

# บทเรียนที่

# 9

## การปฐมพยาบาลเบื้องต้น

### สาระสำคัญ

การปฐมพยาบาลเป็นการช่วยเหลือและบรรเทาอาการผู้บาดเจ็บ การปฐมพยาบาลที่ถูกต้องวิธี จะลดความรุนแรงของอาการเจ็บป่วยให้บรรเทาลงได้ ดังนั้นผู้ช่วยเหลือควรจะต้องมีความรู้เกี่ยวกับการปฐมพยาบาลเป็นอย่างดี หากกระทำอย่างไม่ถูกวิธีหรือขาดความรู้เกี่ยวกับการปฐมพยาบาล จะก่อให้เกิดผลเสียอย่างร้ายแรงถึงขั้นเสียชีวิตได้

### สาระการเรียนรู้

1. ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับการปฐมพยาบาล
2. ความรู้ที่จำเป็นสำหรับการปฐมพยาบาล
3. การปฐมพยาบาลผู้ป่วยตามอาการ

### ผลลัพธ์การเรียนรู้ระดับบทเรียน

ประยุกต์ใช้ความรู้เกี่ยวกับการปฐมพยาบาลเบื้องต้นมาใช้ในการวางแผน และเลือกใช้วิธีการปฐมพยาบาลเพื่อช่วยเหลือผู้ป่วยในการปฏิบัติงานอาชีพ

### สมรรถนะประจำบทเรียน

ปฐมพยาบาลเบื้องต้นตามหลักการและกระบวนการ

### จุดประสงค์การเรียนรู้

1. อธิบายความรู้เกี่ยวกับการปฐมพยาบาลเบื้องต้นได้อย่างถูกต้อง
2. ปฏิบัติตามหลักการปฐมพยาบาลเบื้องต้นได้อย่างถูกต้อง
3. เห็นความสำคัญของการปฐมพยาบาลเบื้องต้น
4. เลือกใช้วิธีการปฐมพยาบาลผู้ป่วยตามอาการได้อย่างเหมาะสม



# 1. ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับ การปฐมพยาบาล



## ความหมายของการปฐมพยาบาล

การปฐมพยาบาล หมายถึง การให้ความช่วยเหลือแก่ผู้บาดเจ็บหรือผู้ป่วยในสถานที่เกิดเหตุ โดยใช้เครื่องมือหรืออุปกรณ์เท่าที่มี ก่อนที่ผู้ป่วยจะได้รับการดูแลจากแพทย์ หรือส่งต่อไปยังโรงพยาบาล

### วัตถุประสงค์ของการปฐมพยาบาล

เพื่อช่วยชีวิตผู้ป่วย เป็นการลดความรุนแรงของการบาดเจ็บให้บรรเทาลง รวมทั้งป้องกันความพิการที่จะเกิดขึ้น

### ประโยชน์ของการปฐมพยาบาล มีดังนี้

1. ช่วยบรรเทาความบาดเจ็บของผู้ป่วยก่อนส่งต่อแพทย์เพื่อทำการรักษา
2. ช่วยให้แพทย์ทราบสาเหตุของอุบัติเหตุหรืออาการเจ็บป่วยที่ถูกต้อง เนื่องจากผู้ให้การปฐมพยาบาลคือผู้ที่อยู่ใกล้ชิดกับผู้ป่วยก่อนส่งต่อแพทย์
3. ช่วยให้แพทย์วินิจฉัยและให้การรักษาได้อย่างถูกต้องและรวดเร็ว
4. ช่วยให้ประชาชนตระหนักถึงอันตรายของอุบัติเหตุ เพื่อจะได้เกิดความรู้ระมัดระวังและป้องกันอุบัติเหตุต่าง ๆ ที่อาจเกิดขึ้น
5. บุคคลที่มีความรู้ความสามารถ ได้แสดงความช่วยเหลือแก่ผู้บาดเจ็บเมื่อเกิดภาวะคับขันหรือเกิดเหตุการณ์ร้ายแรงก่อให้เกิดการบาดเจ็บ

**หลักการของการปฐมพยาบาล** การปฐมพยาบาลจะต้องกระทำให้เร็วที่สุด โดยจะต้องคำนึงถึงบุคคล 2 ฝ่าย ได้แก่ ผู้ช่วยเหลือและผู้บาดเจ็บ

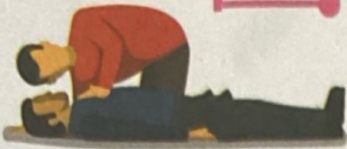
### 1. ผู้ช่วยเหลือ มักเป็นบุคคลที่อยู่ในเหตุการณ์ ซึ่งการช่วยเหลือผู้ป่วยควรคำนึงถึงหลักการดังนี้

- ประเมินความปลอดภัยของสถานที่เกิดเหตุ ซึ่งจะต้องพิจารณาเป็นอันดับแรกก่อนเข้าไปช่วยเหลือ
- การสำรวจด้วยสายตา จะต้องใช้สายตาสำรวจอย่างรวดเร็ว เพื่อการวางแผนช่วยเหลือ โดยผู้ช่วยเหลือจะต้องตั้งสติ ไม่ตื่นตระหนก เช่น ผู้บาดเจ็บบางรายไม่ควรได้รับการเคลื่อนย้าย เพราะจะทำให้เกิดอันตรายมากขึ้น



○ การเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บ โดยปกติผู้บาดเจ็บเกี่ยวกับกระดูกสันหลังไม่ควรได้รับการเคลื่อนย้าย การเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บ หรืออาจเคลื่อนย้ายในกรณีสถานที่ที่ผู้บาดเจ็บอยู่นั้นไม่ได้รับความปลอดภัย หรือกรณีที่ผู้บาดเจ็บอยู่ในน้ำ อยู่ในกองไฟ หรืออยู่กลางถนน

● ช่วยเหลืออย่างนุ่มนวล การช่วยเหลือผู้ป่วยจะต้องกระทำอย่างนุ่มนวล และระมัดระวัง โดยให้การช่วยเหลือตามลำดับของความสำคัญของการมีชีวิต หรือตามความรุนแรงที่ได้รับบาดเจ็บ



**2. ผู้บาดเจ็บ** หรือผู้เคราะห์ร้ายจากเหตุการณ์ อันตรายที่ได้รับเรียงตามลำดับความสำคัญได้คือ หยุดหายใจ เสียเลือดมาก หมดความรู้สึก เจ็บปวด กระดูกหัก

**หลักทั่วไปของการปฐมพยาบาล** มีดังนี้

1. จัดสถานที่ให้มีอากาศถ่ายเทได้สะดวก ห้ามคนมุงล้อม

2. พิจารณาให้แน่ใจว่าผู้ป่วยได้รับอันตรายส่วนใด และควรแก้ไขส่วนนั้นอย่างเร่งด่วน

หากพิจารณาแล้วว่าไม่สามารถช่วยเหลือได้ให้โทรไปที่ 1669

3. หากผู้ป่วยหมดสติให้ถอดเครื่องแต่งกายหลวม ๆ ยกเท้าให้สูงกว่าระดับศีรษะ

4. ไม่ควรเคลื่อนย้ายผู้ป่วย หากไม่แน่ใจว่าผู้ป่วยได้รับอันตรายส่วนใดของร่างกาย หากเป็นอาการเจ็บป่วยที่กระดูกสันหลัง เมื่อเคลื่อนย้ายผิดวิธีจะทำให้เกิดการพิการ กรณีที่สถานที่นั้นไม่ปลอดภัย การเคลื่อนย้ายต้องให้หลังตรงโดยการตามด้วยไม้กระดาน

5. ห้ามเลือดทันที หากพบว่าเลือดกำลังไหล

6. ตรวจชีพจรและการหายใจ หากผู้ป่วยหายใจไม่สะดวก

ต้องช่วยให้ผู้ป่วยหายใจได้ทันที เช่น การล้วงสิ่งที่อยู่ในปากออก

7. ขณะทำการปฐมพยาบาลควรพูดให้กำลังใจเพื่อลดความกังวล

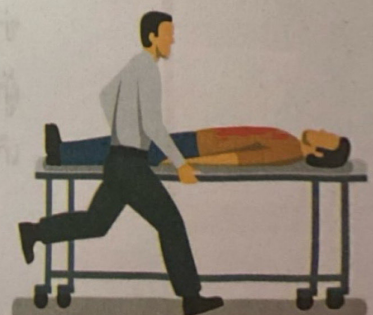
8. รีบนำผู้ป่วยส่งโรงพยาบาลให้เร็วที่สุด

**เหตุฉุกเฉินที่จะทำให้มีผู้เสียชีวิต** หากไม่ได้รับการปฐมพยาบาลอย่างทันที่ว่ามีดังนี้

1. **การหยุดหายใจ** ทำให้ร่างกายขาดออกซิเจน ส่งผลให้เสียชีวิตได้ หากผู้ป่วยหยุดหายใจให้รีบปฏิบัติการช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR) ซึ่งเป็นวิธีที่ง่ายและได้ผลดีที่สุด

2. **หัวใจหยุดเต้น** ทำให้ไม่มีการสูบฉีดเลือดสำหรับนำออกซิเจนไปเลี้ยงร่างกาย ผู้ช่วยเหลือต้องรีบทำให้กระแสเลือดไหลเวียนในร่างกาย โดยวิธีการช่วยฟื้นคืนชีพ

3. **การเสียเลือดจากหลอดเลือดใหญ่ขาด** หากเลือดไหลออกจากร่างกายอย่างรวดเร็ว จะทำให้เสียชีวิตได้ แก้ไขโดยการห้ามเลือดโดยใช้ผ้าสะอาดกดไปที่บาดแผล และยกส่วนที่บาดเจ็บให้สูงกว่าระดับหัวใจ



**4. ภาวะช็อก** เป็นการตอบสนองของ ศูนย์ประสาทส่วนกลางในสมองของร่างกาย ที่ถูก กระตุ้นด้วยความรู้สึกที่ส่งมาจากตำแหน่งที่บาดเจ็บ หรือมีความตกใจหรือความกลัวร่วมอยู่ด้วย ภาวะช็อก จะมีความรุนแรงหากมีการสูญเสียเลือดหรือน้ำเหลือง การช็อกสามารถทำให้ผู้ป่วยเสียชีวิตได้ถึงแม้ว่า การบาดเจ็บจะไม่รุนแรงก็ตาม



การช่วยเหลือผู้ป่วยในเหตุฉุกเฉิน



## 2. ความรู้ที่จำเป็นสำหรับ การปฐมพยาบาล



ในการปฐมพยาบาล ผู้ช่วยเหลือจะต้องมีความรู้ความเข้าใจ ตลอดจนทักษะเบื้องต้นที่จำเป็น เพื่อให้สามารถช่วยเหลือผู้ป่วยได้อย่างมีประสิทธิภาพ และไม่เป็นอันตรายต่อผู้ป่วยด้วย ความรู้ที่จำเป็น มีหลายประการ ดังนี้

**1. การตรวจวัดชีพจร** ชีพจร (Pulse) คือ คลื่นที่เกิดขึ้นจากการขยายตัวและหดตัวของเส้นเลือดแดง สลับกันไป คลื่นที่หดและขยายตัวนี้จะตรงกับการเต้นของหัวใจ อัตราการเต้นของชีพจร บอกถึง ลักษณะอาการของคนปกติหรือผิดปกติอย่างไรหรือไม่ และยังบอกถึงภาวะการเต้นของหัวใจเบื้องต้นด้วย อัตราการเต้นของชีพจรของคนปกติ จังหวะการเต้นสม่ำเสมอประมาณ 60-100 ครั้งต่อนาที จะช้าหรือเร็ว ขึ้นอยู่กับองค์ประกอบอื่น ๆ ด้วย เช่น กิจกรรมที่ทำอยู่ขณะนั้น การตกใจ หลังรับประทานอาหาร การจับชีพจร โดยทั่วไปสามารถตรวจชีพจรได้ด้วยตนเอง โดยการจับตามบริเวณต่าง ๆ ที่มี เส้นเลือดแดงอยู่ใกล้กับผิวหนัง การตรวจจับชีพจร มีดังนี้

### ข้อมือ

ยื่นมือไปข้างหน้า งอศอกเล็กน้อย ปลายฝ่ามือขึ้น ใช้นิ้วชี้และนิ้วกลางของมืออีกข้างหนึ่งวางที่ ข้อมือบริเวณโคนนิ้วโป้ง กดลงเล็กน้อยจนกว่า จะรู้สึกถึงการเต้นของชีพจร หากยังไม่พบสามารถ ขยับตำแหน่งของนิ้วทั้งสองได้จนกว่าจะพบ



การจับชีพจรที่ข้อมือ

### ลำคอ

วางนิ้วชี้และนิ้วกลางลงบนลำคอบริเวณใต้กราม ใกล้กับหลอดเลือด เป็นการจับชีพจรบริเวณ เส้นเลือดแดงแคโรติกที่ไปเลี้ยงสมอง แต่จะ วัดชีพจรได้ยากกว่าบริเวณข้อมือ



การจับชีพจรที่คอ

เมื่อจับชีพจรได้แล้ว ให้เริ่มนับอัตราการเต้นของชีพจรใน 1 นาที โดยอาจจับเวลา 1 นาที แล้วนับจำนวนครั้งของชีพจรที่เต้น หรือจับเวลา 30 วินาที แล้วนับจำนวนชีพจรที่เต้น นำไปคูณด้วย 2 การตรวจความผิดปกติของจังหวะการเต้นของหัวใจ ควรจับชีพจรแล้วเฝ้าสังเกตจังหวะชีพจรภายใน 20-30 วินาที เพื่อสังเกตความผิดปกติ อย่างไรก็ตามมีปัจจัยต่าง ๆ ที่มีผลต่อการเต้นของหัวใจ ดังนั้นจึงควร พักกิจกรรมต่าง ๆ เป็นเวลาอย่างน้อย 5 นาที ผู้ใหญ่จะมีชีพจรเต้น 60-100 ครั้ง/นาที แต่ผู้ที่สุขภาพ แข็งแรงหรือนักกีฬามักมีชีพจรต่ำ โดยอาจมีอัตราการเต้นของหัวใจขณะพักอยู่ที่เพียง 40-60 ครั้ง/นาที ผู้ที่มีชีพจรเต้นเร็วเกิน 100 ครั้งต่อนาที จะมีอาการใจสั่น หายใจหอบ เหนื่อย อ่อนล้า รู้สึกหิว เป็นลมหมดสติ หรืออาจเกิดภาวะหัวใจวายและเสียชีวิตได้ ส่วนผู้ที่ภาวะหัวใจเต้นช้า ช้าจนไม่สามารถสูบน้ำเลือด และนำออกซิเจนไปเลี้ยงอวัยวะส่วนต่าง ๆ ตามร่างกายได้อย่างเพียงพอทำให้มีอาการเหนื่อย อ่อนเพลีย วิงเวียนศีรษะ มึนงง หากมีอาการร้ายแรงอาจทำให้ความดันโลหิตผิดปกติ เป็นลมบ่อย หัวใจวายหรือ หัวใจหยุดเต้นได้

**2. การพันแผล** การพันแผลจะช่วยลดการเสียเลือด ห้ามเลือด ลดอาการเจ็บปวด และป้องกันไม่ให้แผลติดเชื้อ ผ้าที่นำมาใช้พันแผลนั้นขึ้นอยู่กับสถานการณ์ในขณะนั้น เช่น ผ้าพันคอ ผ้าขาวม้า ผ้าคลุมผม หรือเสื้อที่ใส่อยู่ในขณะนั้น การพันแผล ควรยึดหลักดังนี้

1. ม้วนผ้าให้แน่น
2. การพันผ้าจะต้องพันจากด้านล่างขึ้นข้างบน พันจากด้านในออกมาด้านนอก และให้พันผ้าหนาประมาณ 2-3 รอบ
3. อย่าพันแผลแน่นจนเกินไป เมื่อพันจนพอแล้วให้ฉีกผ้าออกเป็น 2 หาง แล้วผูกไว้ หรือใช้เข็มกลัด หรือปิดด้วยผ้ายาง
4. หลังจากพันผ้าครึ่งชั่วโมง ให้สังเกตดูว่าผ้าหลุด หรือมีปัญหาอื่น ๆ หรือไม่

### 3. การพันแผลในบริเวณต่าง ๆ ของร่างกาย มีดังนี้

1. แผลบริเวณนิ้วมือและนิ้วเท้า ให้เริ่มพันจากโคนนิ้ว แล้วพันเกลียวขึ้นไปหาปลายนิ้ว ทับกันประมาณ 1/4 ของส่วนกว้าง พันปลายนิ้ว มาหาโคนนิ้ว 2-3 ครั้ง แล้วพันใหม่อีกครั้ง จากนั้นใช้ผ้ายางสำหรับปิดแผล ปิดปลายผ้าหรือมัดโดยฉีกปลายออก 2 แฉก หากแผลอยู่ใกล้กับ โคนนิ้วมากให้พันทอดข้ามไปมาจากโคนนิ้วกับข้อมือ



แผลบริเวณนิ้วมือ

2. แผลบริเวณแขนและขา เริ่มพันจากส่วนที่คอดที่สุด เช่น ข้อมือและข้อเท้า โดยเริ่มพัน 2-3 รอบก่อน จากนั้นให้พันให้ทับเหลื่อมกัน การพันแต่ละรอบให้หักผ้าพันแผลตอนที่พันมาถึงกลางมือขึ้นหรือลงก็ได้ เพื่อให้ตรงข้ามกับเส้นทางเดิม เมื่อพันผ้าเรียบร้อยแล้ว ใช้ผ้าปิดแผลทับปิดปลายหรือมัดปลาย โดยฉีกออก 2 แฉก

3. แผลที่ศีรษะ เริ่มพันรอบศีรษะก่อน เมื่อรอบหน้าผากแล้วให้ตั้งต้นจากกลางหน้าผาก แล้วใช้มือกดปลายผ้าที่พันไว้ ทอดข้ามไปมาให้รอบศีรษะหนึ่ง เสร็จแล้วใช้ผ้าปิดปลาย

4. แผลที่คางและใบหน้า เริ่มพันรอบศีรษะ 2 รอบในแนวนอน จากนั้นให้เริ่มพันในแนวตั้งฉากกับแนวแรก โดยใช้มือกดไว้แล้วพับข้ามศีรษะย้อนลงมาใต้คางเป็นแนวตั้งฉากกับรอบศีรษะ โดยพัน 3-4 รอบ แล้วกลับมาพันรอบศีรษะอีกครั้งหนึ่ง จากนั้นมัดปลายทั้งสองข้างให้แน่นหรืออาจจะใช้ผ้าปิดปลายก็ได้



แผลบริเวณขา



แผลที่ศีรษะ

4. **การเคลื่อนย้ายผู้ป่วย** การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างถูกต้องถือว่าเป็นวิธีการหนึ่งที่มีความสำคัญที่จะช่วยลดการบาดเจ็บ บรรเทาอาการ และสามารถเคลื่อนย้ายผู้ป่วยออกจากสถานการณ์ฉุกเฉิน และนำผู้ป่วยส่งโรงพยาบาลได้อย่างทันท่วงที มีรูปแบบและวิธีการในการเคลื่อนย้ายผู้ป่วย ดังนี้

การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยที่ไม่ใช้อุปกรณ์ มีหลายวิธีดังนี้

### การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบพยุงเดิน

การเคลื่อนย้ายวิธีนี้ทำโดยมีผู้ช่วยเหลือเพียงคนเดียว การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยที่บาดเจ็บเล็กน้อย มีสติอยู่และช่วยเหลือตนเองได้บ้าง เช่น ข้อเท้าเคล็ดหรือแพลง กำลังจะเป็นลม ได้รับอุบัติเหตุที่ตาต้องปิดตาหรือหลับตา

**วิธีปฏิบัติ** ผู้ช่วยเหลือยืนเคียงคู่กับผู้ป่วยหันหน้าไปในทิศทางเดียวกัน จับแขนผู้ป่วยข้างใดข้างหนึ่ง ถ้าเป็นการบาดเจ็บที่ขา ก็ให้ขาข้างที่ได้รับบาดเจ็บอยู่ใกล้กับขาผู้ช่วยเหลือแล้วเอามือผู้ป่วยพาดบ่าคล้องคอ ผู้ช่วยเหลือใช้มือข้างหนึ่งจับข้อมือของผู้ป่วยไว้ มืออีกข้างหนึ่งโอบหลังผู้ป่วยพาเดินไป ต้องพยายามออกแรงพยุงผู้ป่วยให้มาก ๆ เพื่อให้ผู้ป่วยเดินได้โดยไม่ต้องใช้แรงมาก และมีหลักสำหรับเกาะยึด ถ้าบาดเจ็บที่ขา เท้า หรือข้อเท้า ก็จะทำให้ลดน้ำหนักตัวที่จะลงบนขา ทำให้ผู้ป่วยไม่เจ็บมากนัก



การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบพยุงเดิน

## การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบแบกใส่ป่า

การเคลื่อนย้ายวิธีนี้ใช้ในกรณีที่ผู้ป่วยหมดสติ หรือถ้ายังมีสติอยู่ก็ต้องมีรูปร่างไม่ใหญ่โตมากนัก ผู้ช่วยเหลือต้องมีรูปร่างใหญ่โตกว่าและมีร่างกายที่แข็งแรง สามารถทำได้ 2 วิธี ดังนี้

### วิธีที่ 1



1 ผู้ช่วยเหลือสัมผัสร่างกายผู้ป่วย



2 ก้าวเท้าไปยืนคร่อมลำตัวผู้ป่วย เอามือดึงไหล่ขึ้นมา



3 ใช้มือทั้ง 2 ข้างสอดใต้รักแร้จนมือประสานกัน



4 ดึงตัวผู้ป่วยขึ้นมาจากท่าคุกเข่าจนถึงท่ายืน



5 ใช้มือข้างหนึ่งจับข้อมือผู้ป่วย ย่อตัวลงนำตัวผู้ป่วยมาพาดที่ป่า ใช้มืออีกข้างหนึ่งรวบขาทั้ง 2 ข้างตรงข้อพับ



6 ลุกขึ้นยืน เอามือข้างที่จับมือผู้ป่วยส่งไปยังมือที่จับขา



7 ใช้มือข้างที่จับขาผู้ป่วยมาจับข้อมือผู้ป่วยแทน

### การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบแบกใส่ป่า วิธีที่ 1

### วิธีที่ 2



1 ผู้ช่วยเหลือคุกเข่าเหนือศีรษะผู้ป่วย



ใช้มือทั้ง 2 ข้างสอดเข้า  
ใต้รักแร้



ยกตัว ผู้ป่วย ขึ้นมา  
จนอยู่ในท่ายืน จากนั้น  
ประคองผู้ป่วยมายังท่า  
ข้างที่ถนัด



ย่อตัวลงแบกผู้ป่วยขึ้นบ่า  
ใช้มือข้างหนึ่งจับข้อมือ  
ผู้ป่วยไว้ อีกข้างหนึ่ง  
คล้องขาด้านในของผู้ป่วย



ยืนตรง ส่งมือที่จับมือ  
ผู้ป่วยไปยังมือที่กอดขา  
แล้วพาเดินไป

### การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบแบกใส่บ่า วิธีที่ 2

### การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบอุ้มกอดด้านหน้า

การเคลื่อนย้ายวิธีนี้เหมาะสำหรับผู้ป่วยที่เดินไม่ได้ และน้ำหนักตัวไม่มากนัก หรือไม่เกินกำลัง  
ของผู้ช่วยเหลือ

#### วิธีปฏิบัติ



ยกผู้ป่วยขึ้นด้วยการคุกเข่า  
ข้างหนึ่งลง



ยกผู้ป่วยขึ้นด้วยกำลังขา  
เป็นส่วนใหญ่ ให้ผู้ป่วยพัก  
บนเข่า



ยกผู้ป่วยขึ้นในท่ายืน ทั้งนี้ เพื่อความนุ่มนวล  
และป้องกันอันตรายซึ่งอาจเกิดที่กระดูกสันหลัง  
แล้วพาเดินไป ถ้าผู้ป่วยยังมีสติอยู่ให้ใช้  
แขนด้านในคล้องคอผู้ช่วยเหลือ

### การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบอุ้มกอดด้านหน้า

## การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบกอดคอซีหลัง

การเคลื่อนย้ายด้วยวิธีนี้เหมาะสำหรับผู้ป่วยที่ขาเจ็บเดินไม่ได้ แต่ต้องรู้สึกตัวดีหรือพอรู้สึกตัวอยู่บ้าง มีน้ำหนักตัวไม่มากนัก ไม่เกินกำลังของผู้ช่วยเหลือ

**วิธีปฏิบัติ** ผู้ป่วยยืนทาบหลังและกอดคอผู้ช่วยเหลือ ผู้ช่วยเหลือย่อตัวลงพร้อมกับสอดมือทั้ง 2 ข้างเข้าใต้เท้าของผู้ป่วย และดึงมือทั้ง 2 ข้างของผู้ป่วยมายึดไว้ในลักษณะไขว่กัน เมื่อทรงตัวได้แล้วจึงพาเดินไป



การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบ  
กอดคอซีหลัง

## การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบใช้ 2 คนหาม

การเคลื่อนย้ายวิธีนี้ใช้ในกรณีผู้ป่วยที่มีอาการไม่รุนแรง แต่ไม่สามารถช่วยเหลือตนเองได้ เหมาะสำหรับการเคลื่อนย้ายผ่านทางที่แคบ เช่น ผ่านประตู ลงบันได ผ่านซอกตึก วิธีนี้ห้ามใช้กับผู้ป่วยกระดูกหักทุกชนิด เพราะจะทำให้ผู้ป่วยได้รับอันตรายเพิ่มขึ้น

**วิธีปฏิบัติ** ผู้ช่วยเหลือคนหนึ่งอยู่ทางศีรษะของผู้ป่วย สอดแขนเข้าใต้รักแร้ของผู้ป่วยแล้วโอบมาด้านหน้า มือทั้ง 2 ข้างจับกันให้แน่น ส่วนผู้ช่วยเหลืออีกคนหนึ่งอยู่ด้านหลัง หันหน้าไปตามกันกับคนหลัง ยืนระหว่างขาทั้ง 2 ข้างของผู้ป่วย ใช้มือจับใต้เท้าทั้ง 2 ข้างของผู้ป่วย หลังจากนั้นให้ผู้ช่วยเหลือทั้ง 2 คนยกผู้ป่วยขึ้นพร้อม ๆ กันในท่านั่งอยู่ แล้วจึงพาเดินไป ขณะเดินนั้นผู้ช่วยเหลือทั้ง 2 คนต้องใช้ความเร็วเท่า ๆ กัน

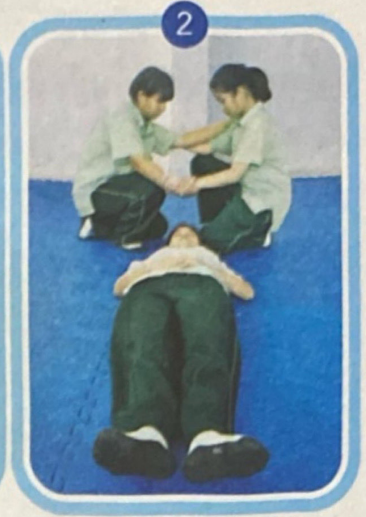


การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบใช้ 2 คนหาม

### การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบที่นั่ง 2 มือ

การเคลื่อนย้ายวิธีนี้ใช้ในกรณีที่ผู้ป่วยเดินไม่ได้และหมดสติ ไม่สามารถใช้มือจับผู้ช่วยเหลือได้

**วิธีปฏิบัติ** ผู้ช่วยเหลือทั้ง 2 คนหันหน้าเข้าหากัน คุกเข่าลงข้างลำตัวของผู้ป่วยคนละข้าง พยุงให้ผู้ป่วยอยู่ในท่านั่ง ให้แขนของผู้ช่วยเหลือทั้ง 2 คนโอบหลังผู้ป่วยบริเวณรักแร้ แล้วใช้มือจับข้อมือซึ่งกันและกันสอดแขนอีกข้างหนึ่งเข้าใต้เท้าของผู้ป่วยและใช้มือจับข้อมือซึ่งกันและกัน ยกผู้ป่วยขึ้นพร้อม ๆ กันแล้วพาเดินไป



การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบที่นั่ง 2 มือ

### การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบอุ้มประสานแคร์

การเคลื่อนย้ายวิธีนี้ใช้ในกรณีที่ผู้ป่วยมีสติดีและสามารถใช้มือจับยึดผู้ช่วยเหลือได้

**วิธีปฏิบัติ** ผู้ช่วยเหลือทั้ง 2 คนหันหน้าเข้าหากัน ใช้มือขวาจับข้อมือซ้ายของตนเอง และใช้มือซ้ายของตนเองจับข้อมือขวาของอีกคนหนึ่ง ทั้ง 4 มือจะประสานกันเป็นแคร์ ย่อตัวลงให้ผู้ป่วยนั่งลงบนแคร์ แล้วให้ผู้ป่วยโอบรอบคอผู้ช่วยเหลือทั้ง 2 คน หลังจากนั้นยกผู้ป่วยขึ้นพร้อม ๆ กันแล้วพาเดินไป



การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบอุ้มประสานแคร์

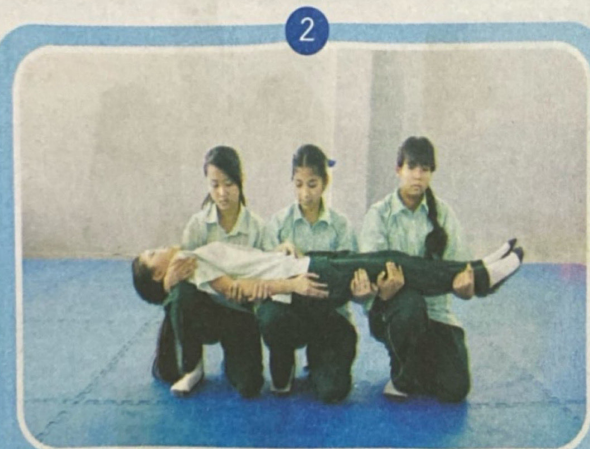
## การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบใช้ 3 คนหาม

การเคลื่อนย้ายวิธีนี้ใช้ในกรณีที่ต้องเคลื่อนย้ายผู้ป่วยในลักษณะนอน หรือผู้ป่วยไม่รู้สีกตัว ระยะทางในการเคลื่อนที่ไปนั้นต้องไม่ไกลมากนัก และต้องมีผู้ช่วยเหลือ 3 คน

### วิธีปฏิบัติ



ผู้ช่วยเหลือทั้ง 3 คนหันหน้าไปทางเดียวกันทั้งหมด และควรเป็นด้านข้างที่ไม่บาดเจ็บ ให้ผู้ช่วยเหลือทั้งหมดคุกเข่าข้างใดข้างหนึ่งลง ต้องเป็นเข่าเดียวกันทั้งหมด ให้คนที่อยู่ทางด้านศีรษะผู้ป่วยสอดแขนข้างหนึ่งเข้าใต้ศีรษะ คอ และไหล่ ส่วนแขนอีกข้างหนึ่งสอดเข้าใต้หลัง คนกลางสอดแขนข้างหนึ่งเข้าตรงเอวและสะโพก ส่วนแขนอีกข้างหนึ่งสอดเข้าที่ขาที่อ่อนบวม ส่วนคนสุดท้ายสอดแขนข้างหนึ่งเข้าใต้เข่า ส่วนแขนอีกข้างหนึ่งสอดเข้าที่ข้อเท้า



ให้สัญญาณยกผู้ป่วยขึ้นพร้อม ๆ กันในทำนองแล้วผู้ช่วยเหลือทุกคนกอดผู้ป่วยให้ด้านหลังของเข่าแนบลำตัวของผู้ป่วย



ให้สัญญาณลุกขึ้นยืนพร้อม ๆ กัน เมื่อทรงตัวได้แล้วจึงพาเดินไปด้วยความระมัดระวังและก้าวขาเดินไปข้างหน้าพร้อม ๆ กัน

การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยที่ใช้อุปกรณ์ มีหลายวิธีขึ้นอยู่กับสภาพเหตุการณ์ดังนี้

### การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบใช้เก้าอี้

การเคลื่อนย้ายวิธีนี้ควรใช้เก้าอี้ที่มีความแข็งแรง ใช้เคลื่อนย้ายผู้ป่วยที่ยังมีสติอยู่ แต่ไม่สามารถเดินได้ หรือใช้ในกรณีที่ต้องการนำผู้ป่วยลงบันได

**วิธีปฏิบัติ** ให้ผู้ป่วยนั่งเก้าอี้ที่มีพนักพิงในท่าที่สบาย ๆ ให้ผู้ช่วยเหลือ 2 คนยกเก้าอี้ขึ้น คนหนึ่งจับทางด้านหลังของพนักพิง และอีกคนหนึ่งจับขาเก้าอี้ด้านหน้า ยกเก้าอี้ขึ้นแล้วพาเดินไปโดยเคลื่อนตัวไปทางด้านหน้าตามทิศทางที่จะไป



การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบใช้เก้าอี้

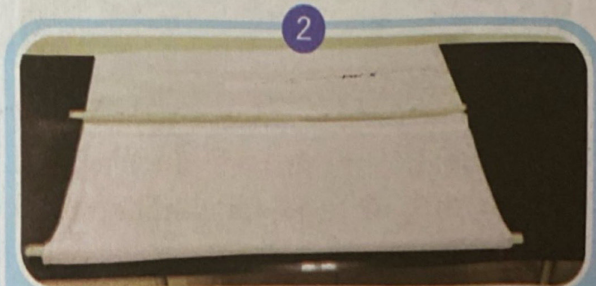
### การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบใช้ผ้าห่มทำเปล

การเคลื่อนย้ายวิธีนี้เหมาะสำหรับผู้ป่วยที่มีอาการหนัก และจำเป็นต้องใช้เปลสนาม หรือเปลพยาบาล แต่เมื่อไม่มีเปลจึงต้องมีการดัดแปลงวัสดุที่มีอยู่ทำเป็นเปล ผู้ป่วยจะนอนลงบนเปลที่ทำขึ้น แต่ถ้าทำเปลไม่ถูกต้องก็อาจทำให้ผู้ป่วยตกลงมาพร้อมกับผ้าห่มได้ ดังนั้นจึงต้องมีการฝึกทักษะการทำเปลให้ถูกต้อง

#### วิธีทำเปล



นำผ้าห่มผืนใหญ่ ๆ มาคลี่ออกและแบ่งเป็น 2 ส่วน พับส่วนที่ 1 มาหาส่วนที่ 2 แล้วสอดไม้พลองไปตามรอยพับให้ปลายไม้พลองโผล่ออกมาทั้ง 2 ข้าง



นำไม้พลองท่อนที่ 2 วางลงบนผ้าที่พับไว้ห่างจากไม้พลองอันแรกพอสมควร ค่ะเนประมาณพอคนนอนได้ระหว่างไม้พลอง 2 อันนี้



เปลคืออุปกรณ์อย่างหนึ่งที่ใช้เคลื่อนย้ายผู้ป่วย

3



พับชายผ้าห่มย้อนกลับมาทับไม้พลองอันที่ 2 และให้ชายผ้าพาดคลุมไม้พลองอันที่ 1 ก็จะได้เปลที่ใช้ผ้าห่มและไม้พลองทำ

### ข้อสังเกต

เมื่อพับชายผ้าห่มแล้ว ชายผ้าห่มจะต้องอยู่เลยกึ่งกลางของเปลมาทางไม้พลองอันแรก มิฉะนั้นผ้าอาจจะลื่นหลุดออกจากไม้พลองได้ เมื่อทำเปลเสร็จแล้วให้นำผู้ป่วยมานอนลงบนเปล น้ำหนักตัวของผู้ป่วยจะกดลงบนผ้าห่ม จะทำให้ผ้าห่มไม่หลุดออกจากไม้พลอง ในการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยนั้น ให้ผู้ช่วยเหลือทั้ง 2 คนจับไม้พลองทั้ง 2 ด้าน ด้านหน้าหนึ่งคนด้านหลังอีกหนึ่งคน หันหน้าไปทางเดียวกัน แล้วยกเปลขึ้นพร้อม ๆ กัน ขณะยกเปลขึ้นให้ดูผ้าห่มด้วยว่าจะลื่นหลุดจากไม้พลองหรือไม่ เมื่อยกเปลขึ้นแล้วจึงพาผู้ป่วยเคลื่อนย้าย

### การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบลากด้วยผ้าห่ม

การเคลื่อนย้ายวิธีนี้เหมาะสำหรับการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยออกจากพื้นที่ที่กำลังมีไฟไหม้ ซึ่งผู้ป่วยช่วยเหลือตนเองไม่ได้หรือหมดสติ และพื้นที่นั้นต้องเรียบและไม่มีสิ่งกีดขวางทางการเคลื่อนย้าย

### วิธีปฏิบัติ

1



พับผ้าห่มตามยาวทบกัน 2-3 ชั้น วางผ้าห่มชิดตัวผู้ป่วยทางด้านข้าง ผู้ช่วยเหลือคุกเข่าลงข้างตัวผู้ป่วยอีกข้างหนึ่ง จับผู้ป่วยตะแคงเพื่อให้นอนบนผ้าห่ม แล้วม้วนผ้าห่มเข้าหากัน

2



ผู้ช่วยเหลือใช้มือทั้ง 2 ข้างจับผ้าห่มในตำแหน่งที่ใกล้กับศีรษะของผู้ป่วย ใช้มือดึงผ้าห่มเคลื่อนย้ายผู้ป่วยไปในทิศทางที่ต้องการ

### การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบลากด้วยผ้าห่ม

## การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบคลานลาก

การเคลื่อนย้ายวิธีนี้ใช้ในกรณีที่ผู้ป่วยไม่รู้สีกตัวและอยู่ในที่แคบ ไม่สามารถจะยืนและเคลื่อนย้ายผู้ป่วยได้ **วิธีปฏิบัติ** ให้ผู้ป่วยนอนหงายแล้วผูกข้อมือทั้ง 2 ข้างให้ติดกัน ผู้ช่วยเหลือคูกเขา คร่อมตัวผู้ป่วย ในท่าคลานแล้วสอดศีรษะเข้าไประหว่างแขนทั้ง 2 ข้างที่ผูกข้อมือไว้ จากนั้นผู้ช่วยเหลือจะคลานโดยใช้คอ ลากผู้ป่วยให้เคลื่อนย้ายไป



การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบคลานลาก

**5. การช่วยฟื้นคืนชีพพื้นฐาน** CPR หรือ Cardiopulmonary resuscitation เป็นการช่วยเหลือผู้ป่วยที่หยุดหายใจ หรือหัวใจหยุดเต้นให้กลับมาหายใจ หรือมีลมหายใจและระบบไหลเวียนเลือดกลับมาทำงานได้ตามปกติ ความสำคัญของการทำ CPR อยู่ที่การกดหน้าอกที่ต้องปฏิบัติให้ถูกต้อง และทันเวลา หากสมองขาดออกซิเจนไปมากกว่า 4 นาที อาจเกิดความเสียหายต่อสมองได้

### 1 ปลุก

ตรวจสอบความปลอดภัยรอบ ๆ บริเวณก่อนเข้าไปช่วยเหลือ ดาบที่บ่าและสังเกตการหายใจ

### 2 โทร 1669

ให้รับโทรขอความช่วยเหลือที่สายด่วน 1669 โดยแจ้งอาการผู้ป่วย สถานที่เกิดเหตุ ชื่อและเบอร์โทร

### 3 ปัม

กดหน้าอกที่ตำแหน่งเหมือนปลายกระดูกหน้าอก ขึ้นมา 2 นิ้ว ด้วยความเร็วอย่างน้อย 100 ครั้ง/นาที ด้วยความลึก

### 4 แปะ

ขณะที่ทำ CPR เมื่อเครื่อง AED มาถึงให้ผู้ช่วยเหลืออีกคนหนึ่งเตรียมเครื่อง AED โดยการถอดเสื้อผู้ป่วย ออกและติดแผ่นนำไฟฟ้าทั้ง 2 แผ่น บริเวณใต้กระดูก ไหล่ปลาร้า

### 5 ช็อก

เปิดเครื่อง AED และปฏิบัติตามคำแนะนำจากเครื่อง จนเมื่อเครื่องสั่งให้ทำการช็อก ให้คนบริเวณรอบ ๆ ถอยห่าง เพื่อให้แน่ใจว่าไม่มีใครสัมผัสกับผู้ป่วย ก่อนกดปุ่มช็อกไฟฟ้า

### 6 ส่ง

ระหว่างรอรถพยาบาลมารับหากผู้ป่วยยังไม่รู้สึกตัว ให้ทำการปั๊มหัวใจและปฏิบัติตามคำแนะนำของเครื่อง AED ไปจนกว่าผู้ป่วยจะหายใจหรือรถพยาบาลมา



### 3. การปฐมพยาบาลผู้ป่วยตามอาการ



เมื่อประสบเหตุ ผู้ช่วยเหลือจะต้องพิจารณาเป็นอันดับแรกว่าผู้ป่วยมีอาการอย่างไร เพื่อจะได้ช่วยเหลือตามอาการได้อย่างถูกต้อง อาการของผู้ป่วยมีดังนี้

**1. หมดสติจากการเป็นลม** คือ อาการหมดสติชั่วคราว เนื่องจากเลือดไปเลี้ยงสมองไม่พอ อาจเกิดจากเหนื่อยจัด หัวใจผิดปกติหรือเครียด การปฐมพยาบาลควรปฏิบัติดังนี้

- นำเข้าไปในสถานที่ที่มีอากาศถ่ายเทสะดวก
- ให้นอนราบ คลายเสื้อผ้าออกให้หลวม
- ใช้ผ้าชุบน้ำเย็นเช็ดเหงื่อที่หน้าผากและเท้า
- ให้ผู้ป่วยดมแอมโมเนีย
- หากผู้ป่วยมีใบหน้าซีดให้นอนศีรษะต่ำ หากมีใบหน้าแดงให้นอนศีรษะสูง

**2. ช็อก** เป็นสภาวะที่เลือดไม่สามารถนำออกซิเจนไปเลี้ยงเนื้อเยื่อต่าง ๆ ทั่วร่างกายได้เพียงพอ ผู้ป่วยที่ช็อกจะมีอาการหน้าซีด เหงื่อออก ตัวเย็น คลื่นไส้ อาเจียน รูม่านตาขยายโตขึ้นทั้งสองข้าง หากไม่รีบนำส่งโรงพยาบาล จะทำให้เสียชีวิตได้ การปฐมพยาบาลควรปฏิบัติดังนี้

- นำเข้าไปในที่ร่ม อากาศถ่ายเทสะดวก ปลดเสื้อผ้าให้หลวม
- นอนราบไม่ต้องหนุนศีรษะ ยกปลายเท้าให้สูงในช่วง 30 นาทีแรก
- หากผู้ป่วยไม่รู้สีกตัวให้นอนตะแคงหันหน้าไปข้างใดข้างหนึ่ง
- หากมีบาดแผลให้รีบห้ามเลือด
- ห้ามให้อาหารหรือน้ำทางปาก ให้สังเกตอาการหายใจเป็นระยะ
- รีบนำส่งแพทย์ทันที

**3. บาดแผลปิด** คือ บาดแผลที่ไม่มีรอยแยกของผิวหนังปรากฏให้เห็น เกิดจากถูกกระแทกจากของแข็งที่ไม่มีคม มีการฉีกขาดของเนื้อเยื่อและเส้นเลือดฝอยใต้ผิวหนัง มองภายนอกจะเห็นเป็นอาการฟกช้ำเป็นจ้ำเลือด หากฟกช้ำรุนแรงอาจถึงขั้นกระดูกแตกหรือหักได้ การปฐมพยาบาลบาดแผลปิดควรปฏิบัติดังนี้

- ยกส่วนที่บาดเจ็บให้อยู่ในท่าที่สบาย
- หากมีอาการปวดและบวมให้ประคบเย็น
- หากพบว่ากระดูกมีรูปร่างผิดปกติ อาจก่อให้เกิดอาการข้อเคล็ด กระดูกแตกหรือหัก ให้รีบนำส่งแพทย์ทันที

#### 4. บาดแผลเปิด แบ่งออกเป็น

- แผลถลอก เป็นแผลตื้น มีเลือดออกเล็กน้อย ใ้รับล้างแผล และใส่ยาฆ่าเชื้อ

- แผลฉีกขาด เกิดจากวัตถุที่ไม่มีคม แต่มีแรงกระชากหรือแรงกระแทกพอที่จะทำให้ผิวหนังหรือเนื้อเยื่อใต้ผิวหนังฉีกขาดได้

- ลักษณะขอบแผลจะขาดกะรุ่งกะริ่ง ผู้บาดเจ็บจะรู้สึกเจ็บปวดมาก การปฐมพยาบาลควรทำความสะอาดแผลด้วยน้ำสะอาดหรือน้ำเกลือและทำความสะอาดรอบบาดแผลด้วยแอลกอฮอล์ ห้ามเลือดด้วยผ้าสะอาด แล้วใ้ น้ำยาฆ่าเชื้อ ปิดด้วยพลาสติกหรือผ้าพันแผล หากแผลใหญ่หรือมีเนื้อเยื่อฉีกขาด ควรรีบนำส่งแพทย์



แผลถลอก

- แผลตัด เกิดจากของมีคม หากบาดแผลลึก เลือดจะไหลมาก แผลชนิดนี้จะหายเร็ว ประมาณ 3-7 วัน เนื่องจากขอบแผลอยู่ชิดกัน การปฐมพยาบาลควรห้ามเลือด และรีบนำส่งโรงพยาบาล กรณีที่มีอวัยวะถูกตัดขาด ให้นำใส่ถุงพลาสติกที่สะอาด ปิดปากถุงให้แน่น ไม่ให้น้ำเข้า แช่ในถังน้ำแข็ง และรีบนำส่งโรงพยาบาลพร้อมผู้ป่วย

- แผลถูกแทง เกิดจากวัตถุปลายแหลม เช่น เหล็กแหลม เศษไม้ ตะปู แผลประเภทนี้จะเล็กแต่ลึก หากถูกอวัยวะสำคัญจะทำให้มีเลือดออกมา หรือเลือดออกภายในได้ การปฐมพยาบาล ให้ห้ามเลือดแล้วรีบนำส่งแพทย์ หากมีวัตถุปักคาอยู่ ห้ามนำออกใ้ใช้ผ้าสะอาดกดรอบแผลและใช้ผ้าพันไว้ แล้วรีบนำส่งแพทย์

5. บาดแผลถูกความร้อน เป็นบาดแผลที่เกิดจากไฟไหม้ น้ำร้อนลวก ถูกกรด ด่าง สารเคมี ใ้เนื้อเยื่อมีบาดแผลตั้งแต่บาดเจ็บเล็กน้อยจนถึงเสียชีวิต การปฐมพยาบาลควรปฏิบัติดังนี้

- ราดด้วยน้ำเย็น หรือเปิดใ้ น้ำไหลผ่านบริเวณแผล

- รีบถอดหรือตัดเสื้อผ้า เครื่องประดับ ออกจากบริเวณที่ถูกความร้อน หากสิ่งเหล่านี้ติดกับบาดแผลห้ามถอดออก

- หากบาดแผลไม่รุนแรงใ้ทายาสำหรับแผลไฟไหม้ แล้วปิดด้วยผ้าสะอาด ห้ามใช้ซีมี้ง ไขมัน หรือยาสีฟันทาที่บาดแผล

- หากแผลกว้างและลึก หรือถูกอวัยวะสำคัญใ้รีบนำส่งแพทย์ โดยใ้ผู้ป่วยนอนลง ยกและพุงขาใ้สูง ระหว่างรอรถพยาบาลหรือทีมช่วยเหลือ ควรตรวจบันทึกการหายใจและชีพจรทุก ๆ 10 นาที

**6. กระดูกหัก** การปฐมพยาบาลที่ดีที่สุดสำหรับผู้ป่วยกระดูกหัก คือห้ามเคลื่อนย้าย เพราะหากมีการเคลื่อนย้ายอย่างผิดวิธีจะทำให้ผู้ป่วยบาดเจ็บมากขึ้น หากมีอาการเลือดออกด้วยให้รีบห้ามเลือดไว้ก่อน หากมีอาการช็อกก็ให้รักษาอาการช็อกก่อน กรณีที่จำเป็นต้องมีการเคลื่อนย้ายให้เข้าเฟือกชั่วคราวที่ผู้ป่วยนอนอยู่ หากมีแผลให้ห้ามเลือดก่อนเข้าเฟือก สิ่งที่ต้องระวังคือหากกระดูกสันหลังหรือกระดูกต้นคอหัก และมีการเคลื่อนย้ายผิดวิธีจะทำให้ผู้ป่วยพิการตลอดชีวิต

การใส่เฟือกชั่วคราว เป็นการตามบริเวณที่หักด้วยเฟือกชั่วคราวอย่างถูกต้องและรวดเร็ว จะช่วยให้บริเวณที่หักอยู่นิ่ง ลดความเจ็บปวดลงได้ การใส่เฟือกชั่วคราวให้ใช้วัสดุที่หาง่าย เช่น ไม้ กระดาษหนังสือพิมพ์พับหนา หมอน รม กระดาน นำมาตามบริเวณที่กระดูกหักแล้วผูกด้วยเชือกหรือผ้า เพื่อไม่ให้บริเวณนั้นขยับไปมาได้



**7. สารเคมีเข้าตา** หากสารเคมีเข้าตา จะต้องช่วยเหลือทันที หากช้าจะทำให้ตาบอดได้ การปฐมพยาบาล ควรปฏิบัติดังนี้

🔑 ล้างด้วยน้ำสะอาดแบบไหลผ่านประมาณ 20 นาที โดยใช้วิธีเปิดน้ำจากก๊อกเบา ๆ หรือเทน้ำจากแก้วล้างตาที่โดนสารเคมี ระวังอย่าให้น้ำกระเด็นเข้าตาอีกข้างหนึ่ง จากนั้นปิดตาด้วยผ้าสะอาด และรีบนำส่งแพทย์ทันที

**8. สารพิษเข้าสู่ร่างกาย** สารพิษมีหลายชนิด อาจเกิดขึ้นจากสารเคมี หรือผลิตภัณฑ์ของแบคทีเรียหรือจากพืช สามารถเข้าสู่ร่างกายได้ทั้งทางปาก จมูกและผิวหนัง สารพิษแบ่งออกเป็น 2 ชนิด ได้แก่

#### 1. สารพิษชนิดกัดทำลาย แบ่งเป็น กรดและด่าง

☠️ **กรด** เป็นสารเคมีที่มีรสเปรี้ยว ละลายน้ำได้ เช่น กรดเกลือ กรดกำมะถัน กรดน้ำส้ม กรดคาร์บอริก เช่น น้ำยาล้างห้องน้ำ ยาดับกลิ่น และยาฆ่าเชื้อโรคต่าง ๆ เมื่อเข้าสู่ร่างกายทางปาก จะมีอาการเจ็บปวดมากบริเวณที่ถูกกรดกัด โดยจะไหม้ตั้งแต่ปาก คอ ไปถึงท้อง บางรายอาเจียนออกมาเอง บางรายมีอาการท้องเดิน เลือดออกในลำไส้ หรืออุจจาระเป็นเลือดแล้วหมดสติ การปฐมพยาบาลผู้ป่วยที่ได้รับกรดเข้าสู่ร่างกาย คือการทำใหกรดนั้นเจือจางโดยให้ดื่มน้ำหรือโซดามาก ๆ หรืออาจใช้โซเดียมไบคาร์บอเนต หรืออาจให้ดื่มน้ำมันพืช เพื่อไม่ให้กระเพาะอาหารถูกกัดมาก ซึ่งการปฐมพยาบาลดังกล่าวจะต้องกระทำทันทีที่ได้รับสารพิษ

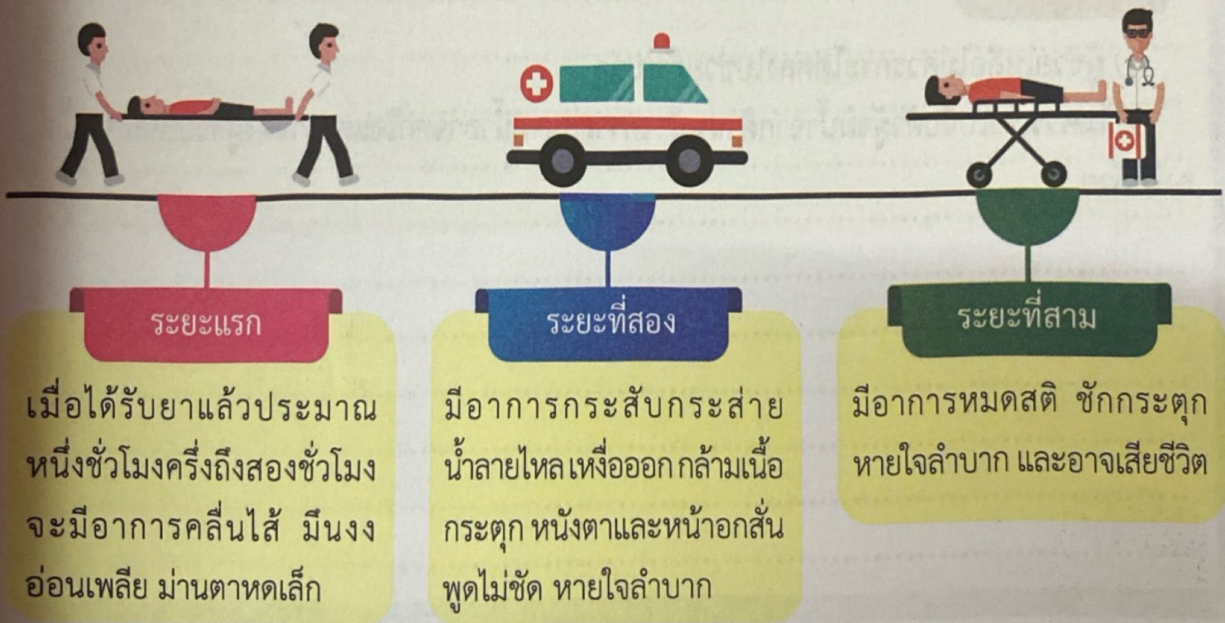


**☠ ต่าง** เป็นสารเคมีชนิดที่ละลายน้ำได้ มีลักษณะสีนวลคล้ายสบู่ เช่น โซดาไฟหรือโซดาซักผ้า ปูนขาว น้ำยาล้างพื้น น้ำยาล้างกระจก เมื่อร่างกายได้รับต่างจะทำให้อวัยวะย่อยเป็นวัน มีอาการเจ็บ ปวด แสบตั้งแต่คอไปจนถึงกระเพาะอาหาร ลำไส้ อาเจียนและอาจเสียชีวิตได้ การปฐมพยาบาลผู้ที่ได้รับต่างเข้าสู่ร่างกาย จะต้องทำให้ต่างเจือจางโดยดื่ม น้ำ หรือนมเข้าไปมาก ๆ หรือให้ดื่ม น้ำส้มสายชูเจือจาง หรือน้ำมะนาว แล้วตามด้วยนมเพื่อช่วยเคลือบผิวกระเพาะอาหาร นอกจากนี้ การกินน้ำมันพืชหรือไข่ขาวก็จะช่วยเคลือบกระเพาะอาหารเช่นกัน หลังจากทำให้ต่างเจือจางแล้วควรรีบนำผู้ป่วยส่งแพทย์ทันที

## 2. สารพิษที่ไม่ใช่ชนิดกัดทำลาย แบ่งออกเป็น สารเสพติด ยาฆ่าแมลง

**☠ สารเสพติด** ออกฤทธิ์กดประสาทส่วนกลาง เช่น ฝิ่น มอร์ฟีน เฮโรอีน ซึ่งฝิ่นและมอร์ฟีน ใช้เป็นยาระงับปวดได้ หากใช้ติดต่อกันเป็นเวลานานและใช้ปริมาณมากจะทำให้กดประสาทส่วนกลาง ทำให้เกิดอาการง่วงซึม ปวดศีรษะ หายใจช้า หมดสติ การปฐมพยาบาลผู้ที่ได้รับสารเสพติดคือ ทำให้ผู้ป่วยอาเจียนออกมา โดยให้ดื่มชาหรือกาแฟแก่ ๆ หากมีปัญหาเกี่ยวกับการหายใจ เช่น หายใจช้าหรือไม่ค่อยหายใจ ควรทำการผายปอด

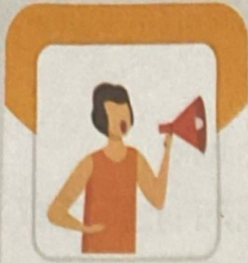
**☠ ยาฆ่าแมลง** ส่วนใหญ่เป็นส่วนประกอบของออร์แกนิกฟอสฟอรัส ซึ่งเป็นพวกที่ดูดซึมเข้าไปได้ทั้งทางผิวหนัง ลมหายใจ ปาก อาการที่เกิดขึ้นแบ่งออกเป็น 3 ระยะ ได้แก่



การปฐมพยาบาลผู้ป่วย ควรทำให้อาเจียนหากระบบหายใจขัดข้องต้องผายปอด และรีบนำส่งแพทย์ทันที

9. **คนจมน้ำ** ผู้ที่จมน้ำ จะมีอาการหน้าเขียว หายใจติดขัด หหมดสติ หากมีอาการรุนแรงส่งผลให้หัวใจหยุดเต้นและไม่หายใจ ให้รีบโทร 1669 และช่วยชีวิตโดยการช่วยฟื้นคืนชีพ แต่ถ้าผู้ที่ตกน้ำแต่ยังมีสติ สามารถปฐมพยาบาลผู้จมน้ำได้ดังนี้

ใช้หลักการช่วยแบบ **ตะโกน โยน ยื่น ลาก**



**ตะโกน**

ตะโกนขอความช่วยเหลือ และเรียกผู้จมน้ำให้มีสติ



**โยน**

โยนอุปกรณ์ลอยน้ำให้เกาะ เช่น เสื้อชูชีพ ถังพลาสติก



**ยื่น**

ยื่นอุปกรณ์ใกล้ตัวให้จับ เช่น ท่อ PVC ท่อนไม้



**ลาก**

ดึงและลากคนตกน้ำเข้าฝั่ง

**ข้อควรระวัง**

- 1) ผู้ช่วยเหลือไม่ควรกระโดดลงไปช่วยตัวเปล่า
- 2) ไม่ควรเข้าไปจับตัวผู้จมน้ำจากด้านหน้า เพราะคนจมน้ำอาจตกใจและอาจดึงผู้ช่วยเหลือจมน้ำลงไปด้วย







## แบบประเมิน

# ผลการเรียนรู้บทเรียนที่

# 9

### ตอนที่ 1 จงเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงข้อเดียว

- 1 ข้อใดเป็นการปฐมพยาบาล
  - ก. การห้ามเลือดให้ผู้ป่วยก่อนนำส่งโรงพยาบาล
  - ข. การไปเยี่ยมเพื่อนที่ป่วยอยู่ที่โรงพยาบาล
  - ค. การช่วยกันนำผู้ป่วยส่งโรงพยาบาล
  - ง. การโทรศัพท์เรียกรถพยาบาลมารับผู้ป่วย
- 2 ข้อใดเป็นหลักการของการปฐมพยาบาลที่ถูกต้องที่สุด
  - ก. ต้องช่วยให้ผู้ป่วยหายจากการเจ็บป่วย
  - ข. ต้องกระทำให้เร็วที่สุด
  - ค. ต้องกระทำต่อหน้าบุคคลหมู่มาก
  - ง. ต้องช่วยผู้ป่วยพอสมควร ที่เหลือเป็นหน้าที่ของแพทย์
- 3 ผู้ป่วยข้อใดที่**ไม่ควร**เคลื่อนย้าย
  - ก. ผู้ป่วยสำลักควัน
  - ข. ผู้ป่วยกระดูกสันหลังหัก
  - ค. ผู้ป่วยฝุ่นเข้าตา
  - ง. ผู้ป่วยนิ้วแตก
- 4 ผู้บาดเจ็บข้อใดมีอาการรุนแรงที่สุด
  - ก. กระดูกหัก
  - ข. เสียเลือดมาก
  - ค. หหมดความรู้สึก
  - ง. หยุดหายใจ
- 5 ระหว่างการปฐมพยาบาลควรกระทำข้อใด
  - ก. เรียกผู้ที่อยู่บริเวณนั้นมาช่วย
  - ข. จัดให้มีอากาศถ่ายเท ห้ามคนมุงล้อม
  - ค. เรียกญาติผู้ป่วยมาอยู่ใกล้ ๆ
  - ง. โทรศัพท์ตามรถพยาบาลก่อนลงมือปฐมพยาบาล
- 6 เมื่อพบว่าผู้ป่วยหยุดหายใจ ควรกระทำตามข้อใด
  - ก. ช่วยฟื้นคืนชีพ
  - ข. ให้นอนราบ
  - ค. จับให้แน่น
  - ง. รอดูอาการจนกว่าแพทย์จะมาถึง
- 7 เมื่อพบว่าผู้ป่วยหัวใจหยุดเต้น ควรกระทำตามข้อใดเป็นอันดับแรก
  - ก. ช่วยฟื้นคืนชีพ
  - ข. นวดหัวใจ
  - ค. ให้ดมยาดม
  - ง. พัดให้คลายร้อน
- 8 ชีพจรของคนปกติมีจังหวะการเต้นตามข้อใด
  - ก. 30-40 ครั้งต่อนาที
  - ข. 40-50 ครั้งต่อนาที
  - ค. 50-60 ครั้งต่อนาที
  - ง. 60-100 ครั้งต่อนาที
- 9 จุดใดที่สามารถจับชีพจรได้
  - ก. ข้อมือ
  - ข. ข้อศอก
  - ค. หน้าอก
  - ง. ท้อง
- 10 หากอยู่ในสถานการณ์ฉุกเฉินควรโทรศัพท์ไปหาหมายเลขใด
  - ก. 1699
  - ข. 1669
  - ค. 1696
  - ง. 1996

- 11 การพันแผลบริเวณนิ้วมือและนิ้วเท้าข้อใดกล่าวถูกต้อง  
ก. เริ่มพันจากบริเวณที่เป็นแผล  
ข. เริ่มพันจากปลายนิ้วไปหาโคนนิ้ว  
ค. เริ่มพันจากโคนนิ้วไปหาปลายนิ้ว  
ง. เริ่มพันจากบริเวณใดก่อนก็ได้
- 12 การปฐมพยาบาลคนเป็นลม ควรปฏิบัติตามข้อใด  
ก. ใช้ผ้าชุบน้ำเย็นเช็ดเหนือที่หน้าผากและเท้า  
ข. สอบถามสาเหตุของการเป็นลม  
ค. นำเข้าห้องที่มืดซิด  
ง. นำผ้ามาห่มให้อบอุ่น
- 13 การปฐมพยาบาลคนที่มีอาการช็อก**ไม่ควร**กระทำตามข้อใด  
ก. ให้ทานน้ำ  
ข. นอนราบ ยกปลายเท้าให้สูง  
ค. นำเข้าที่ร่ม  
ง. ปลดเสื้อผ้าให้หลวม
- 14 แผลในข้อใดมีอาการร้ายแรงน้อยที่สุด  
ก. แผลถลอก  
ข. แผลฉีกขาด  
ค. แผลตัด  
ง. แผลถูกแทง
- 15 ข้อใดเป็นลักษณะของแผลตัด  
ก. เกิดจากการกระแทกจากของแข็งไม่มีคม  
ข. เกิดจากแรงกระแทกหรือแรงกระชาก  
ค. เกิดจากของมีคม  
ง. เกิดจากวัตถุปลายแหลม
- 16 ผู้ป่วยที่มีบาดแผลที่เกิดจากไฟไหม้ ควรปฐมพยาบาลตามข้อใด  
ก. ราดด้วยน้ำเย็น หรือเปิดให้น้ำไหลผ่านบริเวณแผล  
ข. ทาแผลด้วยยาสีฟัน  
ค. ใช้ผ้าขนหนูปิดบาดแผลไว้  
ง. ราดแอลกอฮอล์ล้างแผล
- 17 การปฐมพยาบาลผู้ป่วยที่ถูกสารเคมีเข้าตา ควรกระทำข้อใดเป็นอันดับแรก  
ก. นำผ้าสะอาดมาปิดตา  
ข. ล้างด้วยน้ำสะอาดประมาณ 20 นาที  
ค. สวมแว่นตาเพื่อบังแสง  
ง. นอนหลับตา
- 18 การช่วยฟื้นคืนชีพพื้นฐานเรียงลำดับการปฏิบัติตามข้อใด  
ก. A-B-C  
ข. B-A-C  
ค. C-A-B  
ง. B-C-A
- 19 การปฐมพยาบาลผู้ที่ได้รับสารพิษเข้าสู่ร่างกายทางปาก ควรปฏิบัติตามข้อใด  
ก. ดื่มน้ำผสมน้ำมันพืชเพื่อให้ต่างเจือจาง  
ข. ดื่มน้ำหวานเพื่อให้มีแรง  
ค. ดื่มนมเพื่อช่วยเคลือบกระเพาะ  
ง. ไม่ควรทำให้อาเจียน
- 20 ผู้ป่วยจมน้ำ มีอาการตามข้อใด  
ก. กระตุกตลอดเวลา  
ข. หมดสติ หน้าเขียว  
ค. ชักเกร็ง  
ง. ดิ้นทุรนทุราย

ตอนที่ 2 จงตอบคำถามต่อไปนี้

1 จงอธิบายความหมายของการปฐมพยาบาล

.....  
.....

2 จงบอกวัตถุประสงค์ของการปฐมพยาบาล

.....  
.....

3 ผู้ป่วยอาการอย่างไร ที่จะต้องได้รับการปฐมพยาบาลอย่างทันด่วนที่

.....  
.....

4 จงอธิบายวิธีการจับชีพจรที่ข้อมือ

.....  
.....

5 จงอธิบายความหมายของการเคลื่อนย้ายผู้ป่วย

.....  
.....

6 จงอธิบายวิธีการพันแผลที่ศีรษะ

.....  
.....

7 จงบอกสาเหตุของการเป็นลม และวิธีการปฐมพยาบาล

.....  
.....

8 จงอธิบายวิธีการปฐมพยาบาลผู้ป่วยที่มีแผลถูกแทง

.....  
.....

9 การอธิบายรายละเอียดของการใส่ฝือกชั่วคราว

.....  
.....

10 จงอธิบายรายละเอียดของการปฐมพยาบาลคนจมน้ำ

.....  
.....