

! EESMÄRK

Oskab anda abi hingamisteede sulguse korral ja kasutada Heimlich'i võtet.

✓ LÄBIVIIMINE JA KONTROLL

Juhendaja selgitab hingamispuudulikkuse ohtlikkust inimesele, võimalusel kutsub rühma ette parameedikku või arsti, kes teemat huvitavalt tutvustab.

■ Võõrkeha hingamisteedes:

- hingamisteede osaline sulgus – kannatanu on rahutu, köhib; häälekas sissehingamine;
- hingamisteede täielik sulgus – kannatanu ei suuda kõnelda, hingata, köhida; kaotab kiiresti teadvuse.

■ Esmaabi hingamisteede osalise sulguse korral:

- sunni kannatanut köhima;
- kui köhimine ei õnnestu, painuta kannatanu ülakeha ette-alla, pea vöökohast madalamale, ja patsuta teda abaluude vahele;
- jälgi kannatanut ja juhul, kui köhimine ei vabasta hingamisteed, kutsu abi!

■ Esmaabi hingamisteede täieliku sulguse korral, kui kannatanu on teadvusel:

- tee viis järjestikust lööki lahtise käega abaluude vahele;
- hinda, kas hingamine paranes.

■ Kui löögid ei aita, rakenda Heimlich'i võtet:

- lähene kannatanule tagant;
- aseta rusikas käsi roidekaarte vahelisse kolmnurka;
- tõmba viis korda jõuliselt sisse-üles.

Tõmme taha-üles peab olema jõuline ja suhteliselt järsk. Ülemäärase jõu kasutamist tuleb siiski vältida. Noorkotkad proovivad võtet kaaslaste peal instruktoriga juuresolekul poole jõuga. Jälgida, et üksteist ei vigastataks.

Katsenõue on täidetud praktilises õppetunnis osalemisega.

👉 SOOVITUSED

- Lisainfo hingamisteede sulguse ja Heimlich'i võtte kohta ([lisa 26.1 kodulehel](#)).

