

Cảnh giác đuối nước trong mùa hè

→ PGS.TS. BÙI KHẮC HẬU

Ở nước ta, mùa nào trong năm cũng có thể xảy ra hiện tượng đuối nước nhưng mùa hè và mùa mưa lũ, lụt thì tỷ lệ đuối nước tăng lên một cách rõ rệt. Cần có những biện pháp tích cực phổ biến đến tận các vùng nông thôn, vùng sâu, vùng xa, đặc biệt là trong mùa nghỉ hè để ngăn chặn đuối nước.

Nguyên nhân dẫn đến đuối nước

Theo thống kê của Cục Bảo vệ Chăm sóc Trẻ em (Bộ Lao động Thương binh và Xã hội) thì mỗi ngày ở nước ta có khoảng 24 trẻ em bị các tai nạn thương tích, trong đó đuối nước chiếm tỷ lệ gần một nửa. Và người ta cũng cho biết rằng tỷ lệ trẻ em chết do đuối nước ở Việt Nam cao gấp 10 lần ở các nước phát triển.

Mùa hè, các em thường rủ nhau đi tắm ở ao, hồ, vùng trũng, không có sự giám sát của người lớn nên dễ xảy ra tai nạn. Nghỉ hè, nhiều gia đình cho con em mình đi tắm biển nhưng lại thiếu sự kèm cặp cũng dễ xảy ra tai nạn đuối nước. Tình hình địa lý và thời tiết nước ta cũng rất phức tạp, ở đồng bằng, nhất là đồng bằng sông Cửu Long kênh rạch chằng chịt, mùa nước nổi, mùa mưa lũ là nguyên nhân gây hiện tượng đuối nước gia

tăng, đặc biệt là trẻ em. Thực tế cho thấy ở đồng bằng sông Cửu Long, năm nào có nước lũ dâng cao thì trẻ em bị chết đuối tăng mạnh (ví dụ ở An Giang, năm 2010 có 15 trẻ chết đuối thì năm 2011 có tới 49 trường hợp). Ở miền núi, vùng sâu, vùng xa, kỳ nghỉ hè trùng với mùa mưa lũ, hiện tượng nước tràn về từ các đầu nguồn gây nên lũ quét, ngập lụt, nước dâng cao làm ngập các sông, suối, hồ ao, đường sá, thôn xóm. Nếu không cẩn thận thì có thể đi lại bị trượt chân rơi xuống ao hồ, sông suối hoặc trẻ nô đùa, tắm, bơi, lội ở các vùng nước ngập có thể dẫn đến đuối nước. Ngoài những nguyên nhân khách quan thì có một số bậc phụ huynh còn chủ quan hoặc chưa ý thức được những sự cố xảy ra bất ngờ ngoài ý muốn khi trẻ bị đuối nước, nhất là vào dịp nghỉ hè.

Xử trí

khi gặp người bị đuối nước

Bất kỳ ai nếu thấy có người bị đuối nước (người lớn hay trẻ em) cần kêu gọi mọi người cùng giúp sức để nhanh chóng đưa người đuối nước lên bờ. Trong trường hợp này, nếu có một chiếc sào, gậy hoặc sợi dây dài quăng ra vị trí người đuối nước chơ vơi để họ bám vào rồi kéo thật nhanh đưa lên bờ. Nếu người biết bơi thì nhanh chóng xuống nước để kéo người bị tai nạn lên bờ (chỉ nên nắm tóc, áo, quần, tay, chân...).

Khi đã lên khỏi mặt nước, cần tắt vào má nạn nhân vài cái để gây phản xạ hồi tỉnh, sau đó nhanh chóng đưa nạn nhân lên bờ hay lên thuyền, đặt nạn nhân đầu nghiêng sang một bên cho nước trong miệng, họng, phổi chảy ra. Cần cởi quần áo ướt của nạn nhân rồi hô hấp nhân tạo, hà hơi thổi ngạt càng nhanh càng tốt (nên tìm thêm người hỗ trợ sẽ càng thuận lợi). Cấp cứu ban đầu là hết sức quan trọng, là chạy đua với sự sống của nạn nhân. Tiến hành bằng cách dùng hai ngón tay (ngón cái và ngón trỏ) bịt mũi nạn nhân và hà hơi trực tiếp vào miệng, đóng



Cấp cứu hô hấp tuần hoàn ở trẻ đuối nước.



Tập huấn cấp cứu người đuối nước ở hồ bơi.

thời dùng gạc, khăn mốc hết đơm, dải trong mồm ra hết để khai thông đường thở. Nếu sờ tay vào động mạch cổ thấy không đập thì phải xoa bóp tim ngoài lồng ngực bằng cách dùng hai tay chồng lên nhau rồi đặt lên lồng ngực nạn nhân, ép lồng ngực. Nếu chỉ có một người làm cấp cứu thì cứ 2 - 3 lần hà hơi thì ép lồng ngực 10 - 15 nhịp. Trong trường hợp có 2 người cùng cấp cứu thì một người hà hơi, người kia xoa bóp tim ngoài lồng ngực. Khi kiên trì thực hiện cho đến khi nạn nhân thở được, mạch đập trở lại.

Khi thấy nạn nhân đã tỉnh, thở được, mạch đập trở lại thì kê cao vùng vai bệnh nhân để dễ thông ngạt trở lại do đờm, dải, chất nôn. Nên lưu ý là chỉ được bỏ cuộc khi đã tiến hành hô hấp nhân tạo và bóp tim ngoài lồng ngực sau hai giờ mà không thấy hy vọng gì. Sau khi hô hấp nhân tạo và xoa bóp tim ngoài lồng ngực có kết quả thì khẩn trương gọi xe cấp cứu hoặc nếu có người hỗ trợ thì khi đang cấp cứu cũng cần gọi xe cấp cứu ngay để cùng hỗ trợ và giải quyết kịp thời khi nạn nhân tỉnh lại.

Một số biện pháp phòng đuối nước

Cần tuân thủ các nguyên tắc phòng đuối nước như cấm trẻ chơi đùa, tắm ở vùng ao, hồ, sông suối, kênh, rạch mà không có người lớn kèm cặp. Tại các vùng ngập lụt thì chính quyền, đoàn thể địa phương cần tổ chức cắm các biển báo "nguy hiểm" hoặc làm rào chắn (ao, hồ, cống, rãnh...) để mọi người biết và tránh. Nếu cho trẻ đi sông suối, ao, hồ, kênh, rạch phải có sự giám sát chặt chẽ của người lớn. Khi đi thuyền bằng ghe, thuyền cần mặc áo phao cứu sinh (ngay cả đối với trẻ được các bậc phụ huynh cho đi tắm biển). Ở vùng sông nước như đồng bằng sông Cửu Long nên tổ chức các lớp trông trẻ mùa mưa lũ, và nên đưa việc dạy cho trẻ biết bơi vào chương trình học đặc biệt là các vùng ngập sâu (tỉnh An Giang đã thực hiện rất có hiệu quả) để các bậc phụ huynh an tâm trong cuộc sống mưu sinh vùng mưa lũ. ☼

Viêm loét làm tăng

Viêm loét đại tràng là một bệnh mãn tính nên triệu chứng xuất hiện từ từ, hiếm khi đột ngột. Viêm loét đại tràng thường ảnh hưởng đến lớp lót trong cùng của ruột già và trực tràng. Khác với bệnh Crohn, tổn thương xảy ra ở bất kỳ nơi nào của ống tiêu hóa và tổn thương đến lớp sâu của thành ruột, bệnh viêm loét đại tràng chỉ xảy ra ở đại tràng và lớp trong cùng. Bệnh chưa có cách thức nào điều trị hiệu quả nhưng đòi hỏi phải tuân theo một cách ngoại mục trong thời gian dài.

Tùy thuộc vào mức độ của hiện tượng viêm và vị trí tổn thương mà có các triệu chứng khác nhau, do đó các chuyên gia phân chia bệnh viêm loét đại tràng theo vị trí tổn thương:

- **Viêm loét ống hậu môn:** Ở một số người chảy máu hậu môn có thể là triệu chứng duy nhất của bệnh. Ngoài ra bệnh nhân có thể đau hậu môn và cảm giác mót rặn, thường thì viêm loét đoạn ống hậu môn có khuynh hướng nhẹ nhất.

- **Viêm loét hậu môn trực tràng:** dạng này có liên quan đến tổn thương ở hậu môn và phần thấp của đại tràng (trực tràng). Đi cầu ra máu, đau quận bụng và mót rặn đi ngoài là triệu chứng thường gặp.

- **Viêm loét đại tràng trái:** tổn thương ở phần bên trái của đại tràng. Triệu chứng hay gặp là đi cầu ra máu, đau quận bụng và đau nửa bụng trái, giảm cân.

- **Viêm loét đại tràng toàn bộ:** thường gây đi cầu máu nặng, đau quận bụng, mệt mỏi, giảm cân đáng kể.

- **Viêm loét đại tràng thể nhiễm độc:** thể này ít gặp, đe dọa tính mạng bệnh nhân. Tổn thương toàn bộ đại tràng, đau bụng nhiều, tiêu chảy có thể dẫn đến mất nước và sốc. Bệnh nhân có nguy cơ bị biến chứng nặng gồm: vỡ đại tràng, phình đại tràng nhiễm độc (tình trạng gây dẫn đại tràng đột ngột).

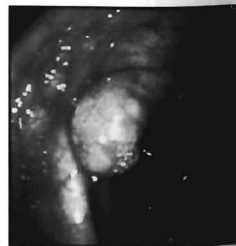
Diễn biến của viêm loét đại tràng rất thay đổi, những cơn

cấp tính của bệnh xen lẫn những khoảng thời gian thuyên giảm. Theo thời gian thì bệnh diễn tiến nặng dần. Phần lớn người bệnh thể nhẹ (viêm loét ống hậu môn) không có triệu chứng nặng. Khi người bệnh có những triệu chứng sau đây cần phải đến cơ sở y tế:

- Đau bụng.
- Phân có máu.
- Những đợt tiêu chảy không đáp ứng với thuốc thông thường.
- Sốt trên 2 ngày không giải thích được.

Biến chứng của bệnh: xuất huyết nặng, thủng đại tràng, mất nước nặng, bệnh gan, sỏi thận, loãng xương, viêm da, khớp và mắt, tăng nguy cơ ung thư đại tràng, phình đại tràng nhiễm độc.

Đến nay các nhà khoa học vẫn chưa biết chính xác nguyên nhân gây bệnh và có rất nhiều giả thuyết



Tổn thương viêm loét đại tràng cấp