

Jangan Panik

dr. Christian, Sp.An
dr. Diani Nazma, Sp.An

Saat TERSEDAK !



Apa itu Tersedak?

Tersedak terjadi saat ada **benda asing,** makanan, atau cairan **yang menghambat saluran napas di tenggorokan.**

Bagaimana pertolongan pertama pada orang yang tersedak?

Kenali Tanda Tersedak

Sulit Berbicara



T

Batuk



A

Rasa Panik Atau Kaget



N

Penurunan Kesadaran



D

Kulit dan kuku Berubah menjadi Biru



A

TAHUKAH ANDA ?



dari kematian disebabkan oleh makanan. Para pakar menyebut, cara mengunyah yang tidak benar turut bertanggung jawab terhadap naiknya angka kematian.



Penyebab Tersedak



Makan & minum terlalu cepat



Menelan makanan sebelum dikunyah sampai halus



Menelan tulang duri, atau benda kecil lainnya



Bicara atau tertawa saat makan

Pertolongan Pertama Saat Tersedak



1 LIMA PUKULAN DI PUNGGUNG

- Berdiri di samping atau belakang orang yang tersedak
- Condongkan tubuh orang yang tersedak ke depan
- Berikan 5 pukulan dengan tumit di punggung atau diantara kedua tulang belikat
- Ulangi hingga benda asing keluar dari tenggorokan

2 MANUEVER HEIMLICH ATAU DORONGAN PERUT



- Peluk pinggang dan perut orang yang tersedak dengan erat dari belakang
- Condongkan tubuh orang yang tersedak ke depan
- Kepalkan tangan dan letakan di perut bagian atas pusar atau ulu hati
- Tekan bagian tersebut dengan gerakan ke atas lima kali
- Ulangi hingga benda asing keluar dari tenggorokan