**Извлечение инородного тела из верхних дыхательных путей**

Ситуации, при которых инородное тело может попасть в дыхательные пути, случаются нередко. Активное общение и смех во время еды, поспешное поглощение пищи с плохим пережевыванием, алкогольное опьянение — самые распространенные причины таких случаев у взрослых людей.

Но еще чаще случаи попадания посторонних предметов в дыхательные пути происходят с детьми (более 90%). Они любят брать в рот мелкие предметы, во время приема пищи вертятся, разговаривают, смеются и играют.

Иногда пострадавшему достаточно быстро откашляться, чтобы освободить дыхательные пути. Но если приступы кашля продолжаются, человек начинает хвататься за горло, не может вздохнуть, его лицо, вначале покрасневшее, начинает бледнеть, а затем и синеть — требуется неотложная помощь. Промедление угрожает его жизни и здоровью. Необходимо немедленно вызвать скорую медицинскую помощь и до приезда врачей принять срочные меры по освобождению дыхательных путей.

**Удаление инородного тела из дыхательных путей приемом Геймлиха**

**У детей**

**Признаки:** Пострадавший задыхается, не способен говорить, внезапно становится синюшным, может потерять сознание. Нередко дети вдыхают части игрушек, орехи, конфеты.

* Положи младенца на предплечье своей руки и ладонью хлопни 5 раз между лопатками.
* В случае если хлопки не помогли, сделай 5 толчков двумя пальцами в грудь младенцу. Повторяй эти мероприятия до тех пор, пока инородный предмет не будет извлечен.

**У взрослых**

* Встань позади пострадавшего, наклони его вперед, основанием ладони нанеси 5 резких ударов между лопатками. После каждого удара проверяй — не удалось ли устранить закупорку.
* Если инородное тело не удалено, используй следующий прием: стань позади пострадавшего, обхвати его руками и сцепи их в замок чуть выше его пупка и резко надави. Повтори серию надавливаний 5 раз.

**У беременных женщин или тучных пострадавших** (нельзя или невозможно сделать толчки в живот).

* Начни с ударов между лопатками, надавливания делай на нижнюю часть грудной клетки.
* Если пострадавший потерял сознание, вызови скорую медицинскую помощь и приступай к проведению [сердечно-легочной реанимации](https://safetravels.info/index.php/rekomendatsii/meditsina/item/18-pervaya-pomoshh-serdechno-legochnaya-reanimaciya). **Проводится только на твердой поверхности.**
* Продолжай реанимацию до прибытия медицинского персонала или до восстановления самостоятельного дыхания.

После восстановления дыхания придай пострадавшему устойчивое боковое положение. Обеспечь постоянный контроль над дыханием до прибытия скорой медицинской помощи!

Всем известно, что лучше предупредить травмы или болезни, чем потом лечиться и страдать от их последствий. Чтобы избежать попадания в дыхательные пути инородных тел не требуется больших усилий. Достаточно соблюдать несколько несложных правил:

* не спешить за едой и тщательно пережевывать пищу;
* во время приема пищи не отвлекаться на разговоры, споры и выяснение отношений — бурные эмоции, смех и резкие движения с набитым ртом могут закончиться приемами Геймлиха;
* не принимать пищу лежа, на ходу на улице, в транспорте, особенно за рулем;
* отучить детей и самому не держать во рту посторонние предметы: колпачки от ручек, монеты, пуговицы, батарейки и тому подобное.