



늘면 뭐하니

이물질이 걸렸다면? 정확한 하임리히법 알기

‘기도’란 폐로 통하는 통로를 뜻하고, 이곳이 이물질에 의해 부분적으로 혹은 전체적으로 막히는 현상을 ‘기도이물폐쇄’라고 말한다. 소아와 고령자는 사탕, 견과류 등 음식물을 삼키다가 기도이물폐쇄가 발생하는 경우가 많다. 이물질로 인해 기도가 막혔을 때는 신속한 응급처치가 매우 중요하다.

기도이물폐쇄, 응급처치는?

기도가 폐쇄된 정도에 따라서 증상이 다르게 나타난다. 기도가 부분적으로 폐쇄되었을 때는 숨이 가쁘고 기침을 하며 경우에 따라서는 피부가 푸르게 변하는 청색증이 나타날 수 있다. 반면 기도가 심하게 막힌 상태라면 말을 하지 못하고 기침을 해도 소리가 안 나며 손으로 목을 감싸 쥐거나 청색증, 그리고 의식저하 등의 증상이 보일 수 있다. 기도가 완전 폐쇄되었을 때, 빨리 치료하지 않으면 사망에 이르게 된다.

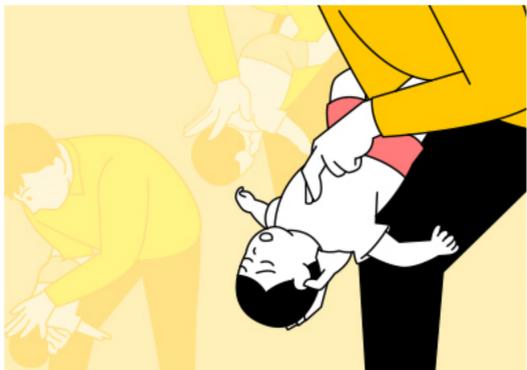
기도폐쇄 증상을 호소하는 환자가 발생했다면 먼저 상태를 확인하고 119에 신고한다. 환자가 의식이 없을 때는 바닥에 눕혀 심폐소생술을 즉시 실시해야 하며, 의식은 있으면서 완전 폐쇄로 말을 못하거나 숨을 쉬지 못한다면 하임리히요법을 시행해야 한다. 환자 스스로 기침이 가능할 경우 먼저 기침을 하도록 유도하고 기침을 해도 스스로 이물질을 뱉어낼 수 없을 땐 하임리히법을 시행하도록 한다.

하임리히법은 기도가 이물질로 인해 막힐 경우, 이물질을 빼내는 응급처치법으로 성인과 영아에게 각각 다르게 실시한다.



■ 성인 하임리히법

1. 환자의 등 뒤에 서서 한 손을 주먹 쥐어 환자의 배꼽과 명치 중간쯤에 갖다놓는다.
2. 다른 한 손으로 주먹 쥔 손을 감싸 쥐는다.
3. 한쪽 다리는 환자의 다리 사이에 두고, 다른 다리는 뒤로 뺀어 균형을 잡는다.
4. 강하게 힘을 주어 환자의 배를 안쪽으로 누르면서 환자를 아래에서 위로 당겨준다.
5. 이물질이 나왔는지 확인하면서 계속 반복한다.



■ 영아 하임리히법

1. 한 손으로 아이의 턱을, 다른 한 손으로는 뒤통수를 감싸면서 아이를 천천히 안아 올리며 아이의 머리가 아래로 향하도록 허벅지 위에 엎드려 놓는다.
2. 아이의 양쪽 날개뼈 가운데를 손바닥의 아랫부분으로 세게 5회 두드린다.
3. 아이의 턱과 뒤통수를 다시 손으로 감싸 안아 올려 아이의 머리가 아래로 향하도록 허벅지 위에 바로 놓는다.
4. 아이의 양쪽 젖꼭지를 잇는 선의 중앙 바로 아래 흉골부위에 손가락 두 개를 댄 뒤 빠르게 강하게 5회 누른다.
5. 이물질이 나왔는지 확인하면서 계속 반복한다.

* 의자에 앉아서 하면 더 쉽고 정확하게 할 수 있다.

<출처: 네이버 지식백과 ‘기도이물 폐쇄 응급처치’(재난대비 국민행동요령) 및 ‘기도 폐쇄’(서울대학교병원 의학정보), 건강보험심사평가원 네이버 포스트 ‘기도 폐쇄 응급처치와 예방법’>