

## TRƯỜNG THCS PHÚC LỢI

### **BÀI TUYÊN TRUYỀN THÁNG 5 / 2021**

#### **TUYÊN TRUYỀN PHÒNG CHỐNG ĐUỐI NƯỚC CHO HỌC SINH**

- 1. Thời gian giới thiệu:** Tháng 5
- 2. Người giới thiệu:** GVCN
- 3. Đối tượng nghe:** Học sinh, CBGV-NV
- 4. Hình thức giới thiệu:** Giới thiệu trong tiết SHL online
- 5. Mục đích giới thiệu:** Giúp thầy cô giáo và các em học sinh nắm được nguyên nhân gây và cách phòng chống đuối nước trong những ngày hè.
- 6. Nội dung:**

**Kính thưa các thầy cô giáo!**

**Thưa toàn thể các em HS!**

Hàng năm có rất nhiều tai nạn đuối nước xảy ra, cướp đi nhiều sinh mạng. Đặc biệt tỉ lệ tử vong do đuối nước ở lứa tuổi trẻ em là nhiều nhất. Tai nạn đuối nước thường xảy ra trong dịp hè do chủ quan không nghĩ tới hậu quả và những tai nạn thương tâm đáng tiếc cho bản thân gia đình và xã hội.

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.

Khi có sự xâm nhập đột ngột của nước hoặc chất dịch vào đường thở như: mũi, miệng, khí quản, phế quản, phổi. Nếu không được cấp cứu kịp thời nạn nhân có thể bị chết hoặc để lại di chứng rất nặng nề.

Nguyên nhân gây đuối nước:

- Đuối nước thường xảy ra ở lứa tuổi học sinh vì trẻ lớn tuổi do bản tính hiếu động, tò mò còn đối với trẻ nhỏ do tính thích nghịch nước hoặc do sự bất cẩn của gia đình.

Do 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. 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 vôi tôi, hố lấy đất làm gạch ngói, hố lấy cát, hố lấy nước tưới hoa màu không có hàng rào cũng là những nơi dễ gây nên tai nạn đuối nước.

- Tai nạn do đuối nước có thể xảy ra trong các trường hợp: ngạt nước, những người không biết bơi ngã xuống 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...

## **2. Phòng tránh tai nạn đuối nước:**

Không được phép bơi khi chưa xin phép bố mẹ.

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

\* 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 & 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 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, chờ đúng số người quy định.

## **3. Xử lý khi gặp tai nạn đuối nước:**

- 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.

- Nhanh chóng đưa nạn nhân lên khỏi mặt 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 dài, 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.

- Đặt nạn nhân nằm chỗ thoáng khí.

- Nếu nạn nhân bất tỉnh, kiểm tra xem 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

Qua bài tuyên truyền hôm nay cô hy vọng các em học sinh biết cách phòng tránh tai nạn thương tích, phòng chống đuối nước. Để cho các em có một kỳ nghỉ hè thực sự vui vẻ, an toàn và bổ ích.

## 2. Bài tuyên truyền phòng chống tai nạn đuối nước số 2

Trong các dịp lễ, tết, nhất là vào kỳ nghỉ hè, nhiều gia đình, cơ quan, trường học sẽ tổ chức cho các bạn học sinh đi nghỉ mát, tắm biển. Khắp nơi trẻ em cũng sẽ tự rủ nhau đi tắm mát ở sông, suối, ao, hồ... do đó nguy cơ xảy ra tai nạn đuối nước là rất cao. Mỗi khi mùa hè đến, lo lắng về đuối nước luôn thường trực và có thể xảy ra ở bất cứ nơi nào. Thời gian gần đây, trên các phương tiện thông tin đại chúng đã đăng tải nhiều vụ trẻ em đuối nước rất thương tâm do sự bất cẩn của người lớn.

Đuối nước không chỉ xảy ra ở sông, suối, ao hồ,... mà còn có thể xảy ra ở ngay tại nhà, nơi làm việc, nhà trường, nhà trẻ ..vv. Vì thế các bậc phụ huynh, thầy cô giáo, mọi người cần có hiểu biết cách phòng và kỹ năng xử trí tai nạn đuối nước là rất cần thiết.

### 1. Vì sao đuối nước thường dẫn đến tử vong?

Đuối nước là tình trạng nước tràn vào đường hô hấp làm cho các cơ quan bị thiếu oxy và các chức năng sống của cơ thể ngừng hoạt động. Hay nói cách khác: Chết đuối là tình trạng thiếu oxy do cơ thể bị chìm trong nước.

- Người ta thống kê thấy có khoảng 4/5 trường hợp chết đuối mà trong phổi có nước và 1/5 còn lại chết đuối nhưng phổi không có nước.

- Sở dĩ có tình trạng chết đuối mà trong phổi không có nước là do người không biết bơi bất ngờ bị chìm trong nước, nạn nhân hoảng sợ khiến các phản xạ bị rối loạn làm cơ thể bị chìm, phản xạ co cơ nắp thanh quản và đóng khí quản lại làm nạn nhân không thở được dẫn đến thiếu oxy não và bất tỉnh. Từ chỗ nắp thanh quản bị đóng nên nước cũng không vào phổi được. Đó cũng được gọi là chết đuối khô.

Vì vậy khi gặp trường hợp đuối nước cần xử trí khẩn trương, kiên trì ngay tại chỗ để giải phóng đường hô hấp.

### 2. Nguyên nhân đuối nước.

- Do người lớn, trẻ em thiếu ý thức, kiến thức về môi nguy hiểm, các yếu tố nguy cơ, và kỹ năng phòng tránh đuối nước. Các kỹ năng cần đặc biệt chú ý là: trông trẻ, dạy bơi, cứu đuối...

- Do môi trường có những yếu tố nguy cơ như:
- + Sông, hồ, suối, ao...không có biển báo nguy hiểm, rào.
- + Mưa to, lũ lụt xảy ra thường xuyên.
- + Những nơi có sông suối hồ ao, trẻ em không biết bơi hoặc biết bơi nhưng chủ quan không lường hết được sự nguy hiểm.

### **3. Cách phòng tránh tai nạn đuối nước.**

Để phòng tránh tai nạn đuối nước chúng ta cần chú ý quan tâm đến các việc sau:

- Không được đi tắm, bơi ngoài sông, suối mà không có người lớn biết bơi đi kèm.
- Không được phép bơi khi chưa xin phép bố mẹ.
- Không chơi, đùa nghịch quanh ao, hồ, hố sâu để tránh bị ngã, rơi xuống hố.
- Nên có người lớn đưa đi học trong mùa mưa lũ, đặc biệt khi phải đi qua suối, sông, đập tràn,...

\* Những nguyên tắc an toàn khi bơi:

- + Không nhảy cắm đầu ở những nơi không có chỉ dẫn.
- + Không được tắm, bơi ở những nơi có nước sâu, chảy siết, xoáy khi 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.
- + 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, chở đúng số người quy định.

Trên đây là những điều chúng ta nên biết về cách phòng tránh tai nạn đuối nước, tôi mong quý thầy cô và các em học sinh hãy quan tâm hơn nữa đến vấn đề này, để tránh những rủi ro đáng tiếc xảy ra cho bản thân và những người thân trong gia đình.

Cán bộ y tế

Nguyễn Thị Hải hà