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

Mùa hè đến cùng với thời tiết nắng nóng kéo dài là thời điểm số vụ tai nạn đuối nước ở trẻ em gia tăng nhiều nhất trong năm. Đặc biệt trong những năm vừa qua trên địa bàn huyện đã xảy ra một số vụ đuối nước thương tâm cũng là lời cảnh tỉnh cho quý phụ huynh, các em học sinh. Vì vậy đề nghị quý phụ huynh, các em học sinh cần nâng cao ý thức trong việc tìm hiểu và áp dụng những biện pháp phòng tránh đuối nước cho trẻ nhỏ.

**I. Các biện pháp phòng tránh đuối nước**

Để phòng tránh đuối nước ở trẻ nhỏ vào mùa hè, các bậc cha mẹ, thầy cô, các em học sinh cần trang bị những kiến thức và các những biện pháp, cụ thể:

**1.** Cần đảm bảo sức khỏe con em mình có đảm bảo để có thể tham gia hoạt động bơi lội. 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 hay không.

**2.**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 từng lứa tuổi...

**3.** Cần cảnh báo trẻ về những nơi tiềm ẩn nguy cơ đuối nước như sông, hồ, ao những vùng nước sâu. Cần lưu ý các em chỉ bơi ở những nơi có người và phương tiện cứu hộ; đặc biệt phải tuân thủ các quy định của bể bơi, khu vực bơi. Khi trẻ đi bơi cần phải luôn bên cạnh, trông chừng và theo dõi trẻ, tránh trường hợp đáng tiếc xảy ra.

**4.** Khi đi tắm sông hay hồ, ao người biết bơi hay không cũng chỉ nên tắm gần bờ, đảm bảo trong khu vực an toàn. Đối với các khu vực nguy hiểm cần có rào che chắn, biển cảnh báo cho các em không chơi gần những khu vực này.

**II. Xử lí khi gặp tai nạn đuối nước**

**1.** 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.

**2.** Cần nhanh chóng tìm bất kỳ vật dụng nào để có thể cứu gián tiếp như: Cây sào, phao, áo, quần… 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 gặp tai nạn đuối nước.

**3.** Sau khi đưa người bị đuối nước vào bờ cần đặt nạn nhân nằm chỗ thoáng khí.

**4.** Lập tức kiểm tra xem nạn nhân còn thở không bằng cách quan sát chuyển động của lồng ngực

- Nếu lồng ngực không chuyển động tức là nạn nhân ngưng thở, dùng miệng áp miệng thổi ngạt cho nạn nhân. Sau đó kiểm tra mạch cổ, mạch bẹn xem có đập không. Nếu không bắt được mạch tức là nạn nhân đã ngưng tim, đặt bàn tay 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.

- Cởi bỏ quần áo ướt, giữ ấm cơ thể bằng cách đắp lên người nạn nhân tấm khăn khô và nhanh chóng đưa nạn nhân đến cơ sở y tế gần nhất.

Hy vọng rằng quý phụ huynh, các bạn học sinh sẽ trang bị cho mình những kiến thức, kỹ năng cần thiết, đồng thời tiếp tục tuyên truyền sâu rộng tới người thân và những người xung quanh để không xảy ra những điều đáng tiếc nào về tai nạn đuối nước.