

## TÀI LIỆU HƯỚNG DẪN SƠ, CẤP CỨU MỘT SỐ TAI NẠN TRÊN BIỂN

### 1/ CÁC ĐIỂM CẦN NHỚ KHI THỰC HIỆN HÔ HẤP NHÂN TẠO VÀ ÉP TIM

- Không chậm trễ, đặt nạn nhân nằm ngửa trên nền cứng.

Bước 1: Làm thông đường thở: Lấy ngón tay móc hết ngoại vật trong miệng ra nếu thấy có.

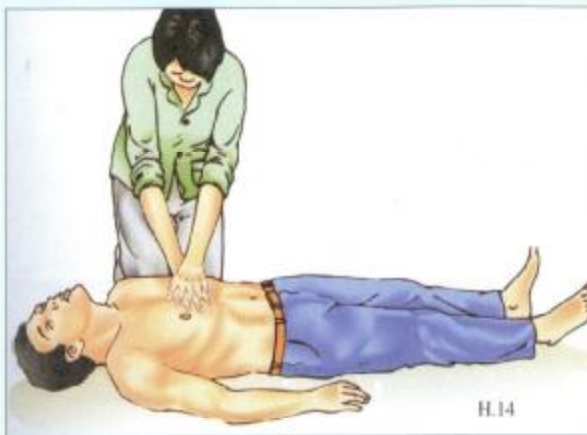
Bước 2: Hỗ trợ hô hấp: Nếu nạn nhân ngừng thở, bắt đầu thổi ngạt theo một trong hai phương pháp sau:

- Miệng - miệng.
- Miệng - mũi (nếu nạn nhân bị tổn thương).



Hà hơi thổi ngạt

Tài liệu tuyên truyền, phổ biến thực hiện Quyết định số 04/2009/QĐ-TTg ngày 15/01/2009 của Thủ tướng Chính phủ về phê duyệt Kế hoạch thực hiện Công ước Quốc tế về tìm kiếm cứu nạn hàng hải 1979 (Công ước SAR79)



Ép tim ngoài lồng ngực

Bước 3: Phục hồi tuần hoàn  
- Thổi ngạt kết hợp với ép tim.



Kết hợp hà hơi thổi ngạt với ép tim ngoài lồng ngực

- Thổi ngạt 5 lần - ép tim 15 lần.
- Chu trình tiếp theo: thổi ngạt 2 lần ép tim 15 lần.

## 2/ ĐUỐI NƯỚC

### Cứu người bị đuối 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 lên tàu, sau khi đưa nạn nhân lên được tàu phải tổ chức sơ cấp cứu ngay:

- + Đặt nạn nhân ở tư thế đầu thấp.
- + Làm sạch đường hô hấp, kiểm tra nhịp thở, mạch.
- + Nếu nạn nhân ngừng thở thì hô hấp nhân tạo, nếu ngừng tim thì ép tim ngoài lồng ngực.

## 3/ NGẤT VÀ BẤT TỈNH

### Dấu hiệu để nhận biết ngất:

- Nạn nhân thấy trong người khó chịu, tối tăm mặt mũi, váng đầu ù tai, chân tay run rẩy, đứng không vững, mất ý thức tạm thời và ngã xuống.

### Dấu hiệu để biết bất tỉnh:

- Nạn nhân bất tỉnh linh ngã lả ra, mất ý thức, mặt tái nhợt, toát mồ hôi trán, mạch yếu và chậm, thở nông; có khi không sờ thấy mạch hoặc nạn nhân ngừng thở.



## Sơ cấp cứu ngất:

- + Đặt nạn nhân nằm ngửa, hai chân nâng cao.



- + Nới rộng quần áo và thắt lưng.
- + Đảm bảo xung quanh được thoáng khí.
- + Khi nạn nhân tỉnh dậy, vẫn đặt chân cao hơn đầu 1-2 phút rồi từ từ đỡ nạn nhân ngồi dậy.

## Sơ cấp cứu bất tỉnh:

- + Đặt nạn nhân chỗ thoáng khí, tránh gió lùa.
- + Kiểm tra tình trạng nạn nhân: lay mạnh 2 vai và gọi to, bắt mạch và nghe hơi thở.
- + Nếu mạch không đập và ngừng thở thì hà hơi thổi ngạt và ép tim.

## 4/ GÃY XƯƠNG

- Các nguyên nhân gây gãy xương là do lực tác động trực tiếp hoặc gián tiếp vào cơ thể và làm gãy xương ở đó.

- Tất cả các dạng chấn thương ở xương và khớp như: gãy xương, sai khớp, bong gân, có thể trở nên trầm trọng thêm nếu không được xử lý đúng và khéo léo.

**Phân loại:** có 2 loại.

- Gãy xương hở: đầu xương trồi ra khỏi da.
- Gãy xương kín: xương không lồi ra nhưng có thể gây ra các tổn thương, gây chảy máu bên trong.

**Sơ cứu:**

- Không được cố tình di chuyển nạn nhân gãy xương khi chưa có động tác cố định nơi xương bị gãy.
- Khi gãy xương kèm theo vặn xoắn các phần chi, nhất thiết phải để thẳng trở lại các cánh tay hoặc chân rồi mới cố định, sau đó kiểm tra kỹ vết thương, động viên an ủi nạn nhân.
- Khi xử trí sai khớp cũng như gãy xương không được cố tình điều chỉnh lại vị trí đã biến dạng.
- Các khớp bị trật là phải được đặt ở vị trí nghỉ ngơi và băng bó chặt để hạn chế sưng to, có thể dùng dây treo để đỡ phần khớp bị trật.

## 5/ ĐIỆN GIẬT

Tách nạn nhân ra khỏi dòng điện:

- Ngắt nguồn điện.
- Nếu không ngắt được nguồn điện, thì phải tách nạn nhân ra khỏi nguồn điện bằng các dụng cụ cách điện để đảm bảo an toàn cho người cứu.

## Cấp cứu nạn nhân:

- Khi nạn nhân đã được cách ly khỏi dòng điện phải nhanh chóng cởi quần áo, kiểm tra tim mạch và hô hấp.
- Nếu nạn nhân ngừng thở, phải tiến hành hô hấp nhân tạo, nếu ngừng tim phải ép tim ngoài lồng ngực.
- Nếu nạn nhân bị bỏng thì dội nước lạnh lên vết bỏng.
- Nếu diện tích bỏng lớn hơn bàn tay và nạn nhân có nguy cơ bị sốc thì phải chuyển nạn nhân đến cơ sở y tế gần nhất sau khi sơ cứu.

## 6/ CẤM MÁU TẠM THỜI VẾT THƯƠNG MẠCH MÁU

### 1. Nguyên tắc chung:

- Đặt nạn nhân nằm đầu hơi thấp, kê cao vị trí bị thương.
- Cởi cất quần áo để lộ vết thương.
- Băng ép lên vết thương để cầm máu.
- Nếu tổn thương động mạch (máu đỏ tươi phun thành tia) phải đặt ga rô hoặc băng ép tạm thời trên đường đi của động mạch.

### 2. Phương pháp đặt ga rô:

- Đặt ga rô trên vết thương 3-4 cm.
  - Chú ý quấn gạc, bông xung quanh để lót da trước khi đặt ga rô.
  - Băng vết thương.
  - Cố định tạm thời: Nếu vết thương chi dưới thì buộc hai chi vào nhau, nếu vết thương chi trên thì treo lên cổ.
  - Sau đó ghi vào phiếu ga rô: Tên, tuổi, giờ đặt ga rô dính vào người nạn nhân.
- Chú ý: sau 30-45 phút nới lỏng ga rô một lần.*