

BÀI TUYÊN TRUYỀN

VỀ PHÒNG CHỐNG ĐUỐI NƯỚC Ở TRẺ EM

Hàng năm, đuối nước lấy đi sinh mạng của hơn 2.000 trẻ em tại Việt Nam. Con số này đã khiến Việt Nam trở thành nước có tỉ lệ trẻ em đuối nước cao nhất khu vực Đông Nam Á và cao gấp 10 lần các nước phát triển. Mùa hè là thời điểm số vụ tai nạn đuối nước trẻ em gia tăng nhiều nhất trong năm do trẻ em bước vào kỳ nghỉ hè, các em hay rủ nhau đi tắm sông, các gia đình hay đi du lịch biển... vì vậy các gia đình cần nâng cao ý thức trong việc tìm hiểu và áp dụng những biện pháp phòng tránh đuối nước cho trẻ nhỏ.

I. Nguyên nhân gây đuối nước

Có rất nhiều nguyên nhân dẫn đến tai nạn đuối nước ở trẻ em, trong đó, nguyên nhân phổ biến dẫn tới những tai nạn đuối nước thương tâm là do thiếu sự giám sát của người lớn, chủ quan của bố mẹ để trẻ tự do vui chơi tại những khu vực nguy hiểm như sông, suối, ao, hồ.

Tai nạn đuối nước cũng một phần là do trẻ không biết bơi, chưa được dạy kỹ năng đảm bảo an toàn và xử lý tình huống khi bơi và không có kỹ năng cứu đuối.

Bên cạnh đó, cũng xảy ra trường hợp trẻ bị chết đuối do sự không an toàn của các môi trường sống xung quanh.

Ngoài ra, phải kể đến một thực trạng: đó là khi các em cứu lẫn nhau, do chưa có kiến thức trong việc cấp cứu, sơ cứu người bị chết đuối, dẫn đến tình trạng số lượng trẻ bị chết đuối tăng lên.

II. Các biện pháp phòng tránh đuối nước

Để phòng tránh đuối nước ở trẻ nhỏ vào mùa hè, các bậc cha mẹ, thầy cô cần có những biện pháp:

1. Cần đảm bảo sức khỏe con em mình có đảm bảo để có thể tham gia hoạt động bơi lội hay không? Nhiều bậc phụ huynh không biết rằng, không phải trẻ em nào cũng có thể học bơi. Ví dụ như những em nhỏ mắc các bệnh hen phế quản; bệnh đường hô hấp mạn tính: Viêm mũi dị ứng, viêm mũi xuất tiết, viêm xoang mạn; viêm da dị ứng...không nên xuống nước vì có thể làm bệnh nghiêm trọng hơn, dẫn tới những tai nạn không mong muốn khi bơi. Để đảm bảo sức khỏe cho trẻ khi đi bơi phụ huynh cần lưu ý nên cho trẻ đi khám bác sỹ để quyết định trẻ có thể tham gia bơi lội không.

2. Bên cạnh đó, để phòng đuối nước cho trẻ, việc đầu tiên và quan trọng nhất đó là dạy trẻ biết bơi. Các bậc cha mẹ cần trang bị kỹ năng đảm bảo an toàn, xử lý tình huống khi bơi cho các em nhỏ như: cần phải khởi động kỹ trước khi xuống nước, xử lý sao khi bị chuột rút, gặp vùng nước xoáy, cách sơ cứu khi gặp người bị đuối nước phù hợp với lứa tuổi...Tuy nhiên, hiện nay việc dạy bơi cho trẻ chỉ dừng lại ở mức độ tự phát, tình trạng thiếu bể bơi, thiếu kỹ thuật bơi căn bản cũng là yếu tố ảnh hưởng tới việc dạy trẻ kỹ năng này. Vì vậy, một giải pháp đó là các nhà trường có thể dạy kỹ năng bơi cho trẻ tại trường học như một chương trình bắt buộc.



Học bơi là một trong những biện pháp phòng chống đuối nước cần thiết.



Học bơi là học kỹ năng sống.

3. Cần cảnh báo trẻ về những nơi tiềm ẩn nguy cơ đuối nước như sông, suối, ao, hồ,



Chơi gần bờ ao là mối nguy hại với trẻ em

4. Đối với các bể bơi, cần lưu ý các em chỉ bơi ở những nơi có người và phương tiện cứu hộ và đặc biệt phải tuân thủ các quy định của bể bơi, khu vực bơi. Khi trẻ đi bơi cần phải



0.8m



Biển báo nước sâu

Không nên cho trẻ bơi ở những nơi có biển báo nguy hiểm

5. 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.



6. Chấp hành tốt các quy định về an toàn khi tham gia các phương tiện giao thông đường thủy như mặc áo phao.



Mặc áo phao là biện pháp phòng chống đuối nước tốt nhất



Cho trẻ đi bơi ở bể bơi có khu vực dành cho trẻ em được ngăn riêng biệt và có rào chắn



Hãy luôn trông chừng trẻ khi cho trẻ đi bơi hoặc đến những nơi gần vùng nước nguy hiểm

7. Khi phát hiện thấy người bị ngã xuống nước, cần hô hoán, kêu gọi mọi người đến ứng cứu, giúp đỡ ngay từ khi nhìn thấy nạn nhân. Đồng thời, cần nhanh chóng tìm bất kỳ vật dụng nào để có thể cứu gián tiếp như: cây sào, phao, áo, quần, dây nịt... Hãy cho những người bị đuối nước bám vào các vật dụng này để người trên bờ kéo dần vào. Như vậy, việc cứu nạn sẽ hiệu quả hơn. 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.

Một số hình ảnh mô tả tình huống khi gặp người đuối nước



500 x 362



500 x 357



Khi phát hiện người đuối nước cần bình tĩnh xử lý tránh những tai nạn đáng tiếc xảy ra

8. Sau khi đưa người bị đuối nước vào bờ, lập tức kiểm tra đường thở, nếu trong miệng, mũi, có dị vật cần móc ra ngay, rồi nghiêng người nạn nhân để cho lưu dịch thoát khỏi đường thở. Nếu nạn nhân ngừng thở, ngừng tim, cần hồi sức tim, phổi bằng cách: đặt nạn nhân nằm ngửa, hồi sức hô hấp bằng cách lấy tay bịt mũi nạn nhân, hít một hơi thật sâu rồi ngậm kín miệng nạn nhân thổi một hơi dài rồi buông ra. Tiếp tục làm thêm hai lần như vậy. Sau đó tiến hành ép tim lồng ngực bằng cách đan hai tay vào nhau, đặt lên vị trí 1/3 xương ức về phía ngực trái và ép liên tục khoảng 30 lần. Luân phiên hai lần hồi sức hô hấp - 30 lần ép tim như vậy cho đến khi có nhân viên y tế hoặc người đưa đi cấp cứu ở các cơ sở y tế.

1 Check the airway



2 Clear the airway



3 Check for breathing



6 30 compressions



7 2 breaths

