

**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 ĐẠP GAI, ĐINH, VẬT SẮT NHỌN**

Các bạn Thanh thiếu nhi thường hay vui chơi mà quên mang giày dép, điều này dẫn đến chân hay bị vật nhọn đâm thủng thường gây đau đớn và chảy máu. Dấu hiệu nhận biết khá rõ ràng. Tuy nhiên, nếu bị mảnh kính vỡ hay xó gỗ đâm trúng thì dấu hiệu nhận biết có thể sẽ khó hơn. Nhiễm trùng có thể dẫn đến tây đỏ, sưng, có mủ, chảy nước nếu vết thương không được phát hiện và chữa trị đúng cách

Nguyên nhân thường gặp nhất là do đồ vật sắc và nhọn như đạp phải đinh. Do đây chỉ là vết thương nhỏ nên không cần phải khâu lại. Tuy nhiên do chủ quan rằng vết thương lành nhanh và không chảy nhiều máu nên có trường hợp vết thương bị nhiễm trùng và trở nặng hơn. Các vết thương ở mí mắt trên đặc biệt nguy hiểm và có thể ảnh hưởng đến mắt. Nhiễm trùng sâu ở bàn chân có thể bắt đầu với triệu chứng sưng đầu ngón chân trong 1 – 2 tuần. Bé có thể sẽ nhiễm uốn ván nếu không được chủng ngừa.

Chăm sóc tại nhà:

**Các bạn Thanh thiếu nhi khi bị thương có thể xử lý và chăm sóc tại nhà:**

- Vệ sinh vết thương: ngâm vết thương vào nước ấm và xà phòng trong 15 phút. Dùng khăn mềm rửa vết thương để loại bỏ các mảnh vỡ. Khi vết thương chảy máu tức là đã loại bỏ vi trùng.

- Cắt bỏ: loại bỏ các lớp da bị bong tróc che phủ vết thương bởi chúng ảnh hưởng đến quá trình thoát nước hoặc loại bỏ các mảnh vụn trong vết thương. Sử dụng kéo sạch sau khi đã vệ sinh với cồn để loại bỏ phần da bị bong tróc.

- Dùng thuốc mỡ kháng sinh: thoa thuốc mỡ kháng sinh và dán băng cá nhân để giảm nguy cơ nhiễm trùng. Rửa lại vết thương và bôi thuốc mỡ kháng sinh mỗi 12 giờ trong 2 ngày.

- Giảm đau: uống acetaminophen hoặc ibuprofen để giảm đau.

**Hãy đến cơ sở y tế gần nhất hoặc tìm đến bác sĩ nhi ngay lập tức nếu:**

- Bị đâm bởi vật nhọn bám bản;
- Da nhiễm bản tại thời điểm bị đâm;
- Bạn phát hiện bụi bản hoặc các mảnh vụn trong vết thương sau khi ngâm rửa;
- Đầu nhọn của vật chĩa vào vết thương;
- Bị thương ở đầu, ngực, bụng, hoặc vị trí có khớp xương;
- Các bạn chưa được tiêm ngừa uốn ván.

**Hãy tìm đến cơ sở y tế nếu:**

- Các bạn chưa được tiêm nhắc lại uốn ván trong hơn 5 năm.
- Hãy tìm đến bác sĩ nhi sau đó nếu:
- Vết thương bị nhiễm trùng;
- Vết thương đau hơn, tấy đỏ, hoặc sưng sau 48 giờ.

Làm thế nào để tránh vết thương do vật nhọn gây ra?

Đề không phải gặp nguy hiểm cho các bạn Thanh thiếu nhi, phụ huynh nên để các vật dụng dễ vỡ như dao, kéo, súng ngắn, và các vật dụng dễ vỡ xa tầm với của trẻ. Khi bạn đủ tuổi, các bạn sử dụng dao kéo một cách an toàn. Hãy chắc chắn rằng bạn và bé được tiêm chủng đầy đủ. Bạn nên tiêm lại vắc xin uốn ván sau 10 \* năm.

Các bạn Thanh thiếu nhi rất thích đi câu, nhưng đôi khi không cẩn thận lưỡi câu vướng vào, sau đây là cách xử lý khi các bạn vướng

#### **\* Vướng lưỡi câu**

Lưỡi câu là một vật cong, đầu nhọn lại có ngạnh sắt, nếu bị vướng vào thì rất khó gỡ ra. Có nhiều trường hợp bị vướng lưỡi câu nhưng lúng túng không biết xử lý như thế nào. Xin hướng dẫn phương pháp gỡ lưỡi câu như sau:

- Cố gắng chịu đau, xoay lưỡi câu cho đầu nhọn và ngạnh ló ra

- Dùng kèm bèn bấm đứt đầu nhọn và ngành
- Rút ngược lưỡi câu ra

