

ST. MORITZ SAFE

Agosto Safety Blast

CÓMO AYUDAR A UNA VÍCTIMA DE ASFIXIA

La asfixia es la cuarta causa principal de muerte involuntaria en los EE. UU., Según Injury Facts®. El riesgo no es solo para los niños pequeños, sino que en realidad comienza a aumentar para los de 45 años o más. Saber cómo ayudar a una víctima de asfixia, que incluso puede ser usted mismo, puede salvarle la vida.

LISTA DE VERIFICACIÓN PARA EL CUIDADO DE UNA VÍCTIMA ADULTA DE ASFIXIA

- Si la persona está tosiendo de manera productiva, aliéntela a que continúe tosiendo para expulsar el elemento obstructor por su cuenta.
- Si la persona no puede toser, hablar o respirar, se ve frenética o indica que no está recibiendo suficiente aire:

Ask if the person is choking. If the victim nods or indicates yes, ask if you can help.

Take position behind the victim: stand with one foot forward, placing your foot between; the person's heels.

Make a fist with one hand and place it just above the navel. Place your other hand on top of your fist and give quick thrusts inward and upward to clear the object.

- Si una víctima de asfixia no responde, administre RCP comenzando con compresiones en el pecho. Mire dentro de la boca cada vez que abra la boca para respirar y retire cualquier objeto que vea.

Si es el único rescatador, realice compresiones abdominales antes de llamar al 9-1-1 o al número de emergencia local. Si hay otra persona con usted, pídale a esa persona que pida ayuda mientras realiza los primeros auxilios. Si la persona pierde el conocimiento, realice una reanimación cardiopulmonar estándar con compresiones torácicas y respiraciones de rescate.

LISTA DE VERIFICACIÓN PARA EL AUTOTRATAMIENTO DE LA ASFIXIA

Si se está ahogando y está solo:

Trate de permanecer lo más calmado posible.

Si hay un teléfono cerca, llame al 9-1-1 o al número de emergencia local de inmediato. Incluso si no puede hablar, la policía responderá a su ubicación.

Intente expulsar el objeto encontrando una superficie de esquina dura, como una encimera, una silla o el borde de una mesa.

Inclínese y presione su abdomen contra el respaldo de la silla u otro objeto firme.

When seconds count, being prepared for these types of first aid emergencies can mean the difference between life and death. Being trained in first aid and CPR allows you to help protect your family, friends and co-workers.