



کمک های اولیه برای خفگی در نوزادان زیر 12 ماه

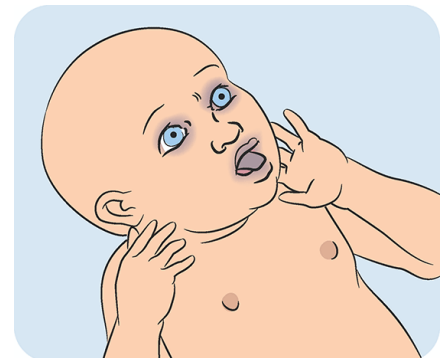
علامت نشان دهنده خفگی در نوزادان: چه کارهایی باید انجام بدهید



نوزاد را رو به پایین روی ساعد خود بخوابانید. دهان نوزاد را با انگشتان خود باز نگه دارید. با استفاده از کف دست، ضربه ای محکم بین مفاصل شانه به پشت نوزاد بزنید. تا حداکثر پنج ضربه به پشت او بزنید. بین هر ضربه، چک کنید تا ببینید آیا گرفتگی باز شده است یا خیر.



اگر نوزاد علامت خفگی دارد، سریعاً با شماره 000 تماس بگیرید. از مراحل باز کردن گرفتگی، همانند تصاویر بعدی، پیروی کنید. اپراتور پای خط می ماند تا به شما کمک کند.



این ها علامت نشان دهنده خفگی در نوزادان می باشند: سرفه، حالت تهوع، تنگی نفس، آزردهگی، صدای خفگی، صدای تنفس تند، عدم تنفس، عدم وجود صدا، رنگ پریدگی، رنگ کبودی، از دست دادن هشیاری.

کمک های اولیه برای خفگی: مراحل بعدی



اگر نوزاد همچنان حالت خفگی دارد، تا رسیدن خدمات اورژانس، به طور متناوب پنج ضربه به پشت بزنید و پنج بار قفسه سینه را فشار دهید. اگر نوزاد بیهوش شود CPR نوزاد را شروع کنید.



اگر شی شل شده یا در آمده باشد، آن را با انگشت کوچک خود در آورید. نوزاد را روی پهلویش و در حالت بهبود در حالیکه سرش به پایین است قرار بدهید.

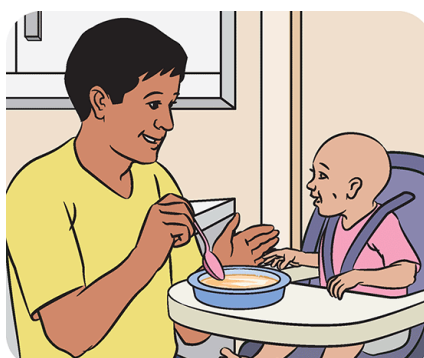


اگر گرفتگی باز نشده باشد، نوزاد را به پشت بخوابانید. دو انگشت را در مرکز قفسه سینه قرار دهید، و تا پنج بار قفسه سینه را فشار دهید - مانند فشارهای CPR ولی آرامتر و سریعتر. بین هر فشار، چک کنید تا ببینید آیا گرفتگی باز شده است یا خیر.

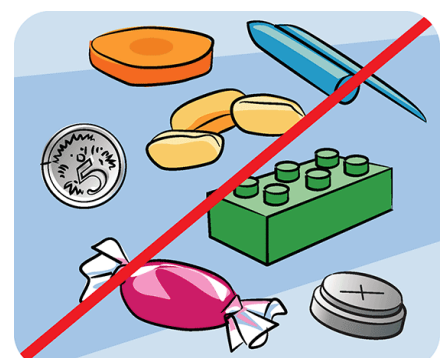
پیشگیری از خفگی



همیشه از توصیه های سنی اسباب بازی ها پیروی کنید. از دادن اسباب بازی هایی دارای قطعات کوچک، شکننده، سطوح انعطاف ناپذیر یا باتری های دکمه ای به نوزاد پرهیز کنید. اسباب بازی ها را از نظر تودوزی های باز شده و پیچ ها یا دکمه های شل چک کنید.



نوزادان را در زمان خوردن غذای جامد، همیشه تحت نظر داشته باشید. قطعات غذا را کوچک نگه دارید. مواد غذایی سفت، مانند میوه ها و سبزیجات را بپزید، رنده یا پوره کنید. از دادن آجیل ها و سایر مواد غذایی سفت به نوزادان پرهیز کنید.



نوزادان و کودکان کم سن می توانند با هر شی ای کوچکتر از یک سکه 20 سنتی دچار خفگی شوند. اشیاء کوچک را از دسترس آنها دور نگه دارید. خود را هم قد کودک تان کرده، به اطراف نگاه کنید و زمین را چک کنید.