



窒息的紧急救助

(有意识的成年人)

1. 如果有人不能呼吸、咳嗽或说话...



问他“您憋闷吗”，并且询问受害人是否需要帮助。如果他们透不过气来，请拨打 **9-1-1** 或者当地的急救号码。

- 2.



提供窒息的紧急救助

站在当事人的身后

用您的双臂环抱他们的腰

一只手捏成拳头。将您的拳头（拇指一侧）靠在当事人的胃部，位于身体中线，正好在肚脐的上方和肋骨的下面

- 3.

用另一只手抓紧拳头。

快速向上推挤胃部。

- 4.

必要时重复此过程。

窒息的急救（婴儿或儿童）

如果...

婴儿或儿童正在呼吸并且能发声或咳嗽

那么 ...

鼓励他继续咳嗽，并且和受害者待在一起，以便情况加重时作出反应。

如果...

婴儿或儿童有轻微的咳嗽、吸气很重并且无法发声或啼哭。

那么 ...

立即拨打 9-1-1，并按如下所述立即开始清理阻塞的气道。

告诉别人拨打 **9-1-1** 以联系急诊医疗。

有意儿童的急救（11 岁以上）

要排除儿童气道中的异物，

可进行腹部推压：

- 在儿童身后站立或腿跪下。
- 将您拳头的拇指一侧放在儿童肚脐的正上方，用另一只手抓紧拳头。
- 快速向上进行推挤直到将异物排除，否则孩子将会失去知觉。

窒息的紧急救助

有意识的婴儿（1岁以下）

要排除婴儿气道中的异物，可进行5次背部敲击和5次胸腔推挤，方法如下：

用一只手扶住头部和颈部，将婴儿朝下放在您的前臂上，并以大腿支撑，使他的头部低于其胸部。

在婴儿的肩胛骨之间用手的后部进行五次背部敲击。

将婴儿在您的手和前臂之间翻个身，并到他的背部。使婴儿低于胸，使用2到3个手指在胸骨的中心部位进行五次胸腔推挤。每一次的推挤有½-1英寸的深度。

重复背部敲击和胸腔推挤，直到将异物排除，否则婴儿将失去知觉。

