

## بهترین راه حل برای خارج کردن اجسام از گلولی کودک

گیرکردن اجسام در گلولی کودک در حین خوردن و یا بازی کردن به مراتب اتفاق می‌افتد که با انجام چند حرکت و عکس العمل درست می‌توان شی را از گلولی کودک خارج کرد.

به گزارش سایت خبری پرسون، گاهی اوقات کودکان با مشکلات بلع روبرو می‌شوند و والدین نمی‌توانند علت را تشخیص دهند. حالا در این قسمت از خدمات پرستاری همراه شما در مورد گیر کردن اجسام و غذا درون گلولی کودک و چگونگی خارج کردن آن‌ها برای شما توضیحاتی را ارائه خواهیم داد.

گیر کردن جسم و غذا درون گلولی کودک و چگونگی خارج کردن آن‌ها

چرا راه گلولی کودکان مسدود می‌شود؟

کودکان مخصوصاً آن‌هایی که راه افتاده‌اند، به شدت به اجسام دور و بر خود علاقه دارند و زیاد هم کنجکاو هستند. آن‌ها یار دارند که با دهانشان به کشف دنیای اطراف بپردازند و هرچیزی که برایشان جالب و مهیج باشد را داخل دهان خود قرار می‌دهند و فرقی ندارد که سایز آن چقدر می‌باشد.

گلولی کودکان برای جریان هوا زیاد محدود می‌باشد و گاهی اوقات با مشکل مواجه می‌شود. زمانی که کودک نتواند این هوا را خارج کند و یا نای او تنگ شود، با مشکل گلوگیر شدن مواجه خواهد شد.

اجسامی که خطرناک هستند (آموزش خارج کردن جسم از گلولی کودک)

کودکان نوپا و یا کودکانی که به تازگی آغاز به چهار دست و پا رفتن کرده‌اند، زیاد کنجکاوند و برای رفع کنجکاوی خود همه وسایل را به دهان خود وارد می‌کنند، بنابراین امکان دارد این وسایل موجب خفگی آنان شود.

از مهمترین و خطرناک‌ترین اجسام که می‌بایست دور از دسترس بچه‌ها باشند، آجیل و به خصوص بادام زمینی، دانه‌های برشته‌گل، تکه‌های میوه و هسته آن‌ها، آب نبات، ذرت، تخمه آفتابگردان و هندوانه، اسباب بازی کوچک، اجسام گرد و براق هستند.

نشانه‌ها و علائم ماندن چیزی در گلولی کودک

علائم ورود جسم خارجی به مجاری تنفسی، در ۳ مرحله دیده می‌شود.

در مرحله ابتدا پس از ورود جسم خارجی به مجاری تنفسی کودک با علائمی مانند: سرفه‌های شدید، گریه و ضعف کودک، کبودشدن و حالت تهوع روبرو می‌شود.

در مرحله دوم بعد از چند دقیقه مریض خسته شده و سرفه‌ها متوقف می‌شود. این مرحله زیاد گول‌زننده و خطرناک می‌باشد که اطرافیان فکر می‌کنند خطر رفع شده می‌باشد.

در مرحله آخر عوارضی مانند تنگی نفس، عفونت و ... به وجود می‌آید.

دریابید که با چه انسدادی روبرو هستید (آموزش خارج کردن جسم از گلولی کودک)

در اکثر مواقع مجاری تنفس بصورت کامل مسدود نمی‌شود و مقداری راه برای گذر هوا وجود دارد و انسداد ناقص می‌باشد. انسداد کامل و انسداد ناقص هر کدام علائم و نشانه‌های خود را دارند و نوع برخورد با هر کدام از آن‌ها متفاوت می‌باشد بنابراین شما می‌بایست پیش از هر اقدامی دریابید که با چه انسدادی روبرو هستید.

پیش از اقدامات لازم چه کار کنیم؟

با مراکز فوریت های پزشکی تماس بگیرید زیرا امکان دارد موفق نشوید و وقت را هم از دست بدهید.  
به خودتان مسلط باشید.

اقدامات را در عین سرعت و دقت انجام دهید.  
اگر کودکان نوزاد نیست او را تشویق به سرفه نمایید.

ولی اگر بچه خیلی کوچک میباشد در صورت تشدید اختلال تنفس، گرفتگی صدا و کاهش هوشیاری، اقدامات ذیل را انجام دهید:

به داخل دهان کودک نگاه نمایید و لب و زبان را عقب بکشید و جسمی که در گلویش گیر کرده را سریع بیرون بکشید.

اگر جسم خارجی را ندیده اید ، هرگز انگشت را وارد دهان بچه نکنید زیرا امکان دارد جسم خارجی پایین برود و انسداد ناقص به انسداد کامل تبدیل شود.

نوزاد انسان نیز هیچ گاه از دید پدر و مادرش دور نیست . مخصوصا زمانی که در حالا خوردن غذا یا شیر میباشد.

بعد از گلو گیر شدن کودک میبایست چه کاری انجام داد؟

ابتدا این که میبایست مراحل چندگانه را در نظر داشته باشید که این تکنیک ها با یکدیگر متفاوت هستند و بستگی به سن کودک دارند.

حالا در این قسمت راه حل های ممکن را برای نوزادان ذیل یک سال و بالای یک سال بیان می کنیم.

آموزش خارج کردن جسم از گلوئی کودکان ذیل یک سال

به یاد داشته باشید که برخورد با نوزاد ذیل یک سال زیاد ظریف و حساس میباشد و میبایست تمرکز صد در صدی داشته باشید تا آسیبی به او نرسد.

مرحله ۱: بررسی نمایید و ببینید که چه چیزی باعث مسدود شدن گلو شده میباشد.

ابتدا میبایست ببینید که چه چیزی درون گلوئی کودک گیر کرده میباشد. این گیر کردن ها می تواند همه چیز را از جمله بزاق دهان ، ترشحات ، تکه های کودک غذا و یا اجسام خارجی را شامل شود.

کودکان ذیل شش ماه بیشتر از بقیه مستعد گیر کردن گلو می باشند که این گیر کردن ها شامل مایعاتی مثل شیر مادر و از این قبیل میباشد.  
اگر شک دارید که گلو گیر شدن کودک به دلیل شیر یا آب اضافی میباشد ، از یک سرنگ حبابی برای خارج کردن آن استفاده نمایید . حباب انتهای سرنگ را فشار دهید و بعدا لوله بلند و باریک را درون دهان کودک تا انتها قرار دهید و فشار را آزاد نمایید که این حباب باعث هل دادن مایع می شود.

اگر کودک شما جامدات خورده باشد ، پس نمی توان آن را با استفاده از سرنگ حباب بیرون کشید . انگشت خود را هرگز برا بیرون کشیدن اجسام و جامدات درون حلق کودک نکنید زیرا امکان دارد که غذا را به عمق بیشتری هل دهید.

اجازه دهید که کودک سرفه کند که سرفه کردن یک راه طبیعی برای خلاص شدن از هوای اضافه درون گلو میباشد.  
حالا به حالات کودک دقت نمایید، اگر احساس کردید که سنگین نفس می کشد ، قطعا در سرفه کردن مشکل دارد و در این مواقع امکان دارد که نفس کشیدنش با صدا همراه باشد . این مورد نشان میدهد که اجسام در قسمت نهایی گلو گیر کرده اند و به آسانی با سرنگ حباب قابل خارج شدن نیستند . در این مورد بهتر میباشد که به پشت زدن کودک را انجام دهید.

مرحله ۲: به پشت کودک زدن

روی یک صندلی بنشینید، سر کودک را رو به پایین روی ران خود قرار دهید و وزن او را روی دست چپتان بیاندازید و مراقب سر کودک باشید و با دست چپتان آن را کنترل نمایید.

از کف دست راست خود استفاده نمایید و به بالای کمر کودک بزنید، دقیقان بین دو شانه . این ضربه زدن میبایست نسبتا محکم باشد ولی نبایستی به گونه ای باشد که به کوک آسیب برساند و فشار میبایست در حدی باشد که غذا بتواند از گلوئی کودک خارج شود ، نه بیش.

پنج بار ضربه بزنید و بعدا دست نگه دارید و ببینید که نفس کشیدن کودک درست میباشد یا خیر . اگر هیچ پیشرفتی مشاهده نکردید، بهتر میباشد به اینکار ادامه دهید.

مرحله ۳: فشار روی سینه

اگر این به پشت زدن به کودک یاری نکند، روش فشار به سینه را انتخاب نمایید و همچنان مثل پوزیشن پیش روی صندلی بنشینید. کودک را برگردانید، به طوری که صورت او رو به بالا باشد. پوزیشن کودک میبایست به همان شکل تکنیک قبلی باشد، با این تفاوت که صورتش رو به بالاست.

از انگشت اشاره و انگشت وسط استفاده کرده و استخوان سینه کودک را لمس نمایید. زمانی که این استخوان را پیدا کردید، بهتر است پنج بار این فشار را وارد نمایید.

دو ثانیه مکث نمایید تا ببینید که کودک پیشرفتی کرده میباشد یا خیر و اگر پیشرفتی ندیدید، ضربه ها را کمی تیزتر نمایید. حالا اگر بعد از این دو روش دیدید که کودک هوشیار میباشد، دوباره میبایست این دو روش را ادامه دهید. گرچه که اگر کودک هیچ علائمی از بهبودی نشان نداد و ناهوشیار به نظر می رسید، سریعاً او را احیا نمایید.

مرحله ۴: احیا کردن (آموزش خارج کردن جسم از گلوئی کودک)

زمانی که سعی هایتان پاسخ نداد، از روش احیا کردن استفاده نمایید. احیا کردن برای کسی میباشد که هوشیار نیست و به سختی نفس می کشد. کودک را به کمر روی یک سطح صاف بخوابانید.

سر او را صاف و پاهای او را نیز صاف نگه دارید. دهان خود را روی دهان بسته کودک قرار دهید و دو تا نفس را با سرعت بالا به او بدهید و چهار بار این نفس های دوتایی را تکرار نمایید.

نفس میبایست به قدری قوی باشد تا باعث بالا رفتن سطح سینه کودک شود و بعد از بلند شدن سینه به پایین آمدن آن توجه نمایید. هنگامی نفس قبلی بیرون نیامده، نفس بعدی را به او ندهید.

با اینکار امکان دارد که جسم گیر کرده نیز پایین برود. البته که در این مرحله برگرداندن نفس کودک اولویت دارد و جسم را میتوان بعد از بالا آمدن نفس کودک نیز خارج نمود که به احتمال فراوان با سرفه بعد از آن بیرون می آید.

مرحله ۵: کمپرس سینه

در این مرحله کودک را مانند پوزیشن قبلی بخوابانید، انگشت اشاره و انگشت وسط را روی استخوان سینه قرار دهید و ۳۰ فشار سریع را وارد نمایید. برای این فشار میتوانید عمق آن را ۴ سانتیمتر در نظر بگیرید.

چند ثانیه پیش از ادامه دادن صبر نمایید و مراقب باشید که بیشتر از ۱۰۰ الی ۱۲۰۰ بار در یک دقیقه این فشار را وارد نکنید. سر کودک را کمی جابجا کنید تا راه تنفس او باز شود و به نفس کشیدن او دقت کنید. اگر هنوز هم هیچ علائمی از هوشیاری کودک نمی بینید، دوباره میبایست مرحله احیا را تکرار نمایید.

آموزش خارج کردن اجسام از گلوئی کودکان بالای یک سال

مرحله ۱: ببینید که چه چیزی باعث گلو گیر شدن شده میباشد.

مرحله ابتدا مانند کودکان ذیل یک سال میباشد.

برای این مرحله کودکان میتوانند برای خارج کردن جسم، انگشتان را نیز دخالت دهید و فقط بیشتر از حد انگشتان را در عمق حلق کودک فرو نبرید. اگر نمی توانید جسم گیر کرده را ببینید، پس بیشتر از حد برای خارج سازی آن سعی نکنید و به سراغ مرحله بعد بروید.

مرحله ۲: زدن به پشت کودک

این پروسه مانند کودکان ذیل یک سال میباشد با این تفاوت که میتوانید اینکار را در استایل ایستاده نیز انجام دهید. به این صورت که با دست چپ خود کودک را کنترل نمایید.

پنج ضربه محکم با کف دست به بین شانه ها بزنید.

مرحله ۳: فشار شکمی

برای کودکان بالای یک سال نیز میتوانید مرحله ۳ و ۴ را مناسب با کودکان ذیل یک سال امتحان نمایید.

کودک را مقابل خود ایستاده نگه دارید و اگر کودک نمی تواند بایستد، اجازه دهید که به شما تکیه دهد و هم چنین میتوانید او را بین زانوهایتان نگه دارید.

پایان انگشتان دست راست را بیچانید و آن را شبیه به مشت نمایید. دستتان را بچرخانید و انگشت شصت خود را از کنار، کمی بالاتر از ناف کودک قرار دهید و اگر برای مشت کردن انگشتان بسته باشد، مهره روی انگشتان به سمت شکم نشانه می گیرند.

دستتان را دقیقا ذیل استخوان سینه و بین دنده ها قرار دهید.  
مشت دستتان را با کف دست چپ پوشش دهید و پنج فشار سریع را وارد نمایید.  
بعد از این پنج فشار وضعیت کودک را بررسی نمایید و اگر او هنوز علائم گلوگیری را نشان می‌دهد ، دوباره حرکت را تکرار نمایید.

مرحله ۴: احیا کردن نفس

این مرحله را نیز مانند نفس مصنوعی دادن برای کودکان ذیل یک سال انجام دهید.

مرحله ۵ : فشار سینه

این مرحله را نیز همانند با مرحله کودکان ذیل یک سال انجام دهید.

سایر نکته های مهم برای خارج کردن جسم از گلوئی کودکان

اگر کودک شما مبتلا به آسم ، التهاب گلو یا آسیب دیدگی در ناحیه سر میباشد ، مراحل دو و سه را برای او انجام ندهید . در چنین مواردی مرحله احیا کردن نفس توصیه می شود.

اگر کودک سرفه های شدید میکند ، پیش از انجام مرحله دو و سه اجازه دهید تا جایی که می خواهد سرفه کند که سرفه کردن یک رفلکس طبیعی بدن هنگام گلو گیر شدن میباشد.

اگر مخاط یا چیزهایی شبیه به ترشحات در گلوئی کودک باشد ، سرفه او راحت تر میباشد . در این مورد از روش سرنگ استفاده نمایید.  
زمانی که چیزی در گلوئی کودک شما گیر میکند ، از تماس با اورژانس دریغ نکنید . قطعا دکتر خیلی بهتر از شما می تواند جسم را از حلق کودک بیرون بکشد.

چگونه از گلوگیر شدن کودکان جلوگیری کنیم ؟

غذاهای با ریسک گیر کردن در گلو را به او ندهید :مواد غذایی و میوه هایی مثل انگور، تمشک ، شکلات های کوچک و نان می تواند خطر گلوگیر شدن را زیاد شدن دهد.

غذاها را باحوصله تر آماده نمایید :فینگر فودها را کوچک نمایید ، مثلا گوشت را تکه تکه نمایید و بعد به او بدهید . غذای کودک میبایست به اندازه ناخن انگشت باشد.

مراقب جسم اطراف کودک باشید :احتمال خوردن جسم های پلاستیکی ، بادکنک ها ، دکمه ها و سکه برای کودک زیاد بالاست . میبایست آن ها را تا حد ممکن از او دور نمایید.  
کودک را برای پایان کردن غذایش هول نکنید.  
داروهای مایع را به آرامی به او بدهید و عجله نکنید.

همیشه مقدار کمی غذا به او بدهید و تعداد دفعات را بالا ببرید :هر وعده را سبک تر کنید و در روز تعداد وعده را زیاد شدن دهید.  
جای او را طوری قرار دهید که هنگام غذا خوردن بتواند صاف بنشیند تا راه غذا بازتر و مستقیم باشد.(آموزش خارج کردن جسم از گلوئی کودک )

جویدن را به او آموزش دهید.

هرگز هنگام غذا خوردن او را تنها نگذارید و همیشه بهتر میباشد که برنامه خود را طوری تنظیم نمایید که برای غذا خوردن نوزاد خود زمان داشته باشید و بتوانید کنار او نشسته و کاملا مراقبت نمایید.  
کابل ها و سیم ها را از جلوی دست او بردارید.  
اجازه دهید که کودک به پشت و یا به کمر خود بخوابد :به پشت خوابیدن باعث می شود که مایعات و ترشحات موجود در گلو راحت تر پاک سازی شوند.

منبع: همراه شما