

Bảo Đảm An Toàn Cho Trẻ Em Mắc Bệnh Động Kinh hoặc Co Giật Khi Chơi Gần Nước

Trẻ em mắc bệnh động kinh hay chứng co giật có nguy cơ chết đuối cao hơn rất nhiều so với các trẻ khác, nhất là trẻ từ 5 tuổi trở lên. Nơi mà trẻ em và người lớn mắc bệnh động kinh thường bị chết đuối nhiều nhất chính là bồn tắm. Hồ bơi cũng là nơi rất dễ bị chết đuối nếu lên cơn động kinh. Phần lớn các vụ chết đuối diễn ra chỉ trong vài phút và không ai nghe thấy gì.

Sau đây là một số cách bảo đảm an toàn cho con quý vị khi cháu đang chơi gần hay dưới nước.

Lúc tắm

- Cho dù tuổi nhỏ hay lớn, tất cả những người mắc bệnh động kinh không bao giờ nên tắm bồn một mình.
- Hãy ở lại phòng tắm trong suốt thời gian con nhỏ của quý vị đang ngâm nước trong bồn tắm.
- Bắt đầu dạy con quý vị biết cách tắm bằng vòi hoa sen cầm tay trong bồn tắm. Nhớ không đổ nước vào bồn và luôn mở lỗ thoát nước.
- Khi con quý vị lớn tuổi hơn và muốn tắm một mình thì chỉ nên tắm vòi hoa sen chứ không nên ngâm nước trong bồn tắm.
- Cửa ra vào phòng tắm không nên khóa lại mà nên để mở.
- Nếu con quý vị hay bị té ngã khi lên con động kinh, hãy cân nhắc việc cho cháu ngồi trong loại ghế chuyên dùng trong bồn tắm và có dây buộc an toàn.



Lúc bơi lội

- Ghi danh cho con quý vị tham gia lớp học bơi. Nhớ nói cho giáo viên dạy bơi biết rằng con quý vị mắc bệnh động kinh hay chứng co giật.

- Luôn bơi cùng con quý vị, hoặc bảo đảm rằng cháu đi bơi cùng với một người thạo bơi để có thể cứu giúp nếu cháu lên cơn động kinh trong khi chơi dưới nước.
- Bảo đảm rằng con quý vị luôn bơi ở hồ bơi có người trông coi. Nếu bệnh động kinh của cháu chưa được kiểm soát tốt, hãy báo cho nhân viên cứu hộ biết.
- Tránh bơi ở các vùng nước tự nhiên như hồ hay sông, trừ phi con quý vị đang mang áo phao và có người trông nom sát sao.
- Cho con quý vị mặc áo bơi hay áo phao có màu sáng cho dễ thấy.

Khi đi thuyền

- Luôn cho con quý vị mang áo phao khi chơi trên thuyền, bè, bến cầu hoặc gần nước.
- Bảo đảm rằng người lớn trên thuyền cũng mang áo phao để nêu gương tốt cho trẻ noi theo cũng như được chuẩn bị sẵn nếu gặp trường hợp khẩn cấp.
- Cho con quý vị ngồi trong lòng thuyền chứ không phải gần mép thuyền.
- Nếu có thể, luôn mang theo điện thoại di động phòng khi gặp trường hợp khẩn cấp.

Các lời khuyên khác về cách bảo đảm an toàn khi chơi gần nước

- Kiểm tra lại nhà xem có nơi nguy hiểm có thể xảy ra chết đuối hay không, thí dụ như ao, hồ bơi, thùng và xô đựng nước.
- Luôn nhớ đậy lại bồn cầu tiêu.
- Luôn đóng cửa phòng vệ sinh (trừ khi quý vị đang tắm trong bồn hay tắm vòi hoa sen).
- Điều chỉnh nhiệt độ nước trong nhà ở mức thấp, để phòng ngừa nguy cơ con quý vị bị bỏng nước nóng.

- Kiểm tra cho chắc rằng lỗ thoát nước ở bồn tắm vòi hoa sen và bồn tắm đang thông cho nước thoát nhanh, và không bị bất cứ vật gì che đậy.
- Bảo đảm rằng con quý vị luôn có người trông coi khi chơi trong bồn tắm nước nóng.
- Cảnh thận khi dùng xô đựng nước, và không bao giờ để quên các xô còn đựng nước.
- Cho con quý vị mang áo phao khi gần ao, hồ, sông và biển.
- Học cách hồi sinh tim phổi tim phổi.
- Hỏi y tá hay bác sĩ để được biết các mẹo đặc biệt nhằm bảo vệ con quý vị khi chơi gần nước.
- Hỏi xem chứng co giật của con quý vị đã được kiểm soát đủ để có thể cho phép cháu đi bơi lội hay không.

Nếu con quý vị lên cơn động kinh khi ở dưới nước

- Đỡ đầu lên sao cho mặt con quý vị không bị ngập trong nước.
- Đưa cháu lên bờ hoặc mép hồ bơi và cho nằm nghiêng.
- Kiểm tra khí quản và nhịp thở của cháu. Nếu cháu thở nặng nhọc, khò khè hoặc không tỉnh táo, hãy gọi 911.
- Hồi sinh tim phổi cho cháu nếu thấy cần thiết.

Để Biết Thêm Thông Tin

- **Epilepsy Foundation, www.efa.org**
- **www.seattlechildrens.org/dp**
- **Người cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của con quý vị**

Bệnh Viện Nhi Đồng Seattle sẽ cung cấp thông tin này bằng các hình thức khác tùy theo yêu cầu. Hãy gọi bộ phận Thông Tin Tiếp Thị theo số 206-987-5205 hoặc 206-987-2280 (TTY).

Bản tin này đã được nhân viên phòng mạch tại Bệnh Viện Nhi Đồng Seattle kiểm tra lại. Tuy nhiên, con quý vị có thể có những nhu cầu riêng. Trước khi quý vị làm theo hoặc dựa vào thông tin này, hãy thảo luận với nhân viên chăm sóc sức khỏe của con mình.

© 2001, 2003, 2006, 2010 Bệnh Viện Nhi Đồng Seattle, Seattle, Washington giữ tất cả bản quyền.

6/10
CE348V