

TRƯỜNG THCS TRÂU QUỲ

BÀI TUYÊN TRUYỀN PHÒNG CHỐNG ĐUỐI NƯỚC VÀ TAI NẠN THƯƠNG TÍCH

Mùa hè sắp đến, mang theo những hoạt động vui chơi, giải trí sôi động. Tuy nhiên, đây cũng là thời điểm tiềm ẩn nhiều nguy cơ đuối nước và tai nạn thương tích, đặc biệt đối với trẻ em. Mỗi năm, chúng ta chứng kiến nhiều vụ đuối nước thương tâm, đau lòng. Chỉ một phút lơ là, một giây bất cẩn, tai nạn đuối nước có thể cướp đi mạng sống của những người thân yêu, để lại nỗi đau và sự mất mát không gì bù đắp được cho gia đình và xã hội. Đuối nước có thể xảy ra ở bất cứ đâu: ao, hồ, sông, suối, biển, thậm chí ngay cả những nơi tưởng chừng an toàn như bể bơi, chum vại chứa nước trong nhà.

Vì vậy, các em học sinh, cần trang bị cho mình kiến thức về phòng tránh đuối nước để đảm bảo an toàn cho mình và người thân

Tăng cường phòng, chống đuối nước đối với trẻ em, học sinh



1. Nguyên nhân gây đuối nước:

Nguyên nhân đuối nước hay xảy ra đối với trẻ lớn tuổi do bản tính hiếu động, tò mò; đối với trẻ nhỏ do tính thích nghịch nước hoặc do sự bất cẩn của gia đình. Cho dù trẻ em không biết bơi lội hay biết bơi lội nhưng do sự chủ quan nên cũng không lường trước hết được sự nguy hiểm của tai nạn.

Ngoài ra, môi trường sống chung quanh cũng luôn luôn có những yếu tố nguy cơ rình rập gây nên tai nạn đuối nước cho trẻ em như chậu nước, chum vại, bể nước, giếng nước... không có nắp đậy an toàn; sông, hồ, suối, ao nước... không được rào chắn và có biển báo nguy hiểm. Hơn nữa, tình trạng xây dựng các công trình, đào bới khai thác cát, đất đá tràn lan, sự vô ý thức của con người... đã để lại các hố ao sâu gây nguy hiểm như hố vôi tôi, hố lấy đất làm gạch ngói, hố lấy cát, hố lấy nước tưới hoa màu... không có hàng rào cũng là những nơi dễ gây nên tai nạn đuối nước.

Tai nạn do đuối nước có thể xảy ra trong các trường hợp: ngạt nước, những người không biết bơi ngã xuống nước, hoặc trẻ em ngã cắm đầu vào chậu nước hay bồn tắm; ngạt đột ngột khi vừa tiếp xúc với nước;

lặn sâu dưới nước khi hết hơi không ngoi lên kịp bị ngạt; bơi quá mệt, cơ thể mất nhiệt do nước lạnh, bị chuột rút rồi ngất đi...

2. Phòng tránh tai nạn đuối nước:

Để giảm thiểu tai nạn đuối nước, chúng ta cần chú trọng thực hiện tốt các biện pháp sau:

- 1, Khuyến cáo các bạn học sinh, sinh viên nhất là các em nhỏ không nên chơi đùa gần ao, hồ, sông suối, những nơi tiềm ẩn rủi ro đuối nước.
- 2, Các em không được tự ý đi tắm sông, tắm hồ, tắm biển khi không có người lớn đi kèm.
- 3, Các trẻ em nên đi học bơi trong kì nghỉ hè để có thêm các kĩ năng về bơi lội và phòng tránh được đuối nước.
- 4, Khi đi tắm biển hay sông, người biết bơi hay không cũng chỉ nên tắm gần bờ, đặc biệt là ở biển, vì dù biết bơi cũng rất khó để bơi do sóng biển đánh liên tục. Nhiều người thường nằm trên phao khi tắm biển. Điều này cũng khá nguy hiểm vì bạn sẽ dễ bị cuốn ra xa mà không biết, nhiều khả năng bạn sẽ bị sóng đánh úp, những cơn sóng dồn dập khiến bạn không biết xử lý như thế nào và sẽ bị uống nước nhiều, mất sức
- 5, Chỉ bơi ở những nơi có người và phương tiện cứu hộ, tuân thủ các quy định của bể bơi, khu vực bơi
- 6, Bể nước, công rãnh, miệng giếng phải có nắp đậy; đặt các biển báo nguy hiểm tại các bãi biển, bãi tắm.
- 7, Chấp hành tốt các quy định về an toàn khi tham gia các phương tiện giao thông đường thủy như mặc áo phao.



3. Xử lý khi gặp tai nạn đuối nước:

Khi phát hiện thấy người bị rơi ngã xuống nước, cần hô hoán, kêu gọi mọi người đến ứng cứu, giúp đỡ ngay từ khi nhìn thấy nạn nhân. Tuyệt đối không được nhảy theo cứu nạn nhân nếu mình không biết bơi và

không biết cách cứu đuối vì bản thân mình cũng có thể bị đuối nước.

Nhanh chóng đưa nạn nhân ra khỏi nước bằng cách đưa cánh tay, cây sào dài cho nạn nhân nắm, ném phao có buộc dây thừng... và kéo nạn nhân lên bờ một cách an toàn. Có thể ném một sợi dây dai, chắc... từ bờ để nạn nhân túm lấy được dây thừng và kéo nạn nhân vào bờ, hoặc cùng với mọi người vót nạn nhân lên...

Đặt nạn nhân nằm chỗ thoáng khí.

Nếu nạn nhân bất tỉnh, kiểm tra xem còn thở không bằng cách quan sát chuyển động của lồng ngực:

Nếu lồng ngực không chuyển động tức là nạn nhân ngưng thở, hãy thổi ngạt miệng qua miệng. Sau đó kiểm tra mạch cổ, mạch bẹn xem có đập không; nếu không bắt được mạch tức là nạn nhân đã ngưng tim, phải ấn tim ngoài lồng ngực ở nửa dưới xương ức. Phối hợp ấn tim và thổi ngạt liên tục trên đường chuyển nạn nhân tới cơ sở y tế.

Nếu nạn nhân còn thở được, hãy đặt nạn nhân nằm nghiêng một bên để chất nôn dễ thoát ra.

Cởi bỏ quần áo ướt, giữ ấm bằng cách đắp lên người nạn nhân tấm khăn khô.

Nhanh chóng đưa nạn nhân đến cơ sở y tế ngay cả khi nạn nhân có vẻ bình thường hoặc đã hồi phục hoàn toàn sau sơ cứu vì nguy cơ khó thở thứ phát có thể xảy ra vài giờ sau khi ngạt nước...

Gọi người giúp đỡ
và **nhANH chóng đưa trẻ
ra khỏi mặt nước**
bằng mọi cách



**Đặt trẻ nằm nơi khô ráo,
thoáng khí**



- **Kiểm tra** xem nạn nhân có bị chấn thương cột sống cổ hay không. Nếu có, **nhANH chóng cố định cổ** cho trẻ bằng túi cát..., tiến hành **khai thông đường thở** cho trẻ

- Nếu trẻ **bất tỉnh**, hãy kiểm tra xem trẻ còn thở không bằng cách **quan sát lồng ngực** có di động hay không

Từ đó có những biện pháp **sơ cứu cần thiết như hô hấp nhân tạo, ép tim ngoài lồng ngực...**



- Sau khi nạn nhân tỉnh, **cần đặt nạn nhân ở tư thế nằm nghiêng**, kê cao gối hai bên vai
- **Nới rộng quần áo** để phòng tránh trẻ bị **ngạt thở** trở lại

**Lau khô người,
thay quần áo và ủ ấm trẻ**



- **NhANH chóng đưa trẻ đến cơ sở y tế** gần nhất để các bác sĩ xử lý các bước tiếp theo
- Trên đường đi người nhà cần chú ý theo dõi **hô hấp, tuần hoàn** của trẻ. Tốt nhất là có sự **trợ giúp vận chuyển** của nhân viên y tế



SƠ CỨU ĐÚNG KHI TRẺ BỊ ĐUỐI NƯỚC

Hy vọng rằng các bạn học sinh được nhà trường tuyên truyền, thầy cô giáo nhắc nhở sẽ có được những hiểu biết cần thiết, tiếp tục tuyên truyền sâu rộng tới người thân và những người xung quanh để không xảy ra những điều đáng tiếc nào về tai nạn đuối nước.

Mỗi chúng ta hãy là một tuyên truyền viên tích cực, lan tỏa thông điệp về phòng chống đuối nước và tai nạn thương tích đến mọi người xung quanh. Hãy cùng nhau xây dựng một môi trường sống an toàn, lành mạnh cho bản thân, gia đình và cộng đồng!

Cán bộ y tế

Khúc Thị Duyên