

HƯỚNG DẪN KỸ NĂNG PHÒNG TRÁNH TAI NẠN ĐUỐI NƯỚC CHO TRẺ EM

Thư viện thành phố trân trọng giới thiệu những kiến thức cơ bản về cách phòng tránh đuối nước nhằm phòng ngừa và hướng các em thiếu nhi có kiến thức khi tiếp xúc với môi trường nước.

Đuối nước là một tai nạn bất ngờ xảy ra, không có nguyên nhân rõ ràng và khó lường trước được và gây ra những thương tổn thực thể trên cơ thể người và có thể xảy ra mọi lúc, mọi nơi nhất là ở lứa tuổi học sinh. Vì ở lứa tuổi các em thường hiếu động, thích tò mò, nghịch ngợm và chưa có kiến thức, kỹ năng phòng, tránh nên rất dễ bị tai nạn đuối nước.

I. Nguyên nhân gây đuối nước:

1. 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.

2. 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 lầy cát, hố lấy nước tưới hoa màu... không có hàng rào cũng là những nơi dễ gây nên tai nạn đuối nước.

3. 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; ngất 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, ...

II. Phòng tránh tai nạn đuối nước:

1. Không được phép bơi khi chưa xin phép bố mẹ

2. Không chơi ở những nơi gần sông, suối, hồ, ... khi không có người lớn.

*** Những nguyên tắc an toàn khi bơi:**

- Không nhảy cắm đầu ở những nơi không có chỉ dẫn.
- Không tắm, bơi ở những nơi có nước sâu, chảy xiết, xoáy và không có người lớn biết bơi và cứu đuối.
- Không bơi khi trời đã tối, có sấm chớp, mưa.
- Tuyệt đối tuân theo các bảng chỉ dẫn nguy hiểm.
- Phải khởi động trước khi xuống nước.
- Không ăn uống khi đang bơi để tránh sặc nước.
- Không dùng các phao bơm hơi.
- Không đi tắm bơi lội ở sông, suối, ao hồ một mình mà không có người lớn biết bơi đi kèm.
- Cần thực hiện nghiêm túc về an toàn giao thông đường thủy như: An toàn về phương tiện, có đầy đủ phao cứu sinh, áo phao, chớ đứng số người quy định.

III. Xử lý khi gặp tai nạn đuối nước:

1. 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.



Ảnh minh họa - Đuối nước là một trong những mối nguy hiểm lớn đối với trẻ nhỏ

2. 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 vớt nạn nhân lên, ...





(Ảnh minh họa - Cách đưa người đuối nước lên bờ)

3. Đặt nạn nhân nằm chỗ thoáng khí.

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



(Ảnh minh họa - Sơ cứu người ngưng thở do đuối nước)

- 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.

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

6. 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...

7. Mùa hè đến, các em được nghỉ hè, thời gian vui chơi nhiều, đồng thời cũng là mùa mưa lũ, mùa du lịch. Do vậy, mong các bậc phụ huynh hãy quan tâm hơn nữa đến tai nạn thương tích trong dịp nghỉ hè của con em

mình , đặc biệt công tác phòng chống đuối nước để các cháu có kỳ nghỉ hè thực sự an toàn và bổ ích sau một năm học, để tránh những rủi ro đáng tiếc nào với các em.

IV. Một số khuyến cáo các phụ huynh nên tham khảo để giảm thiểu tai nạn đuối nước cho trẻ em:

1. Khuyến cáo các em không nên chơi đùa gần những nơi tiềm ẩn rủi ro cao như: không tự ý nô đùa, tắm sông, suối, ao, hồ, ... mà không có người lớn hướng dẫn.

2. Chỉ bơi ở những nơi chỉ có người và phương tiện cứu hộ, tuân thủ các quy định của khu vực bơi.

3. 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.

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

5. 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. Đồng thời, cần nhanh chóng tìm bất kỳ vật dụng nào để có thể cứu gián tiếp như: cây sào, phao, áo, quần, dây, ... 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.

6. 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.

Chúc các em có kỳ nghỉ hè thật vui, ý nghĩa và an toàn!