

SƠ CẤP CỨU NGỪNG TUẦN HOÀN 心臟驟停急救宣導

Ths Nguyễn Thanh Phương

阮青方醫師

GĐ Trung tâm Tim mạch – BVĐKT Bắc Ninh

北寧省北寧綜合醫院心臟中心經理

Khái niệm概念

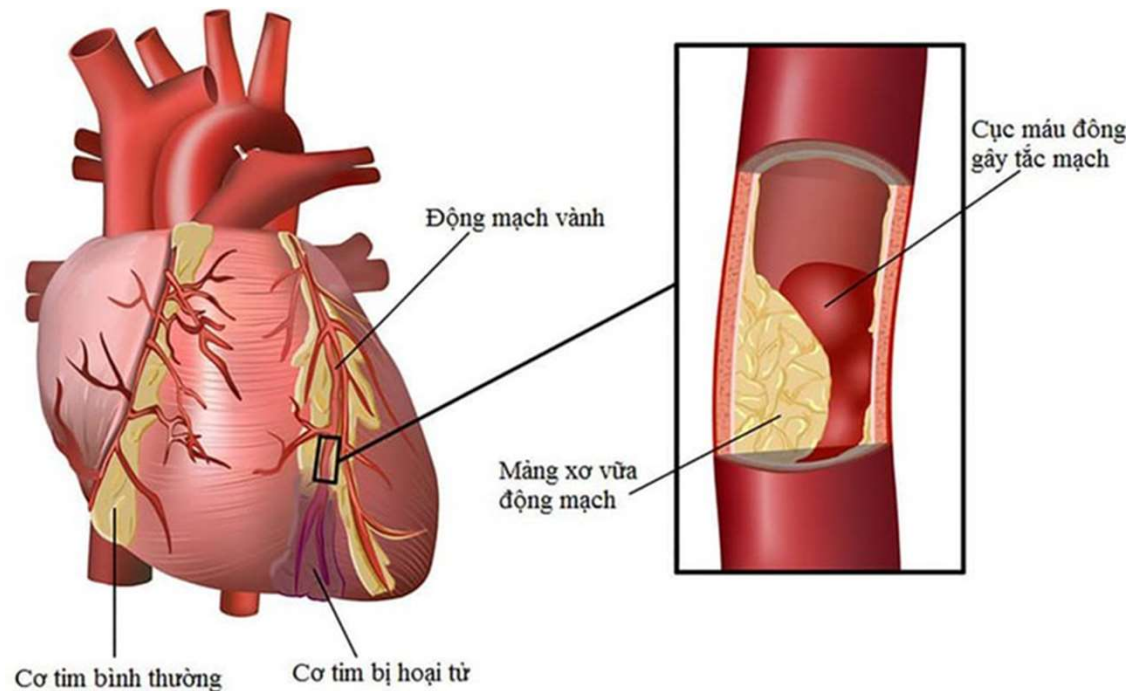
- Ngừng tuần hoàn có thể xảy ra ở mọi lứa tuổi, ngay cả ở những người chưa bao giờ phát hiện ra bệnh tim mạch trước đây.
- 心跳驟停可發生於任何年齡段,甚至未被診斷出心臟病。
- Khi ngừng tuần hoàn, thiếu máu mang oxy tới cơ quan có thể gây ra tử vong hoặc tổn thương não vĩnh viễn trong vài phút.
- 在心臟驟停時, 心機缺乏氧氣可造成死亡或出現幾分鐘永久性腦損傷狀況。
- Tuy nhiên nếu được nhận biết sớm và tích cực cấp cứu nhanh, đúng cách thì vẫn có thể giữ được mạng sống cho nạn nhân và bảo tồn được các chức năng thần kinh về sau.
- 但如果提早發現並及時、正確進行急救, 還有機會挽救患者的生命以及保留其神經功能。

Biểu hiện của ngừng tuần hoàn/心臟驟停症狀

Một người bị ngừng tuần hoàn khi có ba dấu hiệu sau: **phát hiện trong 10 giây**

心臟驟停有以下三個症狀 (要在10秒內發現)

- Mất ý thức đột ngột: không có phản ứng khi được gọi to và lay mạnh vào vai.
- 突然失去反應能力: 被大聲叫和用力拍肩膀時並無反應
- Không thở bình thường: không thở hoặc thở ngáp.
- 呼吸不正常: 無呼吸或或頻死式呼吸
- Không cần thiết phải bắt mạch nếu bạn là người chưa được đào tạo.
- 沒有脈搏:



Làm gì đầu tiên khi thấy hiện tượng này ?
碰到這種症狀，第一反應是什麼？

- Gọi người khác hỗ trợ
- 請求他人協助

- Yêu cầu người khác gọi y tế hỗ trợ: 115
- 請他人協助撥打115緊急救難專線

- Ép tim ngoài lồng ngực và thổi ngạt
- 胸外按壓以及人工呼吸

Ép tim như thế nào? 如何進行胸外按壓

- Đặt nạn nhân nằm ngửa trên nền cứng
- 讓患者仰臥堅硬平面上
- Đặt hai tay của mình vào giữa ngực nạn nhân, ở vị trí một phần ba dưới xương ức;
- 雙手至於患者胸部中央, 在胸骨下方三分之一處
- Ép vào ngực với tốc độ 100 đến 120 lần mỗi phút
- 按壓頻率100-120次/一分鐘
- Độ sâu mỗi lần ép tim khoảng 5 cm
- 垂直向下壓5~6公分
- Ép tim liên tục, hạn chế gián đoạn cho đến khi thấy nạn nhân có dấu hiệu bắt đầu thở hoặc khi nhân viên y tế 115 đến.
- 持續按壓, 不要中斷, 直到患者開始有呼吸的現象或115救護人員到達現場
- Nếu có nhiều người giúp đỡ thì thay phiên nhau ép tim cho nạn nhân mỗi 2 phút.
- 若現場有其他人會施作胸外按壓, 每兩分鐘可以進行輪替

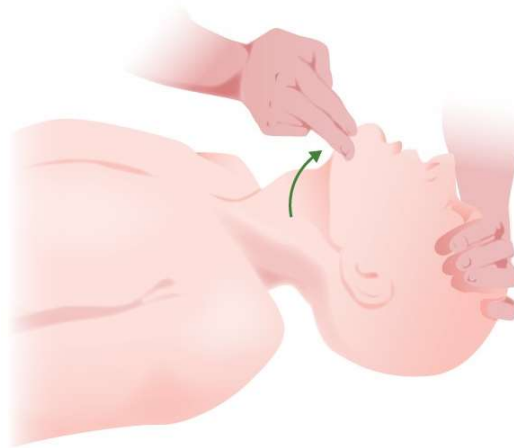
<https://youtu.be/ZO8xMFUT8ks>

影片連結

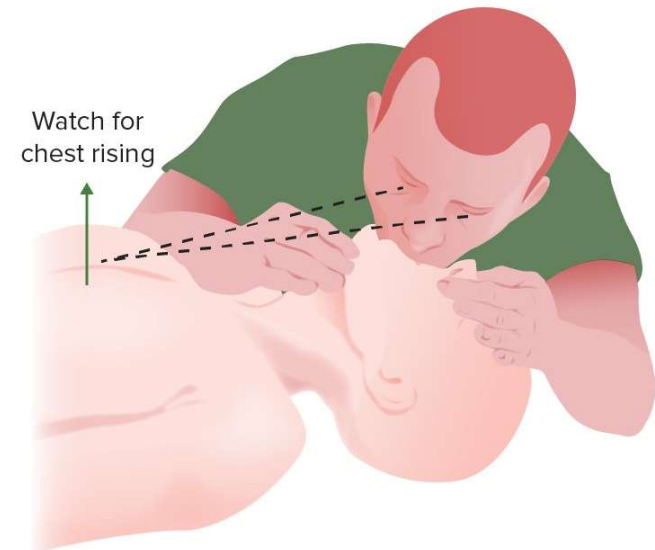
Hô hấp nhân tạo 人工呼吸

- Kiểm tra dị vật trong miệng,
- 檢查患者口中有無異物
- Nới rộng quần áo, kê cao cổ để đầu hơi ngửa ra phía sau.
- 將患者衣物打開，頭部墊高往後仰
- Tiếp đó bịt mũi người bệnh rồi dùng miệng của mình lấy hơi và thổi vào miệng của người bệnh
- 捏住患者鼻子，深吸一口氣用嘴巴對著患者的口將氣吹入

Rescue breaths



Open airways by lifting the chin slightly.



Pinch nose and give 2 rescue breaths.

Các bước cấp cứu ngừng tuần hoàn 心跳驟停急救步驟

- Kiểm tra các mối nguy hiểm đe dọa xung quanh
- 檢查確認周圍環境的安全性
- Kiểm tra sự tỉnh táo của người bệnh
- 確認患者是否清醒
- Gọi hỗ trợ 請他人協助
- Khai thông đường thở: lấy dị vật, nằm nghiêng tư thế an toàn
- 使呼吸道通暢: 拿掉患者口中異物, 以安全姿勢讓患者側臥
- Ép tim ngoài lồng ngực ± hô hấp nhân tạo
- 胸外按壓及人工呼吸
- Khử rung tim 去顫

D.R.S.A.B.C.D

Emergency call: 000

Follow these steps:



	D Danger	Check for danger to self, bystanders & the patient
	R Response	Check for response. If no response, place the patient on their side
	S Send for help	Send for help
	A Airway	Check & clear. If breathing, leave on side
	B Breathing	If no breathing, give 30 compressions then 2 breaths
	C CPR	Give 30 compressions, give 2 breaths. Continue till signs of life return
	D Defibrillation	If patient receiving CPR and a defibrillator is available, attach and follow directions

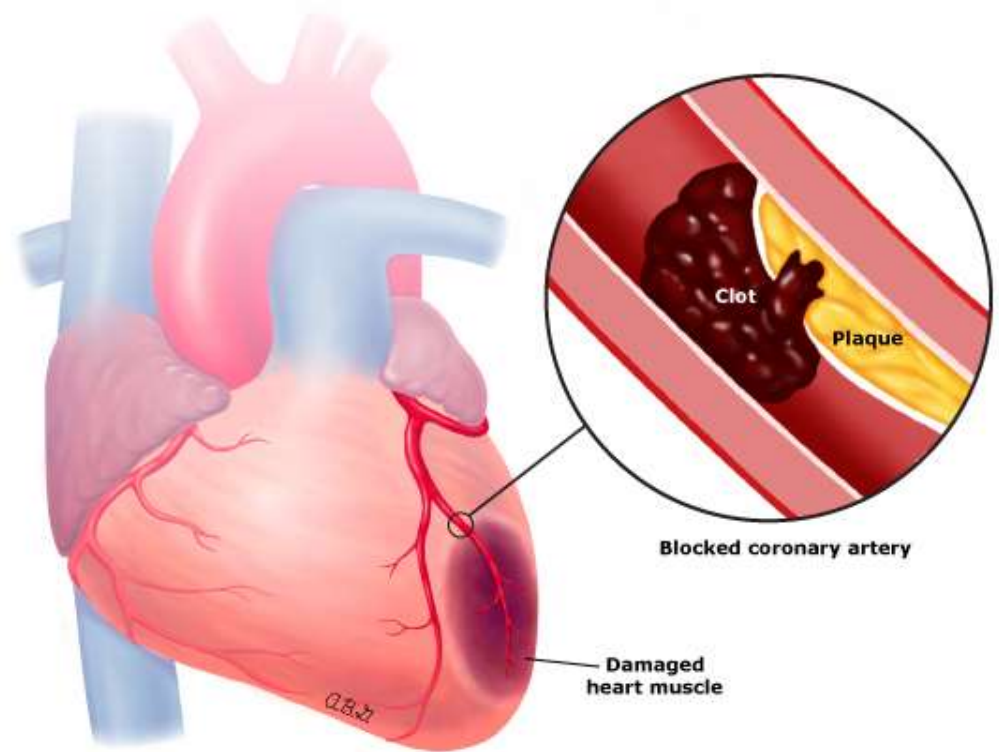
Khi nào cần đến ngay bác sĩ Cấp cứu ?

何時立刻需要醫生急救

- Đau ngực 胸悶
- Đánh trống ngực 心悸
- Nhịp tim nhanh hoặc không đều 心跳快或心律不整
- Khò khè - Khó thở không giải thích được 喘息或不明原因的呼吸困難
- Có cơn ngất hoặc xỉu 昏厥或暈倒
- Chóng mặt 頭暈

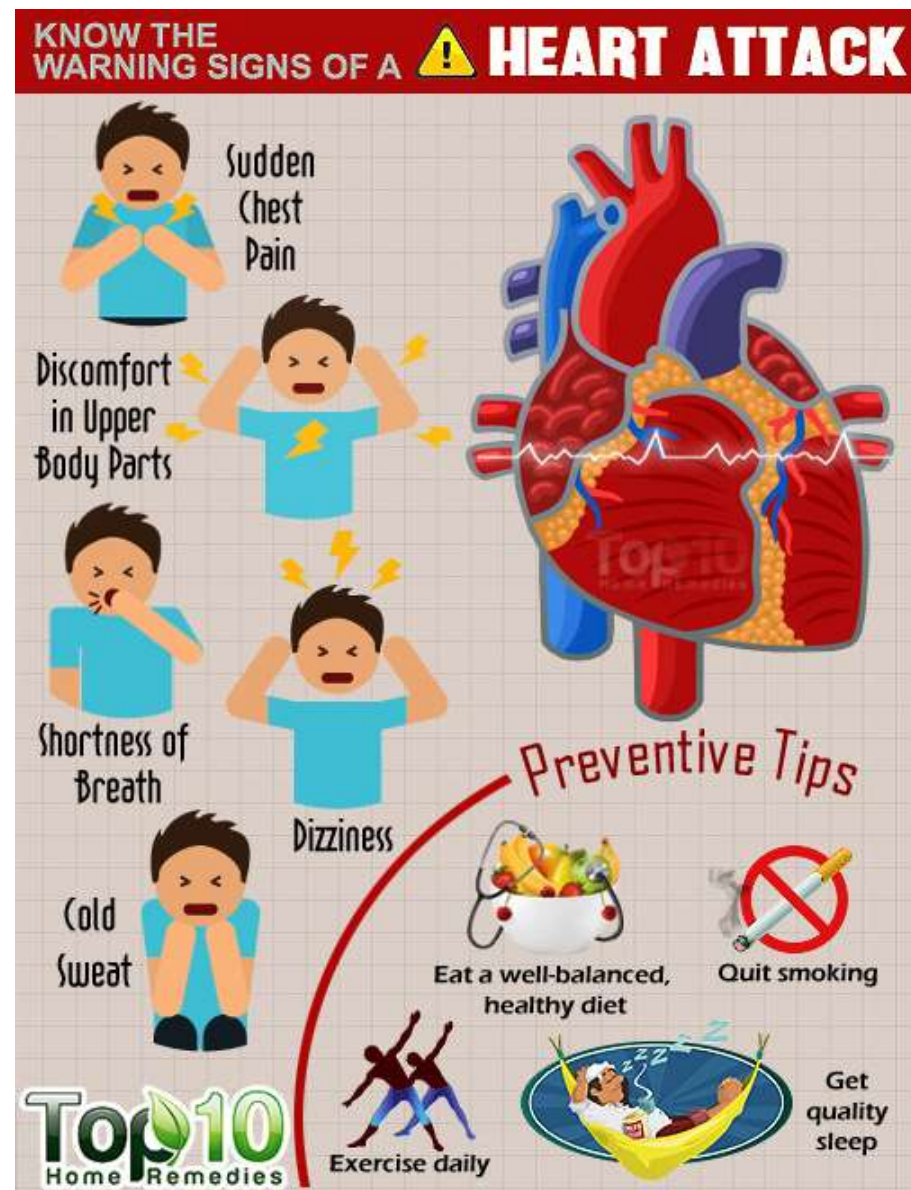
NHỒI MÁU CƠ TIM CẤP/心肌梗塞

- Là hiện tượng hoại tử cơ tim do tắc nghẽn một phần hoặc toàn bộ động mạch vành
- 是因為冠狀動脈部分或完全阻塞，導致心臟受損壞死的現象
- Nguyên nhân thường do nứt vỡ mảng xơ vữa ĐMV gây ra huyết khối (hẹp ĐMV từ trước => vỡ ra
- 起因於冠狀動脈粥樣硬化板塊破裂造成血栓(導致冠狀動脈狹窄=>破裂)



TRIỆU CHỨNG ĐIỂN HÌNH 典型症狀

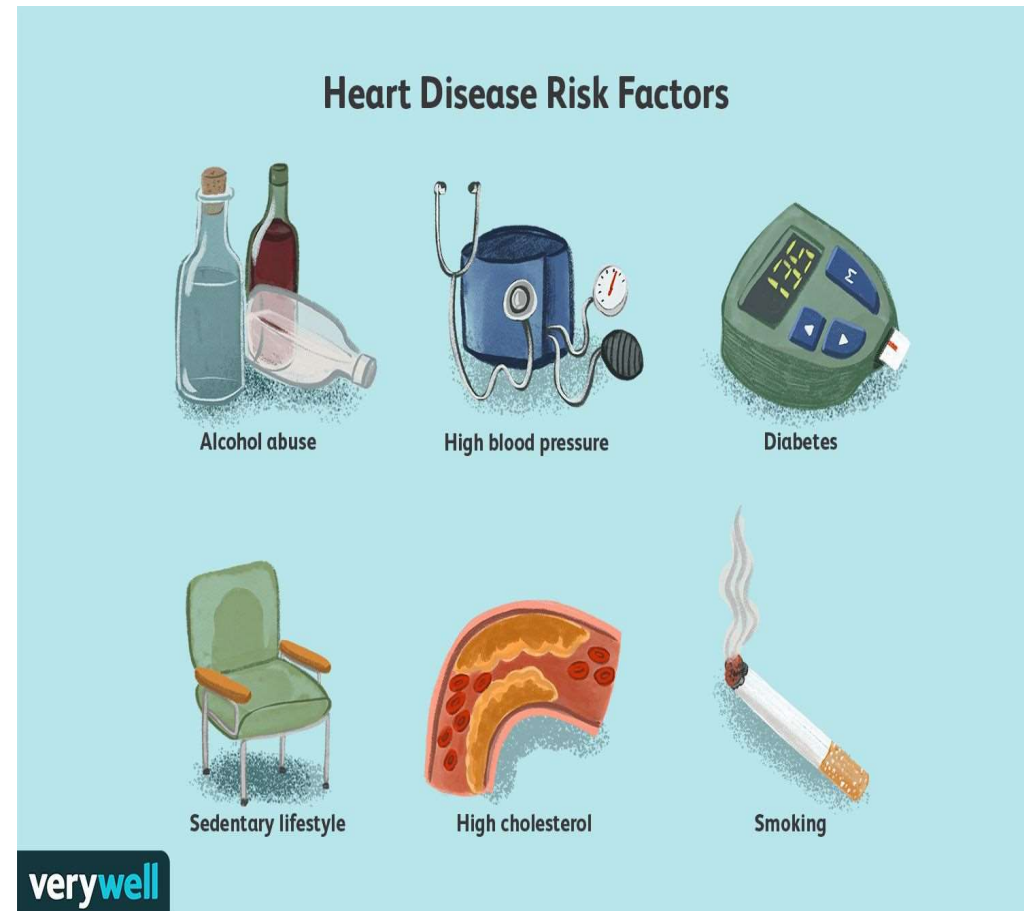
- Đau ngực胸悶:
 - Đau ngực cảm giác bóp nghẹt sau xương ức, đau lan lên cổ vai, cánh tay
 - 胸悶是胸骨後有壓迫疼，擴散至背部、頸部、手部
 - Cơn đau kéo dài từ vài phút đến hàng giờ
 - 壓迫感胸痛持續幾分鐘到幾小時
 - Vã mồ hôi trong cơn đau
 - 疼痛中冒汗
- Khó thở呼吸困難
- Hồi hộp trống ngực 有心悸感
- Hoa mắt, chóng mặt 目眩, 頭暈
- Buồn nôn, nôn ra thức ăn 惡心, 嘔吐



Những người có nguy cơ mắc bệnh cao?

高危險群有哪兒些?

- Người cao tuổi, nam trên 55 tuổi hoặc phụ nữ sau mãn kinh
- 高齡人士，男55歲以上或女更年期以後
- Tăng huyết áp, đái tháo đường, bệnh thận mạn, rối loạn mỡ máu, ít vận động, ăn mặn, lối sống tĩnh tại, thể trạng béo phì
- 高血壓，糖尿病，血脂異常，少運動或不運動，吃太鹹，肥胖體壯
- Hút thuốc lá hoặc tiếp xúc với khói thuốc lá;
- 抽煙或常要聞煙味
- Sử dụng chất kích thích: cocaine, amphetamine
- 使用興奮劑著：可卡因，安非他命



Xử trí ngay khi có biểu hiện nhồi máu cơ tim 在出現心肌梗塞症狀之應急反應

GỌI NGAY CẤP CỨU 115 NẾU BỆNH NHÂN CÒN TỈNH:

在患者還清醒情況下馬上撥打115

- Nằm nghỉ nơi nơi thoáng mát, đầu cao
- 讓患者躺在陰涼處， 頭部墊高
- Nới rộng quần áo, khăn quàng cổ
- 將患者衣物（衣服、圍巾）打開
- Hít sâu, thở đều 深呼吸， 呼吸均勻
- Trấn an người bệnh 安撫患者
- Uống thuốc nếu đã được BS kê đơn (asprin và Nitroglycerin) 按處方箋用藥（ asprin 阿司匹林, Nitroglycerin硝酸甘油）

NẾU BỆNH NHÂN MẤT Ý THỨC: ÉP TIM NGOÀI LÒNG NGỰC THỎI NGẠT

在患者已失去意識時： 進行胸外按壓和人工呼吸

FIRST AID



CALL EMERGENCY



CHECK VITAL SIGNS



LIFT CHIN CHECK BREATHING



GIVE RESCUE BREATHS



PERFORM CPR



WAIT FOR HELP

Phòng bệnh 預防方法

- Bỏ thuốc lá – thuốc lào
- 戒煙/水煙
- Dinh dưỡng hợp lý 適當的營養
- Tập thể dục đều đặn 常常運動
- Cân nặng lý tưởng 控制體重
- Kiểm soát ĐTDĐ 控制糖尿病
- Tránh căng thẳng stress 緩解壓力
- Hạn chế thức uống có cồn
- 盡量減少酒精飲料
- Ngủ đầy đủ 確保充分睡眠
- Theo dõi và kiểm soát HA
- 檢查並控制血壓

