

KHI THẤY NGƯỜI XUNG QUANH SẮP ĐUỐI NƯỚC EM HÃY :

- Giữ bình tĩnh và hô hoán, kêu gọi sự giúp đỡ của người lớn.
- Nhìn xung quanh tìm các vật nổi (gậy, phao) để ném cho bạn.
- Tuyệt đối không được nhảy xuống cứu nạn nhân nếu không biết bơi và không biết cách cứu đuối.



KHI THẤY BẢN THÂN SẮP ĐUỐI NƯỚC EM HÃY :

- Giữ bình tĩnh cố gắng làm nổi người bằng cách hít một hơi dài, thả lỏng người.
- Hô hoán, kêu cứu thật to.
- Vừa hô hoán vừa nhìn xung quanh để tìm vật nổi bám vào.
- Nếu biết bơi hãy bơi theo dòng nước để thoát khỏi chỗ xoáy, chỗ sâu và bơi vào bờ.

EM NÊN LÀM GÌ VỚI TRƯỜNG HỢP ĐUỐI NƯỚC ĐƯỢC ĐƯA LÊN BỜ :

- Hô hoán, gọi người lớn, gọi cấp cứu 115.
- Đặt nạn nhân nằm nghiêng sang 1 bên, lấy dị vật (nước biển, chất nôn. . .) ở mũi, miệng của nạn nhân ra nếu có.
- An ủi động viên và giữ ấm cho nạn nhân.
- Không tạm lại gây mất oxy của nạn nhân & thực hiện kỹ năng hồi sinh tim phổi (CPR) nếu em biết.



Dự Án An Toàn Đà Nẵng

PHÒNG CHỐNG ĐUỐI NƯỚC



ĐỊA CHỈ LIÊN HỆ :

VĂN PHÒNG DỰ ÁN AN TOÀN ĐÀ NẴNG
TRUNG TÂM Y TẾ DỰ PHÒNG ĐÀ NẴNG
316 PHAN CHU TRINH - QUẬN HẢI CHÂU
ĐIỆN THOẠI : 0511.3574.449



- Đuối nước là nguyên nhân hàng đầu gây tử vong cho trẻ em Việt Nam.
- Đuối nước có thể xảy ra rất nhanh, khi trẻ em bị đuối nước nếu không can thiệp kịp thời có thể dẫn đến tử vong.

NHỮNG NGUY CƠ XẢY RA ĐUỐI NƯỚC Ở TRẺ EM

- Bất cứ nơi nào có nguồn nước đều có nguy cơ gây đuối nước cho trẻ (trong nhà, trên đường, trường học, hay ở các nơi công cộng).
- Trẻ em có nguy cơ đuối nước do ngã vào những nơi chứa nước (giếng, bể nước, xô / chậu...) không có nắp đậy.
- Trẻ em có nguy cơ đuối nước do ngã xuống các nguồn nước lộ thiên (ao, hồ, sông ...) không có rào chắn xung quanh.
- Trẻ có nguy cơ đuối nước nếu bơi khi cơ thể mệt mỏi, bơi ở chỗ nước sâu, xoáy hoặc không có sự giám sát của người lớn biết bơi.



CÁC EM NÊN LÀM GÌ ĐỂ PHÒNG TRÁNH ĐUỐI NƯỚC?

- Nhắc nhở cha mẹ đậy nắp các dụng cụ chứa nước lớn (bể, giếng, chum, vại ...) để trẻ không bị ngã vào đó.
- Nhắc nhở cha mẹ lắp đặt rào chắn quanh các nguồn nước lộ thiên (ao, hồ, sông, cống ...) để trẻ không bị ngã vào đó.

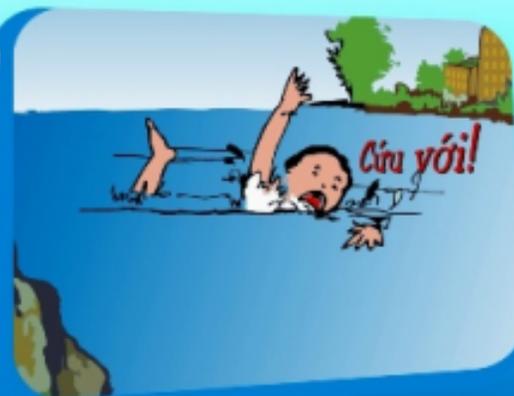


- Các em không nên đi bơi tại những nơi nước sâu, xoáy, các vùng nước nguy hiểm.
- *Các em nên học bơi khi còn nhỏ để dự phòng đuối nước.*



DẤU HIỆU ĐỂ NHẬN BIẾT NGƯỜI KHÁC SẴP BỊ ĐUỐI NƯỚC ?

- Nạn nhân bị rơi / ngã xuống nước, chới vôi trong nước hoặc đầu ngấp ở trong nước.
- Nạn nhân vùng vẫy, kêu cứu.
- Trên mặt nước có sóng động / sủi bọt bong bóng nhiều.



DẤU HIỆU ĐỂ NHẬN BIẾT BẢN THÂN SẴP BỊ ĐUỐI NƯỚC ?

- Bị rơi, ngã xuống nước sâu ngập đầu, chân không chạm đất và không biết bơi.
- Đang bơi bị chuột rút hoặc bị nước cuốn không tự làm nổi mình lên mặt nước, không thể bơi vào bờ được.