

Sơ cứu đúng cách khi trẻ bị đuối nước

Sơ cứu tại chỗ đúng kỹ thuật là điều quan trọng nhất để cứu sống trẻ, tránh được di chứng não sau này.

[Có thể dạy bơi cho bé từ lúc lọt lòng / Cụ ông 82 tuổi ngăn ao, dạy bơi cho trẻ](#)

Đuối nước hay còn gọi chết đuối là tình trạng nạn nhân bị ngạt khi chìm trong nước, tuy nhiên có một số nạn nhân bị ngạt là do sự co thắt thanh quản.

1. Cách sơ cứu khi trẻ bị ngạt nước

Bước 1: Nhanh chóng đưa trẻ ra khỏi mặt nước bằng mọi cách.

Bước 2: Đặt trẻ nằm chỗ khô ráo, thoáng khí.

Bước 3: Nếu trẻ bất tỉnh, hãy kiểm tra xem trẻ còn thở không bằng cách quan sát lồng ngực có di động hay không.

Nếu lồng ngực không di động, tức là trẻ ngừng thở thì phải hô hấp nhân tạo (thổi ngạt bằng miệng) ngay lập tức. Sau khi thổi ngạt 2 cái, cần kiểm tra xem tim trẻ còn đập hay không bằng cách bắt mạch cảnh, bẹn, hoặc áp tai vào lồng ngực bên trái xem có tiếng tim đập không.

Nếu không bắt được mạch chứng tỏ tim trẻ đã ngừng đập, cần phải hô hấp nhân tạo kèm theo ép tim ngoài lồng ngực (ép ở $\frac{1}{2}$ dưới xương ức bên trái) theo tỷ lệ 15/2 (nghĩa là ép tim 15 cái thì thổi ngạt 2 cái) nếu có 2 người, hoặc 30/2 nếu có 1 người. Sau đó vừa làm vừa đưa trẻ đi viện.

Nếu trẻ còn tự thở, cho trẻ nằm nghiêng sang một bên. Cởi bỏ quần áo ướt, giữ ấm. Nhanh chóng đưa trẻ đến bệnh viện gần nhất vì có thể sẽ xảy ra khó thở tái diễn.



Ảnh minh họa: *Adam*.

2. Những việc làm không đúng trong dân gian cần tránh

Nhiều người thường có thói quen dốc ngược nạn nhân, vác lên vai rồi chạy, đây là hành động hoàn toàn sai vì thứ nhất, nó làm mất thời gian quý giá để hô hấp nhân tạo cứu sống bệnh nhân. Thứ 2 là khi ngạt nước thực ra nước ở trong phổi không nhiều như mọi người nghĩ, nó sẽ được tống ra ngoài khi ta hô hấp nhân tạo, ép tim ngoài lồng ngực và khi bệnh nhân thở trở lại.

Không hô hấp nhân tạo và ép tim ngoài lồng ngực khi vận chuyển tới bệnh viện sẽ làm mất thời gian cứu nạn nhân, gây ra di chứng não sau này nếu bệnh nhân còn sống. Điều này là do thiếu oxy ở các tổ chức trong một thời gian dài, đặc biệt là não.

3. Cách phòng ngừa

Không nên để trẻ chơi một mình mà không giám sát, đậy kín các chum vại nước xung quanh nhà, không cho trẻ chơi gần ao hồ, tốt nhất nên dạy cho trẻ tập bơi để tránh những tai nạn không mong muốn.

Bác sĩ Nguyễn Đức Thường
Bệnh viện Nhi trung ương Hà Nội