□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□ □□□□□□□□□ □□□□□□ □□□□ □□□□ □□□□□ □□□ □□□ □□?

હા, લોકો જે ઝડપથી જમે છે અને મોઢામાં ખોરાક હોય ત્યારે બોલતા હોય છે, તેઓનો શ્વાસ ઘણી વાર રૂંધાય જાય છે, ‌ લોકો કરતા જેઓ ધીમેથી જમે છે અને ચાવતી વખતે મોઢુ બંધ રાખે છે.

□□□ □□□□□□ □□□ □□□□□ □□□□□ □□□□□□□ □□□ □□□□□ □□□□□□ □□□ □□ ?

હા, કારણકે તેઓ ઉપર જણાવેલ રેતાવણી પાળતા નથી. વધારામાં, તેઓ વારંવાર તેમના મોઢામાં સીક્કાઓ અથવા બીજા વિદેશી વસ્તુઓ નાખે છે.

□□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□□ □□□□ □□□□ □□□□□ □□□□□ □□□□□□□□□ □□□□□□ □□□ □□ ?

હા, કારણકે ગળી જવાની કાર્યપદ્ધતિ વ્યસ્ક લોકોમાં ઘણી વાર ચાલતી નથી જે યુવાન લોકોમાં ચાલે છે.

□□□□□□□□□ □□ □□□□□ □□□□□ □□□ □□□□□□□ □□□□ □□ ?

ખોરાક ગળતી વખતે શ્વાસનળી અને ઢાકનારો પડદો જે ગળામાં ફરે છે અને જે શ્વાસનળીના દરવાજાની નજીક ગળવાનાં કામ દરમ્યાન થાય છે. આ પ્રવાહી અને ઘટ્ટ પદાર્થોને શ્વાસનળી, શ્વાસની શાખા અને ફેફસા તરફ જવાનો રસ્તો રોકે છે.

□□□□□□ □□□□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□ □□□□ □□□□ □□□□□□□□□□ □□□□□□□ □□□□ □□□ □□□□□□□ □□□ □ □□□□ □□□□□ □□□□ □□ ?

અચાનક ઉધરસ અથવા છીંક કદાચ ગળતી વખતે શ્વાસનળીને ઢાકનાર પડદો શ્વાસનળીના રસ્તાને રોકે અને તેથી ખોરાક અથવા પ્રવાહી તેમાં જવાની અનુમતિ આપે છે.

□□□ □□□ □□□□ □□□□□□□ □□□□□□□□□□□ □□□□ □□□ □□?

હા, ઘણા બધા કિસ્સાઓમાં તેઓ ઉધરસ ખાઈને, પ્રવાહી અથવા ખોરાક "જે ખરાબ રીતે અંદરના રસ્તે ગયો છે" તેને બહાર કાઢે છે.

□□□□□□ □□□□ □□□□□ □□□□□ □□□□□ □□□□□□□ □□ □□□□ □□□ □□□ □□□ □□□□ □□□□□□□ □□□□ □□ □□□□ □□□□ □□□□□ □□□□□□□ □□□□□□□ □□□□ □□□□?

જોરદાર ઉધરસ પ્રેરિત સાહજિક રીતે કરવી જોઇએ. છાતીના પાછળના ભાગમાં થોડી તેજ થપાટો મારવી જેનાથી ખોરાકને બહાર નીકળવામાં મદદ મળશે. જો દર્દી એક બાળક હોય તો તેને ઊંધે રાખીને પકડો અને તેની પીઠ ઉપર થોડી જોરથી તેજ થપાટો મારો, જો અટકાયેલ વસ્તુ બહાર ન નીકળતી હોય તો ગળામાં આંગળી નાખો. આ ઘણીવાર વિદેશી વસ્તુને બહાર કાઢશે. જો ઉપર બતાવેલ ઉપાયો નિષ્ફળ જાય, તો Heinlichની પ્રક્રિયા તરતજ શરૂ કરવી જોઇએ. જો સફળ ન થાય તો સમય બગાડવો ન જોઇએ અને તેજ ઉપાયો ફરીથી કરવા.

Heinlich□□ □□□□□□□□□□ □□□□ □□□□ □□□□□□□□ □□□ □□ ?

દર્દી તેના પગ ઉંચા કરે છે. પહેલો દાવ કરવાવાળો તેની પાછળ ઉભો રહીને, દર્દીની પીઠ ઉપર પાંસળીના પીંજરા નીચે તેના બંને હાથ રાખે છે. તે જમણી મુઠ્ઠી છાતીના હાડકાની નીચે પેટની ઉપર રાખે છે. જમણી મુઠ્ઠી તે જોરથી ડાબા હાથથી પકડે છે. દર્દીને બહુ જ મજબુતીથી પકડે છે. અચાનક અંદર આવવાથી અને ઉપર જોર લગાડવાથી દર્દીની ઉપરની પકડના રૂપમાં જબરજસ્તીથી પકડે છે. દર્દીના છાતીના પોલાણમાં અચાનક બહુ જોરથી દબાણ વધશે અને હવાને વિદેશી શરીર અથવા ખોરાક શ્વાસની નળીમાંથી બહાર જોર કરીને કાઢશે. જો આ જોર હવાની નળીને સાફ ન કરી શકે તો ફરીથી આ પ્રવૃત્તિ કરવી. ‌ યાદ રાખવુ કે જોર બહુ ઝડપથી અને તરતજ કરવુ જોઇએ. એક વાર જોર લાગી જાય પછી મુઠ્ઠી છોડી દેવી.

Heinlich□□ □□□□□□□□□□ □□□ □□□ □□□ □□ ?

હા, ઘણા બધા કિસ્સાઓમાં તે કામ કરે છે.

□□ □□□□□□ Tracaeolomy□□ □□□□ □□□□□□□ □□□□□ □□□ □□ □□□□□□□ □□ □□□□□□□□□ □□□□ □□□ □□□ □□?

હા, પણ આ કામ કોઇ અનુભવ વીનાના સાધારણ માણસે ન કરવુ જોઇએ. જો ચિકિત્સક મળતો હોય અથવા એક જ અનુભવી ચિકિત્સક ફક્ત ઉપલબ્ધ હોય તો દર્દી ઉપર તે કામ કરી શકે છે, જેનુ રૂંધવાથી મૃત્યુ થાય છે.

□□ □□□□□ □□□□□ □□□□ □□□□ □□ □□□□□ □□□□□□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□ □□ ?
જો તે બિલકુલ શ્વાસ નહી લઈ શકતો હોય અને ભૂખરો રંગનો થઈ ગયો હોય અને તેના હૃદયની પરિસ્થિતિ બિલકુલ અસ્વસ્થ થઈ હોય તો તે થોડી જ મિનિટમાં મૃત્યુ પામશે.

□□ □□ □□□□□ □□□□□□ □□ □□□□□ □□□□ □□ □□ □□□□□□□□□ □□□□□□ □□□□□ □□□□□ □□□□ □□ □□□□□□ □□□□□ □ □□□□□ □□□□□ □□□□ □□ □□□□ □□□□□?
તેને તરત જ જેટલુ બની શકે તેટલુ જલ્દીથી અડધી બેસેલી સ્થિતિમાં નજીકના ડોક્ટર પાસે અથવા ઇસ્પિતાલમાં લઈ જવો જોઇએ.