

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

KỸ NĂNG THOÁT HIỂM CỨU NẠN
TAI NẠN THƯƠNG TÍCH TRONG XÃ HỘI

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

CHỦ ĐỀ: ỨNG PHÓ VỚI GỠ XƯƠNG

Các bạn Thanh thiếu nhi thân mến, trong khi sinh hoạt, lao động, tập thể thao, dã ngoại... nếu sơ ý, tai nạn có thể xảy ra bất cứ lúc nào. Trong số các tai nạn, thì gãy xương khá phổ biến. Vậy nếu không may bị gãy xương thì phải xử trí thế nào trước khi đưa nạn nhân đến bệnh viện? Sau đây sẽ chia sẻ với các bạn Thanh thiếu nhi cách xử lý sơ cấp cứu ứng phó khi gãy xương.

Trong trường hợp này không nên xê dịch, hoặc co nhắc tay chân nạn nhân. Đối với tay: cởi áo ra. Đối với chân: tháo đường chỉ hay cắt ống quần. Nếu việc làm này gặp khó khăn hay làm đau đớn nạn nhân thì không cần cởi quần áo. Nên cố định phần nghi ngờ có gãy xương và chuyển đến một cơ sở y tế có phương tiện chẩn đoán

Bất động chỗ gãy xương

Dùng những dụng cụ có thể nẹp như: *mảnh ván, khúc cây, thanh gỗ, cọc, lều, mái chèo, miếng bìa cứng... trong trường hợp không có thì dùng ngay sách, vở, chăn mền, gối, áo quần... chèn vào rồi bó chặt lại.* Nếu bị gãy tay thì dùng vải hay băng để băng sát vào người.

* *Gãy xương đòn:* Trong giải phẫu cơ thể người, xương đòn còn được gọi là xương quai xanh là một trong những xương của thành ngực trước. Nó là một xương dẹt cong hình chữ S, một đầu xương tiếp khớp với xương ức, đầu còn lại tiếp khớp với xương bả vai. Đây là một xương nhỏ nhưng có vai trò quan trọng trong việc vận động của cánh tay, đặc biệt là hoạt động mang vác... Dấu hiệu gãy xương đòn rất dễ nhận ra bởi sự biến dạng xương và mất vận động nâng, co vai. Trong trường hợp này cần cho nạn nhân ưỡn ngực, hai vai kéo về phía sau rồi chèn bông hoặc băng dưới hai hố nách và hai bả vai. Tiếp đó đặt nẹp hình chữ T sau vai (*nhánh dài dọc theo cột sống và phải dài qua thắt lưng; nhánh ngang to bản hơn và dài qua vai,*

bảo đảm áp vào vai) và quấn băng vòng tròn từ nách qua vai, buộc nút ở bả vai và quấn băng vòng quanh thắt lưng. Trường hợp không có nẹp thì dùng băng số 8.

Việc này cần hai người thực hiện. Người thứ nhất nắm 2 cánh tay nạn nhân nhẹ nhàng kéo ra phía sau bằng một lực vừa phải, không đổi trong suốt thời gian người thứ hai thực hiện việc băng kiểu số 8 để cố định xương đòn. Trong cách làm trên cần lưu ý đệm lót bông hoặc vải mềm ở hai hố nách cho nạn nhân để tránh gây cọ sát làm nạn nhân đau khi băng.

* *Gãy xương tay*: Tay có 3 xương dài: một xương ở phần trên cánh tay và hai xương ở cẳng tay. Đây là các xương thường dễ bị gãy. Gãy xương cánh tay rất đau vì ở đó có nhiều dây thần kinh.

Sau đây xin hướng dẫn các bạn Thanh thiếu nhi cách ứng phó xử trí khi bị gãy:

- *Nếu gãy xương cánh tay*: để cánh tay sát thân mình, cẳng tay vuông góc với cánh tay (tư thế co). Đặt 2 nẹp, nẹp trong từ hố nách tới quá khuỷu tay, nẹp ngoài từ quá bả vai đến quá khớp khuỷu. Có thể dùng nẹp Cramer làm thành góc 90 độ đỡ cả cánh tay và cẳng tay băng lại. Dùng 2 dây rộng bản buộc cố định nẹp, một ở trên và một ở dưới ổ gãy. Có thể dùng khăn tam giác đỡ cẳng tay treo trước ngực, cẳng tay vuông góc với cánh tay, bàn tay cao hơn khuỷu tay, bàn tay để ngửa. Sau đó dùng băng rộng bản băng ép cánh tay vào thân mình. Thắt nút phía trước nách bên lành.

- *Nếu gãy xương cẳng tay*: Để cẳng tay sát thân mình, cẳng tay vuông góc với cánh tay. Lòng bàn tay ngửa. Người cứu dùng hai nẹp, nẹp trong từ lòng bàn tay đến nếp khuỷu tay, nẹp ngoài từ đầu các ngón tay đến quá khuỷu tay. Tiếp đó dùng 3 dây rộng bản buộc cố định nẹp bàn tay và thân cẳng tay (*một ở trên và một ở dưới ổ gãy*) rồi dùng khăn tam giác đỡ cẳng tay treo trước ngực. Nếu không thể gấp khuỷu tay được thì không nên cố gắng dùng sức để gấp khuỷu tay mà yêu cầu nạn nhân dùng tay lành đỡ tay bị gãy ở vị trí đó, rồi người cứu đặt một miếng đệm dài vào giữa tay bị thương và thân người bị nạn và buộc tay bị thương vào cơ thể bằng 3 dải băng rộng bản ở quanh cổ tay và đùi, quanh cánh tay và ngực, quanh cẳng tay và bụng. Tiếp đó cho nạn nhân nằm xuống và đặt tay bị thương dọc theo thân.

Gãy xương chân: (xương đùi và xương cẳng chân)

- *Gãy cổ xương đùi*: là một trong những loại gãy xương hay gặp, nhất là những người cao tuổi và dễ bị bỏ qua. Nếu gãy cổ xương đùi không được điều trị kịp thời sẽ dẫn tới tử vong do bệnh nhân bị sốc do đau, ngoài ra gãy cổ xương đùi làm chân không cử động được phải nằm liệt một chỗ gây nên những biến chứng như loét da vùng lưng, viêm phổi, nhiễm trùng tiểu...

Cách xử trí nạn nhân bị gãy xương đùi: Cho nạn nhân nằm bất động, giữ nguyên chân gãy theo tư thế bàn chân vuông góc với cẳng chân. Sau đó cố định bằng

3 nếp gấp, một từ hố nách đến gót chân, hai từ vai đến quá gót chân, ba là từ bẹn đến quá gót chân. Sau đó buộc cố định nếp ở các vị trí trên, dưới ổ gãy, cổ chân, ngang ngực, ngang hông, dưới gối. Lưu ý phải nệm lót tốt ở phần giữa 2 đầu gối và cổ chân, cố định chân xong nên nâng chân cao lên một chút để giảm sưng nề và khó chịu cho người bệnh rồi chuyển đến khoa chấn thương.

- *Gãy xương cẳng chân*: Chân có 2 xương dài là xương chày (xương ống chân) nằm sát bề mặt và nếu bị gãy có thể làm rách da tạo nên gãy xương hở. Xương mác thì nhỏ hơn và khó gãy hơn nên khi gãy cũng ít ảnh hưởng tới khả năng đi lại của người bệnh. Hầu hết khi bị tai nạn, các xương dài ở vùng chân dễ bị gãy hơn.

Cách xử trí khi bị gãy xương dài: Đặt bệnh nhân ở tư thế thoải mái nhất và bất động. Kiểm tra xem vết gãy đó có bị hở hay không, nếu hở phải làm sạch vết thương. Sau đó nếp cố định bằng 2 nếp trong và ngoài từ giữa đùi đến quá gót chân rồi chuyển người bệnh đến khoa chấn thương để được xử trí tiếp.