**TUYÊN TRUYỀN PHÒNG CHỐNG TAI NẠN THƯƠNG TÍCH VÀ PHÒNG CHỐNGĐUỐI NƯỚC  CHO TRẺ EM**

**I. Tai nạn thương tích ở trẻ em - Nguyên nhân và cách phòng tránh**

          Trong sinh hoạt hàng ngày, con người luôn phải đối mặt với rất nhiều yếu tố bất lợi, tác động xấu đến sức khỏe như vấn đề dịch bệnh, môi trường thực phẩm. Ngoài các yếu tố trên vấn đề tai nạn thương tích ngày nay đang có chiều hướng gia tăng và là nguy cơ tác động đến sức khỏe cộng đồng, nặng gây tử vong hoặc để lại di chứng tàn tật suốt đời, gây lên nhiều nỗi bức xúc lo ngại cho mọi người, mọi gia đình  và toàn thể xã hội. Các tai nạn thương tích rất đa dạng gây tổn thương ở nhiều cơ quan bộ phận trong cơ thể và do nhiều nguyên nhân gây lên. Những nguyên nhân đó có thể là yếu tố khách quan gây tác động trực tiếp hoặc gián tiếp gây ra một số tổn thương

**1. Tai nạn giao thông**

Bao gồm tai nạn đường sắt, bộ, thủy. Nguyên nhân do không đảm bảo các yếu tố quy định và chấp hành luật lệ của mọi người và phương tiện khi tham gia giao thông.

**1.1. Nguyên nhân tai nạn giao thông**

Tai nạn giao thông là do người tham gia giao thông không chấp hành luật và các quy định về an toàn giao thông. Người đi bộ chạy qua đường bất ngờ, không quan sát, đùa nghịch đu bám tàu xe, đá bóng dưới lòng đường, phơi rơm rạ trên đường giao thông.

Người đi xe đạp dàn hàng 3, lạng lách, vượt ẩu trước mũi xe máy, ô tô...

Người đi xe máy phóng nhanh, lạng lách.

Lái xe ô tô uống rượu bia, không kiểm soát tốc độ...

Đặc biệt nguy hiểm đối với các trường hợp vô ý thức có hành vi nguy hiểm gây chết người như: rải đinh trên đường cao tốc, ném đá lên tàu, tháo ốc vít trên đường ray tàu hoả...

Tai nạn giao thông do các phương tiện giao thông: Chất lượng xe cộ thấp kém, xe thiếu các thiết bị an toàn. Phương tiện vận chuyển không an toàn.

**1.2. Cách phòng tránh**

Các em thực hiện đúng luật lệ an toàn khi tham gia giao thông

          Chấp hành giao thông ở trước cổng trường. Khi đi tới trường các em cần vào trong trường không tụ tập ngoài cổng trường, khi tan học ra khỏi cổng trường các em cần quan sát đường, xin đường để sang bên đúng phần đường của mình và đi vào phần đường của mình không tụ tập ở cổng trường gây ùn tắc giao thông cho người đang tham gia giao thông và các bạn trong trường không thực hiện được giao thông

Khi đi bộ qua cổng trường cần quan sát đường trước khi sang phần đường của mình

Không được đá bóng dưới lòng đường gây tai nạn giao thông cho mình và cho người tham gia giao thông trên đường

          Đi xe đạp không được đi dàn hàng 3, lạng lách, vượt ẩu trước mũi xe máy, ô tô...

          Khi ngồi trên xe gắn máy, xe đạp điện cần phải đội mũ bảo hiểm khi tham gia giao thông

**2. Ngộ độc**

          Ngộ độc đứng thứ tư gây tử vong

          10% số trường hợp xảy ra ở nhóm trẻ em và vị thành niên

**Các loại ngộ độc thường gặp ở trẻ**

          + Hóa chất: chất tẩy rửa (xà phòng, thuôc tẩy), xăng dầu, a xít, thuốc trừ sâu, thuốc diệt chuột…

          + Thuốc uống: uống thuốc quá liều, quá hạn, thuốc bẩn/ẩm, uống nhầm.

          + Khí: khí ga, khói bếp than tổ ong.

          + Thức ăn có có chất độc như: nấm độc, cá nóc, các loại cây/quả có chất độc

          + Các thức ăn không đảm bảo vệ sinh an toàn thực phẩm: thức ăn ôi thiu.

**2.1. Nguyên nhân**

          Ăn phải thức ăn ôi thiu, bảo quản không tốt bị ươn thối, nhiễm vi khuẩn hoặc ăn phải nấm, cây quả dại chứa chất độc.

          Nuốt phải các chất độc như thuốc diệt chuột, trừ sâu, dầu lửa, xà phòng, thuốc chữa bệnh....

          Uống các loại nước ngọt có ga hoặc ga dùng giải khát được sản xuất không đúng quy trình an toàn vệ sinh hoặc uống phải nước thiên nhiên có chứa chất độc như thạch tín, chì, thuỷ ngân.

          Qua đường hô hấp: Chất độc bị hít vào phổi. Trẻ hít phải khí độc: Khí ủ lò than, bình ga, hoá chất trong bình diệt gián…

**2.2. Cách phòng tránh**

          Không ăn phải thức ăn ôi thiu, thức ăn bị ươn thối, nhiễm vi khuẩn hoặc ăn phải nấm, cây quả dại chứa chất độc.

Không uống các loại nước ngọt có ga hoặc ga dùng giải khát khi không rõ nguồn góc, xuất xứ nơi sản xuất và sản xuất không đúng quy trình an toàn vệ sinh hoặc các loại nước uống hết hạn sử dụng  hoặc uống phải nước thiên nhiên có chứa chất độc như thạch tín, chì, thuỷ ngân.

Xây dựng môi trường an toàn: Sử dụng nguồn nước đảm bảo vệ sinh.

Xây dựng ngôi nhà an toàn: Những vật dụng trong nhà có đựng các chất có thể gây ngộ độc cho trẻ (thuốc chữa bệnh, xà phòng, hoá chất trừ sâu, thuốc diệt chuột, thuốc tẩy rửa, bình xịt muỗi, ga....) cần cất ở nơi kín đáo để xa tầm tay trẻ.

**3. Ngạt thở, hóc nghẹn**

          Ngạt thở, tắc đường thở là tình trạng trẻ em không thở được do bất kỳ một vật gì gây cản trở không cho không khí qua được mũi và miệng trẻ.

          Nếu không được cấp cứu kịp thời chỉ sau 3 phút bị ngạt thở, trẻ sẽ bị di chứng

**3.1. Nguyên nhân**

          Hóc, nghẹn thức ăn hoặc dị vật (hóc xương, hạt na, hòn bi, đồng xu, cúc áo...) thường xảy ra khi trẻ nghịch ngợm đút vào mũi, miệng, chạy hoặc cười đùa khi ăn

          Mũi và miệng trẻ bị bịt kín bởi túi nilon, chăn hoặc vải dầy thường xảy ra với trẻ nhỏ dưới 1 tuổi, nằm ngủ úp trên đệm, gối quá mềm. Nguy cơ này còn xảy ra ở các trẻ lớn hơn khi các cháu đùa nghịch lấy bao ni lông, chăn, gối… trùm qua đầu.

Đuối nước hoặc bị vùi lấp bởi đất, cát....

**3.2. Cách phòng tránh**

          Nhắc các em  không vừa ăn, uống vừa cười đùa, chạy nhảy.

          Dạy các em cách sơ cứu trên nếu các cháu phải trông trẻ nhỏ hơn.

Trong mọi trường hợp, người trông giữ trẻ phải được học cách sơ cấp cứu ngạt tắc đường thở.

**4. Động vật cắn, đốt**

Ong đốt, Rắn cắn,Chó mèo cắn…

**4.1. Nguyên nhân**

          Do trẻ thiếu hiểu biết, nghịch ngợm.

          Do người lớn thiếu sự quan tâm, chăm sóc.

          Do môi trường xung quanh không an toàn.

**4.2. Cách phòng tránh**

Không được nghịch tổ ong, không trêu chọc chó, mèo và các vật nuôi, không chơi gần các bụi rậm để tránh bị rắn cắn, nếu phải đi qua thì dùng gậy khua vào bụi rậm phía trước, đợi một lúc rồi mới đi qua.

Các em cần biết những con vật nguy hiểm, những con vật nào không nguy hiểm.

Dùng đèn pin hoặc đèn chiếu sáng nếu bạn đi vào ban đêm để phòng rắn cắn.

Xây dựng môi trường an toàn:

          + Chó, mèo phải được tiêm chủng

          + Không thả chó bừa bãi. Khi cho chó ra đường phải có rọ mõm.

          + Phát quang bụi rậm xung quanh nhà bạn.

          - Đối với chó mèo và các vật nuôi khác như khỉ… cần dạy trẻ: không trêu chọc khi chúng đang ăn, đang ngủ hoặc đang chăm chó con (cho bú…); không bao giờ để trẻ sơ sinh, trẻ nhỏ một mình với các vật nuôi trong nhà; cảnh báo với mọi người nguy cơ bị rắn cắn, đặc biệt là trong khi và sau khi lũ lụt

**5. Ngã**

Ngã và những chấn thương do ngã là những tai nạn rất thường gặp ở trẻ em, ở mọi lứa tuổi, mọi giới, mọi lúc và mọi nơi. Ngã để lại những hậu quả trước

mắt và lâu dài, nhiều khi ảnh hưởng nghiêm trọng đến chức năng cũng như tính mạng của trẻ.

**5.1. Nguyên nhân**

          + Ngồi trên bậu cửa sổ, lan can không có tay vịn.  Nhảy từ trên cao xuống (từ bàn, ghế…)chơi những trò chơi không an toàn. Chạy nhảy, đuổi nhau, leo cây, trèo cầu thang…

**5.2. Cách phòng tránh**

Các em không được treo lên bàn ghế, chạy nhảy để nô đua

Không được ngồi trên cửa sổ, nan can

Nhà trường cũng đã làm sân phẳng để các em có sân chơi an toàn, hàng rào bao quanh ao…để đảm bảo an toàn cho các em. Nhưng tốt hơn cả vẫn là ý thức của các em.Chúng ta tuyệt đối không leo trèo cây, không đánh đu cây, không trèo lên hàng rào ao để ngó xuống ao.

Quản lý các em nhất là trong dịp nghỉ hè xắp tới : Các em không được leo trèo cột điện, mái nhà, trèo cây hái quả, bắt chim, không chạy thả diều trên sân thượng, gần ao, hồ, sông, ngòi hay lòng đường...

Các em cần có hoạt động vui chơi giải trí lành mạnh: Thăm quan, cắm trại, có sân bóng riêng.

**6. Đề phòng điện giật**

            Hơn nữa cô cũng mong muốn các em dù ở nhà hay ở trường chúng ta cũng không tự ý sờ vào các ổ điện, phích cắm. Nếu muốn cắm phích như: cắm quạt hay cắm cơm giúp mẹ, các em chỉ cầm vào phần nhựa phích cắm, không sờ vào phần chân phích cắm (phần chân phích nghĩa là phần để cắm ngập vào ổ điện có màu trắng hoặc màu vàng, thiết kế bằng đồng hoặc bằng chì để tiếp điện) nên khi cầm phích cắm điện chúng ta không sờ vào phần chân phích cắm sẽ tiếp điện gây giật .

**7. Đề phòng bị bỏng**

Không lại gần nơi đun nấu.

Để phích nước nơi khuất, để dưới thấp, ít người đi lại (nhất là với các em lớp 1 hoặc chúng ta là anh chị lớn trong nhà thì các em cũng biết cất gọn gàng.)

Không lại gần hố vôi đang tôi hoặc hố vôi đã tôi lâu ngày  nhưng nhiệt độtrong hố vôi vẫn rất cao sẽ gây bỏng. Khi bị bỏng do vôi ngay lập tức phải rửa ngay bằng nước lạnh, rửa sạch vôi rồi mới đến cơ sở Y tế.

Nếu vết bỏng nhỏ, nông, nhanh chóng dìm phần bị bỏng vào nước lạnh từ 15-25 phút nhằm làm giảm tức thì nhiệt độ và độ lan rộng của vết bỏng. Khi không còn cảm giác rát nữa, lấy miếng vải sạch hoặc miếng gạc mỏng băng nhẹ lên vết bỏng để không bị phồng.

**II. Phòng, chống đuối nước cho trẻ em.**

Hàng năm có rất nhiều tai nạn đuối nước xảy ra, cướp đi nhiều sinh mạng. Đặc biệt tỉ lệ tử vong do đuối nước ở lứa tuổi trẻ em là nhiều nhất.

Khi có sự xâm nhập đột ngột và nhiều của nước hoặc chất dịch vào đường thở (mũi, mồm, khí phế quản, phổi) làm cho không khí có chứa oxy không thể vào phổi được gọi là đuối nước. Hậu quả là não bị thiếu oxy, nếu không được cấp cứu kịp thời nạn nhân sẽ bị chết hoặc để lại di chứng não nặng nề.

**1. 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.

          + 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.

**2. Cách phòng tránh**

Không được phép bơi khi chưa xin phép bố mẹ

Không chơi ở những nơi gần sông, hồ… khi không có người lớn

\* Những nguyên tắc an toàn khi bơi:

+ Không nhảy cắm đầu ở những nơi không có chỉ dẫn

+ Không tắm, bơi ở những nơi có nước sâu, chảy xiết, xoáy và không có người lớn biết bơi & cứu đuối.

+ Không bơi khi trời đã tối, có sấm chớp, mưa.

+ Tuyệt đối tuân theo các bảng chỉ dẫn nguy hiểm.

+ Phải khởi động trước khi xuống nước.

+ Không ăn uống khi đang bơi để tránh sặc nước.

+ Không dùng các phao bơm hơi.

+ Không đi tắm bơi lội ở ao hồ một mình mà không có người lớn biết bơi đi kèm.

+ Cần thực hiện nghiêm túc về an toàn giao thông đường thủy như: An toàn về phương tiện, có đầy đủ phao cứu sinh, áo phao, chở đúng số người quy định.