Tiết 12 THỰC HÀNH: TẬP SƠ CỨU VÀ BĂNG BÓ CHO NGƯỜI GÃY XƯƠNG

I. CHUẨN BỊ

Mỗi nhóm học sinh (4 đến 5 em) có:

+ 1 thanh nẹp dài 30cm – 40cm, rộng 4 – 5cm, dày 0,5 – 1cm. Bằng gỗ hoặc tre vót nhẵn
+ 2 cuộn băng y tế, mỗi cuộn dài 2m
+ 4 miếng vải sạch, kích thước 20 x 20cm, hoặc bằng gạc y tế
+ 4 sợi dây buộc cố định nẹp
+ 1 dây tam giác buộc đeo cổ

II. NỘI DUNG VÀ CÁCH TIẾN HÀNH.

? Em đã được nhìn người khác hay bạn mình bị gãy xương chưa?
Xương bị gãy thường là loại xương nào?
? Em hãy kể những nguyên nhân dẫn đến gãy xương?

1. Những nguyên nhân dẫn tới gãy xương.

Tai nạn

Chạy, nhảy

Chơi thể thao

Chơi giỡn

Vi phạm ATGT

Lao động

Mang vác nặng

? Vì sao nói khả năng gãy xương có liên quan đến lứa tuổi?
? Theo em có mấy trường hợp xương bị gãy? Hãy phân biệt 2 trường hợp này?

? Khi gặp nạn nhân bị gãy xương chúng ta có nên tự ý nắn lại chỗ xương bị gãy không? Vì sao?
? Vậy khi gặp nạn nhân bị gãy xương, ta cần thực hiện ngay các thao tác nào?

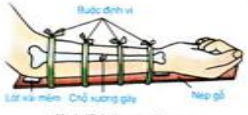
2. Sơ cứu và băng bó gãy xương cẳng tay

Bước 1: Đặt nạn nhân nằm yên (hoặc ngồi yên)

Bước 2: Dùng gạc hay khăn sạch nhẹ nhàng lau sạch vết thương

Bước 3: Tiến hành sơ cứu:

- Đặt nẹp dưới chỗ xương gãy.
- Lót giữa 2 đầu nẹp với tay bằng gạc hay vải sạch.
- Buộc cố định nẹp ở 2 đầu nẹp và 2 đầu xương gãy.
- Dùng băng quấn chặt từ khuỷu tay ra cổ tay
- Buộc dây đeo cẳng tay vào cổ



Hình 12-1. Sơ cứu cho người gãy xương cẳng tay

Hình 12-2. Băng bó cẳng tay

Bài 19: THỰC HÀNH: SƠ CỨU CẦM MÁU

I. Mục tiêu:

+ Phân biệt được các dạng chảy máu ở động mạch, tĩnh mạch hay mao mạch để có phương pháp xử lí phù hợp.
+ Rèn kĩ năng xử lí vết thương, băng bó hoặc làm garô .

II. Chuẩn bị:

+ Băng: 1 cuộn.
+ Gạc: 2 miếng.
+ Bông: 1 gói.
+ Dây cao su hoặc dây vải
+ Một miếng vải mềm 10x30cm
+ Kéo

III. Nội dung và cách tiến hành:

1. Tìm hiểu về các dạng chảy máu:
2. Tập sơ cứu và băng bó khi bị chảy máu:

a. Vết thương ở lòng bàn tay (chảy máu mao mạch và tĩnh mạch):

- Bước 1: Dùng ngón tay cái bịt chặt miệng vết thương trong vài phút (cho tới khi thấy máu không chảy ra nữa)
- Bước 2: Sát trùng vết thương bằng cồn iôt.
- Bước 3:

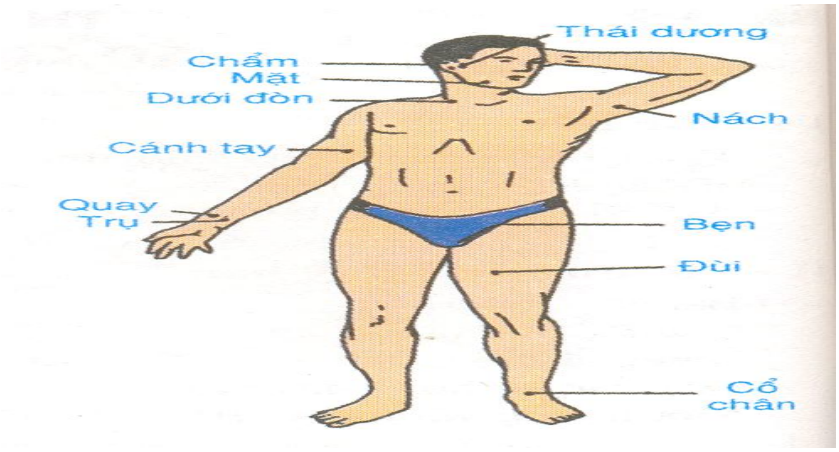
+ Khi vết thương nhỏ có thể dùng băng dán.
+ Khi vết thương lớn cho miếng bông vào giữa hai miếng gạc rồi đặt nó vào miệng vết thương và dùng băng buộc chặt lại.

2. Tập sơ cứu và băng bó khi bị chảy máu:

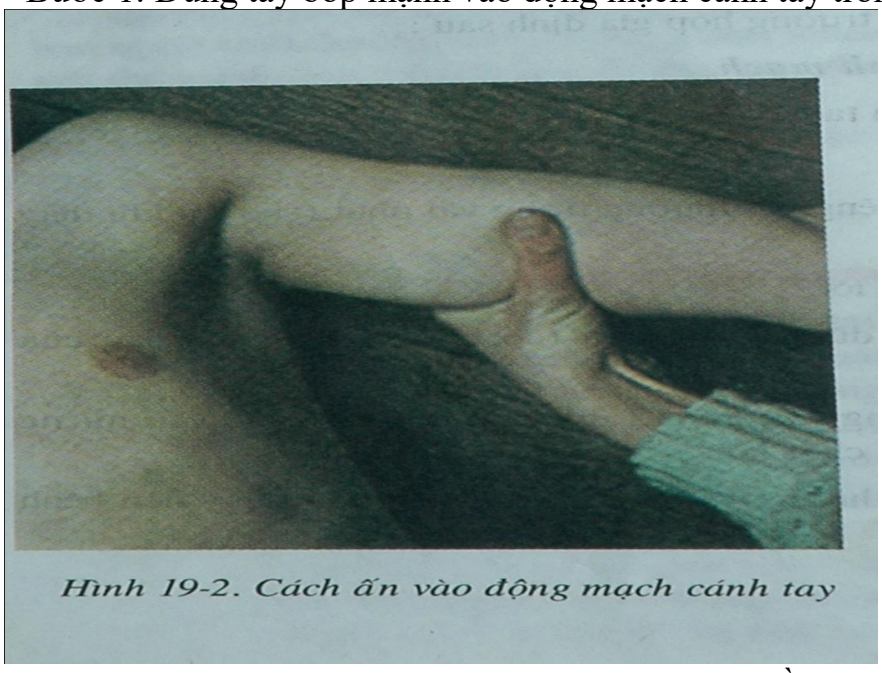
a. Vết thương ở lòng bàn tay (chảy máu mao mạch và tĩnh mạch):

b. Vết thương ở cổ tay:

H 19-1. Các vị trí động mạch chủ yếu trên cơ thể người thường dùng trong sơ cứu



- Bước 1: Dùng tay bóp mạnh vào động mạch cánh tay trong vài phút



Hình 19-2. Cách ấn vào động mạch cánh tay

Bước 2: Buộc garô (dùng dây cao su hay dây vải mềm buộc chặt ở vị trí gần sát nhưng cao hơn vết thương).

. Tập sơ cứu và băng bó khi bị chảy máu:

Lưu ý:

+ Chỉ các vết thương chảy máu động mạch ở tay (chân) mới sử dụng biện pháp buộc dây garô.

+ Cứ sau 15 phút lại nới dây garô ra và buộc lại vì các mô ở dưới vết buộc có thể chất do thiếu oxi và các chất dinh dưỡng.

+ Vết thương chảy máu động mạch ở các vị trí khác chỉ dùng biện pháp ấn tay vào động mạch gần vết thương nhưng về phía tim.

b. Vết thương ở cổ tay:

Bước 1: Dùng tay bóp mạnh vào động mạch cánh tay trong vài phút.

Bước 2: Buộc garô (dùng dây cao su hay dây vải mềm buộc chặt ở vị trí gần sát nhưng cao hơn vết thương).

Bước 3: Sát trùng vết thương, đặt gạc và bông lên miệng vết thương rồi băng lại.

Bước 4: Đưa ngay đến bệnh viện cấp cứu.

IV. Thu hoạch:

1. Kiến thức:

1. Phân biệt chảy máu tĩnh mạch và động mạch?

2. Những yêu cầu cơ bản của biện pháp buộc dây garô là gì?

3. Vì sao chỉ những vết thương chảy máu động mạch ở tay hoặc chân mới dùng biện pháp buộc dây garô?

4. Những vết thương chảy máu động mạch không phải ở tay chân xử lí như thế nào?

1. Phân biệt chảy máu tĩnh mạch và động mạch?

- Tĩnh mạch máu chảy ít hơn, chậm. Động mạch máu chảy nhiều, nhanh, thành tia.

2. Những yêu cầu cơ bản của biện pháp buộc dây garo là gì?

- Vị trí buộc cách vết thương vừa phải (> 5 cm), không buộc quá chặt, cứ 15’ nới lỏng dây buộc lại.

3. Vì sao chỉ những vết thương chảy máu động mạch ở tay hoặc chân mới dùng biện pháp buộc dây garo?

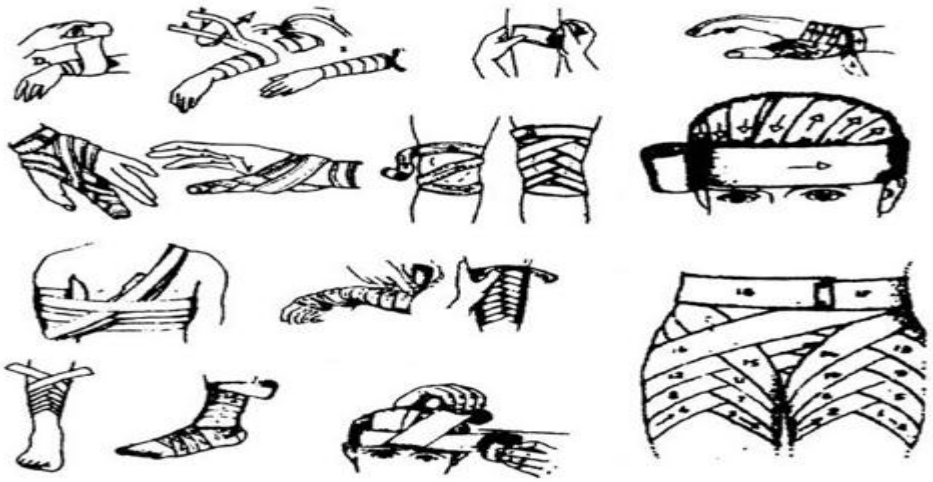
- Vì tay và chân là những mô đặc nên biện pháp buộc dây garô mới có hiệu quả cầm máu.

4. Những vết thương chảy máu động mạch không phải ở tay chân xử lí như thế nào?

- Ở những vị trí khác, biện pháp này không có hiệu quả, vừa có thể nguy hiểm đến tính mạng

- Ví dụ vết thương ở đầu, cổ, mặt) do não chỉ cần thiếu ôxy khoảng ¾ phút đã có thể bị tổn thương tới mức không thể phục hồi.

Một số cách băng bó trên cơ thể người ở các vị trí khác



Một vài hình ảnh sơ cứu khi bị mất máu

Rửa vết thương bằng nước sạch

Bôi kem kháng sinh

Băng vết thương