

- Hãy dùng khóa chống trẻ mở cho các tủ treo và tủ đựng có chứa thuốc men và các độc chất khác. Ta có thể mua các khóa này ở các cửa hàng bán đồ gia dụng (hardware stores) hoặc gọi điện thoại cho tổ chức Sức khỏe Trẻ em (Kids Health) để biết thêm chi tiết.
- Cất các độc chất trở lại ngay tức thì vào những chỗ an toàn sau khi dùng xong.
- Vứt bỏ các hóa chất không còn cần tới nữa - liên lạc với hội đồng địa phương để biết thêm chi tiết.
- Mang các thuốc men không còn cần tới hoặc đã hết hạn dùng đến các tiệm dược phẩm tại địa phương để họ có thể vứt bỏ các thuốc ấy đi.
- Đừng gọi thuốc men là 'kẹo' và, nếu có thể, tránh đừng để trẻ nhìn mình dùng thuốc hoặc cho thuốc người khác.
- Cất túi xách xa khỏi tầm tay trẻ.
- Kiểm tra xem cây cối trong vườn của mình không phải là thứ độc hại. Hãy hỏi vườn ươm cây tại địa phương, gọi cho tổ chức Sức khỏe Trẻ em để nhận tờ dữ kiện hướng dẫn (fact sheet) hoặc vào xem trang mạng của Trung tâm Thông tin về Độc chất (Poisons Information Centre) tại [www.chw.edu.au/poisons](http://www.chw.edu.au/poisons) để biết các hướng dẫn căn bản về an toàn cây cối.
- Đối với an toàn tại nhà tổng quát, xin xem Bản liệt kê An toàn Tại nhà (Home Safety Checklist) tại [http://www.chw.edu.au/parents/kidshealth/safety\\_factsheets](http://www.chw.edu.au/parents/kidshealth/safety_factsheets)



### Sơ cứu khi bị ngộ độc

#### Nuốt phải độc chất

- Đừng cố làm cho bệnh nhân nôn ói.
- Cầm lấy đồ chứa độc chất ấy và mang tới máy điện thoại
- Gọi cho Trung tâm Thông tin về Độc chất (Poisons Information Centre) qua số **13 11 26**.

#### Độc chất dính vào da

- Cởi bỏ quần áo bị nhiễm độc, cẩn thận tránh đừng để tiếp xúc với độc chất.
- Dùng nhiều nước mát rửa da liên tục.
- Gọi cho Trung tâm Thông tin về Độc chất (Poisons Information Centre) qua số **13 11 26**.

#### Độc chất vào trong mắt

- Dùng ly, bình nước hoặc vòi nước chảy chậm để rửa mắt.
- Giữ mí mắt mở, rửa liên tục trong 10-15 phút.
- Gọi cho Trung tâm Thông tin về Độc chất (Poisons Information Centre) qua số **13 11 26**.

#### Hít phải độc chất

- Nhanh chóng đưa nạn nhân tới nơi không khí trong lành, mà không làm nguy tới tính mạng mình.
- Mở rộng các cánh cửa và cửa sổ, nếu làm được an toàn.
- Gọi cho Trung tâm Thông tin về Độc chất (Poisons Information Centre) qua số **13 11 26**.

**Nhớ dán nhãn Trung tâm Thông tin về Độc chất (Poisons Information Centre) lên trên hoặc gần chỗ điện thoại của mình.**



**Poisons Information  
13 11 26 24 hours**

the **childr<sup>en</sup>'s** hospital at Westmead

#### Kids Health

(02) 9845 3585  
[www.chw.edu.au/parents/kidshealth](http://www.chw.edu.au/parents/kidshealth)  
[www.chw.edu.au/poisons](http://www.chw.edu.au/poisons)

Printing kindly supported by Integral Energy

© 2010 The Children's Hospital at Westmead

**kids health**  
the **childr<sup>en</sup>'s** hospital at Westmead  
Child Health Promotion Unit

# Trẻ em và Độc chất

(Kids and poisons)

**Giữ trẻ an toàn  
tránh được các  
độc chất**



Poisons Information Centre

**13 11 26**

Call from anywhere in Australia, 24 hours a day

Mỗi năm, hàng ngàn trẻ em cần được săn sóc y tế do trúng độc từ những sản phẩm thường thấy ở trong và quanh nhà. Hầu hết những vụ ngộ độc bất ngờ như vậy xảy ra ở trẻ dưới năm tuổi, trong đó trẻ **từ một tới ba tuổi** là có nguy cơ dễ bị nhất.

### Tại sao trẻ nhỏ lại dễ có khả năng bị ngộ độc hơn?

Trẻ nhỏ thường khám phá thế giới quanh chúng nhưng lại ít có những khái niệm về các mối nguy hiểm tiềm tàng. Trẻ tò mò và thường đưa đồ vật vào miệng để khám phá thêm những vật này có vị và cấu trúc ra sao.

Trẻ nhỏ cũng thích bắt chước những điều người khác làm. Đây cũng là một cách khác nữa để trẻ học hỏi thế giới xung quanh. Đáng tiếc thay, trẻ lại bắt chước cả những việc có mối nguy hiểm ẩn như uống thuốc men chẳng hạn.



### Những thứ gì có thể gây độc cho trẻ?

- thuốc men
- rượu
- thảo mộc
- côn trùng
- các sản phẩm dùng làm vườn
- các sản phẩm lau chùi
- xà bông và hóa chất phun tẩy giặt
- các sản phẩm bảo dưỡng xe cộ
- nhiều thứ sản phẩm khác ở trong và quanh nhà



### Ngộ độc thường xảy ra khi nào?

Các vụ ngộ độc có thể xảy ra bất cứ lúc nào. Các vụ này đặc biệt thường thấy khi nếp sống bình thường trong gia đình thay đổi, thí dụ thuốc men để bừa ra khi có ai đó trong gia đình bị bệnh hay khi trẻ đến viếng thăm ông bà là người dùng thuốc men đều đặn nhưng lại thường không để những thứ nguy hiểm ấy ngoài tầm tay trẻ nhỏ. Ta cũng cần lưu tâm hơn khi đi nghỉ mát, dời nhà, có khách thăm viếng và lúc gia đình có xáo trộn. Những lỗi lầm đơn giản cũng có thể dẫn tới các vụ ngộ độc, tỉ như tồn trữ những sản phẩm nguy hiểm trong các đồ chứa thực phẩm chẳng hạn.

### Ta có thể ngăn ngừa ngộ độc bằng cách nào?

- Trông chừng trẻ sát sao ở trong và xung quanh nhà. Chú ý tới những trẻ không phải là con em mình, bởi vì chúng có những khả năng khác với con em mình.
- Hãy mua những sản phẩm đựng trong đồ chứa ngăn trẻ mở ra được, nhưng cần nhớ rằng nắp đậy không hoàn toàn ngăn chặn trẻ được – trẻ mà kiên trì mở đồ chứa thì cuối cùng có thể cũng làm được.
- Luôn đoan chắc nắp đậy ngăn trẻ mở phải được đóng đúng cách sau mỗi lần dùng xong.
- Kiểm tra xem có các sản phẩm độc hại ở mỗi phòng trong nhà mình hay không.
- Hãy tồn trữ trong tủ có khóa tất cả những độc chất kể cả thuốc men, các sản phẩm lau chùi và chất hóa học trong các vật chứa, bao bì nguyên thủy của chúng mà có mang nhãn hiệu rõ ràng. Tủ này phải cách mặt đất tối thiểu là một thước rưỡi (1,5 mét).

