

Số: /BTT-TTYT

Nho Quan, ngày tháng 8 năm 2025

BÀI TUYÊN TRUYỀN
Phòng chống tai nạn đuối nước

Mùa hè đến, các bạn học sinh được nghỉ học cộng với thời tiết nóng nằng thành thử những sông, suối, hồ, biển luôn trở thành địa điểm lí tưởng để các bạn bơi, lặn ngụp. Và cũng chính từ đây mà rất nhiều tai nạn đuối nước thương tâm xảy ra. Và tỉ lệ tử vong do đuối nước luôn cao ở những vùng có nhiều sông, hồ, ao, suối. Đuối nước là một tai nạn bất ngờ xảy ra, không có nguyên nhân rõ ràng và khó lường trước được và gây ra những thương tổn thực thể trên cơ thể người và có thể xảy ra mọi lúc, mọi nơi nhất là ở lứa tuổi học sinh. Vì ở lứa tuổi các em thường hiếu động, thích tò mò, nghịch ngợm và chưa có kiến thức, kỹ năng phòng, tránh nên rất dễ bị tai nạn đuối nước. Vì vậy các em cần lưu ý một số thông tin sau:

1. Chết đuối được gọi là cái chết do ngạt thở trong nước, có thể là do uống nhiều nước vào phổi hoặc đường hô hấp bị phản ứng co thắt do nước gây ra làm ngạt thở.

Vậy chúng ta cần làm gì để tránh nạn đuối nước?

Hãy tránh xa dòng nước khúc sông sâu, những dòng nước xoáy, những ao, hồ, sông, suối, đầm nước... Đặc biệt như các em đã biết ở địa phương chúng ta có rất nhiều ao, hồ, các vũng nước sâu. Các bạn không nên rủ nhau đi tắm ở ao, hồ, sông, ngòi... trong khi không biết bơi mà không có người lớn và phao bên cạnh mình.

2. Nguyên nhân đuối nước.

- Do người lớn, trẻ em thiếu ý thức, kiến thức về mối nguy hiểm, các yếu tố nguy cơ, và kỹ năng phòng tránh đuối nước. Các kỹ năng cần đặc biệt chú ý là: trông trẻ, dạy bơi, cứu đuối...

- Do môi trường có những yếu tố nguy cơ như:

+ Sông, hồ, suối, ao...không có biển báo nguy hiểm, rào.

+ Mưa to, lũ lụt xảy ra thường xuyên.

+ Những nơi có sông suối hồ ao, trẻ em không biết bơi hoặc biết bơi nhưng chủ quan không lường hết được sự nguy hiểm.

3. 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.

- Nếu nạn nhân bất tỉnh, kiểm tra xem còn thở không bằng cách quan sát chuyển động của lồng ngực:

- + Nếu lồng ngực không chuyển động tức là nạn nhân ngưng thở, hãy thổi ngạt miệng qua miệng. Sau đó kiểm tra mạch cổ, mạch bẹn xem có đập không; nếu không bắt được mạch tức là nạn nhân đã ngừng tim, phải ấn tim ngoài lồng ngực ở nửa dưới xương ức. Phối hợp ấn tim và thổi ngạt liên tục trên đường chuyển nạn nhân tới cơ sở y tế.

- + Nếu nạn nhân còn thở được, hãy đặt nạn nhân nằm nghiêng một bên để chất nôn dễ thoát ra.

- 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 vẫn có thể xảy ra vài giờ sau khi ngưng nước.

4. Để phòng, chống tai nạn đuối nước ở trẻ nhỏ, các bậc phụ huynh, thầy cô giáo, mọi người và các em học sinh cần quan tâm đến công việc sau đây:

4.1. 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 khi 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.

4.2. 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,...

+ 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).

4.3. Cục Bảo vệ, chăm sóc trẻ em (Bộ LĐ, TB & XH) cũng đưa ra 8 khuyến cáo để các bậc phụ huynh và các bạn phòng tránh chết đuối cho con em mình, cho các bạn như sau:

+ Không được đi tắm, bơi ngoài sông, suối mà không có người lớn biết bơi đi kèm.

+ Không chơi, đùa nghịch quanh ao, hồ nước, hố sâu, hố vôi đang tôi để tránh bị ngã, rơi xuống hố.

+ Nhà ở gần vùng sông nước, ao hồ cần làm cửa chắn và rào quanh nhà.

+ Nên nhắc cha mẹ lấp kín các hố, rãnh nước sau khi sử dụng.

+ Nhắc cha mẹ làm nắp đậy chắc chắn, an toàn cho giếng, bể nước, chum vại.

+ Nên có người lớn đưa đi học trong mùa mưa lũ, đặc biệt khi phải đi qua suối, sông.

+ Nên nhắc người lớn dạy bơi cho các em.

Trên đây là nội dung tuyên truyền về phòng chống đuối nước. Qua nội dung này rất mong toàn thể nhân dân biết để thực hiện tốt cách phòng tránh đuối nước, tránh những rủi ro đáng tiếc xảy ra cho bản thân và những người thân trong gia đình. Đồng thời chúng ta cùng thực hiện tuyên truyền trong cộng đồng để cùng nhau phòng tránh đuối nước một trong những tai nạn phổ biến trong mùa hè. ./.

(Phát thanh từ ngày 20/8/2025 đến 31/8/2025, 02 lần/ngày).

Nơi nhận:

- Phòng Dân số;
- Khoa YTDP;
- Trạm Y tế xã;
- Lưu: VT.

GIÁM ĐỐC

Hoàng Anh Tuấn

