

نجات جان با یک حرکت ساده

زهرا احمدی

کارشناس کودکان
دانشکده علوم پزشکی تربت جام



فاطمه جلیلی

کارشناس مسؤول آموزش سلامت
دانشکده علوم پزشکی تربت جام



نحوه بازکردن راه هوایی در کودک دچار آسپیراسیون مواد غذایی / جسم خارجی با تنفس غیرمؤثر یا دیسترس تنفسی پیشرونده

- به کودک اجازه دهید در راحت ترین وضعیت قرار گیرد.
- ترشحات ناحیه گلو را پاک کنید.
- داخل دهان را نگاه کنید در صورت رویت جسم خارجی از سمتی که جسم خارجی در آن قرار ندارد، انگشت نشانه را وارد دهان کرده به حالت قلاب درآورید و پشت جسم خارجی قرار دهید و جسم را خارج کنید.

من و همسر من تصمیم گرفتیم با بزرگ شدن دختر و پسرمان که حالا ۱۶ و ۱۲ ساله شده بودند طعم شیرین تولد نوزاد و بزرگ کردن او را برای بار سوم تجربه کنیم. خداوند در تاریخ ۱۳۹۹/۶/۹ فرشته کوچکی به ما هدیه داد و ما اسم او را مهیسا گذاشتیم. مهیسای کوچکم تا حدود ۲ ماهگی هیچ مشکلی نداشت و با شیر خودم تغذیه می شد تا اینکه در ۲ ماهگی به علت تشنج مدتی بیمارستان بستری شد و من به خیال اینکه علت تشنج ممکن است شیر خودم باشد خودسرانه و بدون مشورت با بهروز و مامای مرکز بهداشتی درمانی روستا، با کم کردن شیر خودم برای او شیر مصنوعی شروع کردم. پس از ترخیص دخترم هراز گاهی دچار حملات تشنجی می شد که به دنبال مصرف دارو بهبود پیدا می کرد تا اینکه در روز حادثه طبق روال همیشه شیرش را آماده کردم و در حالی که به پشت دراز کشیده بود بطری را در دهانش گذاشتم که بعد از چند دقیقه ناگهان به علت ورود شیر به مجرای هوایی اش دچار کبودی شد و به سختی نفس می کشید، دستپاچه شده بودم نمی دانستم باید چه کاری انجام دهم دخترم را بغل کردم و با فریاد همسرم را صدا زدم، اما در کمال ناباوری دخترم روی دستمان نفسش قطع شد و ما را با دنیایی از حسرت و افسوس تنها گذاشت.





در کودکان بالای یک سال

- در حالی که کودک نشسته یا زانو زده در پشت کودک قرار بگیرید و دستان خود را به دور بدن او حلقه کنید. یک دست خود را درست در زیر استخوان جناغ سینه کودک مشت کرده و دست دیگر خود را بر روی دست مشت شده گذاشته و به سمت بالا به داخل شکم فشار دهید. این مانور (Heimlich) را ۵ بار تکرار کنید. (مطابق شکل)
- اگر کودک در حالت خوابیده قرار دارد تنها زیر استخوان جناغ سینه را فشار دهید.

در شیرخواران زیر یک سال و کودکان کوچک اندام

- شیرخوار را روی بازو یا ران خود به گونه‌ای بخوابانید که سر او به طرف پایین قرار گیرد.
- با برجستگی کف دست ۵ ضربه به پشت شیرخوار (بین دو کتف) بزنید.
- اگر انسداد همچنان باقی است، شیرخوار را برگردانید و ۵ بار با ۲ انگشت، فشردن قفسه سینه را انجام دهید. (یک انگشت پایین‌تر از وسط خط فرضی که نوک دو پستان را به هم وصل می‌کند).

