

26. Если человек подавился и не может говорить, встаньте сзади и сделайте 5 ударов по спине и 5 толчков в живот; если он упал, начните сердечно-лёгочную реанимацию

Выгодность исходной версии: очень высокая

Доказательность В · исходная версия

для жизни

бесплатно

мимоходом

без силы воли

Не зависит от страны

Оценки выше относятся к исходной версии; отдельная оценка российского варианта не проводилась.

Простыми словами

Сначала спросите: «Вы подавились? Можете говорить?» Если человек ещё может сильно кашлять и издавать звуки, не вмешивайтесь, пусть кашляет. Если не может говорить, встаньте сзади, сделайте 5 ударов по спине, затем 5 толчков в живот. Повторяйте, пока предмет не выйдет или человек не упадёт. Если упал, начните сердечно-лёгочную реанимацию и одновременно попросите кого-нибудь вызвать скорую помощь. Беременным и очень полным людям вместо этого делайте толчки в грудь. Не пытайтесь пальцами достать изо рта то, чего не видно.

Затраты

Бесплатно. Один раз посмотрите, как это делается: сожмите одну руку в кулак и прижмите его выше пупка, обхватите другой рукой, делайте быстрые толчки внутрь и вверх.

Выгода

В оригинальном тексте Национальной медицинской библиотеки США сказано: сначала спросите: «Вы подавились? Можете говорить?» «Если человек может сильно кашлять и говорить, не вмешивайтесь». Сам кашель чаще всего позволяет вытолкнуть инородное тело. Если человек не может говорить, «повторяйте 5 ударов по спине, затем 5 толчков в живот, пока инородное тело не выйдет или человек не потеряет сознание». «При потере сознания начинайте сердечно-

лёгочную реанимацию» и одновременно попросите кого-нибудь вызвать скорую помощь. Беременным и людям с ожирением вместо этого делайте толчки в грудь

Примечания

Не пытайтесь пальцами достать изо рта то, чего не видно: так можно протолкнуть предмет глубже. Не бейте по спине человека, который ещё может кашлять. Чаще всего люди давятся за домашним столом, поэтому это полезно главным образом членам семьи. В Китае обучают тем же приёмам: Центр обучения экстренной первой помощи Красного Креста провинции Фуцзянь (福建省红十字应急救护培训中心) сообщает, что для детей старше 1 года и взрослых в системе Китайского Красного Креста (中国红十字系统) всегда учили повторять циклы из 5 ударов по спине и 5 толчков в живот. Многие старые инструкции в интернете учат только толчкам в живот — это прежняя версия. Детям младше 1 года не надавливают на живот, а вместо этого надавливают на грудь. См. пункт 43 этого раздела (младенец подавился).

Источники

Источники исходной версии

1. US National Library of Medicine, MedlinePlus. Choking – adult or child over 1 year. medlineplus.gov/ency/article/000047.htm
2. 福州市卫生健康委员会 (2026). 海姆立克急救法更新了: 「1岁以上幼儿、儿童及成人: 从旧版单一腹部冲击改为"5次背部拍击+5次腹部冲击"的循环」 「中国红十字系统急救培训一直都是按"5次背部拍击+5次腹部冲击"循环进行的方式进行教学」. www.fuzhou.gov.cn/zgfczt/swjw/fzwj/jkcp/202601/t20260108_5268351.htm