگر نوزاد یا شیرخوار کوچکی را دیدید که می‌خواهد گریه کند ولی نمی‌تواند و رنگ صورتش کبود شده است، به بسته بودن راه تنفسی او مشکوک شوید. شیرخوار را روی بازو یا ران پای خود به صورت خوابانده و روی شکم به گونه‌ای که سر او کاملاً به طرف پایین باشد، قرار دهید. با کف دست به آرامی 5 بار بین دو کتف او ضربه بزنید.

اگر حالت خفگی برطرف نشد، نوزاد را به پشت روی پای خود بخوابانید و در حالی که سر او به طرف پایین باشد دو انگشت خود را درست در زیر خط فرضی که نوك سینه‌ها را به هم وصل می‌کند، قرار دهید. این ناحیه را 5 بار فشار دهید و سپس داخل دهان را نگاه کنید. اگر خفگی برطرف نشد فوراً نوزاد یا شیرخوار را به بیمارستان برسانید.