**BÀI TUYÊN TRUYỀN PHÒNG CHỐNG ĐUỐI NƯỚC**

**Hằng năm ở nước ta có rất nhiều tai nạn đuối nước xảy ra, đã cướp đi nhiều sinh mạng, tỷ lệ tử vong do đuối nước ở lứa tuổi thiếu nhi là nhiều nhất. Thời gian vừa qua, tình trạng học sinh bị đuối nước liên tiếp xảy ra ở nhiều tỉnh, thành phố trên cả nước, nhất là vào dịp nghỉ lễ, nghỉ hè các bạn học sinh được nghỉ học, phải kể đến là Quận Long Biên của chúng ta chưa vào hè mà đã có 3 bạn HS bị đuối nước và đã ra đi mãi mãi. Ngoài ra, còn xảy ra một số vụ đuối nước mà nạn nhân là người lớn. Điều đáng lưu ý là: trong số các nạn nhân bị đuối nước, có nạn nhân không biết bơi, có nạn nhân biết bơi, thậm chí bơi giỏi. Tất cả các vụ đuối nước đều rất thương tâm. Để lại nỗi đau mất mát rất thương tâm cho gia đình và xã hội.**



**1.     Đuối nước là gì:**
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.
**2.     Thời điểm và địa điểm xảy ra tai nạn đuối nước**
Thời điểm xảy ra tai nạn đuối nước là vào  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. Đặc biệt, vào mùa hè, lượng người (cả người lớn và trẻ em) tắm mát ở sông, suối, ao hồ khá phổ biến, do đó nguy cơ xảy ra tai nạn đuối nước là rất cao, lo lắng về đuối nước luôn thường trực và có thể xảy ra bất cứ nơi nào, với bất kỳ ai.
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  tất cả moi người phải hết sức cẩn thận, không được chủ quan, lơ là và phải nắm vững kĩ năng xử trí tai nạn đuối nước.
**3.  Nguyên nhân gây đuối nước.**
          - 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.
           - Ngoài ra, môi trường sống 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 sâu. Đối với người lớn, tai nạn đuối nước thường xảy ra ở những nơi nước chảy xiết, nước sâu, không có rào chắn, không có bậc lên xuống. 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 vôi tôi, hố lấy đất làm gạch ngói, hố lấy cát, hố lấy nước tưới hoa màu… không có hàng rào, không có biển cảnh báo nguy hiểm 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, 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… Như vậy, tai nạn đuối nước xảy ra đối với cả người biết bơi và cả người không biết bơi.

4. **Xử lí 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 và không biết cách cứu đuối vì bản thân mình cũng có thể bị đuối nước.
 - 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…
- Đặt nạn nhân nằm chỗ thoáng khí.
- Cởi bỏ quần áo ướt, giữ ấm bằng cách đắp lên người nạn nhân tấm khăn khô.
- 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…
**5. Cách Phòng tránh tai nạn đuối nước:**
- Không được phép bơi khi chưa được sự đồng ý của bố mẹ
- Không chơi ở những nơi gần sông, hồ… khi không có người lớn
*Đối với trẻ lớn và người lớn:*
- Không nên nhảy xuống vùng nước mà không biết nơi đó nông hay sâu, có lối thoát khi gặp nguy hiểm hay không.
- Khi đi bơi nên đi chung với những người bơi giỏi và nên mang theo phao khi đi bơi và đi tàu thuyền.
- Không ăn no, không uống rượu trước khi xuống nước.
- Chỉ đi bơi ở các hồ bơi bảo đảm an toàn và có nhân viên cứu hộ giám sát.
*Đối với trẻ nhỏ:*
- Trẻ em khi bơi phải được người lớn giám sát thường xuyên và không được rời mắt để làm công việc khác như đọc sách, tán chuyện gẫu, chơi bài…
- Ở nhà có trẻ nhỏ tốt nhất không nên để những lu nước, thùng nước, nếu bắt buộc phải có (như vùng phải tích trữ nước ngọt để dùng) nên đậy thật chặt để trẻ em không mở nắp được.
- Nhà khá giả có hồ bơi nên rào kín xung quanh và cửa có khóa để trẻ em không mở cửa được, có hệ thống báo động khi trẻ em vào.
- Nên cho trẻ tập bơi sớm (trên 4 tuổi).
          Mùa hè đến, các em được nghỉ hè, thời gian vui chơi nhiều, đồng thời cũng là mùa mưa lũ, mùa du lịch. Vì vậy 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.