**Bài 1. TỔNG QUAN VỀ SƠ CẤP CỨU BAN ĐẦU**

**Mục tiêu học tập:**

1. Biết được tầm quan trọng của sơ cấp cứu tai nạn thương tích ở trẻ em.

2. Biết được những việc cần làm của người cấp cứu và người trợ giúp

2. Nắm được các bước của sơ cấp cứu ban đầu

Nội dung

**I. NHẬN THỨC CƠ BẢN VỀ SƠ CẤP CỨU BAN ĐẦU TNTT**

**1. Định nghĩa**

Sơ cấp cứu ban đầu là sự trợ giúp ban đầu, ngay lập tức cho người bệnh hoặc

nạn nhân (sau đây gọi chung là nạn nhân) cho đến khi họ được chăm sóc bởi nhân

viên y tế chuyên nghiệp. Đó không chỉ là những xử trí ban đầu đối với chấn thương

của nạn nhân mà còn là sự chăm sóc ban đầu khác như trấn an tâm lý đối với nạn

nhân và những người chứng kiến sự kiện TNTT, người thân của nạn nhân.

Sơ cứu thường bao gồm các thủ thuật đơn giản, thông thường dễ thực hiện.

Sơ cứu nhằm giữ cho tình trạng sức khỏe của nạn nhân không trở nên nguy kịch

hơn và nó không thay thế cho việc điều trị y tế.

Sơ cứu được xem như là một phần trong chăm sóc cấp cứu nhằm mục đích:

- Làm tăng khả năng sống sót.

- Ngăn ngừa khả năng nặng lên của thương tật.

- Góp phần ổn định sức khỏe cho nạn nhân.

Người sơ cấp cứu phải được đào tạo lý thuyết và k ỹ năng thực hành cấp cứu.

**2. Nhiệm vụ của người cấp cứu**

- Để nạn nhân ở vị trí cấp cứu an toàn.

- Gọi người xung quanh trợ giúp.

- Cấp cứu ban đầu cho nạn nhân.

- Gọi hoặc nhờ người khác gọi cấp cứu 115.

- Ghi lại hoặc nhờ người ghi lại những điều đã xảy ra, những việc đã làm.

- Có thể sử dụng các biện pháp phòng nhiễm trùng cho người sơ cấp cứu: rửa

tay, đeo găng, có thể sử dụng mask (mặt nạ) để hô hấp nhân tạo.

**3. Nhiệm vụ của người trợ giúp**

- Tìm kiếm tất cả các nạn nhân trong vụ tai nạn thương tích.

- Tìm kiếm tất cả mọi sự chăm sóc.

- Gọi cấp cứu y tế và chỉ dẫn người cấp cứu đến đúng địa chỉ cần cấp cứu.

- Thực hiện chăm sóc cần thiết cho nạn nhân theo yêu cầu của người thực

hiện sơ cấp cứu.

- Đặt đúng các tư thế của nạn nhân.

- Ghi chép lại những điều đã xảy ra, những việc đã làm

- Trấn an tâm lý đối với người nhà nạn nhân (nếu có).

**4. Hậu quả của việc không sơ cấp cứu kịp thời**

- Tim ngừng đập và dẫn đến tử vong.

- Nếu ngừng tim trên 4 phút thì não có thể bị tổn thương.

- Nếu ngừng tim trên 10 phút thì não tổn thương không thể phục hồi.

**5. Các bước sơ cấp cứu bao gồm**

- Nhận định tình huống: Quan sát hiện trường xem có vấn đề nguy hiểm hay

không, có một người bị nạn hay nhiều người bị nạn, tình huống xảy ra có xa hay

gần trung tâm y tế, mức độ đã được trợ giúp ra sao.

- Lập kế hoạch chuẩn bị sơ cấp cứu nạn nhân.

- Thực hiện theo kế hoạch sơ cấp cứu và hỗ trợ nạn nhân như: hà hơi thổi

ngạt, ép tim ngoài lồng ngực.

- Đánh giá lại kết quả vừa cấp cứu xem tình trạng sức khoẻ của nạn nhân có

được cải thiện không. Thông báo cho gia đình hoặc người thân, người giám hộ hợp

pháp của nạn nhân càng sớm càng tốt. Trấn an và giải thích cho nạn nhân được sơ

cứu. Hoàn tất thủ tục báo cáo sự việc xảy ra.

**II. TRÌNH TỰ CẤP CỨU BAN ĐẦU**

**Cấp cứu ban đầu theo trình tự ABCDE**

**1. Airway (A): Đường thở**

Trước hết cần xác định nạn nhân còn tỉnh, còn tiếp xúc được hay không; nếu

bị tắc nghẽn đường thở thì cần thực hiện ngay lập tức các động tác sau:

- Nghiêng người ghé tai sát miệng nạn nhân để xem còn thở hay không.

- Mở miệng nạn nhân kiểm tra xem có đờm dãi, dị vật hay không. Nếu nạn

nhân vẫn còn khó thở, thì cần phải kiểm tra xem có phải do tụt lưỡi không; nếu tụt

lưỡi thì phải tiến hành kéo lưỡi.

- Nâng cằm, đẩy hàm giữ cho đường thở được thẳng trục.

- Tiến hành thổi ngạt qua miệng hoặc mũi nếu bệnh nhân ngừng thở.

**2. Breathing (B): Hô hấp**

Đánh giá rối loạn hô hấp dựa vào tần số thở, gắng sức hô hấp, xem trên ngực

có vết thương không, đặc biệt các trường hợp có thể xử trí được ngay tại chỗ trong

khi chờ đợi nhân viên y tế đến, nhất là khi:

- Nạn nhân bị ngừng thở, tím tái hay đe dọa ngừng thở phải tiến hành ngay hô

hấp nhân tạo miệng - miệng hoặc miệng - mũi.

- Tổn thương hở ở ngực, cần đặt ngay miếng gạc hoặc lấy quần áo sạch, vải

sạch đặt lên vết thương và băng kín để cầm máu và hạn chế khí tràn vào khoang

ngực làm nạn nhân khó thở hơn. Tuyệt đối không lấy bỏ dị vật đang cắm trên

ngực, nếu lấy bỏ dị vật ra thì có nguy cơ chảy máu ồ ạt, làm nạn nhân có thể tử

vong nhanh chóng.

**3. Circulation (c): Tuần hoàn**

Trong khi đánh giá và xử trí tuần hoàn, luôn kiểm tra đường thở và hô hấp.

Đối với xử trí tuần hoàn, cần kiểm soát chảy máu.

Đánh giá về tuần hoàn dựa vào:

- Bắt mạch cánh tay, cổ tay, mạch bẹn. Trong trường hợp cấp cứu cơ bản

ngoài cộng đồng có thể bỏ qua bước này nếu nạn nhân suy hô hấp.

- Nạn nhân có dấu hiệu lơ mơ, da xanh tái, nhợt nhạt, vã mồ hôi, đó là dấu

hiệu mất máu. Cần phải có các biện pháp can thiệp để kiểm soát chảy máu bên

ngoài, còn chảy máu bên trong cần phải can thiệp phẫu thuật mới kiểm soát được.

- Các biện pháp cầm máu đơn giản như băng ép hoặc ép chặt vào chỗ đang

chảy máu bằng quần áo hoặc băng gạc sạch vô khuẩn, giữ nguyên đến khi nhân

viên y tế đến, tuyệt đối không bỏ tay đang giữ ép ra hoặc bỏ gạc đang giữ để thay

gạc mới sẽ làm cho máu chảy mạnh hơn và khó cầm máu.

Trường hợp nạn nhân có biểu hiện ngừng tim cần tiến hành biện pháp hồi sinh

tim phổi bằng ép tim ngoài lồng ngực (nội dung được hướng dẫn cụ thể trong bài

cấp cứu cơ bản).

**4. Disability (D): Thần kinh**

- Cần đánh giá nhanh tổn thương hệ thần kinh theo 4 mức độ như sau:

Mức độ 1. Nạn nhân tỉnh và giao tiếp bình thường.

Mức độ 2. Nạn nhân đáp ứng (trả lời, cử chỉ) với lời nói khi được gọi, hỏi.

Mức độ 3. Nạn nhân đáp ứng với kích thích đau (chỉ áp dụng khi hỏi không

thấy trả lời: mức độ 2).

Mức độ 4. Nếu không đáp ứng với lời nói khi hỏi (mức độ 2) hoặc kích thích

đau (mức độ 3), như vậy nạn nhân đã hôn mê, tiên lượng rất xấu, nên chuyển sớm

đến cơ sở y tế để được chăm sóc và điều trị.

- Trường hợp nạn nhân không tỉnh hoặc ở mức độ 4 thì có biểu hiện tổn

thương não. Ngoài ra khi bệnh nhân đang tỉnh sau đó rơi vào hôn mê, hoặc có thay

đổi ý thức theo các mức độ như trên thì thường là tiếp tục chảy máu hoặc thương

tổn trong não nặng lên.

- Trường hợp nạn nhân có tổn thương ở đầu hay rách da, vỡ xương, thậm chí

chảy dịch não tủy hoặc hở tổ chức não,... chỉ nên dùng gạc sạch hoặc quần áo sạch

băng lên vết thương, tuyệt đối không bôi, đắp bất cứ thuốc, hoá chất, lá cây gì,

không rút dị vật còn cắm tại đó ra.

**5. Exposure (E): Lộ toàn thân**

- Khi sơ cứu nạn nhân đã ổn định, nên cởi bỏ quần áo nạn nhân để đánh giá

các tổn thương khác tránh bỏ sót tổn thương.

- Cố định cột sống cổ nếu nghi ngờ chấn thương cột sống cổ: Nếu nạn nhân

tỉnh táo, khuyến khích họ nằm yên hoàn toàn. Dùng nẹp cột sống chuyên dụng

hoặc vật liệu có sẵn: túi cát, vật nặng, khăn vải cuộn chặt để cố định hai bên cột

sống cổ, lưng, dùng băng keo hoặc dây để cột lại. Khi nạn nhân đã nằm trên ván

cứng có thể đặt hai bao cát ở hai bên cổ chiều dài từ tai đến xương đòn rồi cố định

bằng dây buộc ở trán, vai, cánh chậu, gối và cổ chân.

Lưu ý: Đặt nạn nhân ở tư thế an toàn

- Tư thế an toàn cho nạn nhân là tư thế nhằm để bảo vệ đường thở thông

thoáng.

- Tất cả các nạn nhân hôn mê đều nên được đặt ở tư thế an toàn. Không nên

thay đổi tư thế nạn nhân khi nghi ngờ có chấn thương cột sống như trường hợp

chấn thương, liệt chân, đại tiểu tiện không tự chủ.

- Tư thế an toàn đối với nạn nhân hôn mê (để lưỡi không tụt về phía sau gây tắc

nghẽn hầu họng hoặc tránh sặc chất nôn vào đường thở). Để nạn nhân nằm nghiêng,

tay trên gấp, tay dưới duỗi thẳng ra trước mặt, chân trên co, chân dưới duỗi thẳng. Có

thể dùng vải hoặc gối kê giữ nguyên bệnh nhân ở tư thế như vậy.

Hình minh họa tư thế an toàn

**III. GỌI CẤP CỨU**

**1. Yêu cầu đối với người gọi trợ giúp**

Câu từ rõ ràng, ngắn gọn và chính xác. Thông tin cung cấp đầy đủ về:

- Hiện trường: Vị trí, địa chỉ, đường đi,…

- Tại nạn: Loại tai nạn, tính chất nghiêm trọng của tai nạn.

- Nạn nhân: Số lượng, giới tính, tuổi, giờ đến cấp cứu nạn nhân, dấu hiệu nạn

nhân, những sơ cứu đầu tiên đã làm, diễn biến và tình trạng nạn nhân,…

- Các nguy hiểm khác: Khí độc, chất nổ,…

- Thông tin để liên lạc: Tên của bạn, số điện thoại,…

- Chỉ dừng cuộc gọi sau khi người nhận cuộc gọi đã xác nhận và dừng cuộc gọi.

**2. Nguyên tắc vận chuyển nạn nhân**

Tốt nhất vận chuyển nạn nhân bằng các phương tiện chuyên dụng y tế: Cáng,

xe đẩy, xe cứu thương,… Nếu không có hỗ trợ chuyên môn và phương tiện chuyên

dụng y tế thì việc vận chuyển nạn nhân luôn luôn phải đảm bảo đúng kỹ thuật,

nhanh chóng, an toàn cho cả nạn nhân và người vận chuyển, cụ thể như sau:

a) Chỉ được vận chuyển nạn nhân sau khi đã được sơ cứu, cấp cứu ban đầu.

b) Chỉ chuyển nạn nhân khi đảm bảo các yếu tố an toàn: Bảo vệ nạn nhân

trong lúc di chuyển.

c) Bình tĩnh cân nhắc việc thực hiện ưu tiên cần làm tuỳ theo tình trạng tổn

thương của nạn nhân.

d) Việc vận chuyển được thực hiện đồng đều theo hiệu lệnh thống nhất của

người chỉ huy.

e) Theo dõi nạn nhân thường xuyên khi vận chuyển, đảm bảo nạn nhân luôn ở

tư thế an toàn nhất.