ਬੱਚੇ ਦੇ ਗਲੇ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਫਸ ਜਾਣ (ਸਾਹ ਰੁਕਣ) ਕਾਰਨ ਉਸਦੀ ਦੇਖਭਾਲ

1

ਜੇ ਬੱਚਾ ਬੋਲ, ਖੰਘ ਜਾਂ ਸਾਹ ਨਹੀਂ ਲੈ ਸਕਦਾ ਜਾਂ ਉੱਚੀ ਸੁਰ ਵਿੱਚ ਸ਼ੋਰ ਮਚਾ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਤੁਰੰਤ ਗਲੇ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਫਸ ਜਾਣ (ਸਾਹ ਰੁਕਣ)ਸੰਬੰਧੀ ਉਸਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੋ।
ਅੱਗੇ ਦਿੱਤੇ ਤਰੀਕਿਆਂ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਵੀ ਦੋ ਨੂੰ ਉਦੋਂ ਤੀਕ ਵਾਰੋ-ਵਾਰੀ ਕਰਦੇ ਰਹੋ ਜਦੋਂ ਤੀਕ ਗਲ਼ੇ ਵਿੱਚ ਫਸੀ ਵਸਤੂ ਬਾਹਰ ਨਾ ਆ ਜਾਵੇ: ਪਿੱਠ ਵਿੱਚ ਧੱਫੇ ਮਾਰਨੇ, ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਪੇਟ ਦਬਾਉਣਾ, ਅਤੇ ਜ਼ੋਰ ਨਾਲ ਛਾਤੀ ਨੂੰ ਦਬਾਉਣਾ।

2

ਪਿੱਠ ਵਿੱਚ ਧੱਫੇ ਮਾਰਨੇ

- ਆਪਣੀ ਬਾਂਹ ਨੂੰ ਬੱਚੇ ਦੀ ਛਾਤੀ ਉਦਾਲੇ ਵਲੋ।
- ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਵੱਲ ਝੁਕਾਉ ਅਤੇ ਉਸਦੇ ਮੌਰਾਂ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਤਕਰੀਬਨ 5 ਵਾਰੀ ਜ਼ੋਰਦਾਰ ਧੱਫੇ ਮਾਰੋ

ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਪੇਟ ਦਬਾਉਣਾ

- ਆਪਣੀ ਮੁੱਠੀ ਬੰਦ ਕਰ ਕੇ ਧੁੰਨੀ ਤੋਂ ਥੋੜ੍ਹਾ ਉੱਪਰ ਰੱਖੋ।
- ਤਕਰੀਬਨ 5 ਵਾਰੀ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਅੰਦਰ ਨੂੰ ਅਤੇ ਉੱਪਰ ਵੱਲ ਨੂੰ ਦਬਾਓ।

ਜ਼ੋਰ ਨਾਲ ਛਾਤੀ ਨੂੰ ਦਬਾਉਣਾ

- ਅੰਗੂਠੇ ਦਾ ਰੁਖ ਅੰਦਰ ਵੱਲ ਰੱਖਦੇ ਹੋਏ ਆਪਣੀ ਮੁੱਠੀ ਬੱਚੇ ਦੀ ਛਾਤੀ ਵਿਚਕਾਰ ਰੱਖੋ ਅਤੇ ਆਪਣਾ ਦੂਜਾ ਹੱਥ ਮੁੱਠੀ ਦੇ ਉੱਪਰ ਰੱਖੋ।
- ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਸਿੱਧਾ ਵਾਪਸ ਲਿਆਉਂਦੇ ਹੋਏ, ਤਕਰੀਬਨ 5 ਵਾਰ ਛਾਤੀ ਨੂੰ ਜ਼ੋਰ ਨਾਲ ਦਬਾਓ।

3

ਉਦੋਂ ਤੀਕ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਰਹੋ ਜਦੋਂ ਤੀਕ ਗਲ਼ੇ ਵਿੱਚ ਫਸੀ ਹੋਈ ਵਸਤੂ ਬਾਹਰ ਨਾ ਆ ਜਾਵੇ ਜਾਂ ਬੱਚਾ ਸਾਹ ਲੈਣ ਜਾਂ ਖੰਘਣ ਨਾ ਲੱਗ ਜਾਵੇ। ਜੇ ਬੱਚੇ ਉਪਰ ਕੋਈ ਅਸਰ ਨਾ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ, ਈ.ਐੱਮ. ਐੱਸ./9-1-1 ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ ਅਤੇ ਛਾਤੀ ਉੱਪਰ ਦਬਾਅ ਪਾਉਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਕੇ ਸੀ.ਪੀ.ਆਰ. ਦੇਣੀ ਚਾਲੂ ਕਰੋ।

ਇਸ ਪੋਸਟਰ ਵਿੱਚ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਬਾਕਾਇਦਾ ਫ਼ਸਟ ਏਡ ਅਤੇ ਸੀ.ਪੀ.ਆਰ. ਸਿਖਲਾਈ ਦਾ ਬਦਲ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਰੈੱਡ ਕਰਾਸ ਦੇ ਫ਼ਸਟ ਏਡ ਕੋਰਸ ਦਾ ਪਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ਅਤੇ ਸਾਡੀ ਫ਼ਸਟ ਏਡ ਐਪ ਮੁਫ਼ਤ ਡਾਊਨਲੋਡ ਕਰੋ:

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

CANADIAN RED CROSS
CROIX-ROUGE CANADIENNE