



PIERWSZA POMOC W STANACH NAGŁYCH Zachłyśnięcie niemowlaka

Mamo, Tato!

Jesteś pierwszym ratownikiem dla swojego dziecka.
Naucz się chronić swój największy skarb.

Płyn w drogach oddechowych maluszka

Zachłyśnięcie to zamknięcie dróg oddechowych dziecka przez płyn (wodę, mleko mamy lub mleko modyfikowane bądź nawet dużą ilość śliny).
Charakterystycznymi objawami w takiej sytuacji są:

- utrudniony oddech
- widoczne zasinienie twarzy

UWAGA!

Nie panikuj. Zachowaj spokój i jak najszybciej przystąp do udzielenia pierwszej pomocy dziecku. Masz aż 70-80% szansy na to, aby przywrócić prawidłowy oddech maluszkowi. Działaj według poniższych wskazówek ratownika Kamila Kasiaka – eksperta kampanii „Bezpieczny Maluch”.

ODSTAW NIEMOWLAKA I UŁÓŻ GO NA BOKU

- Odstaw dziecko od piersi lub butelki.
- Ułóż maluszka na boku, główką przechyloną w dół (współpracuj z siłą grawitacji).
- Zachowaj spokój.
- Obserwuj reakcję dziecka.

Jeśli płyn nie wydobędzie się z dróg oddechowych przy pomocy efektywnego kaszlu, wezwij pomoc i działaj dalej.



02

PRZYGOTUJ SIĘ DO UDERZEŃ W PLECY I UCISKÓW KŁATKI PIERSIOWEJ

- Przyjmij stabilną pozycję (usiądź na krześle lub uklęknij na jednym kolanie).
- Ustabilizuj ciało niemowlaka na swoim przedramieniu.
- Ułóż niemowlaka tak, aby wykonać efektywne uderzenia pomiędzy łopatkami.

UDERZAJ W PLECY

- Kciukiem i wskazicielem podtrzymuj bródkę niemowlaka.
- Ułóż nasadę nadgarstka pomiędzy łopatkami.
- Wykonaj do 5 uderzeń, prowadząc dłoń ruchem posuwistym w stronę główki niemowlaka.

Jeśli uderzenia okazały się nieskuteczne, przejdź do kolejnego kroku.



04

UCISKAJ KŁATKĘ PIERSIOWĄ

- Ułóż dwa palce na klatce piersiowej, tuż poniżej linii sutków u niemowlaka.
- Wykonaj do 5 uciśnień klatki piersiowej.
- Jeśli uciski nie przyniosły zamierzonego efektu, wróć ponownie do uderzeń i ucisków.

Jeśli w jakimś momencie niemowlak straciłby przytomność (leci przez ręce), oceń jego stan i **rozpocznij resuscytację krążeniowo-oddechową.**

