

## TÀI LIỆU TUYÊN TRUYỀN

### Một số giải pháp nhằm nâng cao hiệu quả công tác phòng, chống tai nạn thương tích đối với trẻ em

## I. CÁC LOẠI HÌNH TAI NẠN THƯƠNG TÍCH

### 1. Đuối nước

- 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.

- Trẻ em sức yếu nên rất dễ bị ngạt thở chỉ trong vòng thời gian 2 phút và với trẻ nhỏ, chỉ với lượng nước nhỏ như một xô nước cũng có thể làm trẻ chết đuối.

#### 1.1. Nguyên nhân

- 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 bản tính hiếu động, tò mò với các trẻ lớn tuổi hay với trẻ nhỏ là do tính thích nghịch nước hoặc do sự bất cẩn của gia đình. Có nhiều hoàn cảnh có thể gây đuối nước trẻ em như các giếng nước, bể nước, chum vại, chậu có miệng nhỏ, bồn tắm... không được rào, chắn, đậy cẩn thận.

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

+ Chum vại, bể nước... không có nắp đậy an toàn.

+ 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.

#### 1.2. Cách phòng tránh

**\* Đối với trẻ nhỏ phải có người trông trẻ:**

- Luôn ở cạnh trẻ trong phạm vi 05m, đảm bảo bạn luôn nhìn thấy, nghe thấy trẻ.

- Không đọc báo, chơi bài, nói chuyện điện thoại hay làm bất cứ một việc gì có thể phân tán tư tưởng của bạn khi trông trẻ ở gần những nơi có các yếu tố nguy cơ đuối nước.

- Trong trường hợp bạn bắt buộc phải làm việc, hãy cho trẻ vào cũi. Bạn nên nói chuyện với trẻ trong lúc làm việc để trẻ thấy mình vẫn được quan tâm.

- Trong trường hợp có nhiều người trông trẻ và trẻ tham gia các hoạt động tập thể (như các bữa tiệc ở gần nơi có ao hồ, đi tắm biển tập thể...), cách tốt nhất là cử 1 - 2 người chuyên theo dõi trẻ và không làm việc gì có thể khiến họ phân tâm (có nhiều trường hợp nhà có giỗ hoặc liên hoan, không có ai để mắt đến trẻ và tai nạn đang tiếc đã xảy ra).

- Tuyệt đối không để trẻ dưới 10 tuổi trông trẻ bé hơn.

- Học kỹ thuật sơ cấp cứu, hà hơi thổi ngạt.

**\* *Làm cho môi trường xung quanh an toàn hơn:***

- Rào ao, các hồ nước, rãnh nước quanh nhà và làm cổng chắc chắn trẻ không tự mở được, giữ cổng luôn đóng. Làm cửa chắn nếu nhà gần ao, hồ, làm cửa chắn an toàn: rào dọc, khoảng cách giữa các thanh rào tối đa 15 cm, chiều cao rào tối thiểu là 80 cm.

- Đổ nước trong các xô, chậu, đồ chứa nước khi không cần dùng.

- Luôn đậy nắp giếng, bể... bằng các nắp đậy an toàn (cứng, trẻ dẫm lên không lọt).

- Đối với vùng lũ: dùng giường 3 vách...

- Cho trẻ mặc áo phao khi đi trên thuyền...

- Chuẩn bị sẵn các phương tiện cứu hộ như dây thừng, phao... trong nhà.

*Ví dụ: Bạn có con trong độ tuổi 6-11 những việc làm đơn giản sau đây có thể giúp con bạn tránh được 99% nguy cơ đuối nước:*

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

- *Không chơi ở những nơi gần sông, hồ... khi không có người lớn*

- *Dạy trẻ bơi và các nguyên tắc an toàn: Chỉ cho phép trẻ học bơi ở những nơi an toàn do người lớn có khả năng bơi và cứu đuối tốt. Trẻ chỉ được công nhận biết bơi khi có thể bơi được 25m liên tục và tự lặn nổi ít nhất 5 phút.*

- *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 bơi khi vừa đi ngoài nắng về.

**\* Phòng tránh để không xảy ra tai nạn:**

- Tuyên truyền hướng dẫn gia đình, những người trực tiếp chăm sóc, quản lý trẻ và bản thân trẻ về nguyên nhân hậu quả của đuối nước.

- Định hướng các hoạt động sinh hoạt, vui chơi tập thể để thu hút trẻ vào các hoạt động an toàn lành mạnh.

- Hướng dẫn cho trẻ học bơi theo trường lớp có người quản lý.

- Kịp thời phát hiện các yếu tố nguy cơ để hạn chế tiếp xúc.

- Phòng tai nạn đuối nước trong gia đình bạn bằng cách rào quanh ao hoặc nơi có nước sâu để bảo vệ trẻ em.

- Giếng, bể, chum vại, chậu nước và thùng nước phải có nắp đậy an toàn và chắc chắn.

- Hồ vôi tôi đã sử dụng hết cần lắp kín để tránh các em chơi đùa bị rơi xuống hồ.

- Trong mùa mưa lũ, cần phải có biển báo những chỗ nước sâu, nguy hiểm và nhắc nhở trẻ em tuân theo các lời chỉ dẫn.

- Luôn ở cạnh trẻ và theo dõi sát khi chúng tắm hoặc chơi ở chỗ có nước.

- Không được để trẻ đi tắm bơi lội ở ao hồ một mình mà không có người lớn biết bơi đi kèm.

## **2. Tai nạn giao thông**

Tai nạn giao thông là những sự cố bất ngờ xảy ra trong quá trình tham gia giao thông, gây ra bởi các phương tiện và người tham gia giao thông.

### **2.1. Nguyên nhân**

- Tai nạn giao thông do con người tham gia giao thông: 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.

- Tai nạn giao thông do đường xá chất lượng xấu, thiếu biển báo, đèn hiệu, đèn chiếu sáng...

## **2.2. Cách phòng tránh**

- Tuyên truyền phổ biến luật giao thông cho toàn xã hội.

- Tuyên truyền để các em thấy rõ các tình huống dẫn tới tai nạn giao thông (TNGT), những nguy cơ và hiểm họa của TNGT đối với sức khỏe. Giúp các em có những hiểu biết, tuân thủ các qui tắc, luật lệ về an toàn giao thông.

- Tạo dư luận xã hội cổ vũ cho các hành vi an toàn, lên án những hành vi không an toàn như đua xe, lạng lách.

- Tổ chức các hoạt động do các em tham gia làm chủ như: Thành lập nhóm tuyên truyền của trẻ em, học sinh ở các trường học, thôn xóm, khu dân cư để cung cấp các kiến thức phòng tránh TNGT.

- Tổ chức cho các em các cuộc thi tìm hiểu về luật giao thông.

- Hướng dẫn trẻ cách đi lại an toàn:

+ Trang bị mũ bảo hiểm khi trẻ dùng xe đạp hoặc tham gia giao thông cùng với người lớn.

+ Ghế an toàn cho trẻ em khi đi xe đạp/máy do người khác đèo.

+ Thắt dây an toàn khi ngồi trên ô tô.

- Tham gia tập huấn và nắm vững các kiến thức cũng như sơ cứu ban đầu khi xảy ra tai nạn giao thông.

- Các cách phòng tránh tai nạn giao thông thủy chủ yếu là:

+ Mặc áo phao.

+ Không lên tàu khi tàu quá đông (không có đủ chỗ ngồi cho mỗi người).

+ Không chen lấn xô đẩy khi ở trên tàu, phà.

+ Tuyệt đối tuân theo những quy định an toàn trên tàu (không thò chân, tay... ra ngoài cửa sổ của tàu thuyền).

## **3. 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.

### **3.1. Nguyên nhân:**

- Do trẻ thiếu ý thức và kiến thức
- + Với đồ dùng, đồ chơi trên giá cao.
- + 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...
- Do người lớn thiếu kiến thức và ý thức, không trông nom trẻ đúng cách (đặc biệt là đối với trẻ sơ sinh) để trẻ:
  - + Ngã từ trên giường, võng gây tổn thương sọ não, cột sống.
  - + Do bé tuột tay có thể dẫn đến chấn thương sọ não hoặc trật khớp...
- Môi trường có nhiều yếu tố nguy cơ:
  - + Nhà cao tầng.
  - + Cầu thang không đúng tiêu chuẩn...

### **3.2. Cách phòng tránh**

#### **\* Các gia đình có con 0 - 3 tuổi, bố mẹ cần làm những việc sau:**

- Trông trẻ đúng cách luôn luôn là cách phòng tránh hữu hiệu nhất
- Sử dụng cũi để trông trẻ đặc biệt có tác dụng với trẻ nhỏ những lúc bạn có việc và không thể trông trẻ được.
- Không thực hiện các động tác dễ gây ngã cho trẻ nhỏ như xô ngược, tung trẻ...
- Không cho trẻ nhỏ (biết lẫy, bò, đi) ngồi, nằm trong võng, nơi không có người lớn bên cạnh.
- Đảm bảo các bậc thềm, bậc cầu thang tạo điều kiện cho trẻ đi dễ dàng.
- Sắp xếp đồ đạc trong nhà hợp lý, không để vướng đường trẻ hay đi lại.
- Bọc cạnh, mép nhọn của bàn, ghế, đồ vật bằng các miếng cao su, nhựa.
- Làm lan can (cầu thang, ban công), tay vịn cầu thang, lắp chắn song cửa sổ, làm cửa chắn cầu thang an toàn (độ cao tối thiểu 75cm, chắn song dọc, khoảng cách giữa các song tối đa 15cm).
- Luôn giữ sàn nhà, nhà tắm, sân... (những nơi sinh hoạt của trẻ) khô ráo, không trơn trượt, không mấp mô lồi lõm.

#### **\* Các gia đình có con 4 - 8 tuổi, bố mẹ cần làm thêm những việc sau:**

- Không để đồ dùng, đồ vật của trẻ ở những nơi quá cao trẻ không với tới được.

- Đảm bảo những nơi sinh hoạt của trẻ (đặc biệt cầu thang...) phải có đủ ánh sáng.

- Chặt bỏ các cành cây khô, rào quanh cây nếu có thể.

- Không khuyến khích trẻ leo trèo ở những nơi không an toàn như cây, cột điện, mái nhà...

- Giáo dục con trẻ tránh các trò chơi nguy hiểm: nhảy từ trên cao, đuôi nhau chơi đùa ở những chỗ nguy hiểm, các trò như nhảy ngựa...

- Hướng dẫn trẻ có kỹ năng phòng tránh ngã khi đi vào những khu vực hoặc sử dụng những đồ vật dễ gây ngã.

- Đi cầu thang: Bước vào giữa mặt bậc, mắt nhìn xuống chân, tay vịn vào lan can.

- Vào phòng tắm đi dép để tránh bị trơn trượt khi chạy.

- Không đi chân ướm vào sàn nhà.

**\* Các gia đình có con 9 - 15 tuổi, bố mẹ cần làm thêm những việc sau:**

- Trao đổi với trẻ về nguy cơ ngã và các cách phòng tránh trên, đặc biệt các trẻ phải trông trẻ nhỏ hơn.

**\* Để phòng tránh ngã cho trẻ các cộng tác viên và cộng đồng làm những việc sau:**

- Tuyên truyền giáo dục hướng dẫn trẻ em biết những hoàn cảnh có thể gây nên ngã và các hậu quả của ngã để có tác dụng giáo dục, răn đe.

- Phổ biến kiến thức phổ thông cho người chăm sóc trẻ và trẻ (đôi với trẻ lớn) các kiến thức sơ cứu ban đầu trong trường hợp một trẻ bị thương do ngã.

- Quản lý các em nhất là trong dịp nghỉ hè: Trẻ 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...

- Hướng dẫn và tổ chức cho các em hoạt động vui chơi giải trí lành mạnh: thăm quan, cắm trại, có sân bóng riêng.

- Xây dựng môi trường an toàn: Biển báo nguy hiểm, báo cấm (cấm đi, trèo...) ở những nơi cần thiết.

- Thực hiện mô hình ngôi nhà an toàn: cần có chân song, rào chắn ở các cửa sổ, ban công, tại các cửa đi ra sân khi có các bậc thêm cao...

- Không để cho trẻ nhỏ dưới 10 tuổi trông trẻ nhỏ dưới 3 tuổi.

- Cần có người giám sát và trông trẻ.

#### **4. Bỏng/Cháy**

Bỏng là tổn thương của cơ thể ở mức độ khác nhau do tác dụng trực tiếp với các nguồn năng lượng: sức nóng, điện, hóa chất, bức xạ... để lại di chứng sẹo, tàn tật, thậm chí dẫn đến tử vong.

##### **4.1. Nguyên nhân**

Trẻ em, đặc biệt là trẻ em từ 02 - 05 tuổi dễ bị bỏng vì bản tính trẻ em rất hiếu động, tò mò, và nhiều khi do sự bất cẩn của người lớn.

- Bỏng nhiệt ướt: bỏng do nước sôi, nồi canh hoặc nồi cám lợn sôi... Đây là nguyên nhân chủ yếu. Tai nạn thường xảy ra khi phích nước sôi, đồ ăn nóng để ở trong tầm với hoặc lối đi của trẻ. Tai nạn còn xảy ra khi trẻ nấu ăn giúp bố mẹ.

- Bỏng nhiệt khô: bàn là, ống bô xe máy, lửa, hơi nóng của lò nung... Thường do người lớn không chú ý hoặc trẻ nghịch ngợm, đốt lửa sưởi, đốt rơm rạ, đánh đổ dầu xăng gây bắt lửa...

- Bỏng hoá chất: bỏng do vôi tôi, bỏng axit, kiềm... Do trẻ nô đùa cạnh hồ vôi mới tôi sơ ý tụt chân xuống, sử dụng nhầm a xít.

- Bỏng sét đánh/điện giật: Do trẻ nghịch điện hoặc do sét đánh thường rất nặng gây chết người do cháy hoặc ngừng thở ngừng tim.

##### **4.2. Cách phòng tránh**

- Bố trí bếp nấu ăn hợp lý. Để bếp lò phẳng, cao ngoài tầm với hoặc có vách ngăn không cho trẻ nhỏ tới gần. Khi nấu luôn quay cán xoong, chảo vào phía trong

- Không cho trẻ chơi, nô đùa nơi đang nấu ăn.

- Không để đồ vật đựng nước nóng trong tầm với trẻ em (nồi canh, phích nước, vôi nước nóng, bàn là đang nóng, ống bô xe máy ...).

- Khi bê nước nóng, thức ăn mới nấu: tránh xa trẻ để không va đụng.

- Luôn kiểm tra nhiệt độ của thức ăn, đồ uống trước khi cho trẻ ăn, uống; nhiệt độ nước tắm rửa.

- Không để trẻ nhỏ tiếp xúc với diêm, bật lửa, lửa, nước sôi, thức ăn nóng, bếp đang đun...

- Không để trẻ tự tắm với vòi nước nóng lạnh.

- Luôn trông trẻ đúng cách, để mắt đến trẻ.

- Quản lý chặt chẽ chai lọ đựng hoá chất như chất tẩy rửa, acid.

- Đặc biệt đối với trẻ nhỏ: không vừa bế trẻ vừa ăn, uống thức ăn nóng.

Đối với các trẻ lớn hơn phải giúp đỡ bố mẹ nấu ăn: Không nên cho trẻ dưới 8 tuổi giúp đỡ bố mẹ làm bếp. Dạy trẻ các cách phòng tránh trên và luôn dùng lót tay khi bê các đồ nóng.

Đối với những trẻ phải giúp bố mẹ trông em: Dạy trẻ các cách phòng tránh trên.

**\* Về tuyên truyền phòng chống bỏng:**

- Tuyên truyền, phổ biến rộng rãi các tài liệu bằng tranh ảnh, tờ rơi, panô, áp phích, sổ tay những nội dung ngắn gọn, dễ hiểu, dễ nhớ về tác hại, biểu hiện, cách phòng tránh, phương pháp sơ cứu thông thường và các địa chỉ liên hệ cần thiết để phát cho mọi người dân và những trẻ em không có người lớn đi kèm.

- Có những buổi phát thanh tại các cụm dân cư xã phường về cách phòng tránh tai nạn thương tích nói chung, tai nạn bỏng nói riêng hoặc có các chuyên mục, chuyên trang trong các báo phổ thông của địa phương và trung ương để phổ biến kiến thức.

- Tổ chức các buổi sinh hoạt, thảo luận chuyên đề cho các gia đình, các cụm dân cư và cho trẻ em khó khăn đang sống trong các cơ sở tập trung hoặc các câu lạc bộ, nhà mở, nhà tình thương, nhà trọ và những điểm các em hay tập trung để phổ biến và hướng dẫn những kiến thức phổ thông về phòng tránh bỏng.

- Tổ chức các nhóm cộng tác viên đã được tập huấn gặp gỡ, tiếp xúc trực tiếp các gia đình khó khăn và trẻ em có hoàn cảnh khó khăn không có điều kiện tiếp xúc với các loại hình truyền thông nêu trên để tuyên truyền hoặc tư vấn, giải đáp thắc mắc.

- Tập huấn/hướng dẫn về phương pháp sơ cứu bỏng cho mọi người dân ở các cụm dân cư và cho trẻ em trong các cơ sở chăm sóc trẻ em khó khăn hay ở các nơi các em thường sinh hoạt tập.

## **II. MỘT SỐ GIẢI PHÁP CHUNG ĐỂ PHÒNG TRÁNH CÁC LOẠI HÌNH TAI NẠN THƯƠNG TÍCH**

1. Thực hiện nghiêm túc, đầy đủ các tiêu chí Ngôi nhà an toàn cho trẻ em, bao gồm các biện pháp:

- Đảm bảo an toàn xung quanh ngôi nhà;
- Đảm bảo an toàn các phòng trong ngôi nhà;
- Đảm bảo an toàn về điện;
- Đảm bảo an toàn cầu thang và lan can;
- Đảm bảo an toàn các đồ dùng gia đình.

2. Xây dựng cộng đồng an toàn trẻ em theo Quyết định số 1652/QĐ-BYT ngày 23 tháng 3 năm 2021 của Bộ Y tế về triển khai kế hoạch phòng, chống tai nạn, thương tích tại cộng đồng của ngành y tế giai đoạn 2021-2025.

3. Xây dựng trường học an toàn cho trẻ em, đảm bảo các qui định cụ thể của ngành giáo dục đối với từng cấp học (Mầm non, Tiểu học, THCS).