

Heimlichs manöver

Så här gör du:

- Ropa på hjälp.
- Hjälp personen att få upp föremålet som fastnat, se nedan.
- Ring 112.

Ryggslag

- Be personen luta sig framåt.
- Stöd hans/hennes bröstkorg med din ena hand.
- Ge upp till fem kraftiga slag mellan skulderbladen med den andra handen. Gör slagen med öppen hand.
- Om föremålet inte har kommit upp:

Buktryck

Stå bakom personen och lägg armarna runt hans eller hennes kropp.

- Lägg din knutna hand mellan naveln och nedre delen av personens bröstben.
- Lägg din andra hand ovanpå din knutna hand.
- Tryck/stöt kraftigt inåt – uppåt. När luften pressas ut har föremålet chans att lossna.
- Tänk på att det kan behövas flera tryck/stötar för att få upp det som hamnat i luftstrupen.
- Avsluta med att titta i munnen för att se om föremålet lossnat.

Upprepa

Om föremålet fortfarande inte kommer upp – upprepa fem ryggslag och fem buktryck. Om du är ensam om att hjälpa personen försök att göra två omgångar ryggslag och buktryck.

Ring sedan 112.

Fortsätt med ryggslag och buktryck tills föremålet kommer upp, eller tills du får hjälp.

Personen bör undersökas av läkare även om du lyckats få upp föremålet. Du har kanske inte fått upp allt. Om någon bit finns kvar kan den pressas upp igen och täppa till luftvägen om man gråter, skriker eller hostar. Om något hamnat i lungan kan det orsaka lunginflammation.

Heimlichs manöver – Hur du hjälper en rullstolsburen person

En person som sitter i rullstol och satt i halsen kan du luta framåt och göra ryggdunk samtidigt som du håller en hand på hans eller hennes bröst för att skapa ett mottryck. Därefter försöker du att göra buktryck då personen fortfarande sitter lutad framåt.

Försök flera gånger så länge personen är vid medvetande. Anpassa kraften efter kroppsbyggnaden hos personen du försöker hjälpa.

Om du inte lyckas eller om personen blir medvetslös måste du lägga ner personen på golvet och sätta ingång hjärt- och lungräddning, HLR.