



Nếu em bé của quý vị đang không thở

Hãy bế em bé lên, như thể để làm cho em bé 'thở', và kích thích em bé bằng cách 'vỗ' lưng em bé.

Nếu em bé bắt đầu thở, thì mọi mối nguy hiểm cận kề đã qua rồi.

Nếu em bé của quý vị đang không thở, thì quý vị sẽ cần bắt đầu làm hô hấp nhân tạo

Thông đường thở

Nếu quý vị nghĩ là có thể có một vật nào đó hay có nôn ói trong miệng của em bé, thì hãy lau miệng và thông bằng ngón tay út của quý vị.

Bắt đầu làm hô hấp nhân tạo miệng-với-miệng

1. Đặt em bé nằm ngửa trên một bề mặt cứng.
2. Để đầu của em bé ngả về phía sau một chút.



3. Áp hai môi của quý vị quanh mũi và miệng và thổi ngạt em bé để ngực chuyển động.



4. Mỗi 2 giây lại thổi ngạt em bé một lần.
5. Lặp lại 20 lần.
6. Dừng lại và quan sát. Nếu em bé lúc này đang thở, thì hãy dùng miệng với miệng lại và gọi điện thoại để được giúp đỡ.
7. Nếu em bé không bắt đầu thở, thì quý vị nên bắt đầu **mát-xa tim**.

Mát-xa tim

1. Dùng ngón tay trỏ và ngón tay giữa của quý vị để ấn **thật mạnh** phần chính giữa của xương ức xuống; ấn nó xuống sâu khoảng một phần ba độ sâu của ngực.



2. Làm 30 lần ép ngực rồi 2 lần thổi ngạt và lặp lại chu kỳ này ít nhất là 4 lần

30 lần ép ngực – 2 lần thổi ngạt - lặp lại 4 lần

Tiếp tục làm như vậy cho tới khi em bé bắt đầu thở hoặc cho tới khi sự giúp đỡ đến.

Các điểm quan trọng cần nhớ

- Đừng bao giờ lắc em bé của quý vị. Việc này có thể gây tổn thương não.
- Nếu quý vị đang một mình, đừng gọi để được giúp đỡ như là việc đầu tiên mà quý vị làm. Việc này **uống phí thời gian**.
- Cơ hội thành công cao nhất là bằng cách tự quý vị bắt đầu càng nhanh càng tốt.
- Nếu quý vị đang chỉ có một mình, hãy làm hô hấp nhân tạo trong khoảng 2 phút và rồi gọi điện thoại để được giúp đỡ. **Điện thoại số 000 để có xe cứu thương và lời khuyên** rồi tiếp tục làm hô hấp nhân tạo cho tới khi sự giúp đỡ đến.
- Nếu người thứ hai đang có mặt, hãy nhờ người này nhanh chóng gọi điện thoại để được giúp đỡ.
- Đừng tự lái xe đến bệnh viện hay bác sĩ gần quý vị nhất. Hãy chờ xe cứu thương tới.

Thông tin thêm

Bác sĩ, y tá và người quản lý việc chăm sóc của em bé của quý vị luôn có để trả lời các câu hỏi của quý vị

Tài liệu tham khảo

Hội Đồng Hồ Hấp Nhân Tạo của Úc: Hướng Dẫn Sơ Sinh (Tháng Hai năm 2006)

Hướng Dẫn của Hiệp Hội Tim Hoa Kỳ Năm 2005 cho Hồi Sức Tim Phổi và Chăm Sóc Cấp Cứu Tim Mạch. Phần 13 Các hướng dẫn về hô hấp nhân tạo sơ sinh. Số phát hành. 2005;112:IV-188 – IV-195

Để biết thêm thông tin

Bác sĩ, y tá hay người quản lý việc chăm sóc của em bé của quý vị luôn có để trả lời các câu hỏi của quý vị.

The Royal Women's Hospital

Newborn Intensive & Special Care
Góc Đường Flemington và Phố Grattan
Parkville VIC 3052
Điện thoại: (03) 8345-3400
Trang mạng: www.thewomens.org.au

The Women's là một bệnh viên không hút thuốc lá. Để biết thêm thông tin và được hỗ trợ, hãy truy cập trang mạng www.quit.org.au

Disclaimer The Royal Women's Hospital does not accept any liability to any person for the information or advice (or use of such information or advice) which is provided in this fact sheet or incorporated into it by reference. We provide this information on the understanding that all persons accessing it take responsibility for assessing its relevance and accuracy. Women are encouraged to discuss their health needs with a health practitioner. If you have concerns about your health, you should seek advice from your health care provider or if you require urgent care you should go to the nearest hospital Emergency Department. © The Royal Women's Hospital, December 2010