

PHÒNG CHỐNG ĐUỐI NƯỚC CHO TRẺ EM, VẤN ĐỀ CẦN ĐƯỢC QUAN TÂM TỪ GIA ĐÌNH, NHÀ TRƯỜNG VÀ XÃ HỘI

Trần Thị Thu Hằng*, Hoàng Đình Hâm**

Việt Nam hiện đang là quốc gia có tỷ lệ số người chết do đuối nước cao nhất khu vực Đông nam Á. Theo số liệu được công bố trên các phương tiện thông tin đại chúng (do Ủy ban chăm sóc thiếu niên và nhi đồng, Bộ Lao động, Thương binh và Xã hội, Bộ Y tế cung cấp) trung bình mỗi năm ở nước ta xảy ra trên 3500 vụ tai nạn chết người liên quan đến sông nước (trung bình 10 người/ngày), đặc biệt số trẻ em chết đuối thường gia tăng vào dịp hè là lúc học sinh nghỉ học, có nhiều thời gian rảnh rỗi.

Như chúng ta đã biết, đuối nước là một tai nạn bất ngờ. Có nhiều nguyên nhân dẫn đến tai nạn đuối nước và có thể xảy ra mọi lúc, mọi nơi nhất là ở lứa tuổi học sinh. Vì 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.

Việt Nam là một nước có hệ thống sông ngòi dày đặc với khoảng 2.360 con sông lớn nhỏ, tại các vùng nông thôn còn có hệ thống kênh mương, ao hồ cũng được phân bố dày đặc và chằng chịt và đặc biệt có hơn 3200 km bờ biển đã tạo lên nhiều lợi thế để phát triển du lịch, kinh tế - xã hội cũng như giao thương với quốc tế. Tuy nhiên, đây cũng là nguyên nhân cướp đi hàng nghìn sinh mạng người Việt Nam mỗi năm do tai nạn đuối nước, trong đó phần đông là trẻ em.

Trước thực trạng trên, Chính phủ và các bộ, ban, ngành có liên quan đã ban hành nhiều văn bản chỉ đạo công tác phòng, chống đuối nước cho trẻ em như: Chỉ thị số 17/CT-TTg ngày 16/5/2016 của Thủ tướng Chính phủ về việc tăng cường chỉ đạo, thực hiện phòng, chống tai nạn thương tích, đuối nước trẻ em học sinh; Quyết định 234/QĐ-TTg ngày 05/2/2016 của Thủ tướng Chính phủ về việc phê duyệt Chương trình phòng, chống tai nạn thương tích trẻ em giai đoạn 2016-2020; Chỉ thị số 1572/CT-BGDĐT ngày 12/5/2016 của Bộ trưởng Bộ

Giáo dục và Đào tạo về việc tăng cường các giải pháp phòng, chống tai nạn thương tích, đuối nước cho trẻ em, học sinh, sinh viên; Kế hoạch số 801/KH-BGDĐT ngày 01/11/2016 của Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo về triển khai chương trình phòng, chống tai nạn thương tích trẻ em giai đoạn 2016-2020. Đề chủ động đề phòng, hạn chế các vụ tai nạn đuối nước, đảm bảo an toàn tính mạng đối với học sinh, sinh viên trong dịp hè năm 2018, Bộ Giáo dục và Đào tạo yêu cầu các Sở Giáo dục và Đào tạo, các trường đẩy mạnh công tác tuyên truyền, giáo dục nâng cao nhận thức của học sinh, sinh viên trong việc tuân thủ các quy định về phòng chống tai nạn đuối nước; nâng cao tinh thần trách nhiệm của cán bộ, nhà giáo, nhân viên trong việc tổ chức hướng dẫn kỹ năng phòng chống tai nạn đuối nước cho học sinh, sinh viên. Các nội dung được triển khai đa dạng, phong phú, phù hợp với điều kiện, hoàn cảnh của từng địa phương như: Tổ chức tuyên truyền, giáo dục nhận thức cho học sinh các kỹ năng nhận biết nguy cơ và kỹ năng phòng, tránh tai nạn đuối nước; Khuyến khích, đẩy mạnh việc tổ chức dạy bơi cho học sinh tại trường học ở các số địa phương bằng nhiều hình thức, phương thức như: Sử dụng bể bơi của các trung tâm TĐTT, nhà trường chủ động kết hợp với các tổ chức, tư nhân tự trang bị bể bơi lắp ghép và tổ chức dạy bơi hiệu quả cho học sinh...; Hàng năm thường xuyên tổ chức các Hội thi bơi lội cho học sinh nhằm phát động, đẩy mạnh phong trào dạy học bơi rộng rãi trong các trường học; Tổ chức triển khai các tập huấn, tổ chức bồi dưỡng cho các giáo viên Thể dục tại các trường phổ thông các tỉnh, thành phố về phương pháp kỹ năng dạy bơi, cứu đuối... Tuy nhiên, để phát huy hiệu quả cao nhất, vấn đề này cần phải được làm thường xuyên, liên tục, thu hút và phát huy mọi nguồn lực của gia đình, nhà trường và xã hội.

*ThS, Học viện Cảnh sát Nhân dân

**ThS. Trường Đại học Thăng Long

Phòng chống đuối nước trẻ em đã và đang là vấn đề bức xúc trong xã hội, đòi hỏi phải được giải quyết một cách tích cực, thiết thực và hiệu quả. Việc tăng cường công tác thông tin, truyền thông nhằm nâng cao nhận thức của gia đình, nhà trường và xã hội về các nguy cơ, phương pháp phòng và chống đuối nước là vấn đề cần thiết. Các kiến thức cụ thể cần thiết trong công tác tuyên truyền thường gồm: Lý do đuối nước thường dẫn tới tử vong; Nguyên nhân gây đuối nước; Cách thức phòng tránh đuối nước và biện pháp xử lý đuối nước. Cụ thể:

1. Lý do đuối nước thường dẫn tới tử vong

Đuối nước là tình trạng nước tràn vào đường hô hấp làm cho các cơ quan bị thiếu oxy và các chức năng sống của cơ thể ngừng hoạt động. Hay nói cách khác: Đuối nước là tình trạng thiếu oxy do cơ thể bị chìm trong nước.

Thống kê thấy có khoảng 4/5 trường hợp chết đuối mà trong phổi có nước (chết đuối ướt) và 1/5 còn lại chết đuối nhưng phổi không có nước (chết đuối khô).

Sở dĩ có tình trạng chết đuối mà trong phổi không có nước là do người không biết bơi bất ngờ bị chìm trong nước, nạn nhân hoảng sợ khiến các phản xạ bị rối loạn làm cơ thể bị chìm, phản xạ co cơ nắp thanh quản và đóng khí quản lại làm nạn nhân không thở được dẫn đến thiếu oxy não và bất tỉnh. Do nắp thanh quản bị đóng nên nước cũng không vào phổi được. Hiện tượng này được gọi là chết đuối khô.

Vì vậy khi gặp trường hợp đuối nước cần xử trí khẩn trương, thời gian vàng đối với người chết đuối phải được tính từng phút, nhanh chóng giải phóng đường hô hấp.

2. Nguyên nhân gây đuối nước

Có nhiều nguyên nhân chủ quan và khách quan dẫn đến tai nạn đuối nước:

Do người lớn, trẻ em còn thiếu ý thức, kiến thức về môi trường nguy hiểm tai nạn sông nước, các yếu tố nguy cơ, và kỹ năng phòng tránh đuối nước. Các kỹ năng cần đặc biệt chú ý gồm: Quản lý trẻ, dạy bơi, kỹ năng phòng chống đuối nước...

Do môi trường tiềm ẩn những nguy cơ đuối nước như: Sông, hồ, suối, ao... không có biển báo nguy hiểm, rào chắn; Các bãi biển dốc, sóng to nhiều vũng xoáy; 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...

Nhiều trẻ dù biết bơi, vẫn gặp tai nạn đuối nước bởi không có địa điểm bơi an toàn, phải bơi ở sông hồ. Đi bơi không có phao bơi, áo phao, đồ bảo hộ. Thậm chí, ngay tại nơi các em sống vẫn còn có các hố nước xây dựng, ao tù... là nơi có nguy cơ cao gây tai nạn đuối nước.

3. Cách phòng tránh tai nạn đuối nước

Đối với trẻ em thành phố cần trang bị cho các em kỹ năng bơi lội, các kỹ năng phòng chống đuối nước và cách sơ cứu người bị đuối nước.

Với đồng bào trong vùng thường xuyên bị thiên tai lũ lụt, cần sơ tán theo hướng dẫn của chính quyền địa phương trước khi lũ lụt xảy ra. Luôn tích trữ những vật nổi được trên mặt nước ở trong nhà như: Các bình nhựa, can nhựa, bình nước suối sau khi uống xong và hướng trẻ cách sử dụng. Lúc cần đến thì nó sẽ trở thành chiếc phao cứu hộ rất hiệu quả và không tốn kém. Người già và trẻ em phải có người lớn trông coi quản lý. Mọi người không tự ý bơi lội ra dòng nước lũ vì có thể bị nước cuốn trôi.

Nếu trẻ em đi học bằng ghe, thuyền bắt buộc phải có phao cứu sinh hoặc có người lớn đưa đi kèm. Học sinh cần được dạy bơi lội và kỹ thuật sơ cấp cứu để biết tự cứu mình, cứu bạn khi bị đuối nước. Bể nước, cống rãnh, miệng giếng... phải có nắp đậy an toàn.

Trẻ em khi đi tắm biển, tắm sông nên mặc áo phao và phải có cha mẹ, người lớn trông coi. Những nơi thường xảy ra tai nạn, cần phải thành lập đội cứu hộ và các phương tiện cần thiết để cấp cứu. Đặt các biển báo nguy hiểm tại các bãi tắm biển, tắm sông.

Khi đi du lịch ở các vùng sông nước các bậc phụ huynh cần chuẩn bị các phao cứu sinh để lường trước những tình huống xấu nhất có thể xảy ra.

Để phòng tránh tai nạn đuối nước chúng ta cần chú ý quan tâm và trang bị cho trẻ các kiến thức sau:

- Những người có bệnh tiền sử về tim mạch, hô hấp, đặc biệt là bệnh động kinh không nên tham gia bơi lội.

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

- Không được phép bơi khi chưa xin phép bố mẹ.

- Không chơi, đùa nghịch quanh ao, hồ, hố sâu để tránh bị ngã, rơi xuống hố.

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

- Cho trẻ em tham gia học các kỹ năng bơi lội, kỹ năng tự cứu khi xảy ra các tình huống có nguy cơ dẫn đến đuối nước, học kỹ năng phòng chống đuối nước...

Những nguyên tắc an toàn khi bơi

+ Khi tham gia tắm, bơi lội tại các bể, hồ bơi cần tuân thủ nội quy của bể, hồ bơi.

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

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

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

+ Khi đi tắm biển ở những khu du lịch tuyệt đối tuân theo các bảng chỉ dẫn nguy hiểm và bơi trong vùng phao an toàn.

+ Phải khởi động, tắm tráng trước khi xuống nước.

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

+ 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, chớ đứng số người quy định.

4. Biện pháp xử lý đuối nước

Khi phát hiện thấy người bị nạn có nguy cơ đuối 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 khi mình không biết bơi và không biết cách cứu đuối vì bản thân mình cũng có thể bị đuối nước.

Phương pháp cứu đuối:

Tiếp cận trực tiếp nạn nhân, túm gáy hoặc nắm tóc đưa miệng nạn nhân nhô lên khỏi mặt nước, nhanh chóng quàng tay qua nách, nâng gáy (bằng kiểu bơi ếch ngửa) hoặc gọi thêm người hỗ trợ đưa nạn nhân vào bờ.

Khi đưa được nạn nhân lên bờ hay lên thuyền phải tiến hành đánh giá tình trạng nạn nhân. Nếu nạn nhân bất tỉnh lập tức dốc nước và khai thông đường hô hấp bằng cách đặt nạn nhân nằm nghiêng một bên, dùng gạc hay khăn vải móc đờm dãi, dị vật khỏi đường thở và miệng nạn nhân, đặt một khăn mùi soa hay miếng gạc qua

miệng nạn nhân, dùng hai ngón tay cái và trở bịt mũi nạn nhân rồi thổi hơi trực tiếp vào miệng nạn nhân.

Nếu tim ngừng đập (bắt mạch không có) phải ép tim ngoài lồng ngực. Dùng hai tay chồng lên nhau ép lên lồng ngực ngoài tim, tần số ép khoảng 100 lần/1 phút. Nếu chỉ có một người cấp cứu thì thổi ngạt 2-3 hơi lại ép tim ngoài lồng ngực 10-15 nhịp. Nếu có hai người cấp cứu thì một người thổi ngạt, một người ép tim ngoài lồng ngực, làm kiên trì cho đến khi tim đập lại và thở trở lại. Chỉ bỏ cuộc khi đã hô hấp nhân tạo và ép tim được 2 tiếng mà không thấy nạn nhân phục hồi.

Khi tỉnh lại, nạn nhân sẽ nôn ra nước nên phải để nạn nhân ở tư thế an toàn, kê gối dưới hai vai, nới rộng quần áo, phòng cho nạn nhân không bị ngạt trở lại vì sặc chất nôn.

Cấp cứu tại chỗ là quan trọng nhất, quyết định sự sống còn của nạn nhân, nếu xử trí chậm nạn nhân bị thiếu oxy não rất khó cứu sống sau đó.

Khi gặp trẻ đuối nước người ta thường vác dốc ngược trẻ trên vai, động tác dốc ngược nạn nhân chỉ có tác dụng khai thông vùng họng và miệng, vì vậy không nên thực hiện ở người lớn và không nên làm quá 1 phút ở trẻ em. Nếu sơ cứu có kết quả, nạn nhân thở lại, cử động giãy giụa, hay nạn nhân vẫn còn mê nhưng đã có mạch và nhịp thở thì gọi xe cấp cứu hay dùng mọi phương tiện sẵn có chuyển nạn nhân đến cơ sở y tế có trang bị hồi sức cấp cứu. Quá trình vận chuyển vẫn phải tiếp tục cấp cứu và giữ ấm cho nạn nhân.

Điều trị tại bệnh viện: Chống suy hô hấp; chống tình trạng hạ thân nhiệt, co thắt phế quản, loạn nhịp tim, tụt huyết áp. Bồi phụ nước, điện giải điều chỉnh cân bằng kiềm toan. Cảnh giác phát hiện phù phổi cấp, hội chứng suy hô hấp cấp tiến triển nên cần chụp phổi ngay và tiếp tục theo dõi tình trạng suy hô hấp, trụy mạch.

Để thực hiện mục tiêu phòng chống đuối nước cho trẻ em nước ta cần phải nâng cao nhận thức và hành động của toàn dân và toàn xã hội. Công tác phòng chống đuối nước cho trẻ em cần được quan tâm, chỉ đạo sâu sắc và cần được thực hiện thường xuyên, thiết thực và hiệu quả.