

CẤP CỨU

Ghi chú: Tài liệu này chỉ trình bày sơ lược và dùng để cung cấp kiến thức tổng quát, xin liên lạc với hội hồng thập tự địa phương để được hướng dẫn chuyên môn và chính xác hơn.

Disclaimer: This document is only intended to give you some general knowledge, please contact your local Red Cross office for more specialized and accuracy.

I. Ý NGHĨA VÀ MỤC ĐÍCH

Cấp cứu là sự săn sóc cấp thời cho người bệnh hay bị thương. Công việc cứu cấp tuy chỉ tạm thời nhưng rất quan trọng vì cấp cứu có thể định đoạt sự sống chết của bệnh nhân, cầm được vết thương trong khi chờ đợi bác sĩ.

1. **Đức tính:** Người cấp cứu cần phải có những đức tính sau đây:

- Ôn hòa
- Cần thận
- Bình tĩnh
- Không rối trí
- Dũng cảm
- Biết tùy cơ ứng biến

2. **Nhiệm vụ:**

Người cứu thương phải biết rành những phương pháp cấp cứu, suy tính lanh lẹ, để săn sóc bệnh nhân trong các trường hợp sau đây:

- Trong khi chờ đợi bác sĩ
- Trong những trường hợp không có bác sĩ tại chỗ, săn sóc bệnh nhân qua cơn nguy hiểm rồi sẽ đem đến bệnh viện.

II. NHỮNG TRƯỜNG HỢP CẦN SĂN SÓC CẤP CỨU

1. **Chảy máu mũi:** Cho nạn nhân nằm thế cúi đầu tới trước trong một chỗ mát, dùng ngón cái và ngón trỏ bóp hai lỗ mũi 10 phút. Nếu còn chảy máu sau khi lấy tay ra thì lập lại bước trên. Nếu vẫn còn chảy thì nên đi cấp cứu. Nhổ máu ra nếu bị chảy xuống miệng để tránh ói mửa.

2. **Chảy máu bởi thương tích:** Nếu máu ở vết thương ra nhiều cần phải cầm máu ngay bằng khăn sạch buộc chặt kỹ, hoặc dùng dây cột ở trên vết thương độ 5 cm. (Trường hợp bị ở tứ chi, chỉ buộc 30 phút xong phải nới dây một tí cho máu xuống gần dưới rồi cột lại). Nếu bị thương ở đầu hoặc cổ thì lấy ngón tay ấn ghì vào chỗ bị thương, đừng để chảy máu trong khi đem đi bệnh viện hoặc chờ bác sĩ đến. Sau khi cầm máu, rửa bằng rượu cồn (alcohol), đắp vải hấp rồi băng lại.

3. **Bị ngã:** Cho bệnh nhân nằm ngửa và nghiêng đầu sang một bên. Để ở nơi yên tĩnh và thoáng khí, nới rộng quần áo và thắt lưng, và trấn an bệnh nhân. Nếu khát thì cho uống nước thường hay nước trà ấm từng tí một. Nếu không thuyên giảm thì chờ đến bệnh viện.

4. **Rắn cắn:** Gọi cấp cứu ngay nếu biết đó là rắn độc, người bị cắn khó thở, hay bất tỉnh. Nhận diện loại rắn. Đưa người bị cắn ra khỏi tầm rắn cắn. Cho nằm xuống với vết thương để thấp hơn tim. Ít cử động và bình tĩnh để tránh sự di chuyển của nọc độc. Cởi những đồ trang sức hoặc đồ chật gần nơi bị cắn. **Không nên** cắt vết cắn, hút máu/nọc rắn, cột dây, đắp đá lạnh hoặc nước vào vết thương, cho uống rượu, cà phê, hoặc thuốc. Đưa người bị cắn tới bệnh viện nếu là rắn độc. Bệnh nhân có thể cần thuốc ngừa Tetanus.

5. **Chó, mèo, chuột cắn:** Cầm máu nếu bị chảy nhiều máu. Rửa sạch với nước, nước biển, hoặc nước iốt loãng rồi băng lại. Đưa ngay nạn nhân đi bệnh viện.

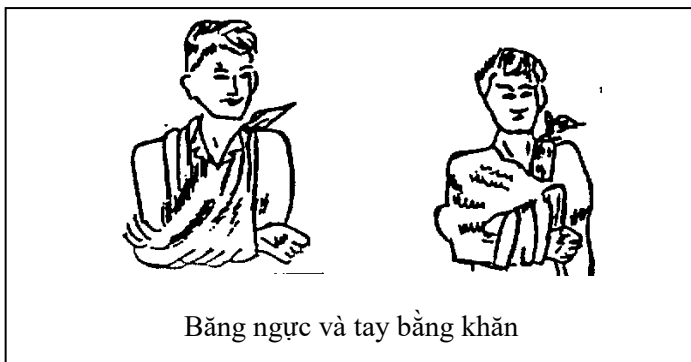
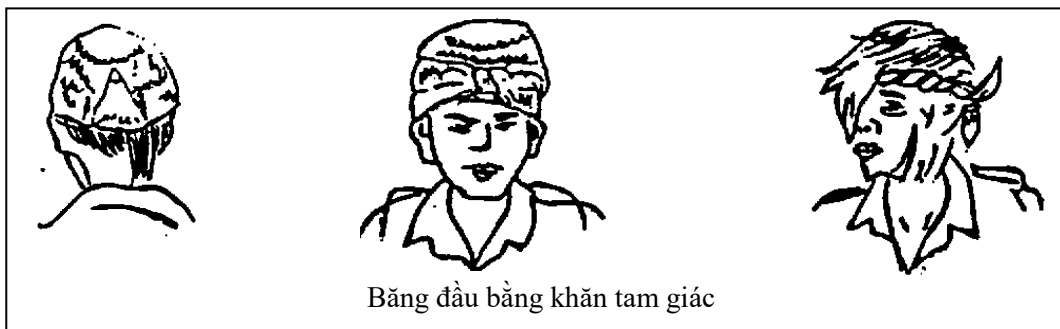
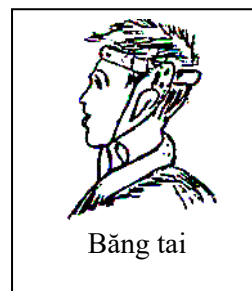
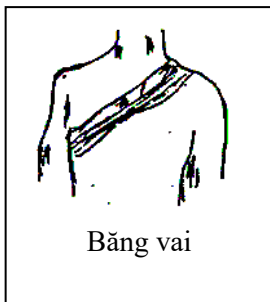
III. HỘP THUỐC CỨU THƯƠNG

Khi đi trại cần phải mang đủ thuốc và dụng cụ cần thiết để có thể chữa những bệnh thông thường xảy ra trong trại. Mang nhiều hay ít còn tùy số lượng Đoàn Sinh. Nhưng tối thiểu phải mang thuốc thông thường và dụng cụ cần thiết như sau:

- Alcohol: để đốt, tẩy độc, rửa kéo, tay
- Hydrogen-peroxide: tẩy độc, diệt vi trùng
- Merthiolate (thuốc đỏ): trừ độc
- Tylenol, aspirin, ibuprofen: thuốc nhức đầu, giảm sốt, giảm đau.
- Thuốc xịt muối, kiền
- Thuốc chữa bệnh tiêu chảy, đầy bụng
- Một hộp First Aid
- Một cuộn băng vải
- Một hộp Band Aid
- Một hộp bông gòn
- Một chai dầu đau bụng

IV. MỘT VÀI CÁCH BĂNG BÓ

(Xem những hình vẽ dưới đây về vài cách băng bó thông dụng)





Băng bàn tay, bàn chân bằng khăn

Băng bàn tay, bàn chân bằng khăn



Băng đầu gối

Băng đầu gối



Băng ngón tay



Băng nhiều ngón tay



Băng ngón tay cái

Băng ngón tay - Băng nhiều ngón tay - Băng ngón tay cái



Băng bàn tay

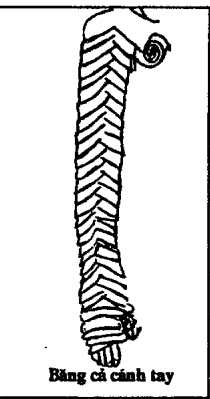


Băng khuỷu tay

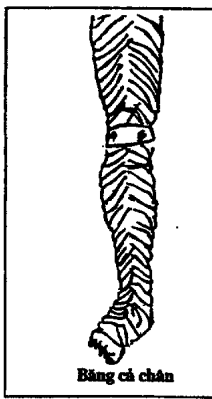


Băng bàn tay

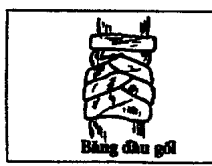
Băng bàn chân - Băng khuỷu tay - Băng bàn tay



Băng cả cánh tay



Băng cả chân



Băng đầu gối



Băng ngực

Băng đầu gối - Băng ngực

Băng cả cánh tay - Băng cả chân



FIRST AID

I. MEANING AND OBJECTIVE

First aid is providing emergency treatment for an illness or an injury. Although first aid is only a temporary care until regular medical treatment is available, it is extremely vital. First aid can determine the life and death of a person. First aid care can help stabilize a patient's condition while waiting for a medical doctor to arrive.

1. **Quality:** The person providing first aid must possess the following qualities:
 - Self-restrained
 - Cautious
 - Calm
 - Clear-headed
 - Courageous
 - Know to act quickly under unplanned circumstances
2. **Responsibility:** The person providing first aid must know first aid procedures and think well under pressure in order to provide emergency care in situations such as the following:
 - Awaiting medical doctor
 - In situations where medical doctors are not available, the injured person's conditions must be stabilized first before taking him to a nearby hospital

II. SITUATIONS THAT REQUIRE ADMINISTERING FIRST AID

1. **Nose bleed:** Sit straight up with head leans forward, in a shaded area. Apply firm pressure with your index and thumb finger on both nostrils for 10 full minutes. After 10 minutes, release the pressure on the nose. If it is still bleeding, repeat the above step. If bleeding persists, seek emergency care. Spit any blood in your mouth out, swallow it can cause vomiting.
2. **Bleeding caused by injuries:** If excessive bleeding occurs, stop the bleeding immediately by using a clean cloth tied tightly or a tourniquet about 5 cm above the wound. (If bleeding occurs on the patient's limb, only tie it for 30 minutes then slowly loosen the tourniquet to allow the blood to flow down then re-tighten the tourniquet). If injuries occur on the patient's head or neck, then apply pressure with fingers directly on the wound. Bleeding must be stopped while the patient is on the way to a hospital or awaiting a medical doctor. Once the bleeding has been stopped, clean the wound with rubbing alcohol and band the wound.
3. **Fatigue or exhaustion:** Lay the patient faced up with head tilted to one side. Allow the patient to be in a quiet area with plenty of ventilation. Loosen any tight clothing and waist belt. Attend the patient. If the patient is thirsty, provide water or warm tea with moderate consumption. If the condition persists seek proper medical attention at a hospital.
4. **Snake bite:** Call 911 if there is any chance the snake is venomous, the person has difficulty breathing, or loss of consciousness. Recognize the snake. Move the person beyond striking distance of the snake. Have the person lie down with wound below the heart. Keep the person calm and at rest, remaining as still as possible to keep venom from spreading. Remove any jewelry or tight clothing from the area of the bite. **Do not** cut the bite wound, attempt to suck out venom, apply tourniquet, ice, or water, give alcohol, caffeinated drinks or any medications. Bring the person the hospital if the snake is poisonous. The person may need a tetanus shot.
5. **Dog, cat, and rat bite:** Stop the bleeding if there is excessive bleeding. Clean wound thoroughly with water, saline, or dilute povidone-iodin, and band the wound. Bring the patient directly to the hospital.

III. FIRST-AID KIT

When going on a camping trip, a first-aid kit is necessary to provide emergency care in case of injury or illness. The content and amount should be in proportion to the number of attendees. However, a basic first aid kit should contain the following:

- Rubbing alcohol: for burning and sterilization
- Hydrogen-peroxide: sterilization and kill germs and bacteria
- Merthiolate: eliminate poison
- Tylenol, aspirin, ibuprofen: these are fever reducer, pain reliever, or for headache.
- Insect repellent
- Medication for diarrhea and upset stomach
- One first-aid box
- One roll of bandage
- One box of Band-Aid
- One box of cotton ball
- One bottle of Vietnamese ointment for upset stomach (not available in western medicine)

IV. TIPS ON BANDAGING WOUNDS

(Please refer to the Vietnamese version for pictures of bandaging procedures)

1. Bandaging shoulder wound
2. Bandaging head wound
3. Bandaging ear wound
4. Bandaging head wound with crisscross technique
5. Bandaging chest and arm
6. Bandaging knee wound
7. Bandaging hand and foot wound
8. Bandaging fingers wound
9. Bandaging thumb wound
10. Bandaging foot wound
11. Bandaging wrist wound
12. Bandaging arm wound
13. Bandaging chest wound

