

Các câu hỏi thường gặp

**GOI
ÉP
SỐC**

Trụy tim có thể xảy ra với bất cứ ai ở mọi nơi mọi lúc, đó là lý do tại sao tất cả chúng ta phải biết cách xử lý. Gọi Ép Sốc (Call Push Shock) giúp bạn tự tin nắm rõ khi nào cần gọi Triple Zero (000), thực hiện CPR và sử dụng AED.

Victoria Ambulance ủng hộ **Quy trình cấp cứu Chain of Survival**, một hướng dẫn được áp dụng cầu để ứng phó với trụy tim đột ngột. Cơ hội sống sót của bệnh nhân trụy tim tăng đáng kể khi mỗi bước trong quy trình được thực hiện. Bằng cách biết và làm theo **Quy trình cấp cứu Chain of Survival**, bạn có thể cứu một mạng người.



Quy trình cấp cứu Chain of Survival: Cộng đồng có thể giúp tăng đáng kể khả năng sống sót cho người bị trụy tim bằng cách làm theo bốn bước.

Trụy tim và nhồi máu cơ tim

Hỏi: Thế nào là trụy tim?

Trụy tim xảy ra khi tim không thể bơm máu bình thường dẫn đến thiếu máu và oxy lên não và các cơ quan khác. Người bị trụy tim sẽ bất tỉnh và không thở bình thường hoặc hoàn toàn ngừng thở. Ngay khi nhận thấy ai đó bị trụy tim, gọi ngay tới Triple Zero (000), thực hiện hồi sinh tim phổi (Cardiopulmonary resuscitation, CPR) ngay lập tức và sử dụng máy khử rung tim ngoài tự động (Automated external defibrillator, AED) nếu có.

Hỏi: Thế nào là nhồi máu cơ tim?

Nhồi máu cơ tim xảy ra khi động mạch bị tách nghẽn ngăn máu truyền đến cơ tim. Kết quả là phần cơ tim không được cung cấp đủ máu sẽ bắt đầu chết.

Các triệu chứng của nhồi máu cơ tim bao gồm đau, tức, cảm thấy nặng hoặc đau thắt ở các vùng sau:

- ngực
- vai
- cổ
- cánh tay
- quai hàm
- lưng

Các triệu chứng có thể khác nhau ở mỗi người và một số người thậm chí không bị đau ngực. Nhồi máu cơ tim có thể dẫn đến trụy tim.



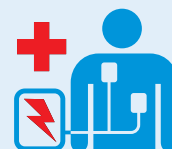
⚠ NẾU BẠN THẤY BẤT KỲ TRIỆU CHỨNG ĐANG CHÚ Ý NÀO CỦA NHỒI MÁU CƠ TIM, HÃY GỌI TRIPLE ZERO (000) NGAY LẬP TỨC.

Call Push Shock

Hỏi: Bộ dụng cụ Call Push Shock là gì?

Ambulance Victoria hợp tác với Heart Foundation phát triển một bộ dụng cụ thực hành hồi sinh tim phổi (CPR) và máy khử rung tim (AED) mới. Bộ dụng cụ Call Push Shock rèn luyện khả năng sẵn sàng nhận biết truy tim và thực hiện ba bước đơn giản: Gọi Triple Zero

(000), thực hiện CPR tại chỗ và sử dụng AED nếu có.



Gọi Triple Zero (000)

Hỏi: Tại sao phải gọi Triple Zero (000) trước tiên?

Gọi Triple Zero (000) trước tiên là rất cần thiết để đảm bảo rằng có nhân viên y tế đang đến giúp. Khi bạn gọi tới Triple Zero (000) trước, nhân viên tổng đài có thể hướng dẫn bạn cách giúp bệnh nhân trước khi xe cấp cứu đến. Thực hiện những hành động ấy ngay lập tức có thể giúp cứu sống bệnh nhân.

Hỏi: Tại sao nhân viên Triple Zero (000) lại đặt nhiều câu hỏi như vậy?

Ngay sau khi nhân viên tổng đài xác nhận được vị trí và nội dung của ca cấp cứu, thông tin này sẽ được gửi đến nhân viên điều phối xe cấp cứu. Nhân viên điều phối sau đó sẽ điều xe cấp cứu đi.

Nhân viên điều phối sẽ tiếp tục đặt câu hỏi để thu thập càng nhiều thông tin về bệnh nhân càng tốt để báo cho các nhân viên y tế. **ĐIỀU NÀY KHÔNG KHIẾN XE CỨU THƯƠNG TỚI CHẬM HƠN.** Nó tạo điều kiện để chăm sóc bệnh nhân tốt nhất trong thời gian ngắn nhất có thể.

Xe cứu hỏa, Nhóm Ứng Cứu Khẩn Cấp của Cộng Đồng Cấp Cứu Victoria (Ambulance Victoria Community Emergency Response Team, CERT) hoặc một đáp ứng viên GoodSAM* sẽ có thể phản hồi đầu tiên. Họ được đào tạo và trang bị để chăm sóc đầy đủ, phù hợp cho bệnh nhân truy tim.

* Xem bên dưới để biết thêm thông tin về GoodSAM.



Hỏi: Tôi có thể giúp xe cứu thương xác định vị trí ngôi nhà bằng cách nào?

Xe cứu thương sẽ xác định vị trí cấp cứu nhanh nhất nếu bạn có thể cung cấp vị trí chính xác bao gồm các nút giao thông và địa danh gần nhất.

Nếu bạn đi công tác xa nhà hoặc tới vùng nông thôn hoặc vùng sâu vùng xa, hãy tải ứng dụng Emergency + trước khi khởi hành. Điều này sẽ cho phép bạn cung cấp tọa độ GPS cho nhân viên tổng đài ở bất kỳ đâu trên nước Úc.

Nếu người bị truy tim ở trong nhà, hãy đảm bảo rằng biển số nhà dễ thấy, cửa trước không khóa và đèn bên ngoài được bật vào ban đêm.

Yêu cầu một thành viên trong gia đình nhốt vật nuôi của bạn lại và dọn đường tới chỗ bệnh nhân. Nếu có thể, hãy nhờ ai đó đón nhân viên y tế ở phía bên ngoài nhà.

Hồi sức tim phổi (CPR)

Hỏi: Hồi sức tim phổi là gì?

CPR là viết tắt của “cardiopulmonary resuscitation” – hồi sinh sức tim phổi. Đây là kỹ thuật được sử dụng để bơm máu có oxy đi khắp cơ thể bằng cách ép vào lồng ngực. Nếu được thực hiện hiệu quả, hồi sức tim phổi sẽ thay cho hoạt động của tim.

Để thực hiện hồi sức tim phổi hiệu quả:

Quy thẳng lưng cạnh ngực bệnh nhân. Hai đầu gối rộng bằng vai. Đặt gốc cổ tay vào giữa ngực ngay giữa hai núm vú. Bây giờ đặt bàn tay còn lại của bạn lên trên và đan ngón tay vào nhau. Cố gắng giữ ngón tay không chạm vào ngực. Nghiêng người phía trên ngực, cánh tay và khuỷu tay luôn thẳng.

Ép xuống vùng ngực giữa hai núm vú, mạnh và nhanh.

Hỏi: Tại sao cần thực hiện CPR?

Khi thực hiện CPR, bạn đang bơm máu có oxy đi khắp cơ thể đến não và các cơ quan khác. Việc duy trì lưu lượng máu này cho đến khi nhân viên y tế đến và đảm nhận phần việc tiếp theo là rất cần thiết.

Hỏi: Tại sao phải thẳng tay khi ép ngực?

CPR rất tốn sức. Nếu bạn duỗi thẳng tay khi ép ngực, bạn sẽ sử dụng trọng lượng của phần trên cơ thể để giúp mọi thứ dễ dàng và đỡ mệt hơn. Nếu có người ở cạnh, hãy nhờ họ giúp đỡ và thay bạn thực hiện CPR khi hết sức. Giữ tay trên ngực, thay phiên nhau thực hiện đến khi mệt cho đến khi nhân viên y tế đến.

Hỏi: Tại sao chúng ta bỏ bước hô hấp nhân tạo khi thực hiện CPR?

Chạm môi (khi truyền hơi) là một trong những rào cản lớn nhất đối với người chứng kiến khi thực hiện CPR cho người bị trụy tim. Các tổ chức hồi sức hàng đầu thế giới ủng hộ CPR* bằng cách ép tim vì nó làm tăng tỷ lệ thực hiện hồi sức tim phổi của người chứng kiến và do đó tăng tỷ lệ sống sót

sau trụy tim. Việc loại bỏ rào cản này đã giúp đơn giản hóa CPR mà không ảnh hưởng đến kết quả hồi sức.

* CPR chỉ ép tim là thuật ngữ chỉ hồi sức tim phổi không bao gồm chạm môi (khi truyền hơi).



Hỏi: Tại sao chúng ta bỏ bước kiểm tra mạch?

Tim mạch trước khi bắt đầu CPR được coi là không cần thiết. Tim mạch sẽ rất khó khi tình huống đang căng thẳng và có thể gây lãng phí thời gian quan trọng. Nhận biết người đó có bất tỉnh và có thở bình thường hay không sẽ đáng tin hơn. Nếu bạn thực hiện CPR cho người còn mạch, khả năng cao bạn sẽ không gây hại gì. Nếu còn nghi ngờ, bắt đầu CPR ngay sẽ tốt hơn là không.

Hỏi: Có cách nào dễ dàng mở miệng bệnh nhân để kiểm tra xem đường thở có thông thoáng không?

Nếu nhân viên tổng đài hướng dẫn bạn kiểm tra đường thở, hãy đặt một tay lên trán bệnh nhân còn ngón cái tay kia đặt giữa môi dưới và cằm. Nắm chặt cằm với ngón tay trở bên dưới. Nhẹ nhàng mở miệng và nhìn vào bên trong. Tốt nhất là cuộn các ngón tay còn lại thành nắm đấm để tránh ép vào khí quản.

Hỏi: Điều gì sẽ xảy ra nếu bệnh nhân có thức ăn hoặc vật khác trong miệng khi bạn kiểm tra đường thở?

Tham khảo ý kiến của nhân viên tổng đài, nếu có thức ăn hoặc vật khác trong miệng, nhẹ nhàng lật bệnh nhân nằm nghiêng trước, sau đó ngửa đầu ra sau, mở miệng và loại bỏ dị vật. Điều này rất quan trọng trong trường hợp bệnh nhân bị đuối nước. Có thể cần kiểm tra và làm thông đường thở bằng nhiều bước nếu thấy thức ăn và chất lỏng. Khi đường thở đã thông, hãy lật bệnh nhân nằm ngửa để bắt đầu CPR. Hãy nhớ rằng nhân viên tổng đài sẽ hướng dẫn bạn.

CPR (tiếp)

Hỏi: Làm gì nếu bệnh nhân có răng giả?

Nếu bệnh nhân có răng giả và chúng đang ở đúng vị trí thì không cần phải tháo ra. Tuy nhiên nếu răng giả bị rơi xuống họng, hãy lấy ra càng sớm càng tốt. Nếu răng giả đã rơi ra khỏi miệng thì hãy bỏ chúng đi.

Hỏi: Làm thế nào để thực hiện CPR cho em bé?

Kỹ thuật về cơ bản là vẫn vậy. Đối với trẻ sơ sinh (1 tuổi trở xuống), giữ đầu cân bằng và dùng hai ngón tay ấn vào giữa ngực. Nếu được nhân viên tổng đài hướng dẫn, hãy dùng miệng của bạn che lên cả miệng và mũi để truyền những hơi thở nhỏ.

Đối với trẻ em dưới 10 tuổi, sử dụng một tay thay vì hai tay và làm theo hướng dẫn của nhân viên tổng đài.

Hỏi: Tôi có thể làm gãy xương sườn của bệnh nhân khi ép tim không?

Có, bạn có thể làm gãy xương sườn khi CPR. Điều này không có gì lạ. Nếu bạn cảm thấy xương sườn bị gãy, hãy kiểm tra lại vị trí tay nhưng đừng dừng lại. Xương sườn sẽ lành nếu bệnh nhân có thể hồi sức.

Hỏi: Khi nào nên ngừng CPR?

Chỉ ngừng CPR khi nhân viên y tế đã đến và sẵn sàng đảm nhận phần việc tiếp theo hoặc khi bệnh nhân bắt đầu tự thở. Mỗi phút thực hiện CPR có thể tạo nên sự khác biệt lớn lên sinh mạng của bệnh nhân và giảm thiểu nguy cơ tổn thương não và/hoặc tử vong.

Hỏi: Nếu tôi thực hiện CPR đúng cách, tôi có thể thực sự mong đợi bệnh nhân bắt đầu thở hoặc hồi phục trước khi xe cấp cứu đến không?

CPR cho bệnh nhân thêm thời gian. Rất hiếm khi người bị truy tìm bắt đầu thở một cách tự nhiên. Tuy nhiên, nếu những người chứng kiến sử dụng AED công cộng trước khi nhân viên y tế đến, tình trạng của bệnh nhân có thể thay đổi. Nói với nhân viên tổng đài và làm theo hướng dẫn.



Hỏi: Nếu bệnh nhân nằm trên giường hoặc trên ghế thì sao?

Bạn cần di chuyển bệnh nhân tới một bề mặt cứng. Thực hiện CPR trên bề mặt mềm sẽ không hiệu quả. Một người gục xuống trên ghế hoặc trong ô tô mà bị bất tỉnh và thở không bình thường sẽ cần được đặt lên một bề mặt cứng để CPR hiệu quả. Hãy nhớ rằng, một vết bầm không là gì cả khi một người không thở được.

Hỏi: Tôi không thể giữ bình tĩnh – làm thế nào để giúp đỡ?

Hãy làm những gì tốt nhất trong khả năng của bạn – bất cứ điều gì cũng tốt hơn là không làm gì cả. Adrenaline cũng sẽ giúp bạn bình tĩnh để thực hiện CPR. Khi nhân viên y tế đến, họ sẽ có thể giúp bạn bình tĩnh hơn.

Hỏi: Tôi có thể phải đối mặt với những vấn đề pháp lý nào khi thực hiện CPR?

Nguy cơ bị kiện vì đã sơ cứu hoặc CPR là rất thấp. Chưa có trường hợp nào được báo cáo về việc một người bị kiện vì làm thế ở Úc.

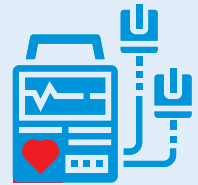
Tại Victoria (và tất cả các tiểu bang và vùng lãnh thổ của Úc), luật người tốt bảo vệ những người hỗ trợ, cho lời khuyên hoặc chăm sóc một cách thiện chí tại hiện trường cấp cứu hoặc tai nạn.

Theo Đạo Luật Wrongs Act 1958, sẽ có bảo vệ pháp lý khỏi trách nhiệm dân sự trong trường hợp:

- bệnh nhân bị thương hoặc có nguy cơ bị thương hoặc tử vong.
- hành vi tốt với mục đích trong sáng và không mong đợi bất kỳ phần thưởng tài chính nào vì đã giúp đỡ.

Những luật này nhằm trấn an mọi người rằng nếu họ ra tay giúp đỡ trong trường hợp khẩn cấp, họ sẽ không phải chịu trách nhiệm cho những nỗ lực giúp đỡ với thiện chí của mình, bất kể kết quả có ra sao.

Máy Khử Rung Tim Ngoài Tự Động (Automated External Defibrillator, AED)



Hỏi: Máy Khử Rung Tim Ngoài Tự Động (Automated External Defibrillator, AED) là gì?

AED là thiết bị tự động được sử dụng khi truy tim để gây sốc khiến cho tim của bệnh nhân hoạt động trở lại bình thường. AED phân tích nhịp tim và chỉ gây sốc khi cần thiết.

CPR, cùng với việc sử dụng AED trong những giây phút quan trọng trước khi nhân viên y tế đến giúp tăng đáng kể cơ hội sống sót cho bệnh nhân. Nếu không có AED, hãy tiếp tục CPR cho đến khi nhân viên cứu thương đến và sẵn sàng đảm nhận phần việc tiếp theo.

Nếu có sẵn AED, hãy nhờ một người khác đi lấy trong khi bạn bắt đầu CPR. Đặt AED gần phía trên bên phải của ngực trên, bật AED và làm theo hướng dẫn. Nếu không biết cách, nhân viên tổng đài sẽ hỗ trợ bạn sử dụng AED.

BẤT CỨ AI CŨNG CŨNG CÓ THỂ SỬ DỤNG AED. KHÔNG CẦN TẬP HUẤN.

Hỏi: Sổ đăng ký AED là gì?

Tất cả các AED phải được đăng ký trên Sổ Đăng Ký AED:

registerermyaed@ambulance.vic.gov.au. Điều này sẽ cho phép nhân viên Triple Zero (000) "nhìn thấy" các AED gần ca truy tim tim và chỉ hướng cho người chứng kiến tới. Chủ sở hữu AED được khuyến khích cho phép tiếp cận công khai AED của họ 24 giờ một ngày. Điều này có thể làm tăng đáng kể cơ hội sống sót của bệnh nhân bị truy tim trong cộng đồng. Nếu AED không được đăng ký, nhân viên Triple Zero (000) sẽ không thể chỉ hướng những người chứng kiến đến AED gần nhất.

Nếu AED được đăng ký và sử dụng trong trường hợp khẩn cấp, Ambulance Victoria sẽ kiểm tra AED sau đó để đảm bảo nó sẵn sàng cứu một mạng người khác.

Cứu mạng cũng là nỗ lực của tập thể

Hỏi: Làm thế nào bạn có thể gọi điện thoại, thực hiện CPR và sử dụng AED cùng một lúc?

Ambulance Victoria khuyến nghị các hộ gia đình sử dụng điện thoại di động hoặc không dây để gọi tới Triple Zero (000). Bật loa ngoài, mang điện thoại đến chỗ bệnh nhân và làm theo hướng dẫn của nhân viên tổng đài.

Nếu không có điện thoại di động, bạn có thể nghe hướng dẫn rồi đặt điện thoại xuống khi thực hiện theo hướng dẫn. Sau đó, cầm điện thoại lên lại để nghe hướng dẫn tiếp theo.

Ngoài ra nếu ai đó khác có mặt, họ có thể chuyển các hướng dẫn từ nhân viên tổng đài tới bạn. Không gác máy với nhân viên tổng đài trừ khi được yêu cầu. Giữ máy sẽ cho phép bạn tiếp tục nghe điện thoại để kiểm tra hoặc cập nhật cho nhân viên tổng đài về bất kỳ thay đổi nào với tình trạng của bệnh nhân.

Xe cấp cứu sẽ không tới chậm hơn nếu bạn giữ máy – và hãy nhớ rằng việc thực hiện CPR dù ít cũng tốt hơn là không thực hiện CPR.



Hỏi: GoodSAM là gì?

Ambulance Victoria cho ra mắt GoodSAM vào năm 2018. Đây là một ứng dụng cứu sinh trên điện thoại để kết nối những người trưởng thành đã đăng ký với những người gần đó đang bị truy tim. Ứng dụng được kết nối với Triple Zero (000) và cho phép Ambulance Victoria thông báo cho thành viên GoodSAM tại địa phương để có hỗ trợ khẩn cấp trong những giây phút quan trọng đầu tiên, khi xe cứu thương đang trên đường đến. GoodSAM hiện mở cửa cho bất kỳ người lớn nào tự tin và sẵn sàng thực hiện CPR và sử dụng AED.

Kể từ khi GoodSAM ra mắt vào năm 2018, mạng sống của nhiều người hàng xóm, người lạ và bạn bè đã được cứu sống nhờ các hành động của đáp ứng viên GoodSAM.

Tư cách hội viên Ambulance Victoria



Hỏi: Thẻ Centrelink Pensioner Concession và thẻ Healthcare có chi trả việc vận chuyển bằng xe cứu thương không?

Người dân Victoria đủ điều kiện có thẻ Centrelink Pensioner Concession hoặc thẻ Healthcare sẽ được sử dụng xe cấp cứu miễn phí trên toàn nước Úc.

Trong mọi trường hợp, hội viên sẽ được vận chuyển đến cơ sở y tế gần nhất và thích hợp nhất khi cần thiết về mặt y tế.

Một số ngoại lệ:

- Vận chuyển từ cơ sở y tế tư nhân (cơ sở tư nhân có thể yêu cầu bạn chịu chi phí).
- Thẻ Commonwealth Seniors Health không chi trả các dịch vụ xe cứu thương.
- Phương tiện vận chuyển được sử dụng cho lý do xã hội hoặc thuận tiện (chẳng hạn như chọn địa điểm điều trị theo ý bạn).
- Một bên khác chịu trách nhiệm thanh toán (chẳng hạn như TAC, WorkCover).

Tư cách hội viên Ambulance Victoria sẽ giúp ích trong những trường hợp mà quỹ của bạn có thể không chi trả cho bạn.

Ambulance Victoria sẽ yêu cầu bằng chứng về các quyền lợi được cấp của bạn tại thời điểm vận chuyển. Vì vậy, bạn có thể phải nhận một hóa đơn. Bạn sẽ cần liên hệ với Ambulance Victoria và cung cấp bằng chứng.

Thẻ cũng phải có giá trị tại thời điểm vận chuyển nếu không hóa đơn sẽ vẫn thuộc trách nhiệm của cá nhân, bệnh viện hoặc tổ chức phải chịu phí có liên quan như được nêu chi tiết trong Hướng Dẫn Thanh Toán Cho Xe Cứu Thương.

Hỏi: Tôi có được quỹ y tế tư nhân đài thọ chi phí xe cấp cứu không?

Các công ty bảo hiểm y tế tư nhân đặt ra các điều khoản và điều kiện của riêng họ về những gì họ sẽ và sẽ không bao trả.

Đáng buồn thay, hàng ngày chúng tôi đều thấy các trường hợp các thành viên của quỹ y tế tư nhân đã sử dụng dịch vụ và sau đó phát hiện ra rằng các điều khoản và điều kiện của quỹ không áp dụng cho họ trong các trường hợp ấy, chẳng hạn như vận chuyển cứu thương bằng đường hàng không hoặc vận chuyển không khẩn cấp.

Ambulance Victoria khuyến khích bạn nên liên hệ với quỹ của mình để xác định xem bạn có được bao trả cho xe cứu thương hay không. Bạn có thể tìm thấy thêm thông tin và một danh sách kiểm tra để sử dụng làm hướng dẫn qua mục Câu Hỏi Thường Gặp (FAQ) tại ambulance.vic.gov.au/membership.

Hỏi: Làm cách nào để tôi trở thành hội viên của Ambulance Victoria?

Có một số cách bạn có thể tham gia:

Trực tuyến: ambulance.vic.gov.au

Điện thoại: 1800 64 84 84
(có sẵn dịch vụ phiên dịch).

Hòm thư: gửi đơn đăng ký của bạn đến
Ambulance Victoria, Po Box 278,
South Melbourne VIC 3205.

Bưu điện Australia Post: lấy đơn đăng ký và thanh toán tại quầy tại bất kỳ chi nhánh nào của bưu điện Australia Post.

Có thể tải xuống các mẫu đơn từ trang web hoặc yêu cầu qua điện thoại theo số **1300 366 141**.

Tiếp theo là gì?

Hỏi: Tôi có thể mua Bộ dụng cụ Call Push Shock ở đâu?

Nếu bạn đang sống ở Victoria và bạn muốn tham gia chương trình Call Push Shock không cấp chứng nhận trong cộng đồng của mình, vui lòng liên hệ community.engagement@ambulance.vic.gov.au.

Hỏi: Bộ dụng cụ Call Push Shock có phù hợp cho những người cần chứng chỉ CPR cho công việc không?

Không, bộ dụng cụ này không thay thế cho khoá đào tạo cấp chứng nhận được yêu cầu cho các trách nhiệm nghề nghiệp. Để được đào tạo bài bản, vui lòng liên hệ với nhà cung cấp dịch vụ sơ cứu tại địa phương của bạn.

Hãy nhớ...

GỌI



ÉP



SỐC



**Ambulance
Victoria**



**Heart
Foundation**