

UBND HUYỆN AN LÃO
TRƯỜNG MN QUANG TRUNG

BỒI DƯỠNG CHUYÊN MÔN

CỦNG CỐ MỘT SỐ KỸ NĂNG PHÒNG CHỐNG TNTT CHO TRẺ

I. Thời gian: 15h00 ngày 10/8/2024

II. Thành phần: + Phó HTND

+ GV 35/36 (vắng đồng chí Tạ Thùy- có li dó)

III. Nội dung:

1. Tầm quan trọng của việc phòng chống tai nạn thương tích đối với trẻ mầm non

2. Tìm hiểu một số nguyên nhân gây tai nạn thương tích và cách xử trí cho trẻ

*** Cách sơ cứu tại nhà khi trẻ bị sốt cao, co giật**

Bước 1: Khi trẻ bị sốt cao, co giật, cha mẹ nhanh chóng đặt trẻ nằm ở nơi bằng phẳng, tạo không khí thông thoáng, nới quần áo của trẻ rộng ra, đặc biệt là vùng cổ hoặc có thể cởi hết quần áo của trẻ.

Bước 2: Sau đó dùng khăn sạch nhúng vào nước ấm, vắt sạch nước và lau khắp người trẻ, đặc biệt vùng bẹn, nách, cổ trẻ và trán, lau đi lau lại liên tục cho đến khi trẻ hết cơn co giật thì dừng lại.

Bước 3: Khi bị sốt cao, co giật trẻ không thể uống được thuốc hạ sốt nên phải nhanh chóng đặt thuốc hạ sốt bằng đường hậu môn, đối với trẻ 2 dưới 2 tuổi dùng viên viên paracetamol 80mg, trẻ lớn dùng viên 150mg.

Bước 4: Khi trẻ hết cơn co giật, cha mẹ nên cho con nằm nghiêng sang một bên, đầu kê gối ở vị trí an toàn, hơi ngửa để tránh dịch hậu môn vào phổi gây nguy hiểm đến tính mạng trẻ.

Bước 5: Nhanh chóng đưa trẻ đi cấp cứu để được điều trị sớm phòng tránh cơn co giật tái phát.

Cách điều trị

- Khi phát hiện con sốt cao trên 39 độ C, cha mẹ cần cho con nhập viện ngay lập tức. Tại bệnh viện các bác sĩ sẽ tiến hành khám lâm sàng và làm các xét nghiệm cần thiết để tìm ra nguyên nhân gây bệnh. Nếu chỉ sốt bình thường, chỉ cần uống thuốc hạ sốt, chất điện giải bù mất nước và chườm nóng nằm nghỉ ngơi là bệnh có thể tự khỏi, trẻ không cần phải nhập viện.

*** Hóc sặc (dị vật đường thở)**

Khi phát hiện hay nghi ngờ trẻ bị dị vật đường thở phải nhanh chóng xử trí không để trẻ ngạt thở. Nếu trẻ nói được, khóc được đưa trẻ đến ngay cơ sở y tế gần nhất để được

khám và gấp dị vật ra. Trong lúc đi, để trẻ ở tư thế ngồi hoặc mẹ bồng. Không can thiệp vì di chuyển, dị vật có thể làm trẻ ngưng thở đột ngột.

Nếu trẻ ngưng thở hoặc khó thở nặng, thực hiện ngay thao tác vỗ lưng, ấn ngực để trẻ không bị ngạt thở. Trẻ lớn làm thủ thuật Heimlich để tống dị vật ra ngoài, sau đó đưa trẻ đến bệnh viện gần nhất.

Trẻ nhỏ dưới 1 tuổi: đặt nằm đầu thấp úp mặt trên cánh tay. Dùng bàn tay kia vỗ 5 cái mạnh và nhanh vào lưng giữa 2 vai bé. Nếu vỗ lưng không kết quả lật ngửa trẻ lên. Đặt 2 ngón tay trên nửa dưới của xương ức ấn ngực 5 lần. Có thể thực hiện từ 6-10 lần thủ thuật này.

Đối với trẻ lớn còn tỉnh: cấp cứu viên đứng phía sau hoặc quỳ tựa gối vào lưng trẻ, vòng 2 tay ngang thắt lưng, đặt 1 nắm tay giữa bụng ngay dưới mấu kiếm xương ức, bàn tay còn lại đặt chồng lên. Kéo mạnh đột ngột, hướng vào trong và lên trên để tạo một sức ép lên bụng, làm động tác này 5 lần.

Trẻ lớn hôn mê: đặt trẻ nằm ngửa, cấp cứu viên quỳ gối, đặt 2 bàn tay chồng lên nhau vùng dưới xương ức trẻ, đột ngột ấn mạnh, nhanh 5 lần hướng vào trong và lên trên

*** Đuối nước**

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.

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



Sơ cứu đúng cách rất quan trọng khi cứu trẻ bị đuối nước.

*** Bông: 6 bước**

1. Làm nguội bớt vết thương

Rửa vết thương dưới vòi nước lạnh. Để chỗ bông dưới vòi nước lạnh đang chảy từ 15 đến 25 phút hoặc cho đến khi cảm thấy vết bông hết đau, trong trường hợp này chỉ cần dùng nước lạnh là đủ. Việc dùng nước đá chưa hẳn là tốt khi thực hiện với vết bông.

Trường hợp bị bông do chất lỏng gây ra (dầu, nước sôi, axit), trước hết phải cởi bỏ y phục bị ướt ra (trước khi vết bông hình thành bong nước), tiếp đó mới xả nước lạnh vào chỗ bị bông. Nếu quần áo bị dính vào vết thương, đừng cố cởi bỏ ra, hãy rửa vết thương dưới nước lạnh bên ngoài lớp vải và sau đó đi tìm bác sĩ để biết cách chăm sóc bệnh nhân bông

Việc rửa vết thương dưới nước lạnh có công dụng làm vết bông không lan rộng, làm vết bông nhỏ hơn và ít đau đớn hơn.

2. Giữ sạch cho vết bông nước

Một số người cho rằng những chất như bơ, kem đánh răng, giấm, nước mắm... có thể làm dịu vết bông. Tuy nhiên điều đó không đúng, thực ra phương pháp tốt nhất là giữ cho vết bông sạch sẽ, không được động chạm gì trong vòng 24 giờ sau khi bị bông. Nếu vết bông ở những chỗ dễ đụng chạm, bạn có thể dùng một băng vải đắp lên vết bông tránh sự đụng chạm vào vết bông làm đau đớn mà thôi.

3. Rửa vết bông nước với xà phòng

Sau 24 giờ, bạn có thể rửa vết bông nước với xà phòng cùng với nước lạnh hoặc một dung dịch nước muối sinh lý. Rửa vết bông mỗi ngày một lần, lau vết bông cho khô sau khi rửa.

4. Dùng lá nha đam

Nha đam có tác dụng làm vết thương mát hơn, dễ chịu hơn và không bị khô nứt. Ngoài lá nha đam, bạn có thể dùng mật ong, khoai tây hay các nguyên liệu khác để chữa trị vết bông nhẹ. Các hiệu thuốc tây đều có bán loại kem chứa tinh chất nha đam để bôi lên vết bông, vì vậy bạn có thể dùng thuốc bôi này hoặc lá nha đam tươi bôi lên hiệu quả đều như nhau.

5. Bôi thuốc kháng sinh

Đối với vết bỏng nhẹ ít có khả năng nhiễm trùng. Nhưng đối với vết bỏng lớn hơn, khả năng bị nhiễm trùng làm vết thương lan rộng và lâu khỏi hơn. Vì vậy, sau khi thực hiện sơ cứu bỏng nước sôi như trên bạn nên dùng các loại kem bôi vết bỏng có chứa thành phần kháng sinh chống nhiễm trùng có bán tại các hiệu thuốc.

6. Xử lý vết phỏng

Vết phỏng hay còn gọi là bỏng nước xuất hiện 1-2 hôm sau khi bị bỏng. Đối với bỏng nước nhỏ, tốt nhất là không được chọc vỡ. Vết bỏng nước sẽ tự mất sau một thời gian tùy vào vết bỏng nặng hay nhẹ. Ăn một số thực phẩm, nước trái cây có chứa vitamin C để tăng sức đề kháng cho cơ thể như vitamin C, D... có trong cam, chanh. Phương pháp chữa bỏng trên có hiệu quả ngay cả khi áp dụng để điều trị vết bỏng dầu ăn gây ra.

Với sự phát triển của y học hiện đại, hiện nay phương pháp điều trị bỏng hiệu quả và đơn giản nhất là sử dụng Băng vết thương dạng xịt Nacurgo tạo màng sinh học vừa giúp bảo vệ vết bỏng ngăn nhiễm khuẩn, vừa phục hồi và tái tạo tế bào da để vết bỏng mau lành.

4. Băng bó vết thương

Cách cầm máu nhanh chóng

Phương pháp nhanh chóng nhất để cầm máu là đè chặt vết thương dùng cho chảy máu ra. Hãy dùng một miếng băng vải hay bông gòn đặt lên vết thương đang chảy máu rồi đè mạnh xuống không cho máu chảy. Nếu không sẵn thứ này, bạn dùng ngón tay đè lên vết thương cũng được. Việc này sẽ **làm máu ngưng chảy** trong vòng 1-2 phút. Nếu máu vẫn chưa ngưng chảy, nên tìm cách đưa vết thương lên cao hơn độ cao của trái tim. Nếu vẫn không **cầm máu thì vết thương** của bạn khá nghiêm trọng đấy. Hãy tìm động mạch dẫn máu từ tim đến vết thương, ấn mạnh vào động mạch này để chặn máu từ tim chảy đến (mạch này nằm ở phần trong của hai tay chân, phần da trắng có nổi gân xanh). Bạn sẽ thấy máu bớt chảy ra. Giữ tư thế này chừng 1-2 phút, nếu máu vẫn còn chảy thì tiếp tục ấn cho đến khi cầm mới thôi.

Thông thường, **phương pháp cầm máu** trên rất có hiệu quả. Nhưng nếu gặp một vết cắt ngay trên động mạch chính, có thể bạn sẽ phải dùng đến dụng cụ Đó là một sợi dây hay một băng vải, cột vòng tròn quanh vết thương, sau đó xoắn một que nhỏ như chiếc đũa qua và vặn nhiều vòng để vòng dây xiết lại, ép động mạch nhỏ và làm máu ngưng chảy. Lưu ý: Không bao giờ giữ dụng cụ siết quá 1-2 phút; phải mở ra ngay sau khi vết thương thôi chảy máu... Nhiều người đã bị tàn phế một tay hay chân vì dụng cụ này không cho máu nuôi cơ thể quá lâu.

Cách rửa sạch vết thương

Cách rửa sạch vết thương ngoài da. Đây là một trong những bước rất quan trọng để bảo vệ vết thương chống lại sự xâm nhập của vi trùng, vi khuẩn. Nên rửa vết thương bằng xà phòng và nước, cố gắng lấy hết những bụi cát trong vết thương ra. Những bụi cát

này nếu không được lấy hết sẽ có thể gây sẹo hay tì vết trên da sau khi vết thương được chữa lành.

Cách bôi thuốc và băng bó khi chảy máu. Nên dùng loại thuốc bôi có kháng sinh. Polysporin là thuốc có công hiệu làm vết thương mau lành nhất. Sau khi bôi thuốc, bạn cần băng bó để **vết thương không bị nhiễm trùng**, không bị khô và sẽ mau lành hơn. Một số loại băng keo có sẵn thuốc kháng sinh, rất tiện dụng; chỉ cần băng lên là đủ.

Muốn vết thương không để lại sẹo, hãy uống mỗi ngày 2 lần, mỗi lần một viên sinh tố E loại 400 IU. Khi vết thương bắt đầu liền da, dùng kim chích một viên sinh tố E ra, lấy dầu bôi lên vết thương mỗi ngày 2 lần. Tiếp tục cho đến khi lành hẳn.

3. Thực hành một số kỹ năng (chia nhóm thực hiện)

Kết thúc lúc 16h45 phút cùng ngày

GIÁO VIÊN

TÀI LIỆU ĐÃ BAN HÀNH
Được tải về từ hệ thống edoc.smas.edu.vn lúc 13:29 15/05/2025
Bởi Đỗ Thị Hiếu (31313310_hieudt) – Trường Mầm non Quang Trung