

**TƯ LIỆU GIÁO DỤC VÀ RÈN LUYỆN**  
**KỸ NĂNG THỰC HÀNH XÃ HỘI**  
“Chào mừng 10 năm ngày thành lập Tổng Đoàn Sao Bắc Đẩu  
**HOA 10 MÙA TỎA SÁNG**

**PHÒNG TRÁNH TAI NẠN & CHẤN THƯƠNG TÂM LÝ PHÒNG NGỪA  
TAI NẠN THƯƠNG TÍCH TRONG GIA ĐÌNH**

*Huỳnh Toàn*  
*Tổng trưởng – Tổng Đoàn Sao Bắc Đẩu*  
*Trưởng khoa Huấn luyện kỹ năng*

**CHỦ ĐỀ : NGỘ ĐỘC**

Chất độc là chất mà vào trong cơ thể với một lượng vừa đủ, có thể gây tổn thương tạm thời hoặc lâu dài, hay có thể dẫn đến tử vong. Chất độc vào cơ thể có thể do ăn, uống, hít, thấm qua da, nhỏ vào mắt hay tiêm chích...

Ngộ độc ở các em thanh thiếu nhi là vấn đề gây rất nhiều lo lắng cho các bậc phụ huynh. Nhiều em đang khỏe mạnh, vui tươi, có cháu vừa mới ở trường về bỗng chốc đã phải vào bệnh viện cấp cứu. Thương tâm nhất là có cháu sau khi ngộ độc vài giờ đã đi vào hôn mê và tử vong không bao giờ được gặp lại người thân trong gia đình

Để việc sơ cứu hay chữa trị có hiệu quả, cần phải biết các em bị trúng loại độc tố nào và số lượng là bao nhiêu.

Nếu các em Thanh Thiếu nhi còn tỉnh táo, có thể hỏi trực tiếp nạn nhân. Nếu nạn nhân bất tỉnh thì hỏi những người chung quanh hoặc quan sát những yếu tố bên ngoài, như: vỏ hay chai thuốc nằm lăn lóc bên cạnh, căn phòng đầy khói hay có mùi khí gas, ngửi miệng nạn nhân... cũng có thể cung cấp những thông tin cần thiết.

➤ **NGỘ ĐỘC THUỐC**

Hiện nay, có nhiều gia đình lưu trữ thuốc trong nhà để dùng khi cần thiết, nhất là những gia đình có ông bà hay những người cao tuổi đặc biệt là những loại thuốc thông dụng như thuốc ngủ, thuốc giảm đau, hạ sốt....

Tuy nhiên, đối với những gia đình có trẻ em, việc bảo quản thuốc không thận trọng có thể gây nên tình trạng ngộ độc thuốc cho các em Thanh Thiếu nhi với những biến chứng nguy hiểm khó lường. Vì vậy cần phải:

- Cần thận với các loại thuốc và không quá tin tưởng vào bao bì – bao bì không ghi cấm trẻ em không có nghĩa là thuốc đó là an toàn cho các em Thanh Thiếu nhi
- Không bao giờ lấy thuốc hoặc đưa thuốc cho trẻ trong bóng tối, vì có thể lấy sai liều lượng, thậm chí dùng sai thuốc
- Lưu trữ tất cả loại thuốc, thuốc theo đơn và không theo đơn trong tủ có khóa, xa tầm với của các em thanh thiếu nhi
- Hãy chắc chắn rằng ví và túi xách có thể chứa các chất độc hại như thuốc luôn được cất ở ngoài tầm tay của các em thanh thiếu nhi.
- Không bao giờ để chai vitamin, chai aspirin, hoặc các loại thuốc khác trên bàn ăn, bàn bếp, bàn đầu giường, hoặc nóc tủ quần áo. Trẻ em nhỏ có thể sẽ bắt chước người lớn lấy để uống.
- Không bao giờ nói với các em thanh thiếu nhi rằng thuốc có mùi vị như kẹo.
- Luôn luôn giữ thuốc và các chất lỏng trong các lọ, hộp chuyên dụng.
- Cố gắng kiểm tra số thuốc còn lại trong các hộp chứa thuốc.
- Nắm rõ tất cả các loại thuốc có trong nhà bạn *(và những loại mà trẻ nhà bạn thường sử dụng)*.

## **SƠ CỨU CÁC EM THANH THIẾU NHI BỊ NGỘ ĐỘC THUỐC**

Trong trường hợp các em thanh thiếu nhi bị ngộ thuốc, cần hết sức bình tĩnh để tìm hiểu xem các em đã uống phải loại gì, liều lượng là bao nhiêu *(nên mang theo vỏ thuốc các em đã sử dụng tới bệnh viện để bác sĩ biết và tìm cách xử lý phù hợp)*.

Đừng trách mắng khiến các em thanh thiếu nhi càng sợ, hơn nữa hành động này sẽ khiến mất thêm thời gian, bỏ lỡ cơ hội để cứu các em. Nhiều trường hợp, các em thanh thiếu nhi uống nhầm thuốc sẽ có những biểu hiện rõ ràng như: ngất lịm, buồn rùn, nôn ói, tím tái...

Uống nhầm thuốc giảm đau, kháng sinh, các em thanh thiếu nhi có thể bị tổn hại tới hệ thống tạo máu. Dấu hiệu ngộ độc tùy thuộc vào từng loại thuốc, liều lượng, đường ngộ độc (uống, tiêm hoặc hít), triệu chứng thường gặp là: đang bình thường bỗng nhiên bé tím tái, co giật, lừ đừ, hôn mê....

Khi biết các em thanh thiếu nhi bị ngộ độc thuốc, hãy giữ các em ở tư thế ngồi hoặc đứng để các chất trong dạ dày không trào lên thực quản. Không đặt trẻ ở tư thế

nằm. Nếu thấy bé tỉnh táo, chưa bị nôn, phản ứng còn tốt, hãy giúp bé nôn ra, có thể dùng ngón tay của mình kích thích vào cổ họng các em.

Tuyệt đối không gây nôn trong trường hợp các em bị hôn mê, có giật. Sau những sơ cứu ban đầu tại nhà, cần nhanh chóng đưa trẻ đến bệnh viện để cứu chữa và theo dõi

## **CẦN THẬN VỚI CÁC HÓA CHẤT GIA DỤNG**

- Không được chứa chất tẩy rửa trong chai soda cũ hoặc đựng trong chai lọ hay hộp đã từng đựng thực phẩm.
- Không để thuốc diệt gián hoặc thuốc diệt chuột trên nền nhà
- Không để bất kỳ chất tẩy rửa, làm sạch, hoặc các chất lỏng thừa chén dưới bồn rửa.
- Để các loại hóa chất dùng làm vườn, rửa ô tô... trong một khu vực được khóa an toàn (tốt nhất trong nhà để xe).
- Khi đang lau dọn hoặc sử dụng hóa chất gia dụng, nếu có các em Thanh Thiếu nhi ở gần đó thì phải luôn để mắt tới đồ đựng hóa chất.
- Không bao giờ để mỹ phẩm và hóa chất gia dụng gần tầm với của trẻ. Đặc biệt thận trọng với nước hoa, thuốc nhuộm tóc, keo xịt tóc, sơn móng tay, xi đánh giày, nước tẩy sơn móng tay.
- Giữ trẻ em cách xa các chậu cây trong nhà và thực vật xung quanh sân nhà, vì nó có thể gây độc hại. chỉ nên mua những cây không có độc và tránh mua các loại cây gây độc như: đỗ quyên, hoa loa kèn, nhựa ruồi, trúc đào, thông thiên, thủy tiên hoa vàng...

## **NGỘ ĐỘC RƯỢU**

- Không để đồ uống có cồn ở nơi các em Thanh Thiếu nhi có thể với được.
- Khi nhà có tiệc, hãy để ý và dọn dẹp ngay sau bữa tiệc. Giữ các chai rượu trong tủ có khóa xa tầm với của trẻ.
- Cát nước súc miệng ở ngoài tầm với của các em, vì nhiều loại có chứa một lượng cồn đáng kể.

## **Xử trí khi bị ngộ độc rượu**

Tìm cách để các em nôn hết, sau đó xát mạnh vào hai bên má; cho uống sữa nóng, trà đặc; cởi khuy áo cổ, tháo thắt lưng và đặt nằm nơi thoáng mát (tránh gió

lúa), tư thế nằm úp xuống giường, hai tay xuôi ra sau, mặt nghiêng về bên trái. Nếu thấy có biểu hiện co giật, thở không đều, ngã chảy máu tai, mắt, loạn nhịp tim phải đưa đến bệnh viện cấp cứu ngay để tránh xảy ra những tình huống đáng tiếc.

## NGỘ ĐỘC THỰC PHẨM

Các nguyên nhân gây ngộ độc thực phẩm thực phẩm rất dễ bị ô nhiễm bởi các tác nhân sinh học, các chất độc hại hóa học, độc hại vật lý, có thể gây ngộ độc nguy hiểm và ảnh hưởng tới sức khỏe người tiêu dùng.

1. Các tác nhân sinh học chính gây ô nhiễm, bao gồm: vi khuẩn, nấm mốc, vi rút và ký sinh vật

- Vi khuẩn: có ở khắp mọi nơi xung quanh chúng ta như phân, nước thải, rác, bụi, thực phẩm tươi sống... Trong không khí và ngay ở trên cơ thể người cũng có hàng trăm loại vi khuẩn cư trú ở da (đặc biệt là ở bàn tay), ở miệng, ở đường hô hấp, đường tiêu hóa, bộ phận sinh dục, tiết niệu.
- Nấm mốc: thường gặp trong môi trường sống, nhất là ở trong các loại ngũ cốc, quả hạt có dầu dự trữ trong điều kiện khí hậu nóng ẩm như ở nước ta. Nấm mốc gây hư hỏng thực phẩm, một số loại còn sản sinh ra các độc tố nguy hiểm
- Vi rút: gây ngộ độc thực phẩm thường có trong ruột người. Các nhuyễn thể sống ở vùng nước ô nhiễm, rau quả tưới nước có phân tươi hoặc các món rau sống trong điều kiện thiếu vệ sinh thường hay bị nhiễm vi rút bại liệt, vi rút viêm gan.
- Ký sinh vật: thường gặp trong thực phẩm là giun sán. Người ăn phải thịt có ấu trùng sán dây trong thịt bò (sán dây bò), trong thịt lợn (thịt lợn gạo) chưa nấu chín. Khi vào cơ thể ấu trùng phát triển thành sán trưởng thành, ký sinh ở đường tiêu hóa và gây rối loạn tiêu hóa.

Khi ăn cá nước ngọt như cá diếc, cá rô, cá chép, cá trôi... có nang trùng sán lá gan nhỏ chưa nấu chín, nang trùng chuyển tới ống mật, lên gan và phát triển ở gan thành sán trưởng thành, gây tổn thương gan mật. Bệnh do giun xoắn cũng bởi tập quán ăn thịt tái, nem bằng thịt sống, ăn tiết canh có ấu trùng gây nhiễm độc, dị ứng, sốt cao, liệt cơ hô hấp có thể dẫn đến tử vong.

2. **Những độc hại hóa học gây ô nhiễm:** Các chất ô nhiễm trong công nghiệp và môi trường như: dioxin, các chất phóng xạ, các kim loại nặng (chì, thủy ngân, asen, cadimi..)

- *Các chất hóa học sử dụng trong nông nghiệp:* thuốc bảo vệ thực vật, động vật, thuốc thú y, chất tăng trưởng, phân bón, thuốc trừ giun sán và chất hun khói.
- *Các chất phụ gia sử dụng không đúng quy định:* các chất tạo màu, tạo mùi, tạo ngọt, tăng độ kết dính, ổn định, chất bảo quản, chất chống oxy hóa, chất tẩy rửa... và các hợp chất không mong muốn trong vật liệu bao bì chứa đựng thực phẩm
- *Các chất độc hại tạo ra trong quá trình chế biến* thịt hun khói, dầu mỡ bị cháy khét, các hợp chất tạo ra do phản ứng hóa học, dư trữ bị nhiễm nấm mốc (độc tố vi nấm) hay biến chất ôi hỏng.
- *Các độc tố tự nhiên có sẵn trong thực phẩm*, như: mầm khoai tây, khoai mì, sắn, đậu mè, măng, nấm độc, cá nóc, thịt cóc...
- *Các chất gây dị ứng trong một số hải sản*, nhộng, tôm... Các thứ độc hại nguồn gốc vật lý, như: các mảnh thủy tinh, gỗ, kim loại, đá sạn, xương, móng, lông, tóc. Các vật lạ khác lẫn vào thực phẩm cũng gây nguy hại đáng kể, như: gãy răng, hóc xương, tổn thương niêm mạc dạ dày, miệng

### BIỂU HIỆN CỦA NGỘ ĐỘC THỰC PHẨM

NGUYÊN NHÂN	THỰC PHẨM	TRIỆU CHỨNG NGỘ ĐỘC
Salmonella	Trứng thịt gia cầm nấu chưa chín	Sốt, tiêu chảy, đau bụng, nôn.
campylobacter	Sữa tươi, nước chưa khử trùng hoặc đun sôi, thịt gia cầm nấu chưa chín	Buồn nôn, đau bụng, tiêu chảy, phân có máu
V.cholerae (phẩy khuẩn tả)	Sử dụng nguồn nước ô nhiễm để làm kem, đá hoặc tưới rửa rau quả. Nấu chưa chín hoặc ăn sống cá, nhuyễn thể sống ở nguồn nước bị ô nhiễm	Tiêu chảy phân lỏng nhiều nước kèm theo nôn và đau bụng

Clostridium botulinum (vi khuẩn kỵ khí)	Thực phẩm đóng hộp bị ô nhiễm trong quá trình cheea biến: cá, thịt, các loại rau.	Giảm trương lực cơ, đặc biệt là ở mắt (nhìn mờ) và ở phổi (gây khó thở).
Escherichia Coli	Thịt, cá, rau, sữa tươi, nước bị ô nhiễm phân người.	Tiêu chảy, có loại gây triệu chứng giống hội triệu chứng lỵ hoặc phân có máu, bệnh tả
Staphylococcus aureus (tụ cầu)	Sản phẩm từ sữa, thịt, gia cầm nấu chưa chín. Nhiễm trùng từ mũi, tay và da lây sang thức ăn chính	Buồn nôn, nôn, tiêu chảy, đau bụng, không sốt, mất nước nặng
Shigella (lỵ)	Sữa và thực phẩm bị ẩm ướt, nhiễm phân	Tiêu chảy, phân có máu, sốt trong những trường hợp nặng.
Bacillus cereus	Ngũ cốc, rau, sữa, thịt quay hoặc rán	Đau bụng, tiêu chảy, buồn nôn
Thuốc bảo vệ thực vật	Các loại rau quả tươi, chè	Rối loạn thần kinh trung ương, nhức đầu, mất ngủ, giảm trí nhớ. Tồn thương não gây hội chứng nhiễm độc não do thủy ngân, photpho hữu cơ và clo hữu cơ. Ngoài ra còn ảnh hưởng đến tim mạch, hô hấp, tiêu hóa, máu, tiết niệu, nội tiết, tuyến giáp và có thể dẫn đến tử vong
Độc tố vi nấm (Aflatoxin)	Đậu, lạc, vừng, hạt hướng dương và các loại ngũ cốc	Gây rối loạn chức năng gan có thể dẫn đến ung thư.
Ngộ độc sắn	Sắn	Nhức đầu, chóng mặt, buồn nôn, các trường hợp ngộ độc nặng có biểu hiện rối loạn thần kinh, co cứng cơ giống như

		bệnh uốn ván và có thể dẫn tới tử vong sau khoảng 30 phút
Ngộ độc nấm	Nấm độc màu vàng sáp (Gyromitra)	Ngộ độc xảy ra 8-10 giờ sau khi ăn nấm. Đau bụng, nôn, sau đó xuất hiện vàng da và có thể dẫn đến tử vong.
	Nấm độc màu nhợt (Amanita phalloides)	Xảy ra 9-11 giờ sau khi ăn, gây rối loạn dạ dày, ruột kèm theo đau bụng, vô niệu, gan to, hôn mê, có thể dẫn đến tử vong.
	Nấm đỏ (Amanita muscaria)	Xảy ra sau 1-5 giờ sau khi ăn, gây toát mồ hôi, chảy dãi, nôn mửa, tiêu chảy, co đồng tử, trường hợp nặng có thể hôn mê, co giật.

### Xử trí khi bị ngộ độc thực phẩm

Khi có trường hợp nhiễm độc, ngộ độc do thức ăn hoặc nghi ngờ bị ngộ độc thì nhất thiết phải đình chỉ việc sử dụng thức ăn đó và giữ toàn bộ thức ăn thừa, chất nôn, phân, nước tiểu... để gửi đi xét nghiệm; báo ngay cho cơ quan y tế gần nhất đến điều tra xác minh và kịp thời tổ chức cấp cứu người bị ngộ độc. Xử trí cấp cứu trước tiên là phải cho người bị ngộ độc nôn ra cho hết chất đã ăn vào, ngăn cản sự hấp thụ của ruột đối với chất độc, phá hủy độc tính, đồng thời bảo vệ viêm mạc dạ dày.

Nếu có các biểu hiện ngộ độc xảy ra sau khi ăn thức ăn gây ngộ độc trước 6h thì cần làm cho người bị ngộ độc nôn ra hết thức ăn đã ăn vào.

Có thể **gây nôn** bằng cách: Dùng lông gà ngoáy họng, uống nước mìn thốt, uống nước muối (2 thìa canh muối pha với 1 cốc nước ấm) hoặc uống đầy nước rồi móc họng để kích thích gây nôn.

Tuy nhiên, khi sơ cứu bằng gây nôn cho trẻ, người lớn phải lưu ý móc họng trẻ cho khéo, tránh làm xây xước họng trẻ. Phải để trẻ nằm đầu thấp, nghiêng đầu sang

một bên rồi móc họng để trẻ nôn thức ăn ra. Không để trẻ nằm ngửa và nôn vì như vậy có thể gây sặc lên mũi, xuống phổi và rất dễ dẫn đến tử vong. Trong quá trình gây nôn, phải luôn phải khăn để lau chùi. Móc sạch thức ăn trẻ nôn ra rồi dùng khăn mềm lau sạch miệng trẻ.

### **Loại trừ các chất độc ra khỏi cơ thể:**

- Gây nôn: thực hiện ngay bằng cách cho ngón tay vào họng để kích thích nôn.
- Rửa dạ dày: rửa dạ dày càng sớm càng tốt, chậm nhất là trước 6 giờ. Có thể dùng nước ấm, nước muối sinh lý để rửa.
- Tẩy ruột: nếu thời gian ngộ độc lâu trên 6 giờ thì có thể dùng thuốc tẩy magie sulphat, natri sulphat.
- Gây bài niệu: bằng cách truyền dịch.

### **Giải độc:**

Với trường hợp ngộ độc xảy ra sau khi ăn phải thức ăn gây độc sau 6h, lúc này chất độc đã bị hấp thu một phần vào cơ thể, thì cần xử trí bằng cách:

**Dùng chất trung hòa:** nếu người bị ngộ độc do những chất acid có thể dùng những chất kiềm chủ yếu như: nước xà phòng 1%, nước magie oxyt 4%, cứ cách 5 phút cho người bệnh uống 15ml. Tuy nhiên, tuyệt đối không được dùng thuốc muối để tránh hình thành CO<sub>2</sub> làm thủng dạ dày cho bệnh nhân có tiền sử loét dạ dày. Nếu người bị ngộ độc do chất kiềm thì cho uống dung dịch acid nhẹ như: dấm, nước quả chua....

**Dùng chất bảo vệ niêm mạc dạ dày như:** dùng bột mì, bột gạo, sữa, lòng trắng trứng gà, nước cháo... để ngăn cản sự hấp thu của dạ dày, ruột đối với chất độc.

**Dùng chất kết tủa:** nếu bị ngộ độc kim loại (chì, thủy ngân...) có thể dùng lòng trắng trứng, sữa hoặc 4 – 10g natri sunfat.

**Dùng chất giải độc:** với người bị ngộ độc kim loại nặng, axit... có thể uống kết hợp với chất độc thành chất không độc như: uống hỗn hợp than bột, magie oxit.

**Lưu ý:** Đối với tất cả các trường hợp ngộ độc đều phải được đưa ngay tới cơ sở Y tế để được bác sỹ đưa ra phác đồ cấp cứu điều trị, phù hợp, kịp thời.

Nói chung, khi có triệu chứng ngộ độc thực phẩm cần đến cơ sở y tế gần nhất, để xử trí kịp thời bằng những biện pháp thông thường.

### **Phòng ngừa ngộ độc thực phẩm**



Vào mùa hè, nguy cơ ngộ độc thực phẩm tăng gấp nhiều lần. Các em Thanh Thiếu nhi và những người có hệ miễn dịch kém thường là “nạn nhân” chính bị ngộ độc thực phẩm. Cho nên cần tránh:

1. Xử lý thực phẩm hoặc nấu nướng món ăn không đúng cách.
2. Thức ăn để ngoài không khí nóng quá lâu.
3. Aun uống ngoài đường, vỉa hè, nhất là ở những hàng quán mất vệ sinh.
4. Thường xuyên ôm ấp, âu yếm các vật nuôi, khiến trẻ em dễ bị dính lông của những con vật này, rồi lại dính vào thức ăn và đưa vào miệng.
5. Thức ăn không nấu chín kỹ để “tiêu diệt” các vi khuẩn, thay vào đó, vi khuẩn có cơ hội nhân lên và hủy thức ăn.
6. Hoa quả và rau xanh chưa được rửa sạch đúng cách.
7. Nấu đồ ăn với mức nước bị ô nhiễm.

Những người bị ngộ độc thực phẩm thường bị đau bụng, nôn mửa, sốt nhẹ rồi dần chuyển sang sốt cao, mất nước và một số trường hợp bị tiêu chảy.

*Về cơ bản, để phòng ngừa ngộ độc thức ăn, các em Thanh Thiếu nhi hãy tuân thủ các nguyên tắc sau:*

1. giữ tay sạch bằng cách rửa kỹ bằng nước sạch và xà phòng.
2. Bảo quản đồ ăn thừa và các loại thực phẩm khác trong tủ lạnh nếu chưa cần dùng đến.
3. Nếu thức ăn chín hoàn toàn với nhiệt độ thích hợp và lưu giữ trong hộp sạch sẽ một cách cẩn thận.
4. Không để trẻ ăn uống linh tinh bên ngoài và nên cho trẻ uống nhiều nước để loại bỏ các độc tố bên trong cơ thể.
5. Không tiếc rẻ đồ ăn cũ có dấu hiệu bị hỏng. Kiểm tra kỹ lưỡng thời hạn sử dụng của các loại thực phẩm đóng gói trước khi sử dụng.
6. Các loại thức ăn có gia vị dễ bị hỏng hơn, nhất là các món ăn có hành, tỏi. Do đó, cần bảo quản những đồ ăn này hết sức cẩn thận.

Ở mức độ ngộ độc thực phẩm nhẹ, có thể khắc phục hậu quả bằng biện pháp đơn giản như bù nước (uống nhiều nước lọc sạch và ăn nhẹ). Nếu các triệu chứng không thuyên giảm mà có dấu hiệu nặng thêm thì phải đi khám càng sớm càng tốt.

Phòng ngừa là cách chữa bệnh tốt nhất trong hàng loạt các biện pháp đối phó với các vấn đề ngộ độc thực phẩm trong mùa hè.

## TRÚNG ĐỘC CÂY CÀNH

- **Cây vạ niên thanh:** độc chất chính là calcium oxalate, phân bố trong các bộ phận của cây và chủ yếu trên lá. Khi nhai lá, ăn lá sẽ gây ra bỏng rát niêm mạc miệng, da,. Nếu tiếp xúc với nhựa từ lá có thể gây dị ứng da, bỏng miệng, cứng miệng, nghẹn họng và khó thở. Nếu ăn với số lượng nhiều có thể gây tử vong, cần đưa ngay đến cơ sở y tế để được chỉ định hoặc cấp cứu kịp thời.
- **Xương rồng bát tiên:** đây là cây cảnh phổ biến có rất nhiều người trồng, mủ nhựa cây xương rồng rất độc. Chỉ cần một ít nhựa bắn vào mắt đã gây mù. Nhựa xương rồng dính vào da, niêm mạc sẽ phỏng da, rát bỏng. Uống phải nhựa xương rồng sẽ bị ngộ độc, đau bụng dữ dội từng cơn, vã mồ hôi, nôn thốc tháo và đi ngoài liên tục.
- **Hoa cẩm tú cầu:** lá và củ có chất độc, khi nhai hoặc ăn vào có thể gây tiêu chảy, ói mửa, thở gấp.
- **Hoa đỗ quyên:** Loại hoa này có chứa chất độc là Rhododendron occidental. Chất độc chứa trong tất cả bộ phận của cây, gây buồn nôn, chảy nước dãi, ói mửa, uể oải, chóng mặt, khó thở, mất cân bằng.
- **Cây môn kiếng:** Loại cây này có tên khoa học là Caladium Hortulanum. Chất độc có thể gây bỏng rát vùng họng, dạ dày, ruột.
- **Hoa rum:** Lá và củ chứa chất độc đường ruột Calcium oxalate. Khi ăn phải loại thực vật này có thể bị ói mửa, bỏng rát bề mặt niêm mạc.
- **Cây trúc đào:** có tên khoa học là Nerium oleander. Đây là cây cao 2-6 mét, có hoa nhỏ mọc thành, hoa đẹp có nhiều màu. Chất độc của cây tập trung trong tất cả các bộ phận. Khi ăn phải có thể gây nôn, ói mửa, tiêu chảy, rối loạn nhịp tim, và thậm chí gây tử vong.
- **Hoa thiên điều:** Chất độc nằm trong hoa và hạt, có thể gây buồn nôn, ói mửa, tiêu chảy, chóng mặt.

Độc của hoa thiên điều còn tùy thuộc vào tuổi tác, cân nặng và sự nhạy cảm của từng con người.

## SƠ CỨU NGỘ ĐỘC CHUNG

Để nạn nhân nằm nơi thông thoáng, thoải mái, kê cao chân, chườm khăn lạnh, cho uống nhiều nước, sữa, trà đường...

Nếu nạn nhân bất tỉnh, hãy chắc chắn rằng khí đạo thông thoáng, kiểm tra nhịp thở và sự tuần hoàn máu cho nạn nhân.

Tránh gây thêm tổn thương:

- Nếu nạn nhân uống phải thuốc độc: không được cố sức gây nôn mửa vì điều này có thể gây thêm hại cho nạn nhân.
- Nếu nạn nhân hít phải khói độc: Di chuyển nạn nhân ra khỏi nơi nguy hiểm đến nơi có không khí trong lành.
- Nếu nạn nhân bị chất độc thấm qua da: rửa trôi các hóa chất có thể đọng lại trên da
- Chăm sóc y tế thích hợp.