

Mất Trí Nhớ



Nếu quý vị đã bị ngất xỉu hoặc mất ý thức, quý vị thường bị mất trí nhớ. Điều này có nghĩa là quý vị thậm chí còn không nhớ rằng mình đã bị nghẹt thở hoặc bị bóp cổ.

Quý vị có thể tỉnh lại và không biết vì sao mình lại ở tại vị trí hiện tại, hoặc có thể quý vị chỉ nhớ được một vài chi tiết của vụ tấn công. Ví dụ: quý vị có thể nhớ rằng mình đã ở trong bếp nhưng lại nằm ở trên giường khi tỉnh dậy.

Đây là một tác dụng phụ bình thường và phổ biến. Việc quý vị không nhớ được vụ tấn công không có nghĩa là nó đã không xảy ra. Nếu quý vị trải qua những khoảnh khắc mất trí nhớ và quý vị nhận thấy mình có các dấu hiệu hoặc ảnh hưởng từ việc bị bóp cổ, hãy đến phòng cấp cứu (ER) hoặc gọi 911 ngay lập tức.

Hướng Dẫn Khi Xuất Viện

Đảm bảo có người ở bên cạnh quý vị trong vòng 24-72 giờ tới.

Quý vị có thể phát triển các biến chứng ngay sau khi rời khỏi ngày hôm nay hoặc không. Vui lòng gọi 911 hoặc đến phòng cấp cứu (ER) ngay nếu quý vị có các ảnh hưởng mới từ việc bị bóp cổ.

Quý vị có thể thấy đau hoặc bầm tím ở cổ hoặc vùng đầu. Chườm một túi đá lên vùng bị đau trong 20 phút, 4 lần mỗi ngày, trong 2 ngày đầu tiên. Chụp ảnh bất kỳ vết bầm tím hoặc vết thương nào mới xuất hiện.

Sau khi gặp bác sĩ, hãy ghi lại bất kỳ triệu chứng hoặc thương tích nào xuất hiện thêm. Đặt lịch hẹn tái khám với bác sĩ hoặc nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của quý vị trong vòng 1-2 tuần.



Metro Office of
Family Safety

Where Hope and Healing Begin

Nếu quý vị lo lắng về sự an toàn của mình hoặc đôi khi cảm thấy sợ hãi người phối ngẫu hoặc người thân yêu của mình, có các dịch vụ trợ giúp dành cho quý vị. Để nói chuyện với một người hỗ trợ, hãy liên hệ với một trong các văn phòng của chúng tôi. Mọi thông tin của quý vị sẽ được bảo mật và mọi dịch vụ đều miễn phí.

**Trung Tâm An Toàn Gia Đình (Family Safety Center)
chấp nhận cả khách hàng có hẹn trước và không có
hẹn trước**

**610 Murfreesboro Pike Nashville, TN 37210
(615) 880-1100**

**Thứ Hai - Thứ Sáu, 9 giờ sáng đến 6 giờ chiều
Dịch vụ hỗ trợ 24/7 về Lệnh Bảo Vệ**

**Trung Tâm Hỗ Trợ Jean Crowe (Jean Crowe Advocacy
Center)**

**địa điểm tại tòa án
100 James Robertson Pkwy., Suite 114 Nashville, TN
37201
(615) 862-4767**

Thứ Hai - Thứ Sáu, 7 giờ 45 phút sáng đến 4 giờ chiều

Chúng tôi có thể giúp quý vị nộp đơn xin Lệnh Bảo Vệ, lập kế hoạch bảo đảm an toàn, đánh giá mức độ nguy cơ của quý vị, kết nối quý vị với các nguồn lực như nơi trú ẩn và dịch vụ tư vấn, đồng thời cung cấp một nơi ở an toàn trong lúc quý vị chờ phiên tòa.

Mỗi người có một trải nghiệm riêng về sự bạo hành, cũng như một con đường riêng để đến với sự an toàn và được chữa lành. Chúng tôi sẽ lắng nghe, tin tưởng quý vị và giải thích về các nguồn lực có sẵn. Quý vị có quyền lựa chọn có kêu gọi cơ quan thực thi pháp luật vào cuộc hay không.

Nếu quý vị đang ở Nashville, quý vị cũng có thể gọi đến đường dây nóng 24 giờ của YWCA:
1-800-334-4628

Nếu quý vị ở ngoài Nashville, quý vị có thể gọi cho Đường Dây Nóng Quốc Gia 24 giờ về Bạo Lực Gia Đình tại:
1-800-799-7233



Thông tin về hành vi bóp cổ (làm nghẹt thở)

**Không ai được phép gây tổn
thương cho quý vị**

This project is funded under an agreement with the State of Tennessee. This project was supported by Grant No. 2015-WE-AX-0020 awarded by the Office on Violence Against Women, US Department of Justice. The opinions, findings, conclusions, and recommendations expressed in this publication are those of the author(s) and do not necessarily reflect the views of the Department of Justice, Office on Violence Against Women.

Quý vị không đơn độc



Cứ 4 phụ nữ thì 1 người phải chịu hành vi bạo lực từ người phối ngẫu hoặc người thân yêu của họ tại một thời điểm nào đó trong cuộc đời.*

Trong số đó, cứ 10 người thì có 1 người bị người phối ngẫu hoặc người thân yêu làm cho ghê tởm hoặc bóp cổ.*



Bóp cổ là một hình thức bạo hành nghiêm trọng và nguy hiểm.

Quý vị có thể mất ý thức và ngất xỉu trong vòng

5-10 giây

Quý vị có thể mất kiểm soát bàng quang và đi tiểu không tự chủ sau

15 giây

Quý vị có thể mất kiểm soát ruột và đi đại tiện không tự chủ sau

30 giây

Quý vị có thể qua đời trong vòng

1-3 phút

Bóp cổ không phải là cách duy nhất dẫn đến mức độ gây hại này. Bất kỳ phương thức nào cản trở việc hô hấp của quý vị đều nguy hiểm. Điều này có thể bao gồm các hành vi ghim chặt cổ quý vị vào tường, ngồi trên ngực quý vị, vòng chặt tay qua cổ khiến quý vị không thể thở được, đấm quý vị xuống nước hoặc bịt miệng và mũi của quý vị.

Các Ảnh Hưởng mà Bóp Cổ Gây Ra

Sử dụng danh mục kiểm tra này để theo dõi bất kỳ tác dụng phụ nào quý vị gặp phải.

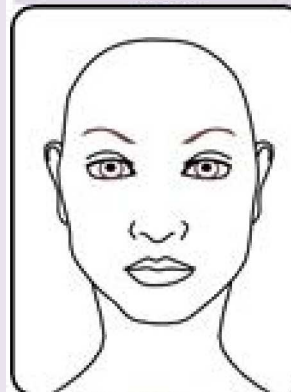
- các chấm nhỏ màu đỏ/tím trên mặt, da đầu, mắt, tai hoặc mũi (được gọi là các đốm xuất huyết)
- các chỗ sưng trên đầu, nứt xương sọ hoặc chấn động
- những vết xước, vết móng tay, các dấu hiệu bóp cổ hoặc vết bầm tím trên mặt, cổ, ngực, vai hoặc bên dưới cằm (đôi khi những vết này có thể do quý vị tự gây ra cho bản thân)
- mắt đỏ ngầu
- chảy máu từ tai hoặc mũi
- miệng hoặc môi bị bầm tím, có vết cắt hoặc trầy xước
- môi sưng hoặc lưỡi sưng
- ho không ngừng
- ho ra máu
- mất ý thức hoặc bất tỉnh
- giọng nói thay đổi
- khó khăn khi nói, nuốt hoặc thở
- cổ họng sưng lên
- cơ thắt cơ ở cổ hoặc họng
- sưng ở cổ, họng hoặc lưỡi
- đau cổ ngày càng tăng
- suy yếu ở một bên cơ thể
- cảm giác tê bì hoặc châm chích
- sụp mí mắt
- khó khăn để hiểu lời nói
- khó khăn trong việc đi lại
- cơn đau đầu không biến mất khi dùng thuốc giảm đau
- chóng mặt hoặc choáng váng
- thị lực thay đổi
- vỡ mạch máu trong mắt
- co giật
- mất trí nhớ hoặc lú lẫn
- nôn mửa

50%

Các thương tích có thể nhìn thấy chỉ xuất hiện trong MỘT NỬA số trường hợp bóp cổ, và quý vị có thể gặp phải các biến chứng chết người sau vài ngày hoặc thậm chí vài tuần sau đó. Quý vị cần gặp bác sĩ kể cả nếu quý vị cảm thấy bình thường.

Sử dụng sơ đồ này để đánh dấu và theo dõi bất kỳ dấu hiệu hoặc triệu chứng có thể nhìn thấy nào xuất hiện.

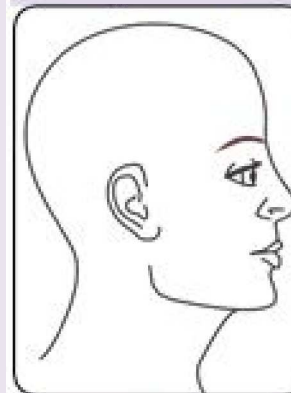
Mặt Trước



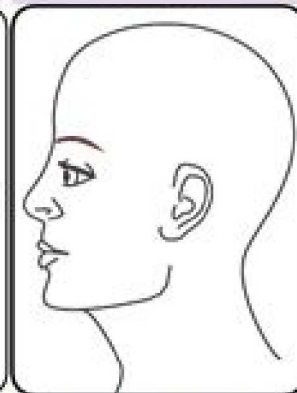
Dưới Cằm



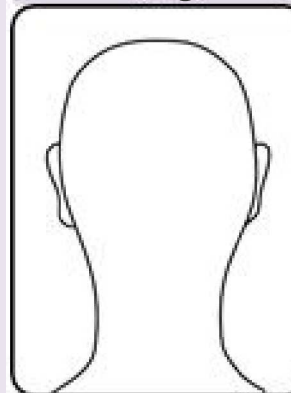
Bên Phải



Bên Trái



Lưng



Trong Miệng

