**CẤP CỨU BAN ĐẦU CÁC TAI NẠN THÔNG THƯỜNG VÀ BĂNG BÓ VẾT THƯƠNG**

**7. Say sóng, say nắng:**

**a. Đại cương:**

- Say sóng, say nắng là tình trạng rối loạn điều hoà nhiệt độ do môi trường nóng, nắng gây nên, cơ thể không còn tự điều hoà nhiệt độ được nữa.

**b. Triệu chứng:**

- Triệu chứng xảy ra sớm nhất là tình trạng chuột rút. Trước hết ở tay, chân, sau đó đến các cơ ở lưng, bụng.

- Tiếp theo là nhứt đầu, chóng mặt, mệt nỏi, chân tay rã rời, khó thở.

- Triệu chứng say sóng điển hình cụ thể như:

+ Sốt cao từ 40 - 42 độ.

+ Mạch nhanh 120 - 150 lần/phút.

+ Thở nhanh trên 30 nhịp/phút.

+ Choáng váng, buồn nôn, sợ ánh sáng, nặng hơn có thể ngất, hôn mê, có thể bị kích động mê sảng, co giật như động kinh.

**c. Cấp cứu ban đầu và cách đề phòng:**

* **Cấp cứu ban đầu:**

- Đưa nạn nhân vào nơi thoáng mát, bóng râm.

- Cởi bỏ quần, áo, kể cả đồ lót để thông thoáng và dễ thở.

- Quạt mát, chườm lạnh bằng khăn ướt mát hoặc xoa cồn 450.

- Cho uống nước đường và muối. Trường hợp nặng có thể chuyển ngay đến bệnh viện.

* **Cách đề phòng:**

- Không làm việc luyện tập và thi đấu thể thao dưới trời nắng gắt.

- Nếu buộc phải làm việc ở những nơi nắng nóng phải bảo đảm thông gió tốt, đội mũ khi trời nắng.

- Ăn, uống đủ nước, đủ muối khoáng.

- Luyện tập để làm quen và thích nghi với môi trường nắng, nóng.

**8. Nhiễm độc lân hữu cơ:**

**a. Đại cương:**

- Lân hữu cơ là hợp chất hoá học dùng trong thuốc trừ sâu, trong công nghiệp lân hữu cơ ngày càng sử dụng rộng rãi và phổ biến. Do không tôn trọng nguyên tắc nên trong quá trình sử dụng thường xảy ra những tai nạn đáng tiếc, những trường hợp nặng có thể gây chết người, chất lân xâm nhập vào cơ thể qua đường hô hấp, đường tiêu hoá và đường trực tiếp vào da.

**b. Triệu chứng:**

- Trường hợp nhiễm độc cấp: nôn mửa, đau quặn bụng, tiết nhiều nước bọt, vã mồ hôi, khó thở, đau đầu, đau cơ… đặc biệt là đồng tử co hẹp dấu hiệu này giúp ta chuẩn đoán nặng hay nhẹ.

- Trường hợp nhẹ, các trường hợp trên xuất hiện trể, nếu cấp cứu kịp thời sẽ khỏi trong một tuần.

**c. Cấp cứu ban đầu và cách đề phòng:**

* **Cấp cứu ban đầu:**

- Nhanh chóng dùng thuốc giải độc đặc hiệu (Atropin liều cao)

- Nếu thuốc vào đường tiêu hoá thì bằng mọi biện pháp gây nôn.

- Nếu thuốc qua da phải rửa bằng nước vôi trong, xà phòng.

- Nếu thuốc vào mắt phải rửa mắt bằng nước muối sinh lí.

- Nếu có điều kiện thì dùng thuốc trợ tim mạch, trợ sức: cafein, coramin, vitaminB1, vitaminC…

→ Chuyển ngay nạn nhân đến các cơ sở y tế để kịp thời cứu chữa.

* **Cách đề phòng**:

- Chấp hành đúng các qui định chế độ vận chuyển, bảo quản và sử dụng thuốc trừ sâu.

- Khi phun thuốc phải pha đúng liều lượng, sử dụng phương tiện bảo hộ như: quần áo, mũ lao động, khẩu trang, găng tay…

- Không dùng thuốc trừ sâu để chữa ghẻ, diệt chấy, rận …

- Khi tiếp xúc thuốc trừ sâu không được ăn, uống, hút thuốc. Sau khi làm việc xong phải thay quần áo, tắm rửa sạch sẽ bằng xà phòng.