

GÃY XƯƠNG VÀ TRẬT KHỚP



Cách đối phó gãy xương và trật khớp

Dấu hiệu & triệu chứng

- Đau tại hoặc gần chỗ bị thương
- Khó hay không thể cử động như thường lệ
- Bị yếu đi
- Cử động bị biến dạng hoặc khác thường
- Dễ bị đau nhức
- Sưng
- Đổi màu sắc và bầm tím.

Lưu ý

- **ĐỪNG** tìm cách ép chỗ gãy xương hoặc trật khớp trở lại vào vị trí, vì làm như vậy làm khi còn bị thương thêm nữa.
- Nhiều khi người sơ cứu khó có thể biết chỗ bị thương là do gãy xương, trật khớp, bong gân hoặc căng cơ. Nếu không biết chắc, luôn coi là bị gãy xương.
- Nếu xương đòn bị gãy, đỡ cánh tay phía bị thương bằng băng đeo St John.
- Nếu nghi bị trật khớp, nghỉ ngơi, đưa khớp xương cao lên và chườm đá.

Cách đối phó

1. Làm theo DRSABCD.
2. Cầm máu và băng bó vết thương.
3. Kiểm tra chỗ gãy xương: hở, ngầm hoặc phức tạp.
4. Bảo bệnh nhân càng ít cử động càng tốt.
5. Giữ cố định chỗ gãy xương:
 - Sử dụng băng rộng bản (nếu có) để các khớp ở trên và dưới chỗ gãy xương không chuyển động
 - Đỡ chân/tay, cẩn thận luôn băng qua dưới chỗ lõm tự nhiên của cơ thể
 - Đặt nẹp có đệm dọc theo chân/tay bị thương (dưới chân nếu bị gãy xương bánh chè)
 - Đặt miếng đệm giữa nẹp và đường cong tự nhiên của cơ thể và buộc chắc chắn
 - Đối với chân bị gãy, giữ chân và mắt cá chân không nhúc nhích bằng cách băng theo hình số Tám.
6. Mỗi 15 phút kiểm tra xem băng có chặt quá không. Để ý dấu hiệu máu không lưu thông đến bàn tay và bàn chân.
7. Bảo đảm đã gọi xe cứu thương: ba số không (000).

Trong trường hợp cấp cứu, gọi ba số không (000) xin xe cứu thương.

Học sơ cứu. Vào trang mạng www.stjohn.org.au hoặc gọi số 1300 360 455.

© St John Ambulance Australia. Không được phép sao chép hay in lại thông tin này mà không có thư của nhà xuất bản cho phép trước. Thông tin này không thay thế cho khóa huấn luyện sơ cứu. St John khuyến mọi người nên học sơ cứu.