TUẦN 13 – TIẾT 25

BÀI 23: THỰC HÀNH: HÔ HẤP NHÂN TẠO

### **I. Nội dung và cách tiến hành**

B1: cần loại bỏ các nguyên nhân làm gián đoạn hô hấp

- Trường hợp chết đuối: loại bỏ nước khỏi phổi bằng cách vừa cõng nạn nhân (ở tư thế dốc ngược đầu) vừa chạy

- Trường hợp điện giật: tìm vị trí đầu dao hay công tắc điện để ngắt dòng điện

- Trường hợp bị lâm vào môi trường thiếu khí để thở hay môi trường có nhiều khí độc: khiêng nạn nhân ra khỏi khu vực đó

B2: Tiến hành hô hấp nhân tạo cho nạn nhân. Có 2 phương pháp hô hấp nhân tạo thường được áp dụng

### **1. Phương pháp hà hơi thổi ngạt**

- Đặt nạn nhân nằm ngửa, đầu ngửa ra phía sau

- Bịt mũi nạn nhân bằng 2 ngón tay

- Tự hít một hơi đầy lồng ngực rồi ghé môi sát miệng nạn nhân và thổi hết sức vào phổi nạn nhân, không để không khí thoát ra ngoài chỗ tiếp xúc với miệng

- Ngừng thổi để hít vào rồi lại thổi tiếp

- Thổi liên tục với 12-20 lần/phút cho tới khi quá trình tự hô hấp của nạn nhân được ổn định bình thường

Lưu ý:

- Nếu miệng nạn nhân bị cứng khó mở, có thể dùng tay bịt miệng và thổi vào mũi

- Nếu tim nạn nhân đồng thời ngừng đập, có thể vừa thổi ngạt vừa xoa bóp tim

### **2. Phương pháp ấn lồng ngực**

- Đặt nạn nhân nằm ngửa, dưới lưng kê cao bằng 1 gối mềm để đầu hơi ngửa ra phía sau

- Cầm nơi 2 cẳng tay hay cổ tay nạn nhân và dùng sức nặng cơ thể ép vào ngực nạn nhân cho không khí trong phổi bị ép ra ngoài (khoảng 200ml), sau đó dangtay nạn nhân đưa về phía đầu nạn nhân

- Thực hiện liên tục như thế với 12-20 lần/phút, cho tới khi sự hô hấp tự động của nạn nhân ổn định bình thường

Lưu ý:

- Có thể đặt nạn nhân nằm sấp, đầu hơi nghiêng sang một bên

- Dùng 2 tay và sức nặng thân thể ấn vào phần ngực dưới (phía lưng) nạn nhân theo từng nhịp

- Cùng thực hiện khoảng 12-20 nhịp/phút như tư thế nằm ngửa.

BÀI TẬP

***Câu 1.***Trong môi trường thiếu khí nếu có người bị ngất, da tím tái và ngừng hô hấp đột ngột thì cần phải xử lí như thế nào?

***Câu 2.***

Hãy sắp xếp các động tác hô hấp nhân tạo (cột 1) tương ứng với từng phương pháp hô hấp nhân tạo (cột 2) và ghi kết quả vào cột 3.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| *Cột 1* | *Cột 2* | *Cột 3* |
| 1. Hà hơi thổi ngạt  2. Ấn lồng ngực | 1. Dùng miệng thổi không khí trực tiếp vào phổi qua đường dẫn khí  2. Dùng tay tác động gián tiếp vào phổi qua ép vào lồng ngực  C. Đảm bảo được số lượng và áp lực của không khí đưa vào phổi, không làm tổn thương lồng ngực | 1..............................  2....................... |