

## **SƠ CỨU BỆNH NHÂN CƠ GIẬT**

Mục tiêu ưu tiên của sơ cứu bệnh nhân cơ giật là đem đến cho họ sự chăm sóc tổng quát, sự thoải mái và an toàn.

### **Ở bên cạnh bệnh nhân và bắt đầu tính thời gian cơn cơ giật (STAY with the person)**

-Bình tĩnh- điều này sẽ giúp những người xung quanh bình tĩnh. Nói chuyện bình tĩnh và trấn an mọi người trong và sau cơn cơ giật

-Kiểm tra thông tin y tế của bệnh nhân

-Xác định thời gian kéo dài của cơn cơ giật, điều này giúp chúng ta quyết định liệu bệnh nhân có cần trợ giúp cấp cứu

-Đa số cơn cơ giật chỉ kéo dài vài phút, nhưng một số cơn thì không đoán trước được. Một số cơn bắt đầu với những triệu chứng nhỏ nhưng sau đó diễn tiến đến mất tri giác hoặc ngã gây chấn thương. Một số cơn cơ giật chỉ kéo dài vài giây.

### **Giữ cho bệnh nhân được an toàn (Keep the person SAFE)**

-Di chuyển bệnh nhân tránh xa vật sắc nhọn hoặc có hại

-Nếu bệnh nhân lơ mơ hoặc lú lẫn, cần giúp họ tránh xa các tình huống nguy hiểm. Ví dụ, hướng dẫn họ tránh xa xe cộ, bậc đờn tàu hoặc tàu điện ngầm, các vị trí trên cao...

-Đề nghị mọi người giãn ra để cho bệnh nhân có không gian. Tĩnh dậy trước đám đông sau cơn cơ giật có thể làm bệnh nhân cảm thấy bối rối và mất phương hướng.

-Đề nghị một người nào đó ở bên cạnh để trợ giúp khi cần thiết

### **Lật bệnh nhân sang một bên nếu họ không tỉnh táo (Turn the person onto their SIDE)**

-Giúp bệnh nhân thoải mái nhất có thể

-Nói lỏng áo quanh cổ

-Nếu bệnh nhân tỉnh táo, giúp họ ngồi xuống ở nơi an toàn

-Nếu họ có nguy cơ té hoặc lên cơn co giật co cứng toàn thể:

+Đặt bệnh nhân nằm xuống sàn nhà

+Đặt đồ vật nhỏ và mềm dưới cổ bệnh nhân

+ Xoay cho bệnh nhân nằm nghiêng một bên và miệng bệnh nhân hướng về sàn nhà. Tư thế này giúp cho đường thở không bị tắc nghẽn bởi nước bọt được tiết ra khi co giật và giúp bệnh thở dễ dàng hơn

-Trong suốt cơn co giật, bệnh nhân có thể trông giống như ngưng thở. Điều này xảy ra khi các cơ ngực co rút trong pha tăng trương lực (tonic phase) của cơn co giật. Khi pha này kết thúc, các cơ giãn ra và bệnh nhân sẽ thở lại bình thường.

-Cấp cứu hô hấp nói chung không cần thiết trong những pha này.

## **KHÔNG ĐƯA BẤT CỨ VẬT GÌ VÀO MIỆNG BỆNH NHÂN**

-Các cơ hàm và mặt có thể co rút trong cơn co giật, làm cho bệnh nhân cắn xuống. Nếu hiện tượng này xảy ra khi có vật gì đó trong miệng, bệnh nhân có thể làm gãy và nuốt đồ vật hoặc làm gãy răng của họ. Ví dụ nếu đưa ngón tay vào miệng bệnh nhân, ngón tay có thể bị cắn đứt.

***-Đừng lo lắng, bệnh nhân không thể cắn lưỡi của họ trong cơn co giật. Cho nên việc đưa đồ vật vào miệng bệnh nhân để chèn răng bệnh nhân là không nên và không cần thiết***

-Đừng cho nước, thuốc hoặc thức ăn vào miệng bệnh nhân cho đến khi bệnh nhân tỉnh táo. Thức ăn, chất lỏng hoặc thuốc có thể đi vào phổi nếu bệnh nhân ăn hoặc uống trong tình trạng không tỉnh táo hoàn toàn.

-Thuốc cấp cứu để ngưng cơn động kinh (rescue medicines) có thể sử dụng cho bệnh nhân nếu được khuyến cáo bởi đội ngũ y tế, nhưng không dùng theo đường uống(ví dụ có thể đặt dưới lưỡi, trực tràng hoặc thuốc xịt vào mũi).

## **Không ngăn cản bệnh nhân (Do NOT restrain)**

-Việc cố gắng đè bệnh nhân xuống hoặc giữ chặt người bệnh nhân không có tác dụng làm dừng cơn co giật

-Cản trở bệnh nhân có thể dẫn đến chấn thương và có thể khiến bệnh nhân lơ mơ thêm, kích động hơn. Bệnh nhân không đánh có chủ đích trong cơn co giật. Tuy nhiên, nếu bị cản trở trong khi đang lơ mơ, họ có thể phản ứng một cách bạo lực

-Nếu bệnh nhân cố đi bộ, nếu có thể, hãy để họ đi trong một khu vực an toàn và khép kín.

### **Ở bên cạnh bệnh nhân cho đến khi họ tỉnh táo sau cơn co giật**

-Đa số cơn co giật sẽ kết thúc trong vòng vài phút

-Chấn thương có thể xảy ra trong suốt cơn co giật hoặc sau đó, cho nên họ cần sự giúp đỡ từ người khác.

-Nếu bệnh nhân có vẻ bị nghẹt thở, hãy lật bệnh nhân sang một bên và gọi giúp đỡ. Nếu bệnh nhân không thể ho và không thể tự mình làm thông đường thở hoặc thở khó khăn, gọi cấp cứu ngay lập tức.

-Co giật có thể đáng sợ cho người bị co giật cũng như những người khác. Bệnh nhân có thể cảm thấy lúng túng hoặc lẫn lộn về những gì đã xảy ra. Cần ghi nhớ điều này khi bệnh nhân tỉnh dậy.

-Trấn an bệnh nhân rằng họ an toàn.

-Khi bệnh nhân đã tỉnh táo và giao tiếp được, lựa chọn từ ngữ đơn giản để giải thích cho họ biết những gì đã xảy ra.

-Ở lại bên cạnh bệnh nhân cho đến khi họ sẵn sàng trở lại sinh hoạt bình thường hoặc gọi người khác đến ở bên cạnh họ.

### **GỌI CẤP CỨU KHI:**

-Cơn co giật kéo dài trên 5 phút

-Cơn co giật lặp lại

-Khó thở

-Co giật xảy ra ở trong nước

-Người co giật bị chấn thương, có thai hoặc đau ốm

-Người co giật không trở lại trạng thái bình thường

-Lần đầu bị co giật

-Người bị co giật yêu cầu sự trợ giúp y tế

*BS. Trương Văn Trí dịch*

*Nguồn: Seizure First Aid, Epilepsy Foundation*

<https://www.epilepsy.com/learn/seizure-first-aid-and-safety/first-aid-seizures-stay-safe-side>