

CỨU THƯƠNG

* Chăm sóc vết thương:

Đừng để cho vết thương bị nhiễm trùng, đừng để cho ruồi bọ đậu vào, nhất là loại ruồi rùng (loại này không đẻ trứng mà đẻ trực tiếp ra ấu trùng là những con giòi, lớn rất nhanh, đục khoét vết thương của quý anh chị).

* Sát trùng vết thương: Rửa vết thương bằng nước đun sôi để nguội với xà phòng (nếu có).

Hay với dung dịch nấu sôi: Tô mộc + Hoàng đằng + Phèn chua + nước (nếu có thể). Hay với dung dịch: lá Trầu không còn tươi + phèn chua + nước.

Hoặc nấu nước với một trong những loại cây thuốc sau: cây Cỏ hôi, cây Sầu đâu ...

Đắp tươi các cây thuốc như: Dâm bụt, Ké hoa vàng (cỏ chổi), lá Móng tay, Liên kiều, Ba chạc, lá Trầu không...

* Điều trị vết thương: bằng cách đắp một trong các cây thuốc sau:

- Lá mỏ quạ tươi, bỏ cọng, rửa sạch giã nát đắp lên. Lúc đầu, rửa (bằng các dung dịch kể trên) và thay băng hàng ngày, sau 3-5 ngày, nếu thấy vết thương đã nhẹ thì hai ngày thay băng một lần.

- Lá cây Bông ôi (cứt lợn) giã nát đắp lên, vừa cầm máu, vừa sát trùng và mau lên da. Hoặc giã nát vỏ và lá Bời lời nhót, Tơ mảnh, Ké hoa vàng, Hạ khô thảo, Cải trời. Rau diếp cá, Thuốc bỏng (sống đời), Thuốc giầu, lá Thường sơn...

Khi vết thương đã sạch, đang trong giai đoạn phát triển tổ chức hạt nhưng không đều, cần bôi một trong các loại thuốc sau: Nghệ già, củ ráy (chóc), Dầu mè, Sáp ong...

Cầm máu

Khi bị một vết thương chảy máu, quý anh chị phải nhanh chóng tìm mọi cách làm ngưng chảy máu, để hạn chế mất máu nhiều có thể gây choáng váng nặng dẫn đến tử vong.

* Đứt tĩnh mạch, động mạch nhỏ hay mao quản: Trường hợp này, máu chảy tràn ra ít thì vết thương tự cầm máu. Nếu máu chảy nhiều thì hãy đắp một trong những loại thuốc sau đây rồi băng ép lại:

Giã nát và đắp lên vết thương một trong các cây thuốc sau: Thuốc bỏng (sống đời), Thuốc giầu, Bông ôi, Huyết dụ, Tam thất, Bách thảo sương (nhọ nôi), Bại hoại (móng rồng), Cà kheo (sùng hươu, sống đời lá rách), rau Cắn (cải rừng tía), Củ chóc (bán hạ Nam, Ráy), Quế rãnh (Trên trên, Quế trên), Tai hùm, Thái lài trắng, Tu hú trắng...

Giã nát và vắt nước uống các cây: nhọ nôi, nghệ...

Theo kinh nghiệm dân gian, người ta còn cầm máu bằng các chất liệu như tóc, lông, mạng nhện, thuốc rê... tuy hiệu nghiệm nhưng không bằng dùng cây cầu tích.

Cây cầu tích:

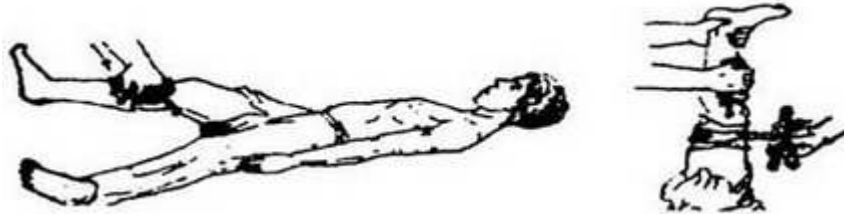
Còn gọi là cây lông cu li, kim mao cầu tích, cầu tồn mao, cây lông khi, (tên khoa học là cybotium barometz). Có nhiều ở Bạch Mã (Thừa Thiên), Đà Lạt... Quý anh chị hãy tìm kiếm hoặc mua một gốc cầu tích rồi vặt lông tằm còn 90o phơi khô. Khi gặp vết thương máu ra nhiều thì lấy đắp vào vết thương rồi băng ép lại, máu sẽ cầm rất nhanh.

Cây cầu tích sẽ ra lông trở lại nếu quý anh chị phun rượu trắng vào gốc rồi mang để vào nơi thoáng mát.

* Đứt động mạch quan trọng: Trường hợp máu chảy màu đỏ tươi, phun thành tia theo nhịp tim, hoặc trào mạnh ra ngoài theo vết thương. Quý anh chị phải nhanh chóng sử dụng một trong những biện pháp sau:

1. Ấn chặn vết thương:

Dùng những cây thuốc và vị thuốc như đã nói trước, đắp lên vết thương, rồi dùng tay, băng hay khăn sạch ấn mạnh vào vết thương. Giữ chặt cho đến khi máu ngưng chảy. Nếu máu chưa cầm được, hãy nâng cao phần bị thương lên càng cao càng tốt. Nếu cần thì buộc (hơi nhẹ) thêm ga rô.



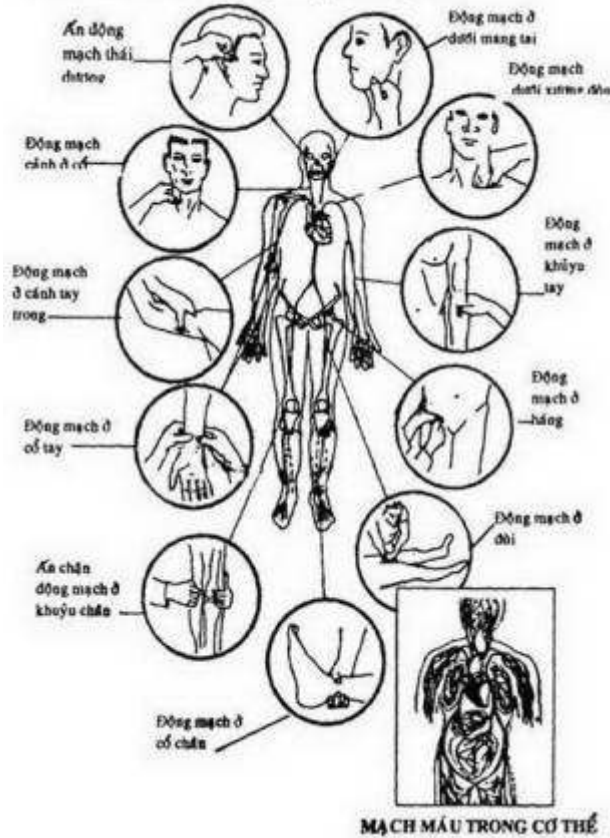
2. Ấn chặn động mạch:

Là dùng ngón tay, nắm tay ấn mạnh vào động mạch, giữa vết thương và tim. Đó là những nơi mà các động mạch chính chạy chéo trên xương. Động mạch giữa ngón tay và nền xương làm máu phải ngừng chảy. Ấn chặn động mạch là biện pháp cầm máu tạm thời và rất hiệu nghiệm, nhưng có nhược điểm là không thể làm lâu vì mỏi tay.

* Các điểm ấn chặn động mạch: (xem hình)

- Động mạch thái dương: để cầm máu đỉnh đầu.
- Động mạch dưới mang tai: để cầm máu ở mặt.
- Động mạch cảnh ở cổ: để cầm máu vùng đầu.
- Động mạch dưới xương đòn: để cầm máu vùng nách và cánh tay.
- Động mạch cánh tay trong: để cầm máu từ vùng cẳng tay trở xuống.
- Động mạch ở háng và đùi: để cầm máu từ vùng đùi trở xuống.

CÁC ĐIỂM ẮN CHẶN ĐỘNG MẠCH



Sau khi ấn chặn động mạch, các bạn nên đắp các loại thuốc cầm máu vào vết thương và băng ép lại thật chặt. Sau đó, nới tay ra từ từ, nếu thấy máu còn chảy thì lập tức ấn chặn trở lại.

Cho uống thêm bài thuốc cầm máu có 02 vị chính là:

- Tô mộc
- Nghệ vàng

Tùy theo trường hợp mà gia thêm các vị thuốc khử ú, hoạt huyết như Tam thất, Tóc đốt, Bồ hoàng.

3. Đặt garô (garrot):

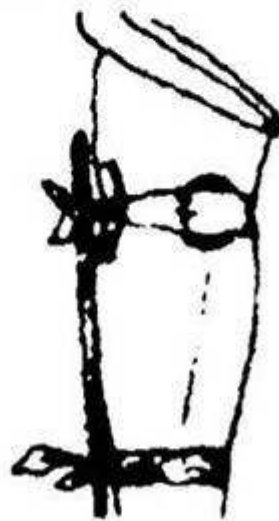
Là một phương pháp cầm máu hữu hiệu nhưng rất nguy hiểm, cần theo dõi một cách cẩn thận khi áp dụng.

Lấy một sợi dây chắc, không đàn hồi (cà vạt, khăn tay, khăn quàng...) cột một vòng quanh đùi, hay cánh tay, phía trên vết thương (giữa vết thương và tim) chừng 10cm. Dùng một cây thước kẻ hoặc một đoạn cây ngắn, nhỏ, xỏ ngang và xoắn lại. Trước khi xoắn, các bạn nên đệm vào điểm muốn nén một vật hơi cứng (viên sỏi bọc vải, khăn tay cuộn lại...) mục đích là để cho vật đó đè xuống mạch máu, khiến cho máu không lưu thông được. Các bạn xoắn cho đến khi thấy máu ngưng chảy thì dùng dây mềm cột que vào cánh tay hay đùi.

Có thể đặt ga rô với một sợi dây có tính đàn hồi (ống cao su mềm): Căng thẳng dây ra, quấn hai vòng quanh cánh tay hay chân rồi siết lại.



**Xỏ dây vào vệt
roán lại**



**Cột que lại
bằng dây mềm**

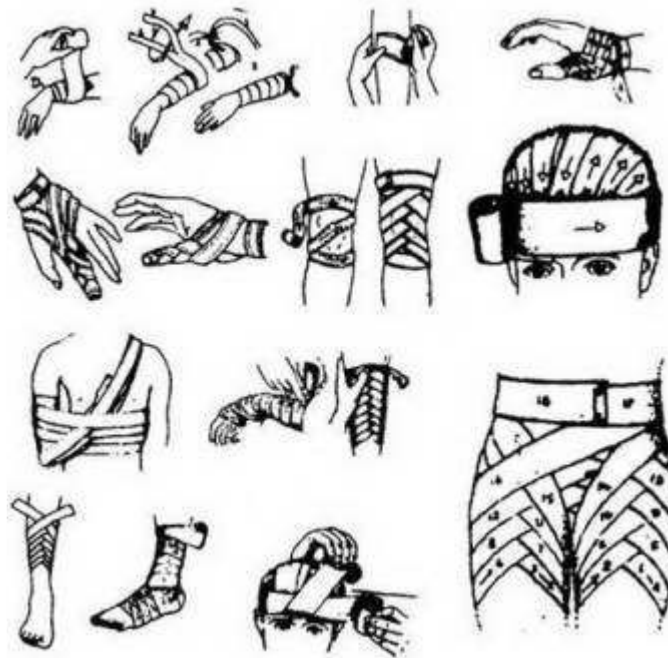
NGUYÊN TẮC ĐẶT GA RÔ:

- Đặt trên vết thương độ 10cm, lộ ra ngoài, dễ thấy.
 - Đắp các loại thuốc cầm máu và sát trùng ở vết thương.
 - Khoảng 15 phút thì từ từ nới lỏng ga rô một lần, nếu thấy máu còn chảy thì siết ngay lại.
- GHI NHỚ: Ga rô chỉ nên dùng khi không còn biện pháp nào khác và phải chấp hành đúng quy định về ga rô, vì nếu không sẽ dẫn đến chết hoàn toàn đoạn chi đó, phải cắt bỏ.

BĂNG BÓ:

Để che chở vết thương hay để cầm máu hoặc để giữ êm chỗ bị thương trong trường hợp gãy xương, chúng ta cần biết một số phương pháp băng bó.

* Cách băng bằng băng cuộn:

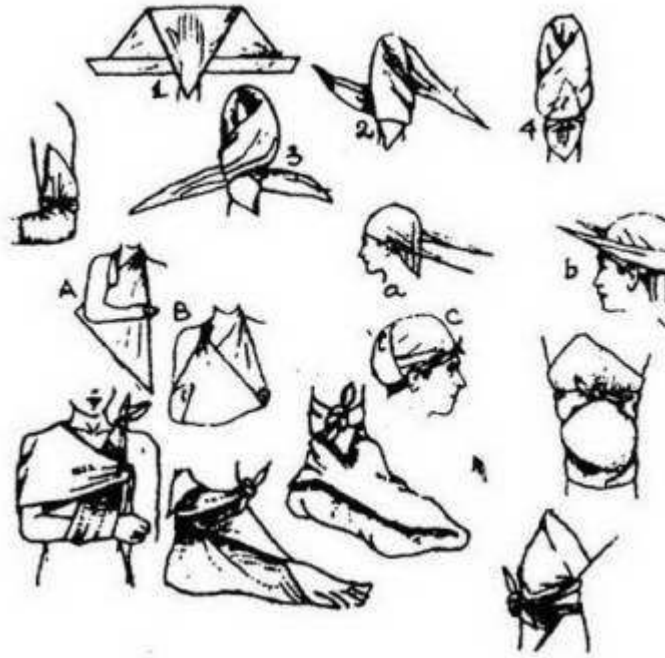


VÀI ĐIỀU CẦN LƯU Ý:

1. Với những vết thương nhẹ, cần đắp thuốc cầm máu và sát trùng rồi mới băng lại.
2. Kỹ thuật băng bó còn tùy thuộc vào phần cơ thể bị thương, với yêu cầu: kín = phải bao bọc kín vết thương. Gọn và chắc = không quá chặt khiến cho máu không lưu thông được, không sút sỏ khi cử động.
3. Khi cần cầm máu, phải ép băng đủ chặt.

* Cách băng bằng loại băng tam giác:

Là loại băng vải hình tam giác vuông cân, mỗi cạnh góc vuông khoảng 80 đến 90cm. Có thể sử dụng khăn quàng, khăn vuông xếp lại, miếng vải... Dùng để băng bó, treo tay, cố định xương gãy hoặc xếp lại thành băng cà vạt.



GÃY XƯƠNG:

Ở trong vùng hoang dã, nơi mà thuốc men và dụng cụ y tế thiếu thốn mà bị gãy xương thì thật là thảm họa, cho nên quý anh chị cần phải thật thận trọng trong lúc làm công việc, cũng như khi di chuyển, cố gắng tránh mọi trường hợp có thể dẫn đến những tai nạn, thương tích... Dĩ nhiên không ai muốn nó xảy ra, nhưng nếu có thì quý anh chị cũng cần bình tĩnh để tìm cách vượt qua. Quý anh chị hãy nhớ rằng, cho dù tình hình có tồi tệ đến đâu đi nữa, thì chúng ta cũng có thể khắc phục. Khả năng sinh học tự vệ của con người kỳ diệu hơn chúng ta tưởng rất nhiều.

Có 4 trường hợp gãy xương có thể xảy ra:

1. Nghi ngờ gãy xương.
2. Gãy xương kín
3. Gãy xương hở
4. Bể xương

Trong mọi trường hợp gãy xương, điều quan trọng nhất là quý anh chị phải làm bất động ngay tức khắc phần cơ thể có xương bị gãy. Tuy nhiên, vì quý anh chị đang ở nơi hoang dã, quý anh chị là nhân viên cứu thương và chính quý anh chị cũng là y sĩ điều trị, cho nên trước khi cặp nẹp bất động phần cơ thể bị gãy, bằng trực giác, sự cảm ứng và óc phán đoán, quý anh chị cố gắng sắp làm sao cho hai đầu xương nối với nhau cho thật thẳng (cho dù có làm cho nạn nhân đau đớn), rồi mới băng cứng lại (nếu có vết thương rách da chảy máu, thì để trống chỗ đó để xử lý).

Trong những trường hợp này, nạn nhân có thể bị choáng váng vì quá đau đớn. Quý anh chị cố gắng thao tác thật nhanh mọi công đoạn như: cố định xương gãy, băng bó sớm, cầm máu nhanh, ủ ấm chống lạnh, cho uống trà nóng, nước đường, cà phê đậm (nếu có)... đặt nằm chân cao hơn đầu, làm cho nạn nhân được tiện nghi, vui vẻ, an ủi động viên tinh thần nạn nhân. Cho nạn nhân uống những loại cây lá có tính chất an thần, gây ngủ như: Vòng nem, Lạc tiên (chùm bao), Ba gạc, trái thuốc phiện khô... hay quần lá Cà dược rồi hút như hút thuốc để giảm đau, nhưng nếu thấy có triệu chứng ngộ độc thì phải ngưng ngay.

* Làm thế nào để cố định xương gãy?

Dùng những dụng cụ có thể làm nẹp như mảnh ván, cành cây, vỏ cây... tuy nhiên, khác với cấp cứu là quý anh chị có thể chọn bất cứ vật gì để nẹp. Ở đây quý anh chị phải chọn lựa cẩn thận, vì khi đã nẹp vào rồi thì rất lâu mới được tháo ra, cho nên nẹp phải có những tiêu chuẩn sau:

- Kích cỡ phải phù hợp với phần cơ thể định nẹp.
- Chất liệu không gây dị ứng cho da của nạn nhân.
- Vật liệu phải sạch sẽ, bền chắc.

(Nếu có thể thì nên dùng vỏ cây gạo để bó chỗ xương gãy, vì vỏ cây gạo có tính chất liền xương).

Trước khi nẹp để làm bất động nơi vết gãy, quý anh chị hãy đệm chung quanh vết thương (nhất là những chỗ có mấu lồi của xương như mắt cá, cùi chỏ, cánh tay...) bằng những vật liệu êm và sạch như bông gòn, khăn tay, áo quần, chăn mền... Làm như vậy để khi chúng ta nẹp cứng lại không làm cho nạn nhân bị đau đớn, khó chịu.

Khi bị gãy xương hở, cần phải sát trùng vết thương thật sạch trước khi kéo nắn về vị trí cũ.

CỐ ĐỊNH XƯƠNG GÃY:

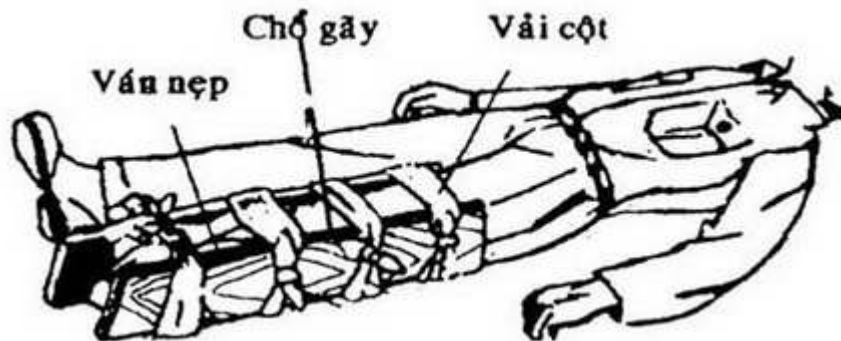
* Gãy xương bàn tay hoặc khớp cổ tay:

- Đặt một cuộn băng hoặc một cuộn vải vào lòng bàn tay, sau khi sửa lại các phần xương gãy.
- Đặt một nẹp từ bàn tay đến quá cổ tay (cho hơi thừa ở đầu bàn tay).
- Đắp thuốc, dùng băng cố định bàn tay, cẳng tay vào nẹp.
- Treo cẳng tay bằng băng tam giác hay băng thường.



* Gãy xương cẳng chân:

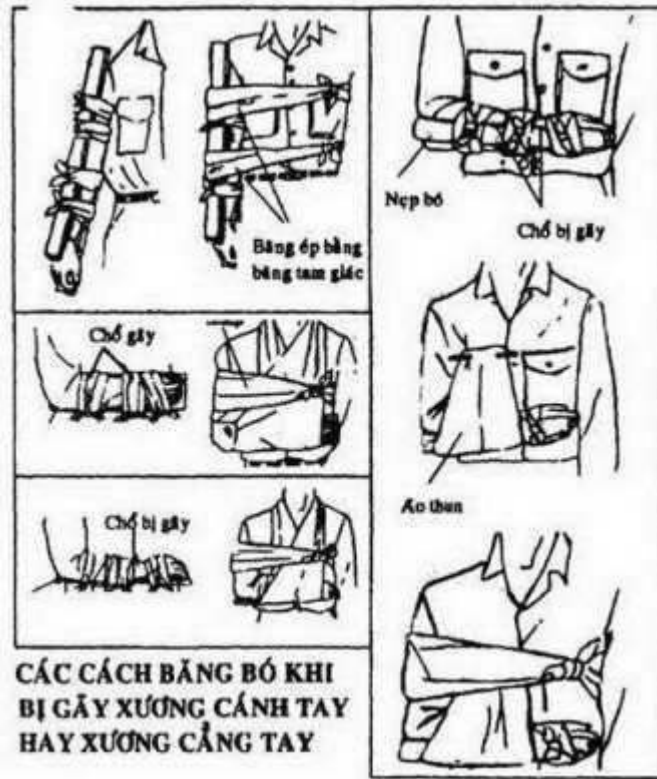
Quý anh chị thao tác như cách làm đối với gãy xương cánh tay và cẳng tay. Khi cần thiết phải đi chuyển thì phải dùng thêm một cặp nạng..



* Gãy xương cánh tay, cẳng tay:

Sau khi kéo xương vào đúng vị trí cũ, sửa cho thật thẳng, rồi đắp thuốc lên, dùng nẹp ép hai bên

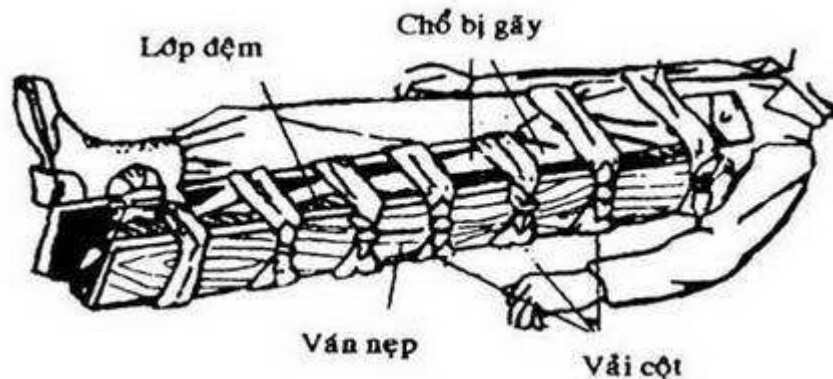
theo chiều dài xương, dùng băng, dây, vải, khăn... cột lại để cố định. Nếu cần thì treo tay hoặc băng ép vào người bằng băng tam giác, băng thường, mảnh vải...



* Gãy xương đùi:

Nếu bị gãy xương đùi, đòi hỏi chúng ta phải có một sự chăm sóc đặc biệt và cẩn thận. Tuyệt đối không nên di chuyển nếu không thật cần thiết.

Trường hợp này, khi bó nẹp, chúng ta phải bó dài luôn cả phần cẳng chân như hình dưới đây.



Ghi chú: *Những phương pháp bó nẹp cố định xương gãy như trên, chỉ dùng tạm thời trong khi chờ di chuyển nạn nhân đến bệnh viện, nếu quý anh chị đang ở trong vùng hoang dã, không liên lạc được với xã hội thì sẽ dùng những phương pháp hướng dẫn sau:*

NẮN LẠI CÁC XƯƠNG GÃY

Trước khi nẹp và bó thuốc để cố định đoạn xương gãy, quý anh chị phải tìm cách nắn lại các xương gãy (thật ra, công đoạn này là dành cho các nhà chuyên môn ở bệnh viện hay các trạm y tế, nhưng ở nơi hoang dã thì chính các bạn phải tự xoay trở lấy, cho dù đôi khi nó không được hoàn hảo lắm, nhưng còn hơn là không làm gì).

Nếu các xương có vẻ ít nhiều ở tư thế đúng, không thấy biến dạng thì tốt hơn là đừng di động chúng, cứ để yên như thế mà đắp thuốc và nẹp cố định.

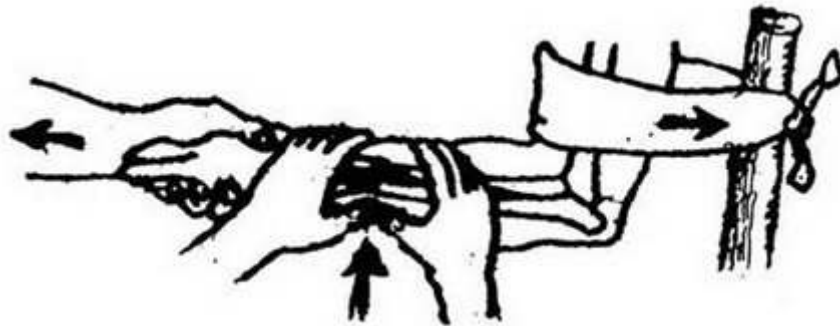
Nếu các xương rõ ràng ở tư thế không đúng, chỗ gãy biến dạng... Nếu chỗ gãy còn mới, quý anh chị nên nắn hay kéo cho thẳng trước khi bó (tuy rất đau đớn, nhưng quý anh chị hãy động viên nạn nhân cố gắng chịu đựng, vì xương càng nắn sớm bao nhiêu thì càng dễ dàng và ít đau hơn bấy nhiêu).

* Làm thế nào để nắn xương cổ tay bị gãy?

Cần có 2 người để thao tác thì dễ dàng hơn. Trước tiên, quý anh chị dùng khăn hay vải cột lỏng cánh tay nạn nhân vào một gốc cây hay một trụ cố định. Một người nắm bàn tay nạn nhân kéo mạnh và dứt khoát trong khoảng từ 5-10 phút, để các đầu xương gãy giãn ra và chạm đầu với nhau.



Người thứ hai nhẹ nhàng nắn lại các đầu xương cho ngay ngắn.



* Bao lâu thì các xương gãy liền lại?

Chỗ gãy càng nặng, nạn nhân càng già thì sự bình phục càng chậm. Trẻ em thì liền một cách nhanh chóng hơn. Xương cánh tay thì khoảng một tháng, xương cẳng chân cần giữ độ 2 tháng.