

दम घुट रहे वयस्क की देखभाल करना

1

यदि व्यक्ति बोल न सके, खांसी न कर सके, या सांस न ले सके या उच्च स्वर में शोर करे, तो तुरंत दम घुटने की देखभाल शुरू करें।
वस्तु के बाहर आने तक निम्नलिखित वैकल्पिक विधियों में से किसी भी दो का बदल-बदल कर उपयोग करें: पीठ पर जोर से थपथपाना, पेट को जोर से थपथपाना, और छाती को जोर से थपथपाना।

2

पीठ पर जोर से थपथपाना

- अपनी बांह को व्यक्ति की छाती के आर-पार रखें।
- व्यक्ति को आगे की ओर झुकाएँ और कंधे कंधे का दोनों हड्डी (स्कंधास्थि) के बीच 5 मजबूत झटके दें।



पेट को जोर से थपथपाना

- नाभि के ठीक ऊपर अपनी मुट्ठी रखें।
- अंदर और ऊपर की ओर, तेज़ी से पेट को 5 तक झटके दें।



छाती को जोर से थपथपाना

- अपनी मुट्ठी को व्यक्ति के सीने के बीच में रखें, जिसमें आपका अंगूठा अंदर की तरफ हो, और अपना दूसरा हाथ अपनी मुट्ठी पर रखें।
- सीधा पीछे की ओर खींचते हुए छाती पर 5 तक झटके दें।



3

देखभाल तब तक जारी रखें जब तक वस्तु बाहर न आ जाए या व्यक्ति सांस लेना या खांसी करना शुरू न कर दे। यदि व्यक्ति प्रतिक्रिया नहीं करता है, तो EMS/9-1-1 को कॉल करें और छाती के दबाते हुए सीपीआर शुरू करें।

इस पोस्टर की जानकारी औपचारिक प्राथमिक चिकित्सा और सीपीआर प्रशिक्षण की जगह नहीं लेती है।

अपने क्षेत्र में एक रेड क्रॉस फर्स्ट एड कोर्स का पता लगाने के लिए हमसे संपर्क करें और हमारी प्राथमिक चिकित्सा ऐप मुफ्त डाउनलोड करें:

myrc.redcross.ca | 1.877.356.3226 | redcross.ca/apps

