

PHÒNG GD&ĐT THỊ XÃ BUÔN HỒ
TRƯỜNG THCS TRẦN ĐẠI NGHĨA

CHUYÊN ĐỀ

Sơ cứu đuối nước, Cứu thoát &
Hồi sinh tim phổi (CPR)

Ngày 18 tháng 10 năm 2018

Mục tiêu chuyên đề

Sau khi tham gia chuyên đề này, học viên sẽ

1. Hiểu được thế nào là đuối nước.
2. Nắm được các nguyên tắc cơ bản và những việc cần làm khi cứu người đuối nước.
3. Biết cách sơ cứu người bị bất tỉnh do đuối nước (CPR)
4. Thực hành sơ cứu nạn nhân bất tỉnh còn thở;
5. Thực hành sơ cứu bất tỉnh ngừng thở, ngừng tim
6. Hướng dẫn và giáo dục phòng tránh tai nạn đuối nước.
7. Giao lưu, chia sẻ kinh nghiệm.

CÂU HỎI KHẢO SÁT ĐÁNH GIÁ

1. Khi phát hiện có người bị nạn, bạn chọn trình tự nào sau đây:

- A. Đánh giá hiện trường - Làm cho hiện trường an toàn - Tiến hành các bước sơ cứu.
- B. Đưa nạn nhân vào nơi thoáng mát và sơ cứu ngay
- C. Đưa nạn nhân vào nơi thoáng mát và gọi cấp cứu 115.
- D. Gọi cấp cứu 115, đồng thời tìm phương tiện đưa nạn nhân đến cơ sở y tế gần nhất càng nhanh, càng tốt.

2. Mục đích của công tác sơ cấp cứu là:

- A. Bảo toàn mạng sống nạn nhân.
- B. Giúp cho quá trình hồi phục nhanh.
- C. Giúp cho nạn nhân không bị nặng thêm
- D. Cả 3 đều đúng
- E. A và B đúng

3. Gặp một nạn nhân bị ngất ta cần phải:

- A. Nói rộng quần áo, giã đám đông, đưa vào nơi thoáng mát.
- B. Đặt nạn nhân nằm ngửa kê cao chân
- C. Đặt nạn nhân nằm ngửa kê cao đầu và vai.
- D. Làm như A và C.
- E. Làm như A và B

4. Ép tim ngoài lồng ngực với tần suất 100 lần/phút, cách đúng nhất là:

- A. 30 cái tại sát dưới vú bên trái ngực nạn nhân.
- B. 30 cái tại 1/2 phía giữa dưới của xương ức
- C. 15 cái tại 1/3 dưới của xương ức
- D. 30 cái tại giữa xương ức

5. Khi phát hiện một người bất tỉnh, điều đầu tiên bạn sẽ làm là:

- A. Gọi điện cho cấp cứu 115
- B. Tiến hành ép tim ngoài lồng ngực
- C. Đánh giá hiện trường, kiểm tra miệng
- D. Tiến hành làm thông đường thở.
- E. Cả hai câu C và D.
-

6. Chu trình hồi sinh tim phổi (CPR), Ép tim ngoài lồng ngực và thổi ngạt, cách đúng nhất là:

- A. 2 lần thổi ngạt – 15 lần ép tim x 5 chu kỳ
- B. 1 lần thổi ngạt – 5 lần ép tim x 5 chu kỳ
- C. 30 lần ép tim – 2 thổi ngạt x 5 chu kỳ.
- D. 2 thổi ngạt - 30 lần ép tim x 5 chu kỳ.
-

ĐẠI CƯƠNG VỀ SƠ CẤP CỨU



Mục tiêu: Sau phần học này, học viên có thể giải thích rõ:

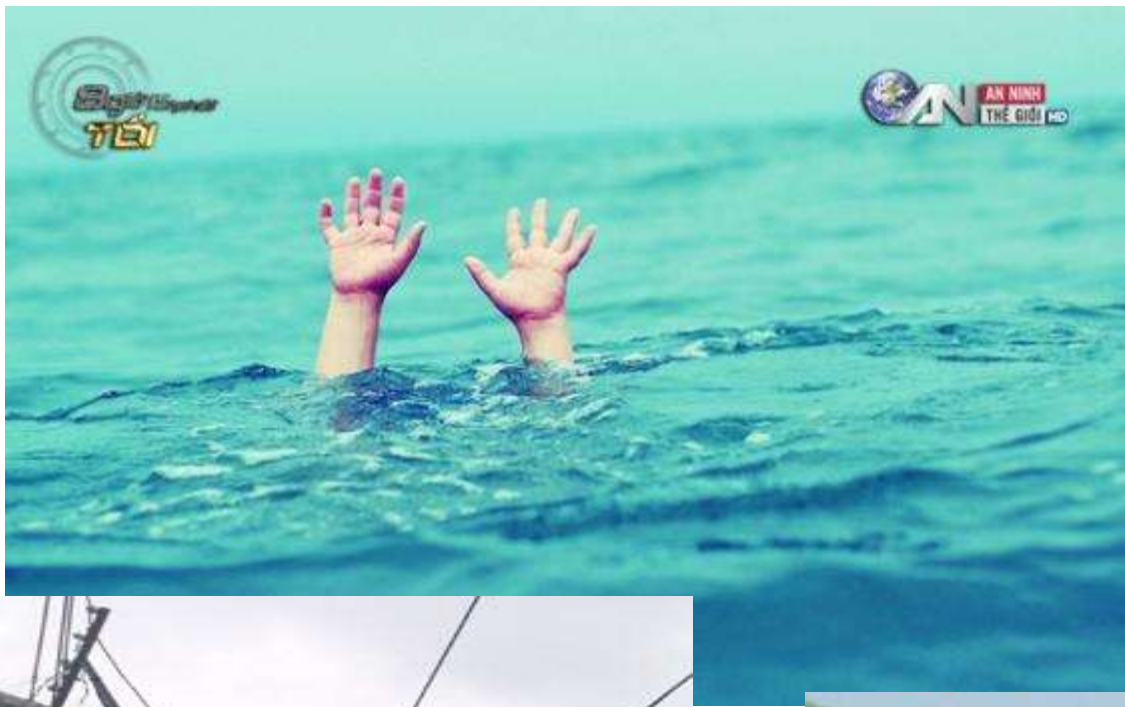
SƠ CẤP CỨU:

- ❖ Là gì?
- ❖ Khi nào?
- ❖ Làm ở đâu?
- ❖ Ai làm?
- ❖ Làm như thế nào?
- ❖ Nguyên tắc trong sơ cấp cứu?



Sơ cấp cứu ban đầu

- ❖ Mục đích
 - Cứu sống nạn nhân
 - Ngăn ngừa không cho tình trạng xấu đi
 - Thúc đẩy quá trình hồi phục.
- ❖ Tại hiện trường xảy ra tai nạn
 - Bạn là người đầu tiên có mặt
 - ✓ Sơ cấp cứu nạn nhân
 - ✓ giữa nạn nhân với dịch vụ cấp cứu.
 - ✓ Gọi người trợ giúp - gọi 115.
- ❖ Hành động của bạn giúp
 - Cứu sống nạn nhân
 - Tăng khả năng hồi phục cho nạn nhân.





BẠN SẼ LÀM GÌ ?



SƠ CẤP CỨU LÀ GÌ?

- ❖ Hành động can thiệp, trợ giúp và chăm sóc ban đầu người bị nạn khi nhân viên Y tế chưa có mặt.
- ❖ Nhằm mục đích:
 - Bảo toàn tính mạng cho nạn nhân
 - Bảo vệ các tổn thương hoặc bệnh không cho nặng thêm
 - Giảm thiểu các trường hợp tử vong
 - Tạo điều kiện cho nạn nhân phục hồi nhanh

TẦM QUAN TRỌNG CỦA SƠ CẤP CỨU

- ❖ Mang lại sự sống hay cái chết, sự phục hồi chức năng hay tàn tật vĩnh viễn cho nạn nhân
- ❖ Thời gian là tối quan trọng trong sơ cấp cứu

“ THỜI GIAN VÀNG ”



Tầm quan trọng của Sơ cấp cứu

- Thời gian là tối quan trọng trong SCC:

□ Thời gian vàng □!



Khi ngưng thở:

Ngay lập tức: Tim ngưng đập

Sau 4 phút: Não tổn thương

Sau 10 phút: Não tổn thương không hồi phục!

THỜI GIAN?

Tim ngừng đập



**4 phút -> Não
tổn thương**

Sau **10** phút ->

**Não tổn thương
không hồi phục**



MẠNG SỐNG!

NGỪNG THỞ

- Thiếu ôxy
- Máu không lưu thông
- Tim ngừng đập



4 phút -> Não tổn
thương

- Liệt chi
- Sống thực vật

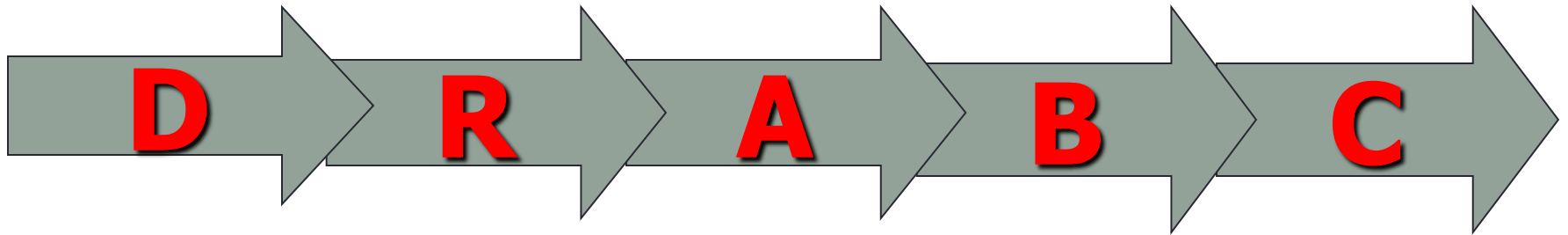
MẠNG SỐNG!

LÀM GÌ TRONG SƠ CẤP CỨU?

1. Quan sát thu thập thông tin và đảm bảo hiện trường an toàn
2. Gọi sự trợ giúp
3. Tìm kiếm, cứu hộ nạn nhân, trợ giúp, chăm sóc người bị nạn
4. Chăm sóc hỗ trợ và vận chuyển an toàn



Tiến trình DRABC trong sơ cấp cứu



Dr. ABC

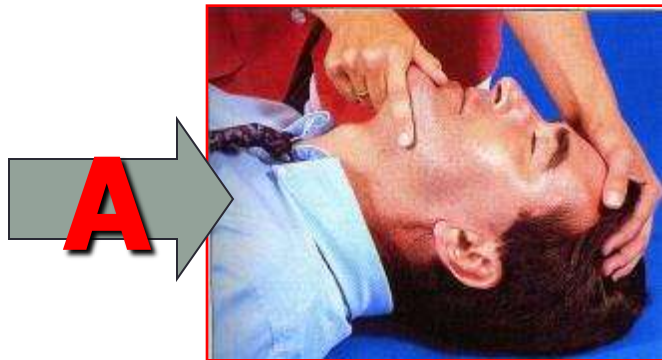


D

1. **D:** Đánh giá *sự nguy hiểm* tại hiện trường
2. **R:** Đánh giá *sự đáp ứng* của nạn nhân
3. **A:** Kiểm tra và làm thông *đường thở*
4. **B:** Kiểm tra *sự thở*
5. **C:** Kiểm tra *mạch* - CPR



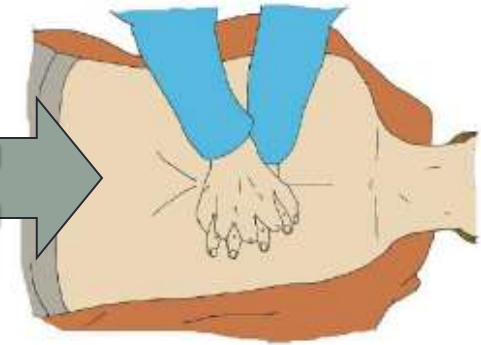
R



A



B



C

Nguyên tắc DRABC trong cấp cứu

- **D - DANGER:** **NGUY HIỂM**
- **R - RESPONSE:** **ĐÁP ỨNG**
- **A - AIRWAYS:** **ĐƯỜNG THỞ**
- **B - BREATHING:** **HÔ HẤP**
- **C - CIRCULATION:** **TUẦN HOÀN**

BÌNH TĨNH
LÀM MỘT ĐIỀU GÌ ĐÓ LUÔN TỐT HƠN LÀ
KHÔNG LÀM GÌ CẢ !

Nguyên tắc ABCDE trong cấp cứu

-
- **A - AIRWAYS:** ĐƯỜNG THỞ
- **B - BREATHING:** HÔ HẤP
- **C - CIRCULATION:** TUẦN HOÀN - CPR
- **D- DANGER:** Nguy hiểm
- **E- EFIBRILLATION:** Khử rung tim

➤

**BÌNH TĨNH
LÀM MỘT ĐIỀU GÌ ĐÓ LUÔN TỐT HƠN LÀ
KHÔNG LÀM GÌ CẢ !**

LÀM NHƯ THẾ NÀO ?



- ❖ Hồi phục hô hấp và tuần hoàn
- ❖ Cầm máu
- ❖ Cố định xương gãy
- ❖ Băng vết thương
- ❖ Chăm sóc và hỗ trợ tâm lý
- ❖ Chuyển nạn nhân đến CSYT

Sơ cấp cứu ban đầu

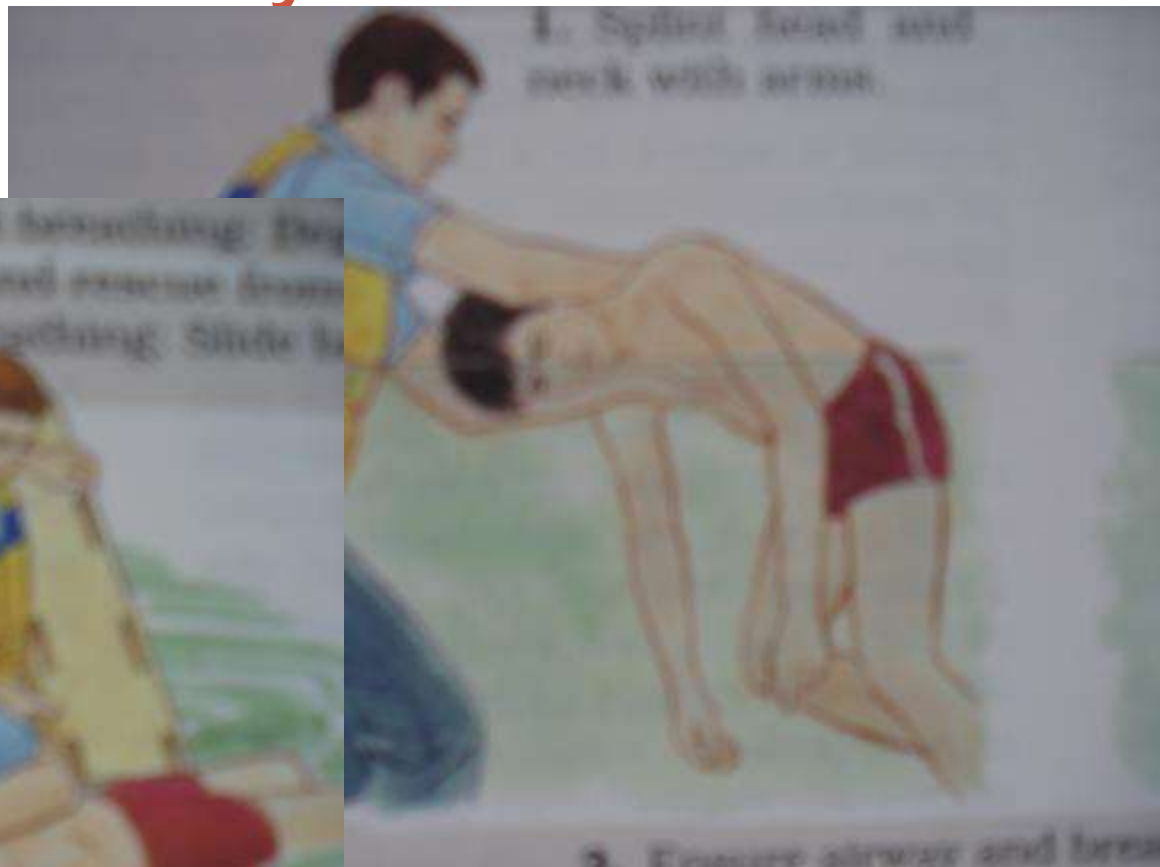
Yêu cầu đối với người cấp cứu:

- ✓ Bình tĩnh
- ✓ Đánh giá nhanh hiện trường
- ✓ Đánh giá tổn thương của nạn nhân
- ✓ Sơ cấp cứu - Gọi hỗ trợ
- ✓ Xử trí ban đầu các tổn thương theo thứ tự ưu tiên.
- ✓ Nhanh chóng đưa nạn nhân đến cơ sở y tế.

Các nguyên tắc cơ bản của SCC ban đầu

- **Bình tĩnh** *“Trong bất kỳ tình huống nào, bạn cố gắng giữ bình tĩnh”*
- **An toàn** *“Ai là người giúp nạn nhân”*
- **Ngay lập tức** *“Bạn làm một điều gì đó còn hơn không làm gì cả”*
- **Nhanh chóng** *“Thời gian là cuộc sống”*
- **Chính xác** *“Tính mạng con người nằm trong tay bạn”*
- **Theo dõi** *“Không ai biết được chữ ngờ”*

Đuối nước hay chết đuối



Đuối nước

- Đuối nước hay ngạt nước thường không phải chết do phổi đầy nước mà vì chất lỏng làm ngăn cản đường thở
 - Chết đuối không chỉ vì bị chìm xuống nước sâu, mà ngay cả khi bị chìm mặt xuống nước nông cũng bị chết do ngạt thở
- ví dụ: ở mặt ruộng, bồn tắm, chậu nước,...

CỨU NGƯỜI BỊ ĐUỔI NƯỚC

- Nếu nạn nhân xa bờ hoặc bất tỉnh bạn phải dùng thuyền hoặc buộc dây thừng quanh thắt lưng rồi bơi ra chỗ nạn nhân, nhờ 1 người đứng trên bờ kéo cả bạn và nạn nhân vào bờ. Bạn cố gắng giữ tay nạn nhân về phía sau
- Cố gắng nâng cằm và mặt họ lên khỏi mặt nước
- Nâng đầu nạn nhân ra khỏi nước (hoặc chất lỏng) và vận chuyển họ một cách an toàn với tư thế đầu thấp hơn ngực

CỨU NGƯỜI BỊ ĐUỐI NƯỚC

- Nếu nước sâu thì không nhảy xuống nước nếu bạn không biết bơi và gọi người đến giúp đỡ
- Nếu người bị đuối nước gần bờ bạn có thể dùng cây sào, đoạn dây thừng hoặc 1 vật nổi ném cho họ nắm lấy và từ từ kéo họ vào bờ.
- Trẻ không nên nhảy xuống nước cứu bạn, mà chỉ đứng trên bờ, sử dụng các phương tiện, dụng cụ để cứu người. (phải biết tự bảo vệ mình trong cứu hộ đuối nước)



HƯỚNG DẪN CÁC QUI TRÌNH CỨU NẠN

TIẾP CẬN



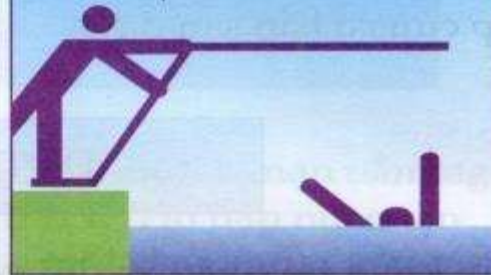
Mức độ an toàn



QUĂNG DÂY



Mức độ an toàn



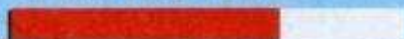
LÔI



Mức độ an toàn



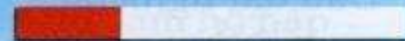
CHÈO THUYỀN



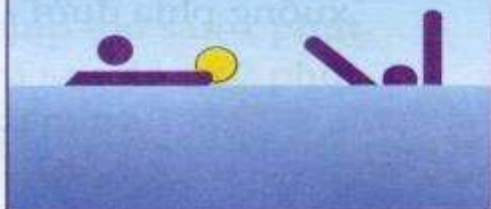
Mức độ an toàn



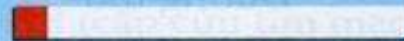
BƠI



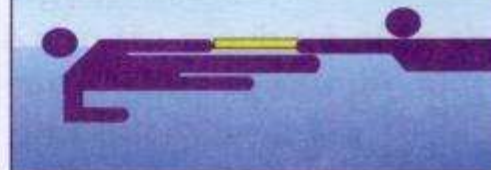
Mức độ an toàn



KÉO



Mức độ an toàn



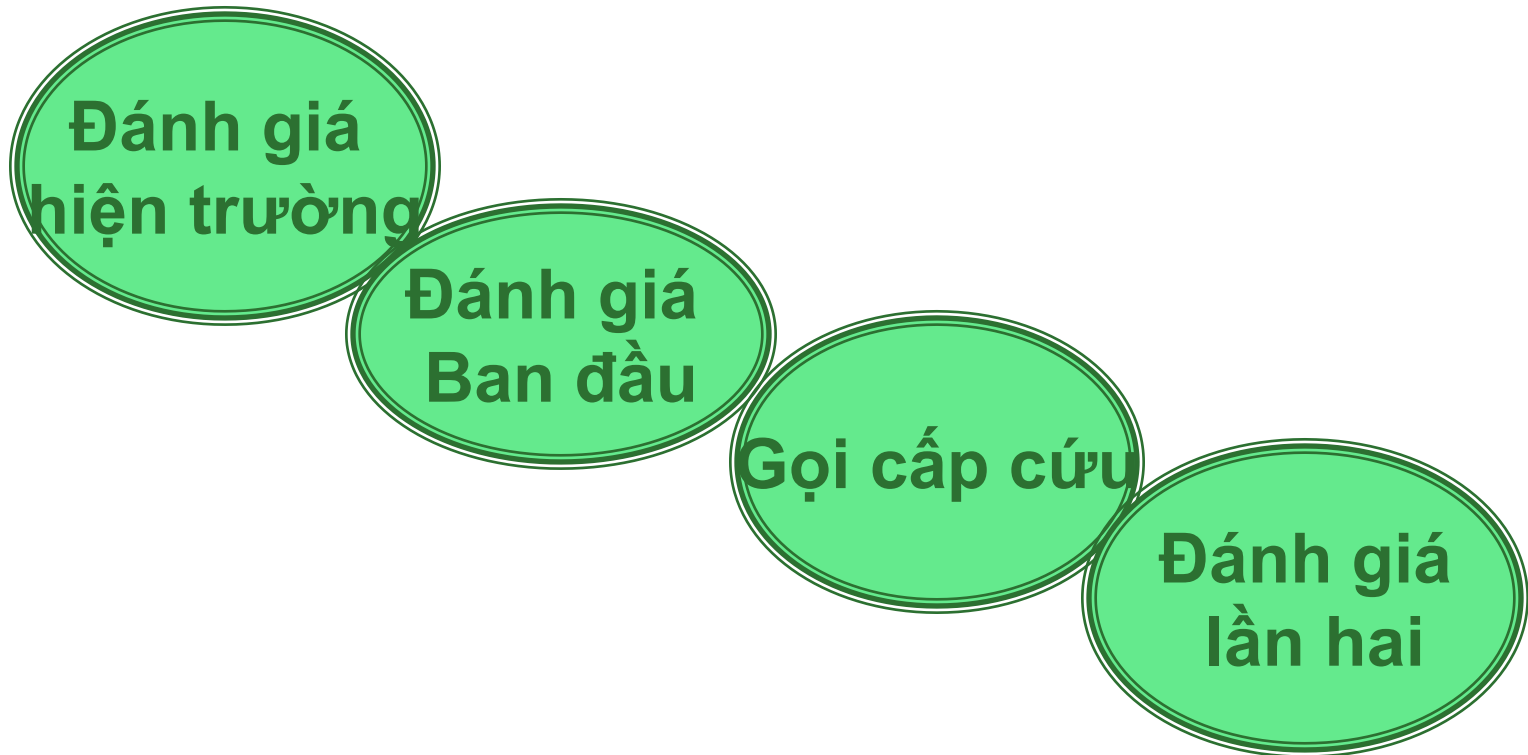


Sơ cấp cứu ban đầu

Yêu cầu đối với người cấp cứu:

- ✓ Bình tĩnh
- ✓ Đánh giá nhanh hiện trường
- ✓ Đánh giá tổn thương của nạn nhân
- ✓ Sơ cấp cứu - Gọi hỗ trợ
- ✓ Xử trí ban đầu các tổn thương theo thứ tự ưu tiên.
- ✓ Nhanh chóng đưa nạn nhân đến cơ sở y tế.

Kế hoạch hành động cấp cứu



Sơ cứu đuối nước

- Sau khi đưa nạn nhân lên bờ, tiếp tục thực hiện các bước sơ cứu
- Đặt nạn nhân nằm ngửa
- Làm sạch đường thở (miệng) và làm thông đường thở
- Kiểm tra hơi thở và mạch
- Nếu ngừng thở, tiến hành thổi ngạt
- Nếu ngừng mạch tiến hành ép tim ngoài lồng ngực
- *Sau khi đã hồi phục, đưa nạn nhân về tư thế hồi phục và ủ ấm*

Khi phát hiện một người bất tỉnh, điều đầu tiên bạn sẽ làm là:

- A. Gọi điện cho cấp cứu 115
- B. Tiến hành ép tim ngoài lồng ngực
- C. Đánh giá hiện trường, kiểm tra miệng
- D. Tiến hành làm thông đường thở.
- E. Cả hai câu C và D.

Khi phát hiện một người bất tỉnh, điều đầu tiên bạn sẽ làm là:

- A. Gọi điện cho cấp cứu 115
- B. Tiến hành ép tim ngoài lồng ngực
- C. Đánh giá hiện trường, kiểm tra miệng
- D. Tiến hành làm thông đường thở.
- **E. Cả hai câu C và D.**

D Kiểm tra HT **Nạn nhân**

Còn tỉnh

R

Không tỉnh

Động viên

Theo dõi

**Kiểm tra đường thở
Làm thông ĐT**

A

Có thở

B

Không thở

Tư thế hồi phục
Nằm nghiêng an toàn

Có mạch

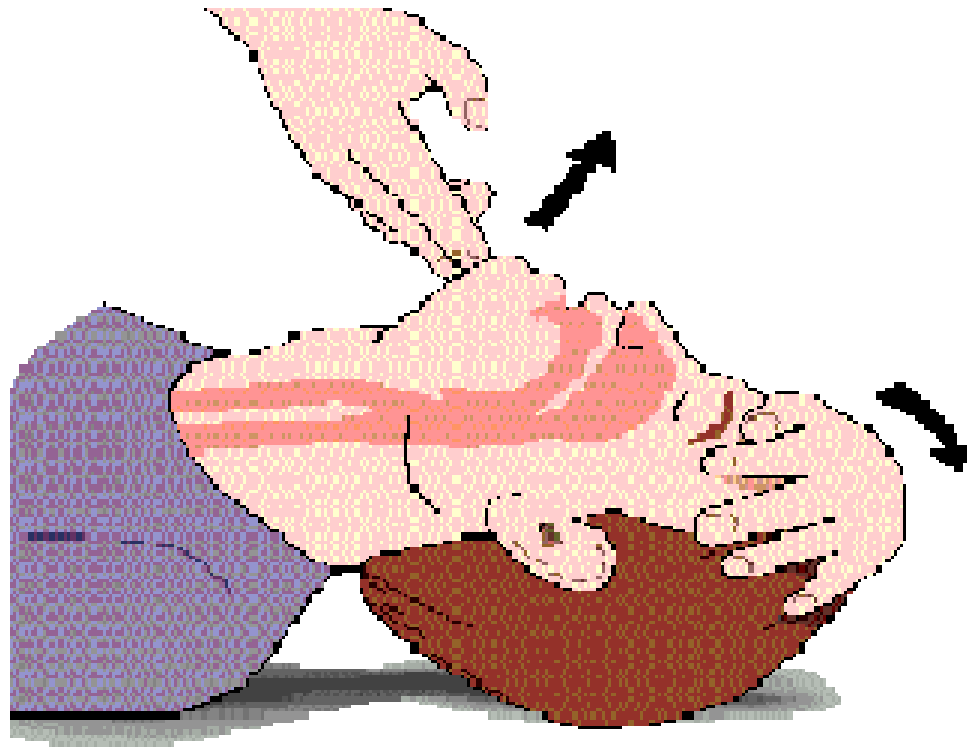
C

Không mạch

[Empty box]

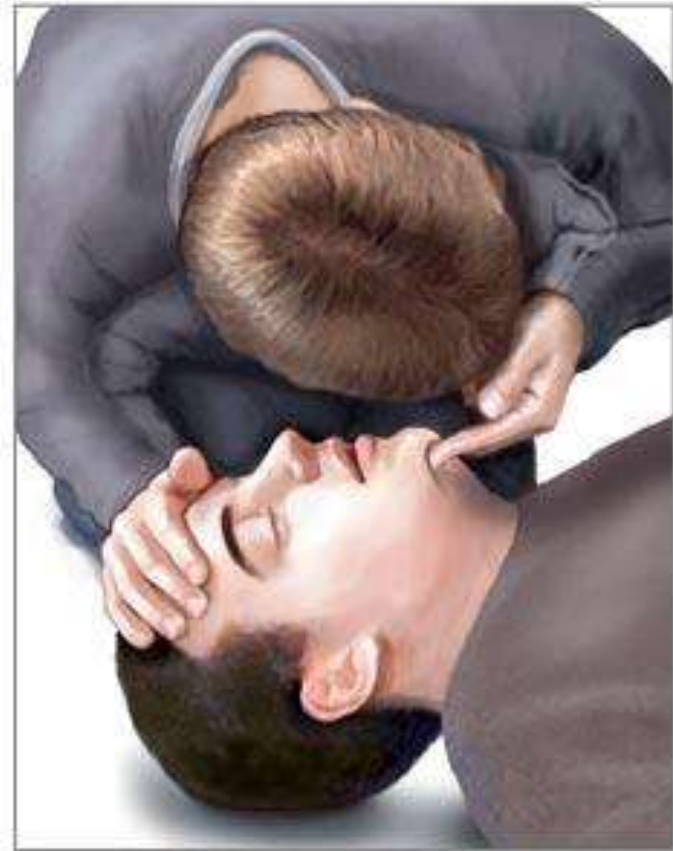
C
[Empty box]

Mở đường thở

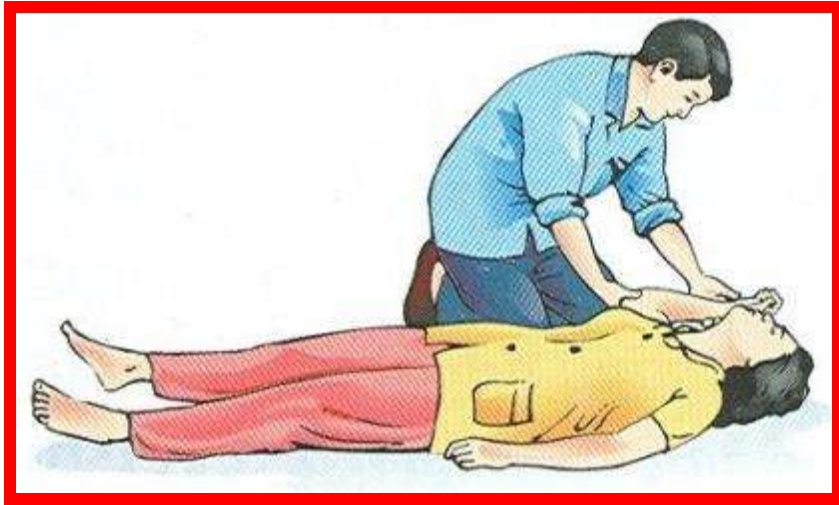


Nghiêng đầu nhắc cằm

Mở đường thở của bệnh nhân, dùng phương pháp Nghiêng đầu Nâng cằm



Tư thế hồi phục



Tư thế hồi phục (*nằm nghiêng an toàn*)





ĐƯA NẠN NHÂN VỀ TƯ THẾ HỒI PHỤC CÒN GỌI LÀ TƯ THẾ NẪM NGHIÊNG HAY TƯ THẾ DẪN LƯU

BUỚC 1: Nạn nhân nằm ngửa, sơ cứu viên quỳ ngang thân người nạn nhân, Tay của nạn nhân phía gần sơ cứu viên được đặt vuông góc.





Đưa nạn nhân về tư thế hồi phục

Còn gọi là tư thế nằm nghiêng hay tư thế dẫn lưu

BƯỚC 2: Áp mu bàn tay của nạn nhân vào má bên đối diện, tay của sơ cứu viên áp vào tay nạn nhân và luôn giữ để đầu nạn nhân được ổn định.





Đưa nạn nhân về tư thế hồi phục

Còn gọi là tư thế nằm nghiêng hay tư thế dẫn lưu

BUỚC 3: Nâng chân bên đối diện lên vuông góc, đặt tay lên đầu gối và xoay nghiêng nạn nhân về phía sơ cứu viên. Dùng tay ấn giữ khuỷu tay nạn nhân để rút được tay sơ cứu viên ra.





Đưa nạn nhân về tư thế hồi phục

Còn gọi là tư thế nằm nghiêng hay tư thế dẫn lưu

BƯỚC 4: Chỉnh đầu nạn nhân hướng xuống thấp và mở miệng nạn nhân, chỉnh chân cho vuông góc.





D Kiểm tra HT **Nạn nhân**

Còn tỉnh

R

Không tỉnh

Động viên

Theo dõi

A
Kiểm tra đường thở
Làm thông ĐT

Có thở

B

Không thở

Tư thế hồi phục
Nằm nghiêng an toàn

Có mạch

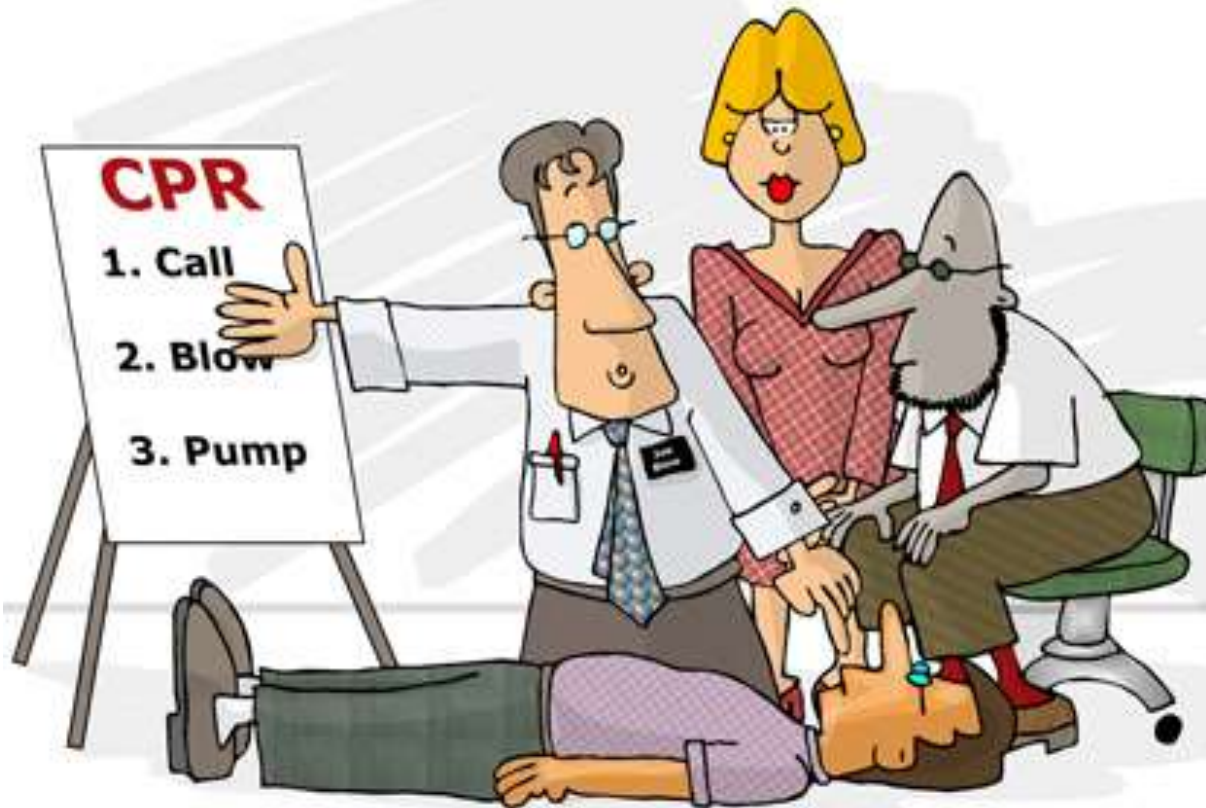
C

Không mạch

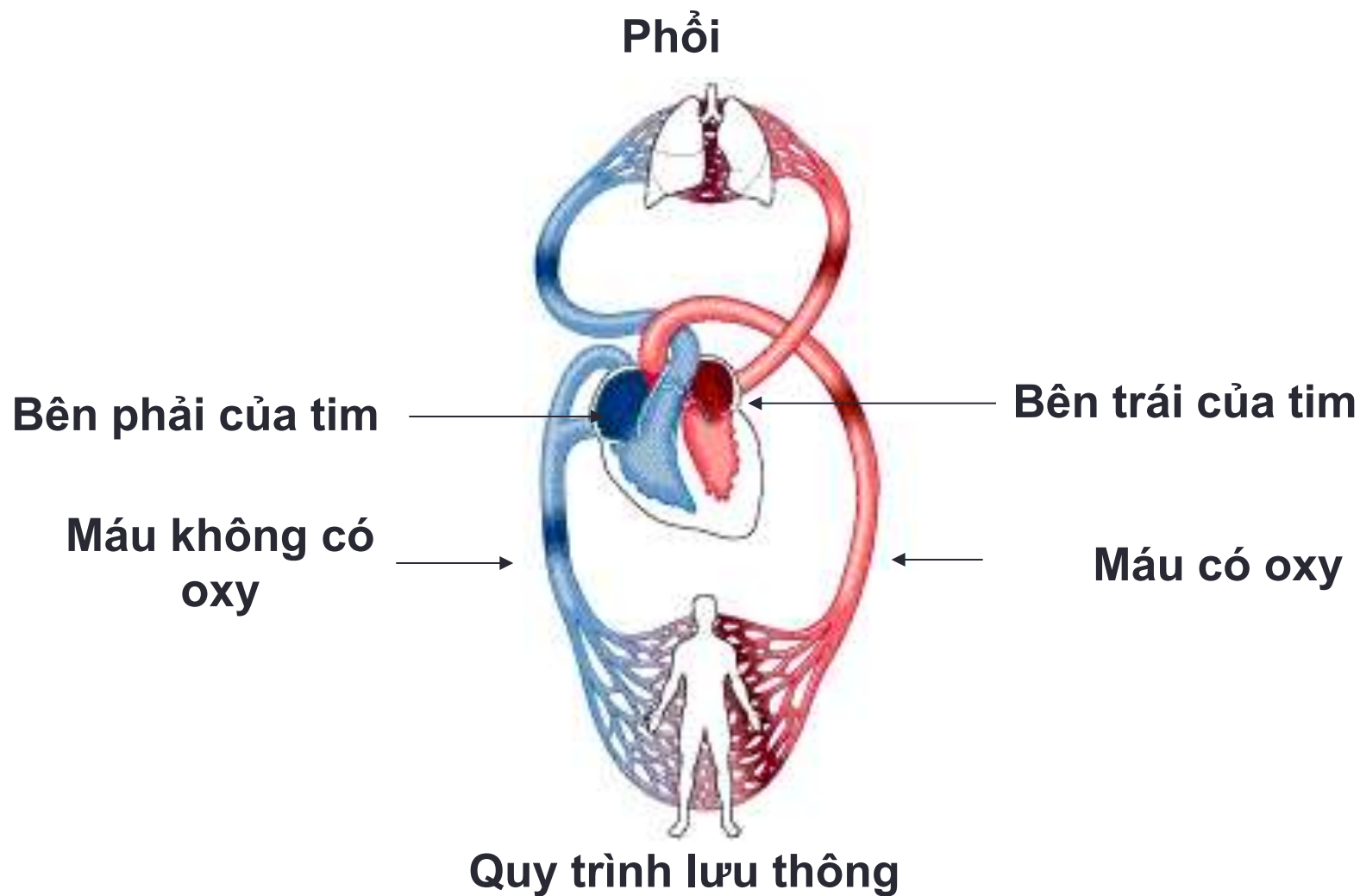
Hồi sinh tim phổi

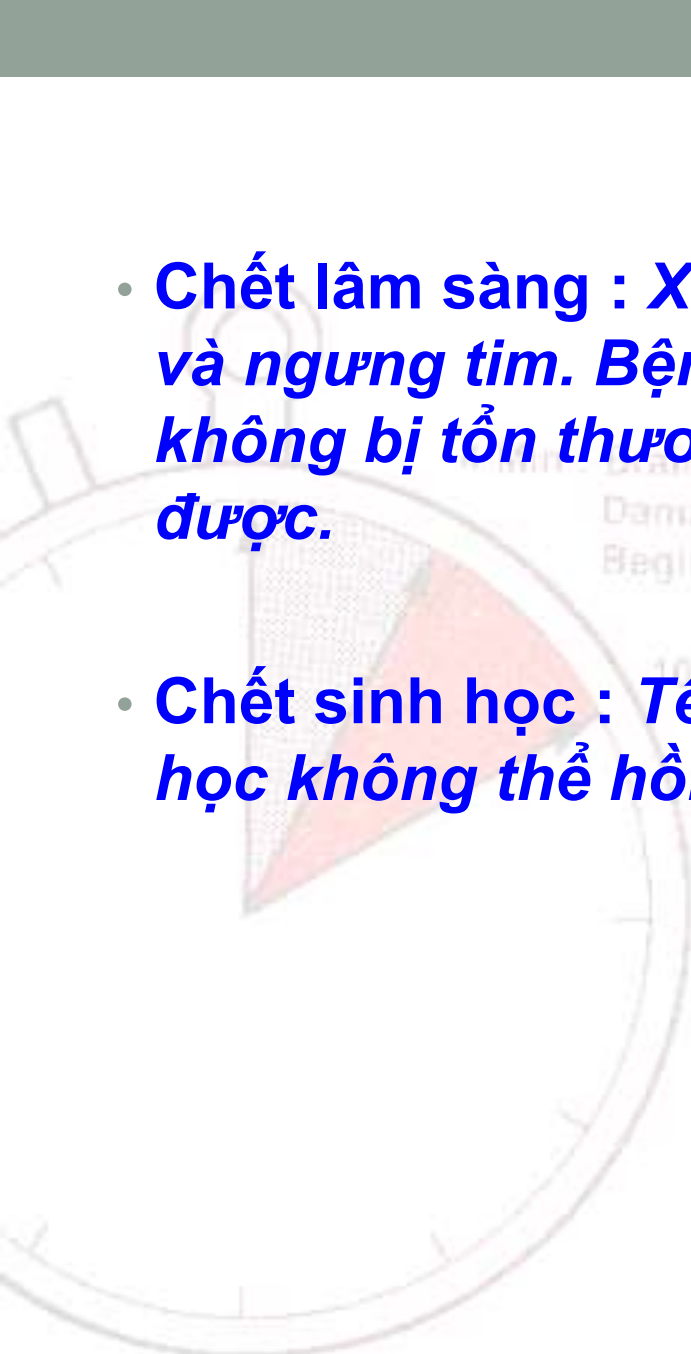
C **Thở ngạt**

Hồi Sinh Tim Phổi



Hệ thống tim và phổi



- 
- **Chết lâm sàng** : *Xảy ra đối với bệnh nhân ngưng thở và ngưng tim. Bệnh nhân có 4-6 phút để hồi sức mà không bị tổn thương não, Chết lâm sàng có thể cứu được.*
 - **Chết sinh học** : *Tế bào não bắt đầu chết. Chết sinh học không thể hồi phục.*



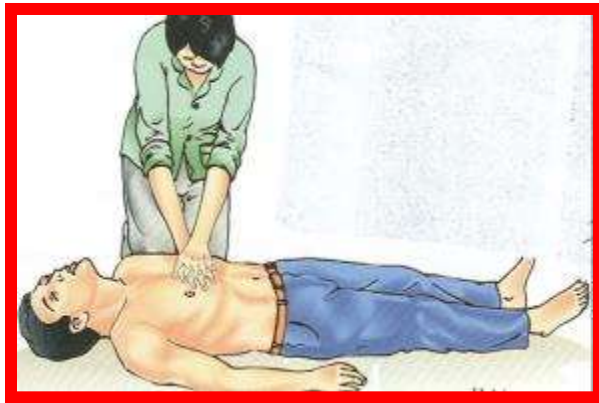
ÉP TIM NGOÀI LÒNG NGỰC ĐỐI VỚI NGƯỜI LỚN (TRÊN 8 TUỔI)

Vị trí đặt tay:

Chồng hai tay lên nhau, gót tay đặt dưới $\frac{1}{2}$ xương ức

Ép sâu: 1/3 lồng ngực (4 - 5cm)

Thời ngạt: Cho ngực phồng lên



*** Đới với trẻ trên 8 tuổi và người lớn**



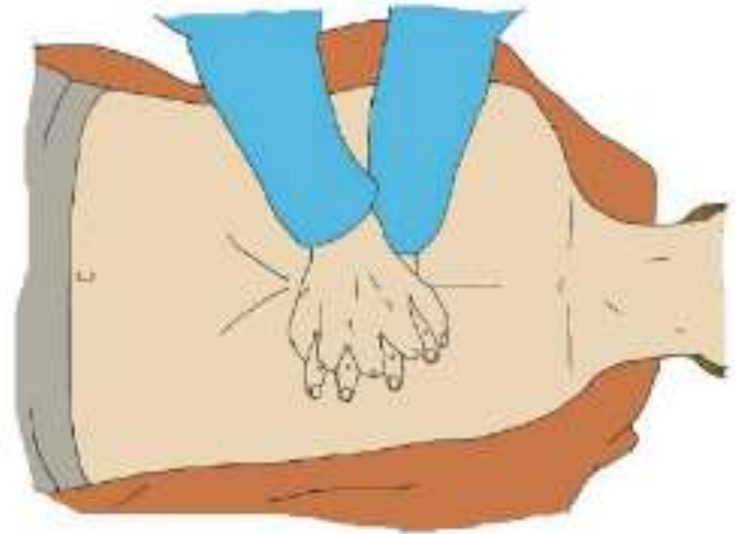
Hình b



Hình c



1. Xác định vị trí



2. Cách ép

* Đôi với trẻ trên 8 tuổi và người lớn

- Đặt nạn nhân nằm ngửa trên nền phẳng, cứng
- Dùng góc 2 bàn tay và lực của 2 cánh tay ép vuông góc lên vị trí $\frac{1}{2}$ dưới của đoạn giữa hõm ức trên và hõm ức dưới với tần số 30 lần ép tim và 2 lần thổi ngạt (một chu kỳ)
- Ép sâu $\frac{1}{3}$ đến $\frac{1}{2}$ độ dày lồng ngực đối với trẻ và 4 – 5 cm đối với người lớn.

* Đôi với trẻ trên 8 tuổi và người lớn



Hình e: Bịt mũi và đẩy cằm để thôi



Hình f: Vừa thôi vừa quan sát ngực

Cách làm Hồi phục tim phổi (CPR)

- Đặt trẻ nằm ngửa trên nền phẳng, cứng.
- Ép ngoài lồng ngực tại vị trí điểm giao nhau giữa xương ức và đường thẳng ngang qua hai núm vú.
- Ép với tần số 30 lần ép tim và hai lần thổi ngạt (một chu kỳ)
- Thực hiện 5 chu kỳ liên tục, dừng lại kiểm tra mạch, nhịp thở của nạn nhân.
- Làm liên tục cho đến khi nạn nhân có đáp ứng



CPR



1. Tilt the head back and lift the chin until the teeth almost touch. Look and listen for breathing.



2. If the person is not breathing, pinch the nose closed and cover the person's mouth with yours. Give 2 full breaths.



3. Put your hands in the center of the person's chest between the nipples. Place one hand on top of the other. Push down 30 times. Continue with 2 breaths then 30 pushes until medical help arrives or the person starts moving.



Kỹ thuật Hồi phục tim phổi

* Đối với trẻ dưới 1 tuổi

- Thổi ngạt 5 lần.

Cách thổi:

+ Nâng ngửa đầu trẻ, áp miệng trùm kín miệng và mũi trẻ và thổi vừa phải; đồng thời quan sát lồng ngực trẻ.

+ Kiểm tra sự đáp ứng



Figure A



Figure D



Figure B



Figure E

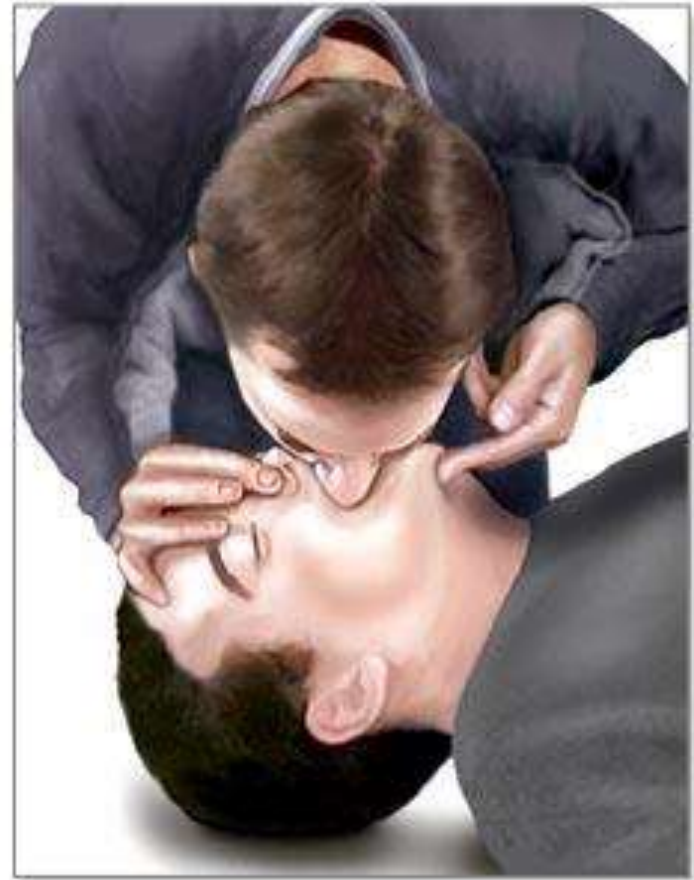


Figure C

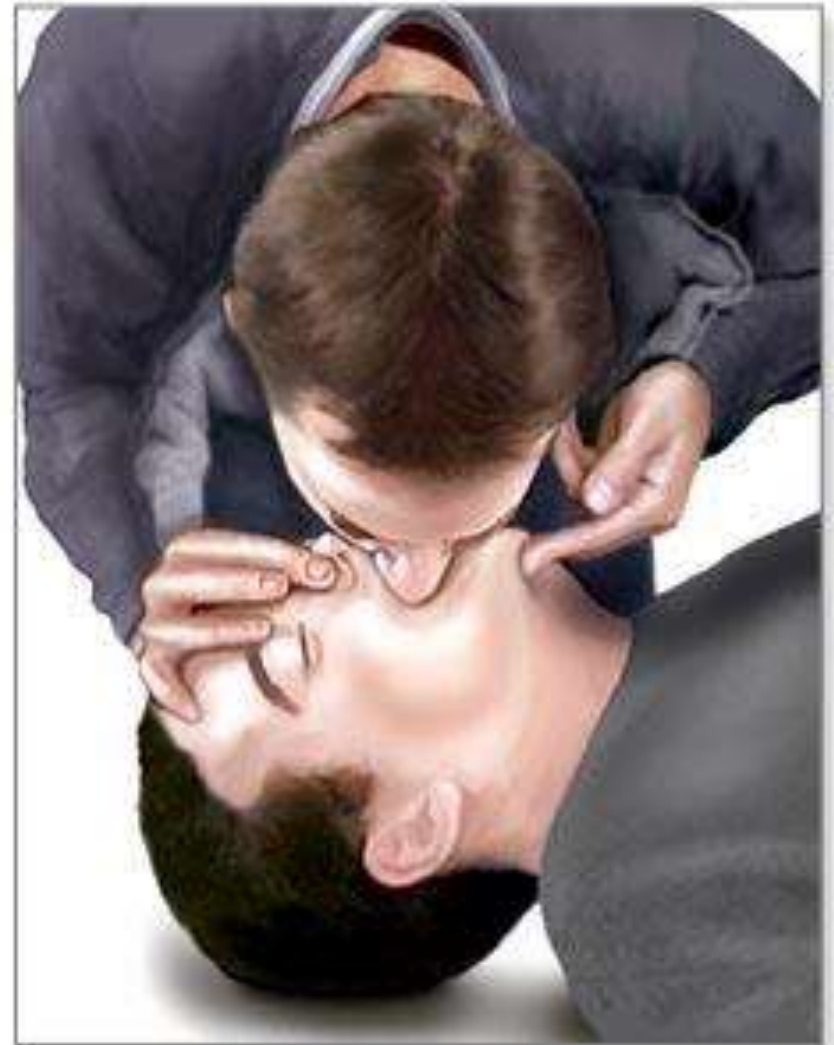


Figure F

Thông khí nhân tạo



Thông khí nhân tạo



Miệng với mặt nạ thông khí



Quy trình Hồi Sức Tim Phổi

1. Xác định vị trí ép
2. Thực hiện thông khí nhân tạo (2 hơi) và ép ngực 30 lần trong 5 chu kỳ
(30 ép - 2 thổi x 5 lần/ 2 phút)
3. Kiểm tra nhịp thở trong 10 giây
4. Nếu nhịp thở (+) - hồi phục vị trí
5. Nếu nhịp thở (-) làm 5 chu kỳ về hồi sức tim phổi

Tóm tắt phương pháp ép tim ngoài lồng ngực và thổi ngạt cho nạn nhân

bị ngừng thở, ngừng tim

Hoạt động	Người lớn	Trẻ em	Trẻ nhỏ
Vị trí ép tim	Đặt 2 bàn tay lên nửa dưới xương ức	Đặt 1 bàn tay lên nửa dưới xương ức	Đặt 2 ngón tay lên nửa dưới xương ức
số lần ép tim	30 lần ép tim	30 lần ép tim	30 lần ép tim
Độ ấn sâu	1/3 lồng ngực (4 - 5cm)	1/3 lồng ngực (3 - 4cm)	1/3 lồng ngực (2-3cm)
thổi ngạt	Thổi 2 hơi (theo dõi lồng ngực)	Thổi 2 hơi (theo dõi lồng ngực)	Thổi 5 hơi (theo dõi lồng ngực)
Chu kỳ	30ép – 2 thổi x 5 lần/2 phút	30ép – 2 thổi x 5 lần/2 phút	5 thổi 30ép tim -2 thổi x 5 lần/2 phút

Quy trình sơ cứu nạn nhân bất tỉnh, còn thở

1. Đảm bảo người và hiện trường an toàn
2. Kiểm tra tình trạng phản ứng
3. **KHÔNG PHẢN ỨNG** - Gọi giúp đỡ
4. Thông đường thở
5. Kiểm tra nhịp thở trong 10 giây
6. Đưa về tư thế hồi phục và ủ ấm cho nạn nhân.

Quy trình Hồi Sinh Tim Phổi

1. **Đảm bảo người và hiện trường an toàn**
 2. **Kiểm tra tình trạng phản ứng**
 3. **KHÔNG PHẢN ỨNG - Gọi giúp đỡ**
 4. **Kiểm tra miệng - làm sạch miệng**
 5. **Đưa nạn nhân về tư thế nằm ngửa an toàn**
 6. **Làm Thông đường thở**
 7. **Kiểm tra nhịp thở trong 10 giây**
 8. **Kiểm tra mạch**
 9. **KHÔNG THỞ - KHÔNG MẠCH**
- * Tiến hành ép tim ngoài lồng ngực (30 cái) và thổi ngạt cho nạn nhân (thổi 2 hơi)**

Kỹ thuật ép tim ngoài lồng ngực

- nạn nhân nằm ngửa trên nền cứng,
- đặt tay lên 1/2 dưới của xương ức
- 2 cánh tay thẳng, ép trực tiếp xuống xương ức
- Tay ép sâu 4 -5 cm.(1/3 lồng ngực)
- ép tim với tần suất 80–100 lần/phút
- Kiểm tra mạch: 2 phút – 1 lần.



❖ **Chú ý:** xác định điểm ép tim

• **Đối với trẻ từ 1 – 8 tuổi.**

- Trình tự sơ cứu như trẻ dưới 1 tuổi.

Lưu ý:

- Khi thổi ngạt vào miệng trẻ, người sơ cứu trùm kín miệng trẻ và bóp hai cánh mũi.
- Ép tim ngoài lồng ngực: Đặt góc bàn tay và ép vuông góc lên điểm em tim bằng lực của 1 cánh tay.

*** Đới với trẻ trên 8 tuổi và người lớn**



Hình b



Hình c



1. Xác định vị trí



2. Cách ép

* Đôi với trẻ trên 8 tuổi và người lớn



Hình e: Bịt mũi và đẩy cằm để thôi



Hình f: Vừa thôi vừa quan sát ngực

Khi nào thì ngưng làm Cấp cứu ngưng thở - ngưng tim?

- ✓ Hiện trường làm cấp cứu không còn an toàn
- ✓ Có người đến giúp đỡ (nhân viên Y tế)
- ✓ Nạn nhân có các dấu hiệu hồi phục (*mạch, hơi thở*)
- ✓ Bạn quá mệt và không thể tiếp tục làm Cấp Cứu

Khi nào dừng ép tim ngoài lồng ngực và thổi ngạt

- Nạn nhân có đáp ứng: Có mạch, có thở
- ~~Có sự trợ giúp của nhân viên y tế~~
- Hiện trường sơ cứu trở nên không an toàn
- Nạn nhân không có đáp ứng: toàn thân lạnh, mềm nhũn, không thở, không mạch, da tím tái.

Các điểm ghi nhớ:

- Thực hiện đúng nguyên tắc DRABC
- Nếu nghi ngờ tổn thương cột sống thì không đưa nạn nhân về tư thế hồi phục.
- Thường xuyên theo dõi nạn nhân

Một vài bệnh lý cần lưu ý đối với nạn nhân bất tỉnh do đuối nước

- Choáng/ ngất
- Tắc nghẽn đường thở/ khó thở
- Hen/ suyễn
- Động kinh
- Tiểu đường

Choáng/ sốc

Dấu hiệu:

Mặt nhợt nhạt

Chóng mặt

Buồn nôn

Nhìn thấy các đốm trắng sáng

Mạch đập yếu

Xử trí Sốc

- Đặt nạn nhân tư thế nằm
- Nếu nôn, đặt nằm nghiêng trái
- Nâng cao chân nạn nhân trừ khi nghi ngờ chấn thương cột sống cổ hay gãy xương.
- Đặt nạn nhân ở nơi thoáng khí
- Duy trì thân nhiệt bình thường
- Gọi 115

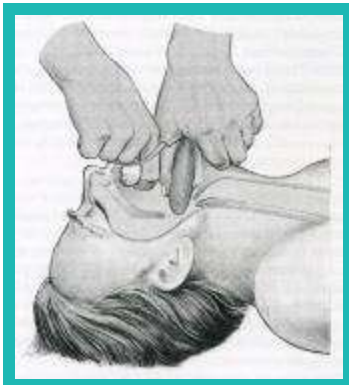


Tắc nghẽn đường thở/ khó thở

- Dấu hiệu:
- **Tắc không hoàn toàn:**
- Ho (nạn nhân cố ho khạc để tống dị vật ra ngoài).
- Có thể có biểu hiện khó thở hoặc thở bất thường.
- **Tắc hoàn toàn:**
- Nạn nhân không nói được, tay ôm lấy cổ.
- Nạn nhân trong tình trạng khó thở, cố gắng thở, mắt trợn ngược, vẻ mặt hoảng hốt.
- Mặt đỏ, các mạch máu ở cổ nổi phồng.
- Môi và lưỡi nạn nhân tím tái dần

Xử trí cấp cứu ban đầu tắc nghẽn đường thở

Lấy dị vật đường thở nông (dùng tay móc lấy dị vật)

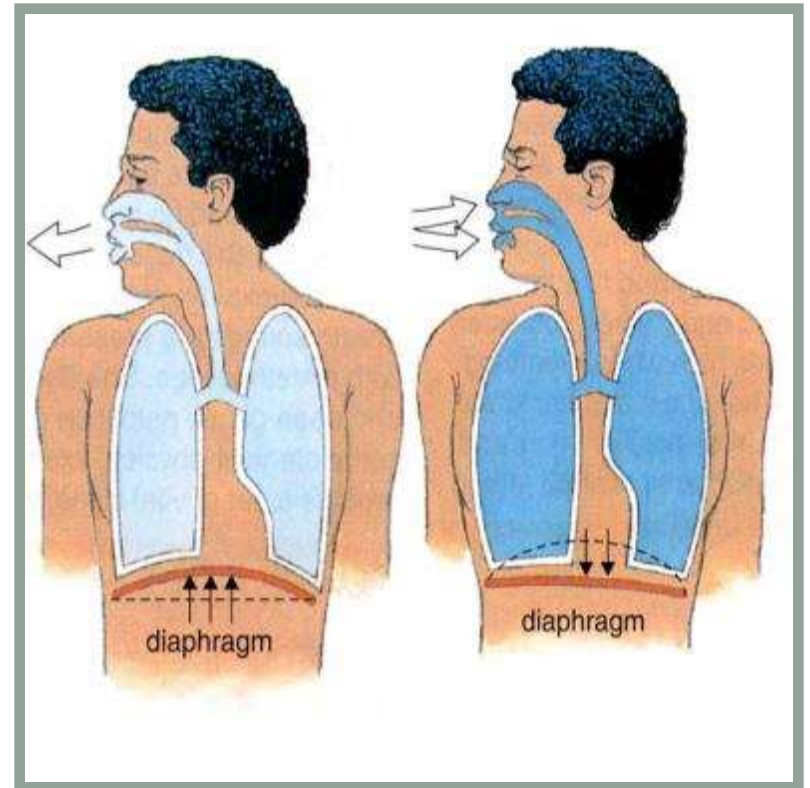


- ✓ Đặt nạn nhân nằm ngửa, nghiêng mặt
- ✓ Nâng cằm - đỡ hàm
- ✓ Loại bỏ dị vật, đờm dãi

Dị vật đường thở

Đường thở

- Đường thở?
- Dị vật đường thở?



DẤU HIỆU NHẬN BIẾT

- **Tắc không hoàn toàn:**
 - Ho (nạn nhân cố ho khạc để tống dị vật ra ngoài).
 - Chảy nước mắt, mũi
 - Có thể có biểu hiện khó thở hoặc thở bất thường.
- **Tắc hoàn toàn:**
 - Không nói được, tay ôm lấy cổ.
 - Tình trạng khó thở, cố gắng thở, mắt trợn ngược, vã mặt hoảng hốt.
 - Mặt đỏ, các mạch máu ở cổ nổi phồng.
 - Môi và lưỡi nạn nhân tím tái dần.



Dị vật đường thở

Nguyên nhân:

Đối với trẻ em:

- Do chơi: Thói quen cho tất cả các thứ vào miệng, đặc biệt là các đồ chơi có kích thước quá nhỏ, các loại hạt như hạt đậu, ngô,...
- Do ăn uống, trẻ bị sặc: sữa, bột, thuốc,...
- Do trẻ bị nôn: chất nôn trào ngược vào đường thở.

Đối với người lớn:

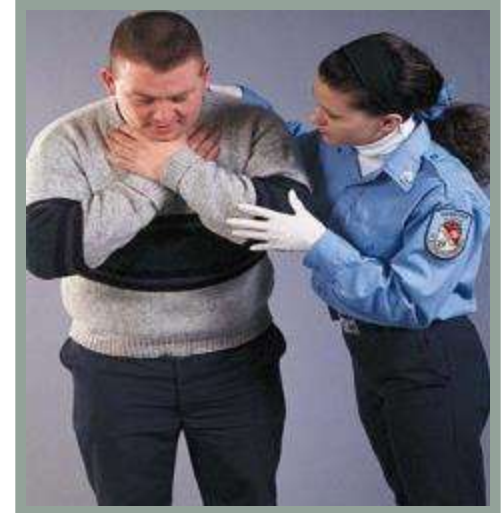
- Do ăn uống bị sặc, nghẹn
- Do chất nôn trào ngược.
- Do tai nạn: Máu, dịch, răng, bùn, rơi vào đường thở,

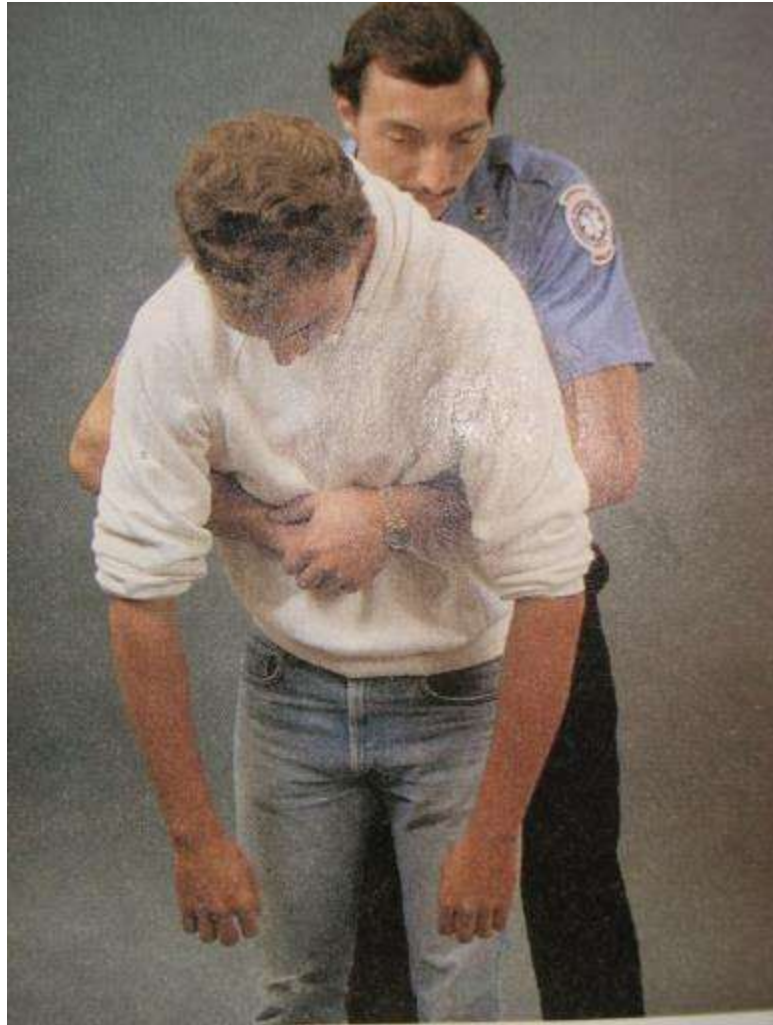
Nguy cơ: Tắc thở - Bất tỉnh - Tử vong

Xử trí dị vật đường thở

Trẻ lớn và người lớn

- Động viên nạn nhân ho để tống dị vật ra
- Nếu không hiệu quả thì áp dụng phương pháp vỗ lưng
- Vẫn không hiệu quả dùng phương pháp vừa vỗ lưng vừa ép bụng (HeimLich)
- Gọi cấp cứu





Xử trí dị vật đường thở

Trẻ từ 1 đến 8 tuổi :

- Vỗ vào lưng 5 lần ở vị trí giữa 2 xương bả vai trẻ đồng thời kiểm tra dị vật có ra không
- Sau khi vỗ lưng, dị vật chưa ra, dùng phương pháp Heimlich
- Gọi cấp cứu



Xử trí dị vật đường thở

Trẻ < 1 tuổi:

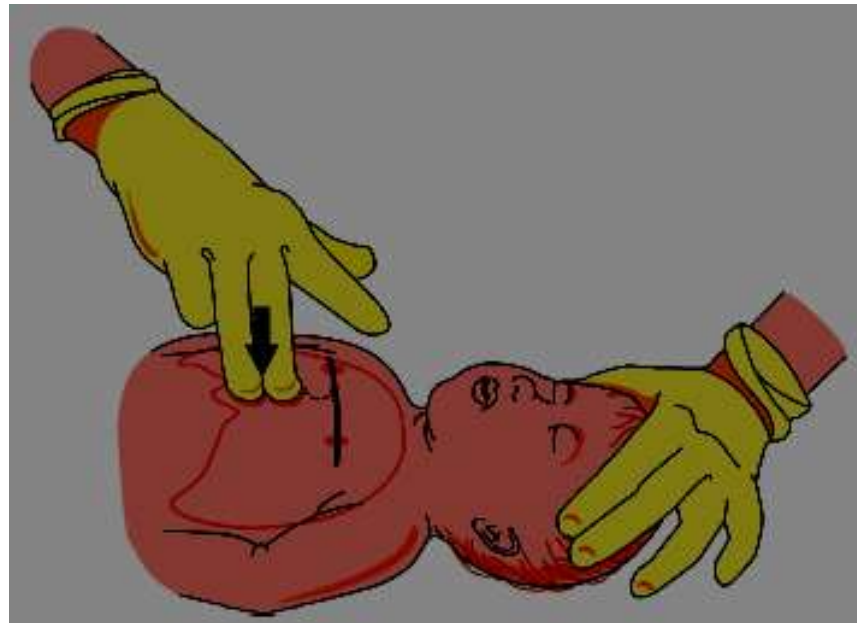
- Trẻ nằm sấp
- Đầu chúc xuống dưới
- Vỗ vào lưng 5 cái
- Nếu không hiệu quả dùng tay ấn ngực 5 cái
- Gọi cấp cứu



Xử trí dị vật đường thở (với trẻ sơ sinh)



Vỗ vào lưng



Ấn vào ngực



Hen/ suyễn

Dấu hiệu:

- Mặt tái xanh
- Thở khò khè
- Ho
- Lo âu

Sơ cứu:

- Dùng thuốc
- Trấn an, động viên
- Nới lỏng quần áo

Động kinh

Dấu hiệu

- Co giật
- Khóc lóc
- Sùi bọt mép
- Mất trí

Sơ cứu:

- Bảo đảm hiện trường an toàn
- Không ôm giữ, không có dùng cơn co giật của nạn nhân
- Theo dõi

Tiểu đường

- **ĐƯỜNG MÁU CAO**
- Da khô
- Hơi thở có mùi acetone
- Khát nước --- cho uống nước

- **ĐƯỜNG MÁU THẤP**
- Ra nhiều mồ hôi
- Lúng túng
- Hành vi giống người say rượu
- Cho uống nước đường

Giáo dục phòng tránh đuối nước

- Xác định những chỗ nguy hiểm hoặc chỗ nước sâu trong cộng đồng.
- Che đậy giếng nước, chum, vại, bể nước, thùng nước.
- Rào ao, hồ, kênh rạch, hố vôi gần nhà
- Đặt biển báo nguy hiểm những nơi có thể xảy ra tai nạn.
- Không để trẻ em một mình ở khu vực gần nước hoặc trong môi trường nước
- Mọi người nên được học bơi từ nhỏ
- Tuyên truyền trong cộng đồng về đuối nước

Xin Chân thành Cảm ơn!

