

CÁC BƯỚC XỬ LÝ NGAY KHI BỊ PHỎNG

☐ 1. Ngưng tác nhân gây phỏng

- Tắt lửa, ngắt điện, rửa sạch hóa chất, cởi bỏ quần áo bị ướt/ướp nóng (nếu không dính da).

☐ 2. Làm mát vùng phỏng

- Xả nước mát sạch (không lạnh) trực tiếp vào vùng phỏng từ **10–20 phút**.
- Không dùng nước đá (gây bỏng lạnh), không bôi kem đánh răng hay nước mắm.

☐ 3. Bảo vệ vùng da phỏng

- Dùng vải sạch, gạc vô trùng hoặc khăn sạch che nhẹ lên vùng phỏng.
- Không chọc vỡ bóng nước. Vỡ ra sẽ dễ nhiễm trùng.

🔥 PHÂN LOẠI MỨC ĐỘ PHỎNG & XỬ LÝ

Mức độ	Triệu chứng	Xử lý
◆ Độ 1 – Đỏ, rát, không phỏng rộp	Nhẹ (cháy nắng, nước nóng nhẹ)	Làm mát + bôi kem trị phỏng (Aloe vera, BurnAid)
◆ Độ 2 – Đỏ, rộp nước, đau nhiều	Trung bình	Làm mát, không làm vỡ rộp, đến bác sĩ nếu diện rộng
● Độ 3 – Cháy đen, da trắng bệch, mất cảm giác	Nặng	📞 Gọi 911 / đi cấp cứu ngay

✗ KHÔNG nên làm

- ✗ Bôi kem đánh răng, nước mắm, dầu ăn, lòng trắng trứng. ✗ Gãi, đắp lá cây, thuốc dân gian không rõ nguồn gốc, ✗ Dán băng keo cá nhân trực tiếp vào vết phỏng

🏥 ĐI KHÁM NGAY NẾU:

- Vết phỏng lớn hơn lòng bàn tay. Phỏng ở mặt, tay, chân, sinh dục
- Phỏng do điện / hóa chất. Bóng nước lớn, chảy dịch vàng/đục. Sốt, đau tăng, có dấu hiệu nhiễm trùng
-

🏠 NƠI KHÁM Ở FAIRFAX, VA:

🚑 Cấp cứu 24/7: Inova Fairfax Hospital

☎ 703-776-4001

📍 3300 Gallows Rd, Falls Church, VA

🏥 Khám nhanh: Patient First – Fairfax

☎ 703-679-1876

📍 10100 Fairfax Blvd

✔ TIPS PHÒNG TRÁNH PHỎNG TRONG NHÀ

- Luôn để tay cầm nồi quay vào trong bếp
- Không để trẻ em ở gần bếp nóng
- Không đổ xăng trong nhà
- Sử dụng ổ điện có nắp bảo vệ