



โดย

นางกองแก้ว ย้วนบุญหลิม

หัวหน้าหน่วยวิชาการพยาบาล

โรงพยาบาลเวชศาสตร์เขตร้อน มหาวิทยาลัยมหิดล

ทีมวิทยากร

นางสมพิศ สุวรรณบุต

หัวหน้าหอผู้ป่วยพิเศษ 2

เรื่องการเคลื่อนย้ายผู้ป่วย

นางสาวทศพร แสงเนตรสว่าง หัวหน้าหน่วยส่องกล้องและ
ทางเดินอาหาร

เรื่องการช่วยฟื้นคืนชีพ

นางศุภางค์ ผาสุข

พยาบาลหน่วยพัฒนาคุณภาพ

เรื่องการพันผ้าและเข้าเฟือก

สพด.ถอดบทเรียนรถทัวร์ ประสบการณ์รถพ่วงดับหลายศพ

หนุนให้ความรู้ด้านการช่วยเหลือตัวเองกรณีประสบเหตุฉุกเฉิน



สพด.ถอดบทเรียนบัสสมรรถนะ ซีโซเฟอร์-รถ-ถนน ไม่พร้อม เสนอยกเครื่องใหม่ทั้งระบบ

ผู้สื่อข่าวรายงานว่า สถาบันการแพทย์ฉุกเฉินแห่งชาติ (สพฉ.) ได้ทำการถอดบทเรียน อุบัติเหตุรถบรรทุกพ่วง 18 ล้อ เสียหลักวิ่งข้ามเกาะกลางถนน ชนกับรถทัวร์ปรับอากาศ สายกรุงเทพฯ-ร้อยเอ็ด บริเวณถนนมิตรภาพขาเข้า กิโลเมตรที่ 19 ต.ทับกวาง อ.แก่งคอย จ.สระบุรี เป็นเหตุให้มีผู้เสียชีวิต 21 ราย ▶ ต่อ : สพฉ. - หน้า 10

เสนอมาตรการในการดูแลความปลอดภัยผู้โดยสารบนท้องถนน ระบุควรมีการฝึกอบรมให้พนักงานประจำรถมีความรู้การปฐมพยาบาลเบื้องต้น เพื่อลดความสูญเสีย



คำถาม ?



เจอบแบบนี้ ทำอย่างไร ?



นิ้วขาด ทำอย่างไร ?

เจอบแบบนี้ ทำอย่างไร ?





ทำอย่างไร ?

ตำลัก



ทำอย่างไร ?



ชัก



ทำอย่างไร ?

“คนหมดสติ !!!!!?????”



ทำอย่างไร ?



หัวข้ออบรม

ที่เป็นความรู้ (Knowledge)



1. การห้ามเลือดและการปฐมพยาบาลบาดแผล

- การห้ามเลือด
- เลือดกำเดาไหล
- แผลถลอก
- แผลฟกช้ำ , แผลโดนความร้อน
- แผลถูกของมีคมและแผลฉีกขาด
- แผลที่มีอวัยวะถูกตัดขาด
- แผลที่มีวัตถุปักคา

2. การปฐมพยาบาลผู้ป่วยกระดูกหัก ข้อเคล็ด ข้อเคลื่อน

- กระดูกหัก
- ข้อเคล็ด
- ข้อเคลื่อน

3. ภาวะฉุกเฉิน

- การสำลัก
- ชัก



หัวข้ออบรม

ที่เป็นทักษะ (Skill)



- 1. การยกและเคลื่อนย้ายผู้ป่วย
(Transportation)**
- 2. การพันผ้าและการเข้าเฟือก (Splint)**
- 3. การช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR)**



การปฐมพยาบาล (First Aid)

หมายถึง

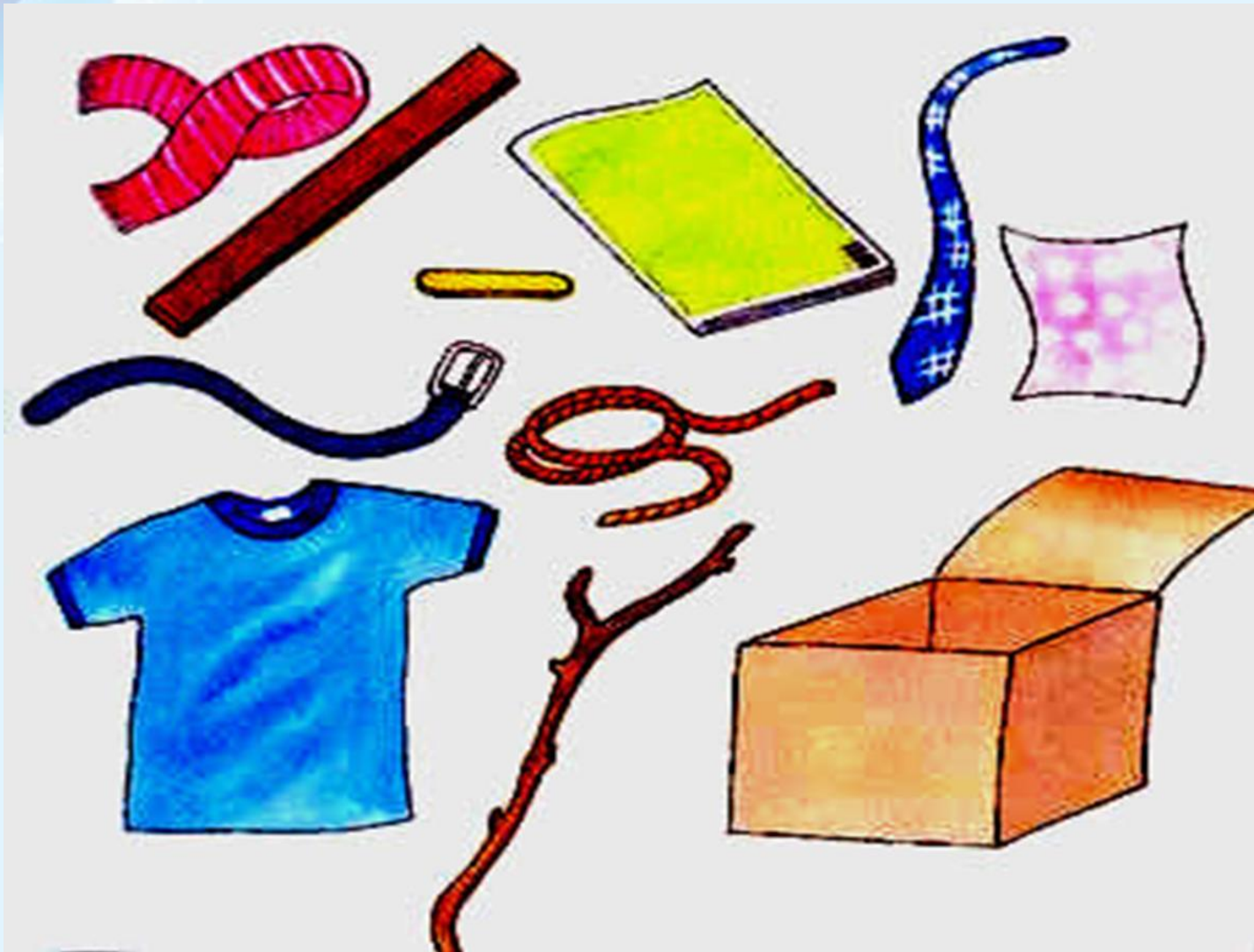
การช่วยเหลือเบื้องต้น ใน

ทันที โดยใช้

อุปกรณ์เท่าที่จะหาได้ ประกอบกับ





ความรู้ในการช่วยเหลือ











วัตถุประสงค์ของการปฐมพยาบาล

-  เพื่อช่วยชีวิต
-  เป็นการลดความรุนแรงของการบาดเจ็บ
-  ป้องกันความพิการ
-  ช่วยให้กลับสู่สภาพเดิมโดยเร็ว



หมายเลขโทรศัพท์ฉุกเฉิน



-  ศูนย์การแพทย์ฉุกเฉิน โทร. 1669
-  เหตุด่วนเหตุร้าย โทร. 191
-  เพลิงไหม้ โทร. 199
-  จส.100 โทร. 0-2711-9150 , 0-2711-9151-8
-  กู้ภัย ปอแตกตั้ง โทร. 0-2226-4444-8
-  กู้ภัย ร่วมกตัญญู โทร. 0-2751-0951-3
-  สวพ. 91 โทร. 1644

ชุดปฐมพยาบาลเบื้องต้น



น้ำเกลือ NSS



น้ำยาเบต้าดีน



แอลกอฮอล์ 70 %





ผ้าก๊อต สำลี



พลาสติกเตอร์



ผ้ายืด





ผ้าสามเหลี่ยม



การประเมินสภาพผู้ป่วยเจ็บเบื้องต้น

1. ตรวจสอบระดับความรู้สึกตัว โดยการเรียกผู้ป่วย
เจ็บและตีที่ไหล่เบา ๆ



2. ร้องขอความช่วยเหลือ



3. ตรวจสอบทางเดินหายใจ นำสิ่งแปลกปลอมและฟันปลอมออกจากปาก แล้วเปิดทางเดินหายใจ โดยใช้สันมือกดหน้าผาก ใช้นิ้วชี้และนิ้วกลาง ของมืออีกข้างหนึ่งเขยคางให้หงายหน้าขึ้น



4. ตรวจการหายใจ โดยสังเกตการ เคลื่อนไหวของหน้าอก และ ลมหายใจ ใช้หลักตาดู หูฟัง แก้มสัมผัส



5. ตรวจหาการบาดเจ็บ โดยตรวจ ตั้งแต่ศีรษะจรดปลายเท้า



ตรวจศีรษะ



ตรวจใบหน้าและคอ



ตรวจบริเวณทรวงอก



ตรวจช่องท้องและเชิงกราน



ตรวจขา



ตรวจแขน



ตรวจบริเวณหลัง



การห้ามเลือด

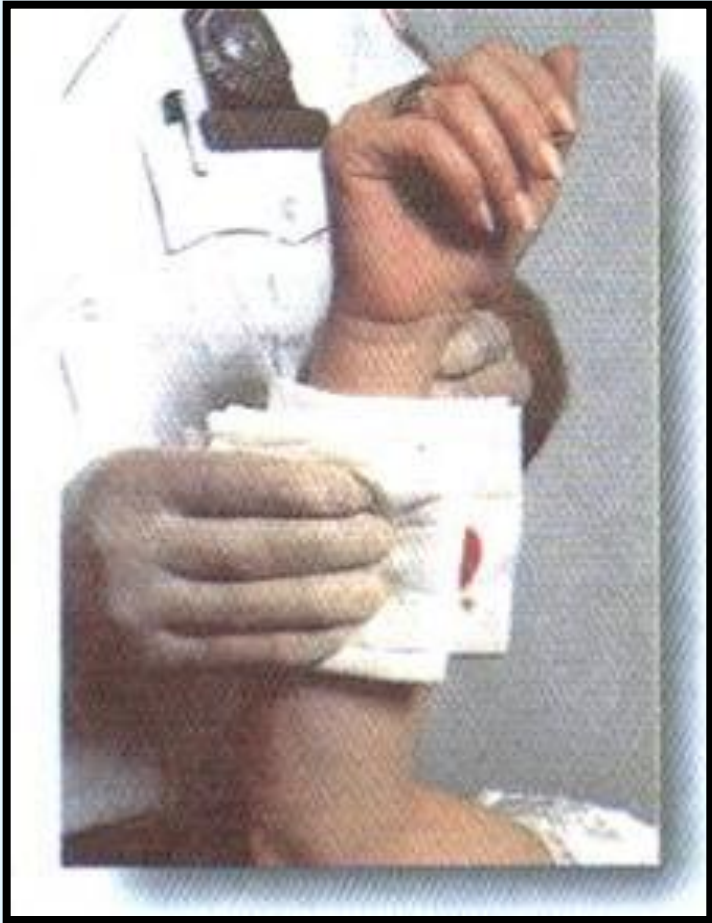


หลักการห้ามเลือด

ต้องคำนึงถึงความปลอดภัย
ของตนเองในการสัมผัสกับ
บาดแผลและเลือดของผู้ป่วย
โดยตรงควรสวมถุงมือยาง หรือ
หาวัสดุใกล้เคียง เช่น ถุงพลาสติก



หลักการห้ามเลือด



- แผลเล็กกดโดยตรงลงบนบาดแผล
- แผลใหญ่ขึ้นใช้ผ้ามือกดปากแผลไว้ นานประมาณ 10 นาที ถ้าเลือดยังไม่หยุด ให้เติม ผ้าชิ้นใหม่ลงบนชิ้นเดิม

หลักการห้ามเลือด



- ใช้ผ้ายืดพันทับบนผ้าที่ปิด กดบาดแผล
- ถ้าเลือดออกมากให้ใช้มือกดบนบาดแผล พร้อมทั้งยก ส่วนนั้นให้สูงเหนือระดับ หัวใจในกรณีที่ไม่มีกระดูกบริเวณนั้นหัก ร่วมด้วย



เลือดกำเดาไหล



การปฐมพยาบาล

1. นั่งก้มหน้า

2. ใช้มือบีบจมูกและให้หายใจทางปาก ประมาณ 5-10 นาที





ข้อควรระวัง

1. ทำนั้งเงยหน้าจะทำให้เลือดไหลลงคอ และทำให้อาเจียนได้
2. การสู่งน้ำมูก แคะจมูก หรือขยี้จมูกจะทำให้เลือดออกอีก
3. ในผู้ป่วยเจ็บที่ได้รับอุบัติเหตุ ถ้ามีน้ำใส ๆ ไหลจากจมูก ให้รีบนำส่งโรงพยาบาล

แผลฉีกขาด



การปฐมพยาบาล

1. ล้างแผลด้วยน้ำสะอาดและสบู่จนหมดสิ่งสกปรก
2. ใช้ผ้าสะอาดกดที่แผลเพื่อให้เลือดหยุด
3. ใ้ยาสำหรับแผลสด เช่น เบตาดีน อาจปิดแผลหรือไม่ก็ได้

ข้อควรระวัง

1. อาจพบร่วมกับการบาดเจ็บของอวัยวะภายใน
2. แผลถลอกที่มีขนาดใหญ่ ต้องรับประทานยาปฏิชีวนะ เพื่อป้องกัน การติดเชื้อ
3. ไม่ควรให้แผลเปียกน้ำจนกว่าแผลจะแห้ง เพื่อป้องกันการติดเชื้อ

แผลฟกช้ำ





การปฐมพยาบาล

1. ประคบด้วยความเย็น เช่น ผ้าห่อถุงน้ำแข็งผสมน้ำ ภายใน 24 ชั่วโมงแรก เพื่อห้ามเลือด
2. หลัง 24 ชั่วโมง ประคบด้วยความร้อน เพื่อลดอาการชาบวม

ข้อควรระวัง

1. รอยฟกช้ำภายนอก อาจพบร่วมกับการบาดเจ็บของอวัยวะภายใน เช่น กระดูกหัก ตับแตก ม้ามแตก เป็นต้น
2. การใช้ความร้อนประคบตั้งแต่แรกหลังเกิดอุบัติเหตุ เช่น การใช้ยาหม่อง ไขต้ม ข้าวสุกร้อน อาจเป็นสาเหตุให้เลือดออกมากขึ้น

แผลตุกของมีคม

และแผลฉีกขาด





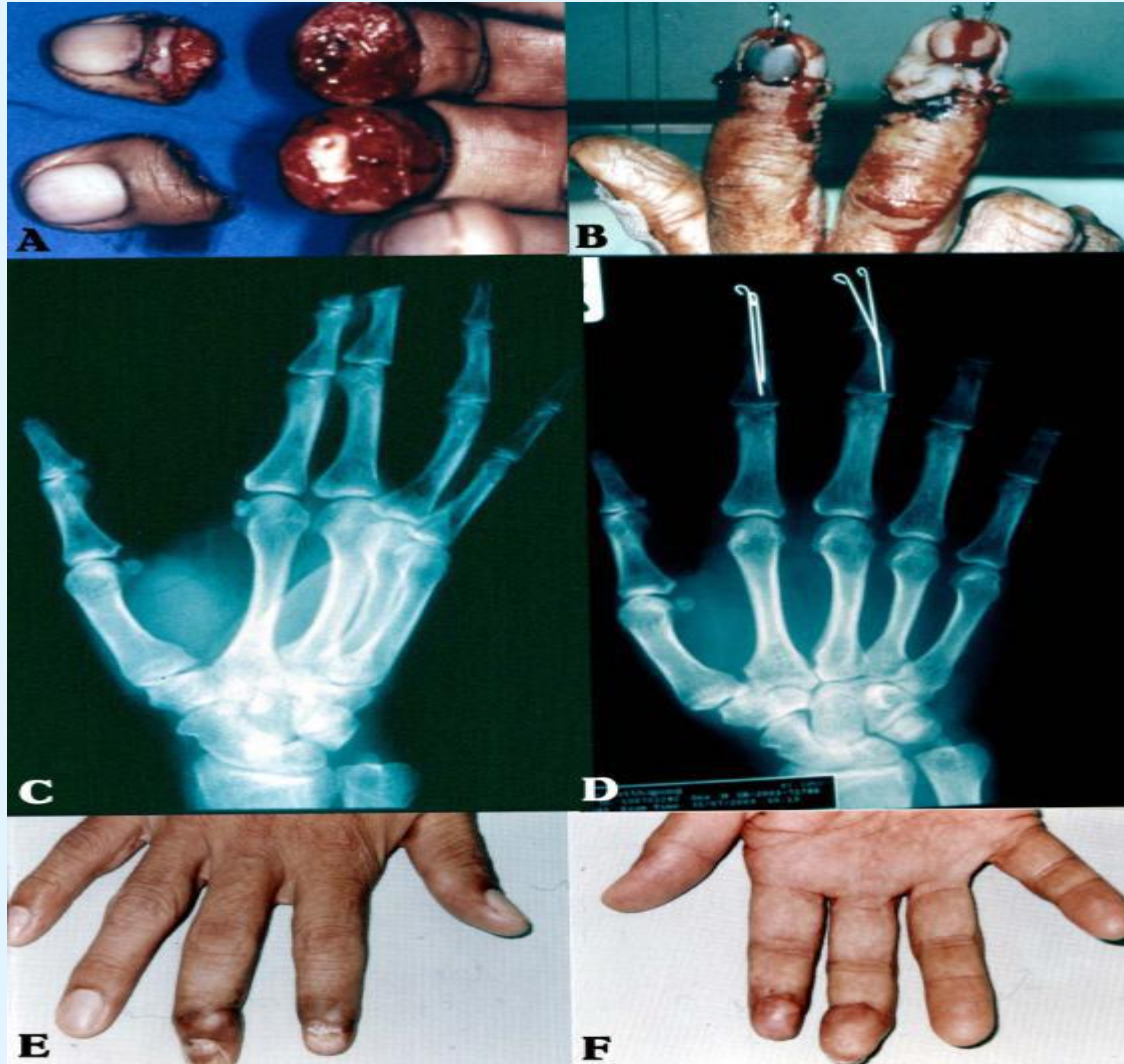


การปฐมพยาบาล

1. ห้ามเลือดตามขั้นตอน
2. ถ้าแผลกว้าง หรือลึก และมีก้อนเลือดหรือสิ่งแปลกปลอมภายในแผล ไม่ต้องล้างแผล เพราะจะทำให้เลือดออกมากอีก นำส่งสถานพยาบาล
3. ถ้าแผลเล็ก ตื้น ให้ล้างแผลด้วยน้ำสะอาดและสบู่ ซับให้แห้งแล้วปิด ด้วยผ้าปิดแผลหรือพลาสติกอร์ โดยให้ขอบแผลชิดกัน



แผลที่มีอวัยวะถูกตัด



- ทำการห้ามเลือดตามหลักการห้ามเลือด
- กดและยกส่วนที่บาดเจ็บให้สูงขึ้น
- วางอวัยวะส่วนที่ขาดในถุงพลาสติกที่แห้ง และสะอาด เพื่อป้องกันอวัยวะแห้ง ปิดปากถุงให้แน่น อย่าใช้ยามาเช็ดหรือล้างส่วนที่ขาด
- นำถุงที่ใส่อวัยวะนั้นแช่ในน้ำแข็งหรือน้ำเย็น
- นำผู้ป่วยส่งโรงพยาบาลโดยเร็วพร้อมอวัยวะส่วนที่ขาด



แผลที่มีวัตถุปักคา





การปฐมพยาบาล

1. ใช้ผ้าสะอาดวางรอบ ๆ วัตถุนั้น แล้วพันผ้ารอบ ๆ วัตถุให้แน่น
เพื่อไม่ให้วัตถุขยับ
2. รีบนำส่งสถานพยาบาล

ข้อควรระวัง

1. ห้ามดึงวัตถุนั้นออกจากแผล เพราะอาจจะทำให้เกิดอันตรายต่ออวัยวะข้างเคียง หรือทำให้เลือดออกมากขึ้น
2. อาจจำเป็นต้องใช้เครื่องมือตัดวัตถุนั้นจากส่วนอื่น เพื่อให้ส่วนที่ติดกับผู้ป่วยเจ็บไม่ถูกดึงออกหรือขยับ



ทำอย่างไรเมื่อเจอคนเป็นลม



อาการเป็นลม (Syncope)

เกิดจากเลือดไปเลี้ยงสมองน้อยลง/ไม่เพียงพอ จึงเกิดอาการหมดสติอย่างกะทันหันและเป็นอยู่ชั่วคราวแล้วฟื้นคืนสติได้เอง

สาเหตุ

1. อดนอน เหนื่อย ทรากตรำทำงานมาก
2. ขาดอากาศบริสุทธิ์ เช่น คนแน่น อากาศร้อนจัด
3. ตื่นเต้น ตกใจ กลัวมากเกินไป เครียดรุนแรง
4. มีบาดแผล เสียเลือดมาก



อาการ

อาการที่ผู้ป่วยบอก

- วิงเวียนศีรษะ
- มือเย็น เหงื่อออก
- ตาพร่า หน้ามืด ใจสั่น
- มือเท้าไม่มีแรง รู้สึกวูบ

อาการที่สังเกตเห็น

- หน้าซีด ปากซีด
- ตัวเย็น
- มีเหงื่อออกใบหน้า ฝ่ามือ เท้า
- หายใจตื้น บางคนหายใจหอบ
- ล้มลงหมดสติ



การปฐมพยาบาล

1. จัดผู้ป่วยนอนศีรษะต่ำในสถานที่ที่มีอากาศถ่ายเทสะดวก
2. ปลดเสื้อผ้าและเข็มขัดให้หลวมเพื่อให้เลือดไปเลี้ยงสมองได้เร็ว และเพียงพอ
3. ใช้ผ้าเย็นเช็ดตามใบหน้า ลำคอ และแขนขา
4. ควรนำ ผู้ป่วยส่งโรงพยาบาลหากยังไม่ฟื้นคืนสติภายในเวลา 5-10 นาที หรือเป็นผู้ป่วยที่มีโรคประจำตัว เช่น เบาหวาน ความดันเลือดสูง โรคหัวใจ หรือมีอาการอื่นเช่น เจ็บแน่นหน้าอก



Heart Attack



สมมติว่าขณะนี้เป็นเวลาประมาณ
หกโมงเย็นและคุณกำลังขับรถ
กลับบ้านคนเดียวหลังจากเสร็จสิ้น
วันทำงานอันแสนเหน็ดเหนื่อย
คุณรู้สึกเหนื่อยล้าและคับข้องใจ
เป็นอย่างมาก...



**คุณรู้สึกเครียด กดดัน
และโกรธจัด....**



ทันใดนั้นจู่ๆ คุณก็รู้สึกเจ็บที่หน้าอกอย่างรุนแรงและเฉียบพลัน และความเจ็บนั้นเริ่มแผ่กระจายไปตามแขนและลามขึ้นมาถึงขากรรไกรของคุณ ถึงแม้คุณอยู่ห่างจากโรงพยาบาลที่ใกล้บ้านคุณที่สุดเพียงแค่ 8 กิโลเมตรกว่าๆ เท่านั้น แต่คุณก็ไม่รู้ว่าคุณจะขับ



แล้วจะทำอย่างไรดีล่ะ???



**คุณเคยได้รับการอบรมเรื่อง
การผายปอดและนวดหัวใจ
ให้กับผู้ป่วย แต่ผู้อบรมไม่
ได้ออกวิธีการปฐมพยาบาล
ตนเองเวลาเกิดเหตุฉุกเฉิน
เช่นนี้ขึ้นกับตัวคุณ!!!**

**คุณจะทำชีวิตรอดอย่างไรเมื่อเกิดหัวใจล้ม
เหลวกระทันหันขณะกำลังอยู่คนเดียว??**

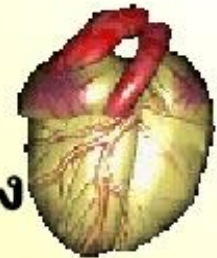
**คนหลายๆ คนอาจเกิดภาวะหัวใจล้มเหลว
เฉียบพลันขณะอยู่คนเดียวโดยไม่มีใครช่วย
เหลือได้ และคนที่มีความเสี่ยงหัวใจเต้นผิดปกติ
เช่นนี้จะมีเวลาเพียงแค่ 10 วินาทีเท่านั้น
ก่อนที่จะหน้ามืดและหมดสติ**



**หัวใจล้มเหลวเวลาอยู่คนเดียวจะทำ
อย่างไร??**

คำตอบ:

อย่าตื่นตระหนก คุณสามารถช่วยเหลือตนเอง
ได้ด้วยการไอแรงๆ หลายๆ ครั้งติดต่อกัน



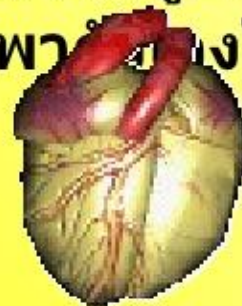
สูดลมหายใจให้ลึกๆ ก่อนการไอแรงๆ แต่ละ
ครั้ง การไอแต่ละครั้งต้องไอให้ยาวๆ ลึกๆ
เหมือนตอนคุณพยายามขากเสมหะที่ติดอยู่ใน
ลำคอลึกๆ ออกมานั่นแหละ

การหายใจลึกๆ และไอแรงๆ จะต้องกระทำต่อ
เนื่องทุก 2 วินาทีโดยไม่หยุด (ย้ำทุกๆ 2
วินาที) จนกว่าคุณจะได้รับ的帮助ช่วยเหลือจาก
แพทย์ หรือจนกว่าคุณจะรู้สึกว่าการไอกลับส



การหายใจลึกๆ จะช่วยให้ปอดได้รับ
ออกซิเจน ส่วนการไอแรงๆ นั้นจะทำให้เกิด
แรงกระเทือนที่ไปช่วย**บีบหัวใจ**และช่วยให้
เลือดหมุนเวียนได้ และแรงบีบหัวใจจากการ
ไอนี้จะช่วยให้หัวใจกลับสู่การเต้นปกติได้

การทำเช่นนี้จึงทำให้ผู้ประสบอาการหัวใจ
ล้มเหลวสามารถพาตัวเองไปถึงโรงพยาบาล



บทความนี้ได้รับการตีพิมพ์ในวารสาร
JOURNAL OF GENERAL HOSPITAL

REQUESTED



แผลโดนความร้อน





- อาจเกิดจากเปลวไฟ น้ำร้อน ไฟฟ้า วัสดุหรือ เครื่องมือ เครื่องใช้ที่มีความร้อน
- ความรุนแรงขึ้นอยู่กับ ปริมาณความร้อน ระยะเวลาที่ได้รับ ขนาด
- และตำแหน่งของอวัยวะที่โดนความร้อน



แบ่งได้เป็น ๓ ระดับ คือ

ระดับที่ ๑ ผิวหนังเป็นสีแดง ปวดแสบเล็กน้อย เช่น ผิวไหม้จากแดด



ระดับที่ ๒ ผิวหนังพองมีน้ำใส ๆ อยู่ข้างใน ปวดแสบร้อนมาก
ส่วนมากแผลจะแห้ง และหายภายใน ๕-๑๐ วัน



ระดับที่ ๓ ผิวหนังจะถูกทำลายลึกตลอดชั้นของหนังแท้
จนเห็น ลักษณะไหม้เกรียม หรือเห็นเป็นเนื้อสีขาว อาจลึก
ถึงกล้ามเนื้อและกระดูก ทำให้เจ็บปวดมาก



การปฐมพยาบาล

1. ใช้น้ำสะอาดหรือแช่บริเวณแผล เป็นเวลาอย่างน้อย 10 นาที



2. ถอดเครื่องประดับบริเวณที่โดนความร้อนออก

3. ปิดแผลด้วยผ้าสะอาด

4. ถ้ามีแผลโดนความร้อนเป็นบริเวณกว้าง หรือบริเวณอวัยวะ

สำคัญ เช่น ใบหน้า คอ อวัยวะเพศ รีบนำส่งสถานพยาบาล



ข้อควรระวัง

1. ผู้ป่วยเจ็บที่โคนไฟคลอก โคนความร้อนบริเวณใบหน้า อาจมีปัญหาทางเดินหายใจร่วมด้วย
2. ผู้ป่วยที่โดนไฟฟ้าช็อต ระวังหัวใจเต้นผิดปกติหรือหยุดเต้น
3. ผู้ป่วยเจ็บที่มีแผลบริเวณกว้าง อาจมีอาการช็อก

ข้อควรระวัง

5. ห้ามดึงสิ่งที่ติดแน่นออกจากแผล เช่น เลื่อ กางเกง
6. กดจับต้องแผลโดยไม่จำเป็น
7. ห้ามทำให้ผิวหนังที่พองน้ำแตก
8. ห้ามทายา ยาสีฟัน น้ำปลา
หรือขี้ผึ้งลงบนแผล





การพันผ้า

(Elastic Bandage)

ผ้าม้วนยืด (Elastic Bandage)

หลักการใช้ผ้าม้วน

- ม้วนผ้าให้แน่น
- ผ้าต้องแห้งและสะอาด
- หงายม้วนผ้าเสมอ
- พันจากส่วนปลายไปหาส่วน โคน (เพื่อเป็นการไล่เลือดดำกลับสู่หัวใจ)

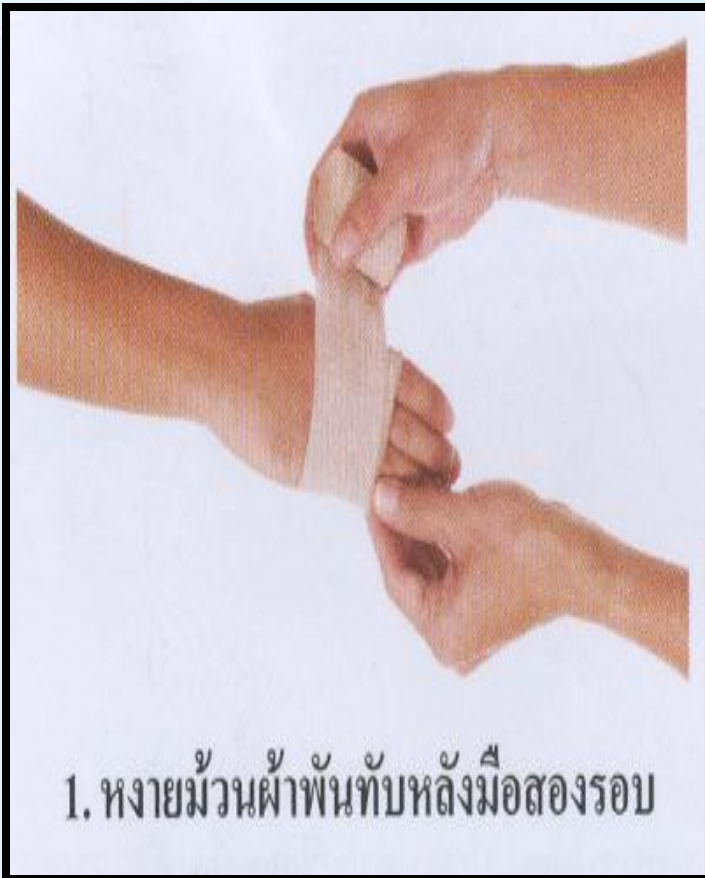


การใช้ผ้าม้วนยืด : ห้ามเลือด





การใช้ผ้าม้วนยืด : พันข้อมือ



การใช้ผ้าม้วนยืด : กรณีมือขาด



1. ขยี้มผ้ากดลงบนบาดแผล



2. พันทับด้วยผ้าม้วนยืด



3-5. พันผ้าแบบรูปเลขแปดจนจบบริเวณข้อมือ

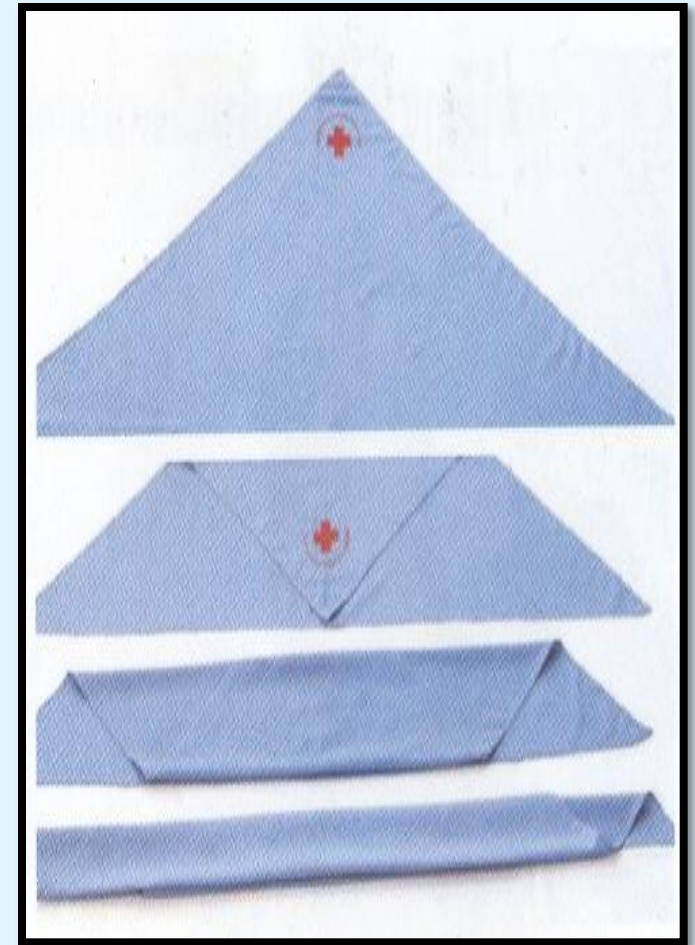
การใช้ผ้าม้วนยึด : พันข้อเท้า



การใช้ผ้าพันแผล (Bandaging)

- ผ้าสามเหลี่ยม

ควรใช้ผ้าซึมซับน้ำได้ดี เช่น
ผ้าลินิน ผ้าดิบ ผ้าฝ้าย ขนาดผ้า
สี่เหลี่ยมจัตุรัสยาวด้านละ 36-
40 นิ้ว แบ่งทแยงมุมจะได้ผ้า
สามเหลี่ยม 2 ชิ้น





การใช้ผ้าสามเหลี่ยมห้ามเลือด



1. ขยู่ผ้ากดลงบนบาดแผล



2. ยกอวัยวะให้สูง

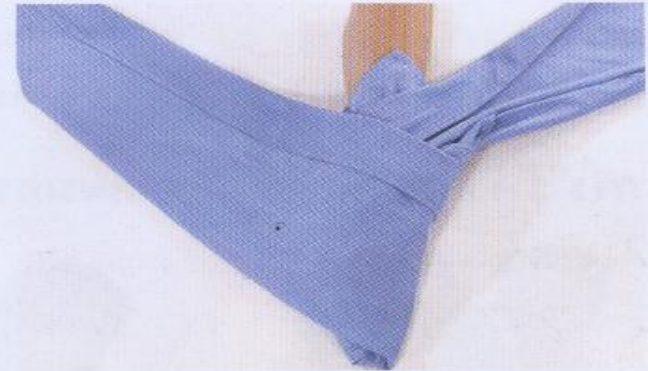


3. ใช้ผ้าพันยึดแน่นพอสมควร

การใช้ผ้าสามเหลี่ยม : บาดแผลบริเวณมือ แผลลึกขาดเลือดออกไม่มาก



วางมือบนผ้าสามเหลี่ยม พับมุมยอดลงมาที่ข้อมือ



2. จับชายผ้าสองข้างไขว้กัน



3. ผูกปมบริเวณข้อมือ



4. เก็บปมผ้าด้วยมุมยอดที่เตรียมไว้

การใช้ผ้าสามเหลี่ยม : ห้ามเลือดบาดแผลบริเวณศีรษะ



1. ขยี้มผ้ากดลงบนบาดแผล



2. ใช้ผ้าสามเหลี่ยมโพกทับ



5. ศีรษะที่ห้ามเลือดเรียบร้อยแล้ว



3. จับชายผ้าสองข้างไขว้กัน
มัดปมบริเวณหน้าผาก



4. คลบปลายล่างสอดเก็บ
บริเวณท้ายทอย



การใช้ผ้าสามเหลี่ยม : คล้องแขนกรณีบาดเจ็บที่แขน



1. วางผ้าทาบบนลำตัว
ในแนวตั้ง

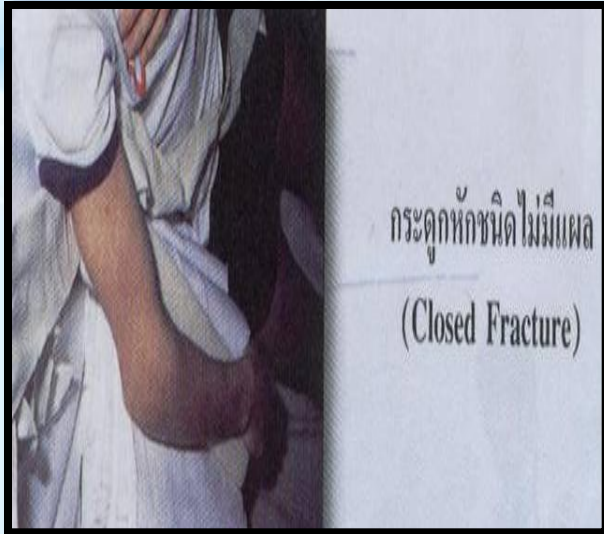


2. ตลบชายผ้าด้านหลัง
ขึ้นมาผูกปมข้างคอ



3. มัดปมบริเวณข้อศอก
กั้นแขนเลื่อนหลุด

กระดูกหัก (Fractures)



กระดูกหักชนิดไม่มีแผล
(Closed Fracture)



กระดูกหักชนิดมีบาดแผล
(Opened Fracture)

กระดูกหัก (Fractures)

อาการ

- ปวด บวม ร้อนบริเวณที่หัก
- ถ้าจับกระดูกนั้นโยกหรือบิดเล็กน้อย มีเสียงดังกรอบแกร็บ
- การเคลื่อนไหวผิดปกติ
- รูปร่างของกระดูกผิดปกติ
- อาจมีบาดแผลและพบปลายกระดูกโผล่ออกมาให้เห็นได้





การเข้าเฝือก (Splint)



การเข้าเฝือก (Splint)

☀ การใช้วัสดุต่าง ๆ พยุงหรือห่อหุ้มอวัยวะที่กระดูกหักให้อยู่นิ่ง เป็นการบรรเทาความเจ็บปวดและป้องกันอันตรายเพิ่มมากขึ้น

หลักการเข้าเฝือกชั่วคราว

วัสดุที่ใช้ควมต้องยาวกว่าอวัยวะส่วนที่หัก

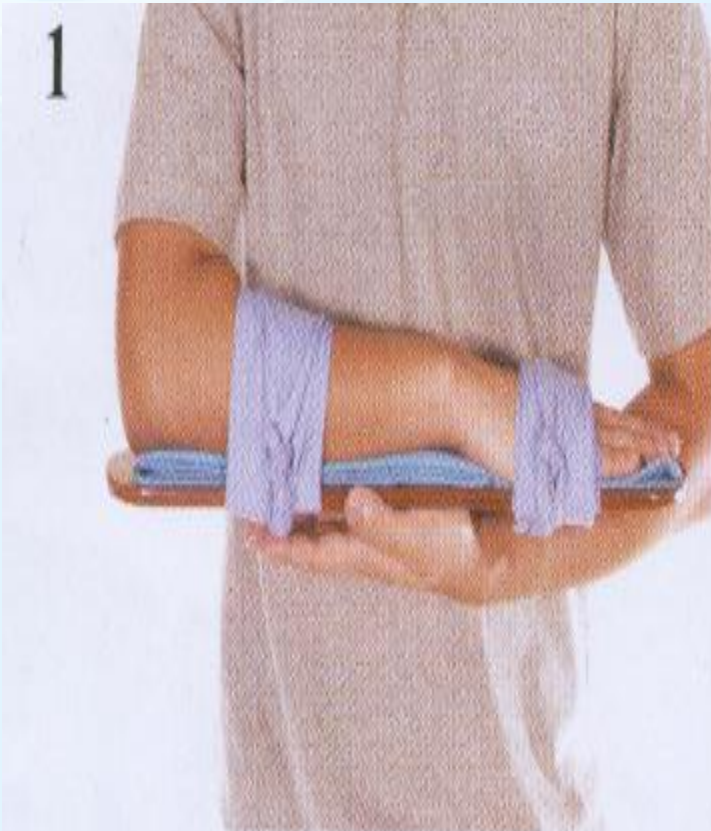


ไม่วางเฝือกลงบนบริเวณที่กระดูกหักโดยตรงควรมีสิ่งอื่นรอง

มัดเฝือกกับอวัยวะที่หักให้แน่นพอควร ไม่แน่นจนเกินไป



การเข้าเฝือกชั่วคราว : ข้อมือหักหรือเคลื่อน



การมัดยึดกระดูกบริเวณเหนือและใต้ตำแหน่งข้อมือหัก หรือเคลื่อน และการคล้องแขน



การเข้าเฟือกชั่วคราว : แขนท่อนล่างหัก

1



2



การมัดยึดชนิดบริเวณข้อต่อเหนือและใต้ตำแหน่งแขนท่อนล่างหัก และการคล้องแขน



การเข้าเฟือกชั่วคราว : ข้อศอกหักหรือเคลื่อน



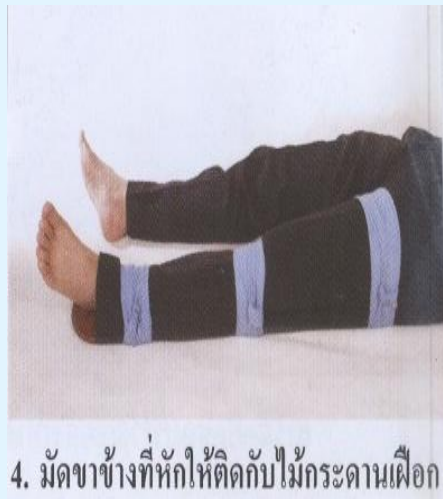
การมัดยึดชนิดบริเวณข้อต่อเหนือและใต้ตำแหน่งข้อศอกหัก หรือเคลื่อน และการคล้องแขน

การเข้าเฟือกชั่วคราว : แขนท่อนบนหัก

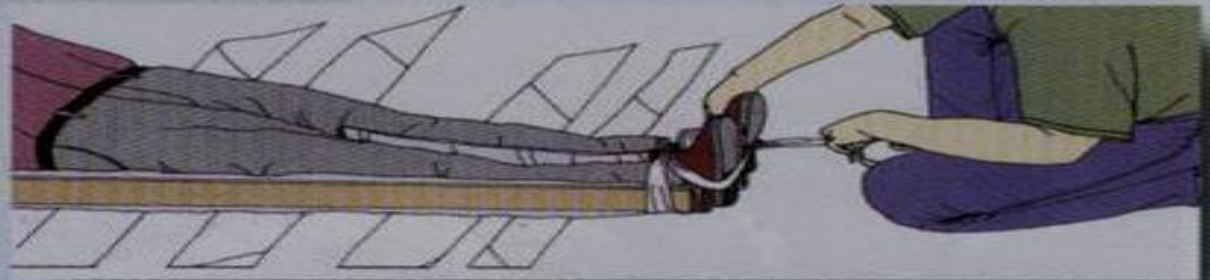
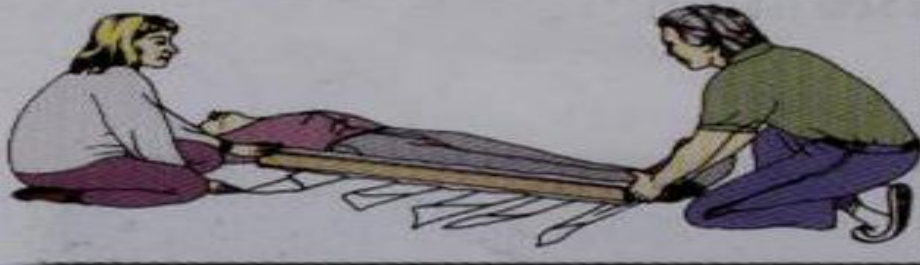


การมัดยึดชนิดบริเวณข้อต่อเหนือและใต้ตำแหน่งแขนท่อนบนหัก และการคล้องแขน

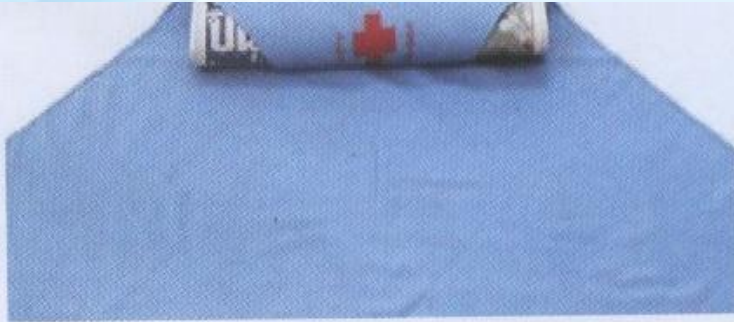
การเข้าเฝือกชั่วคราว : ขา



การเข้าเฟือกชั่วคราว : กระดูกเชิงกรานหัก



การเข้าเฟือกชั่วคราว : กระดูกสันหลังส่วนคอบาดเจ็บ



1. พับกระดาษหนังสือพิมพ์ให้ความกว้างพอดีกับคอผู้บาดเจ็บ แล้วห่อผ้าสามเหลี่ยม



2. จัดรูปทรงของเฟือกให้โค้งงอเข้ากับคอพอดี



3. สวมเฟือกชั่วคราวจากด้านหน้าถ้าคออ้อมไปด้านหลังและมาผูกปมด้านหน้า



การเข้าเพื่อกชั่วคราว : กระดูกสันหลังบาดเจ็บ



การเข้าเฟือกชั่วคราว : กระดูกสันหลังหัก



ผู้บาดเจ็บที่กระดูกสันหลังหัก

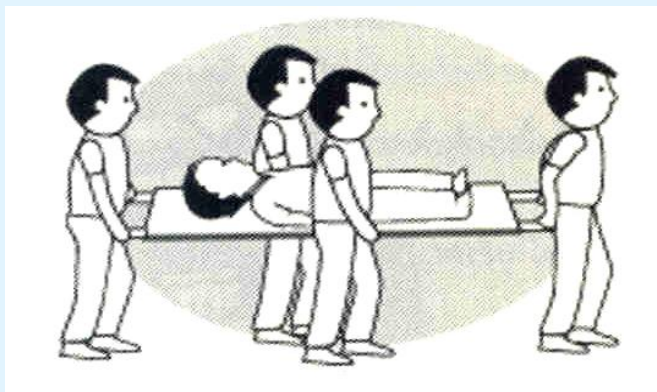
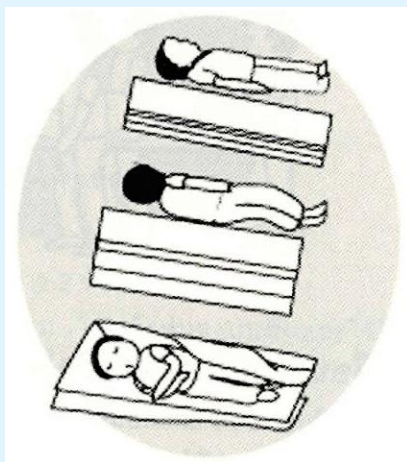
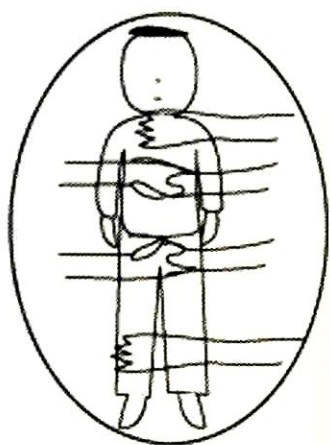
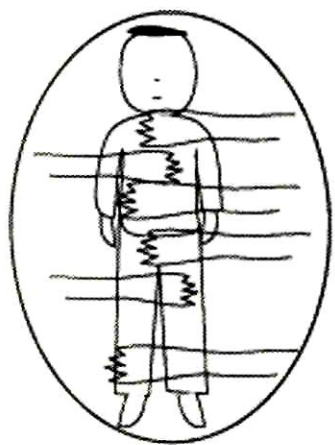
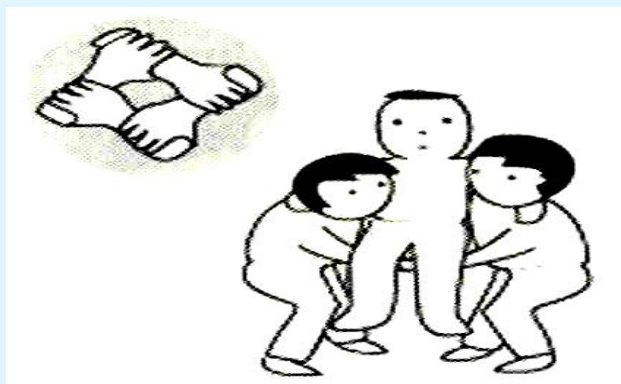
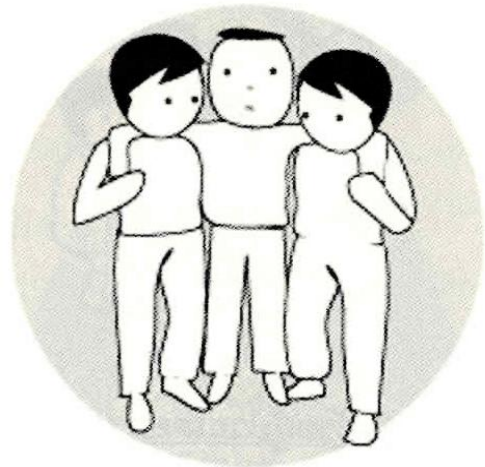
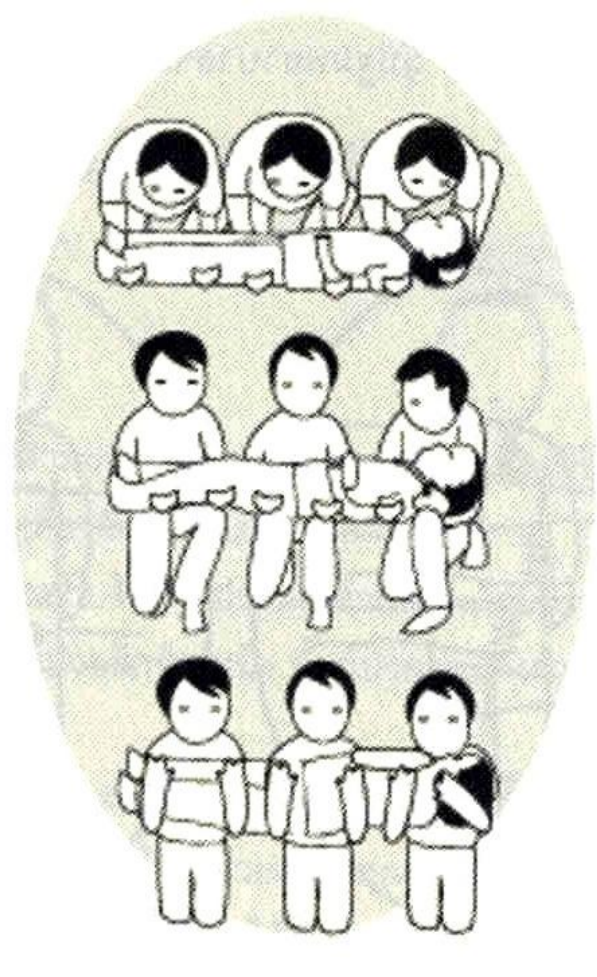
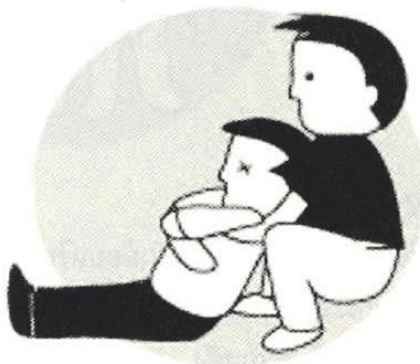
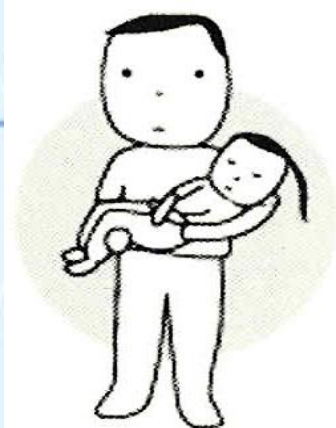
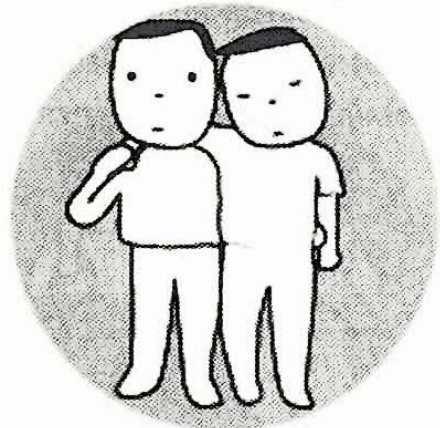




การยกและเคลื่อนย้ายผู้ป่วย (Transportation)

การเคลื่อนย้ายผู้ป่วย (Transportation)

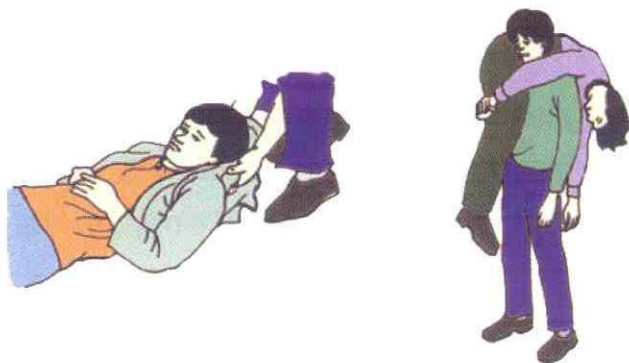




การเคลื่อนย้ายโดยไม่ใช้อุปกรณ์



ใช้ในกรณีที่ผู้บาดเจ็บรู้สึกตัวดีเท่านั้น



ใช้ในกรณีที่ผู้บาดเจ็บไม่รู้สึกรู้ตัวและกรณีเร่งด่วนเท่านั้น

การเคลื่อนย้ายโดยใช้อุปกรณ์

ผ้าขาวม้า



เสื่อ



เก้าอี้



การใช้ผ้าห่มหรือผ้าปูที่นอนแทนเปล



การช่วยเหลือผู้บาดเจ็บเล็กน้อยและ/หรือรู้สึกตัว :
ท่าประคองเดิน



การช่วยเหลือผู้บาดเจ็บเล็กน้อยและ/หรือรู้สึกรู้สัว :

การอุ้ม



การช่วยเหลือผู้บาดเจ็บเล็กน้อยและ/หรือรู้สึกร้าว :

การประคองเดิน

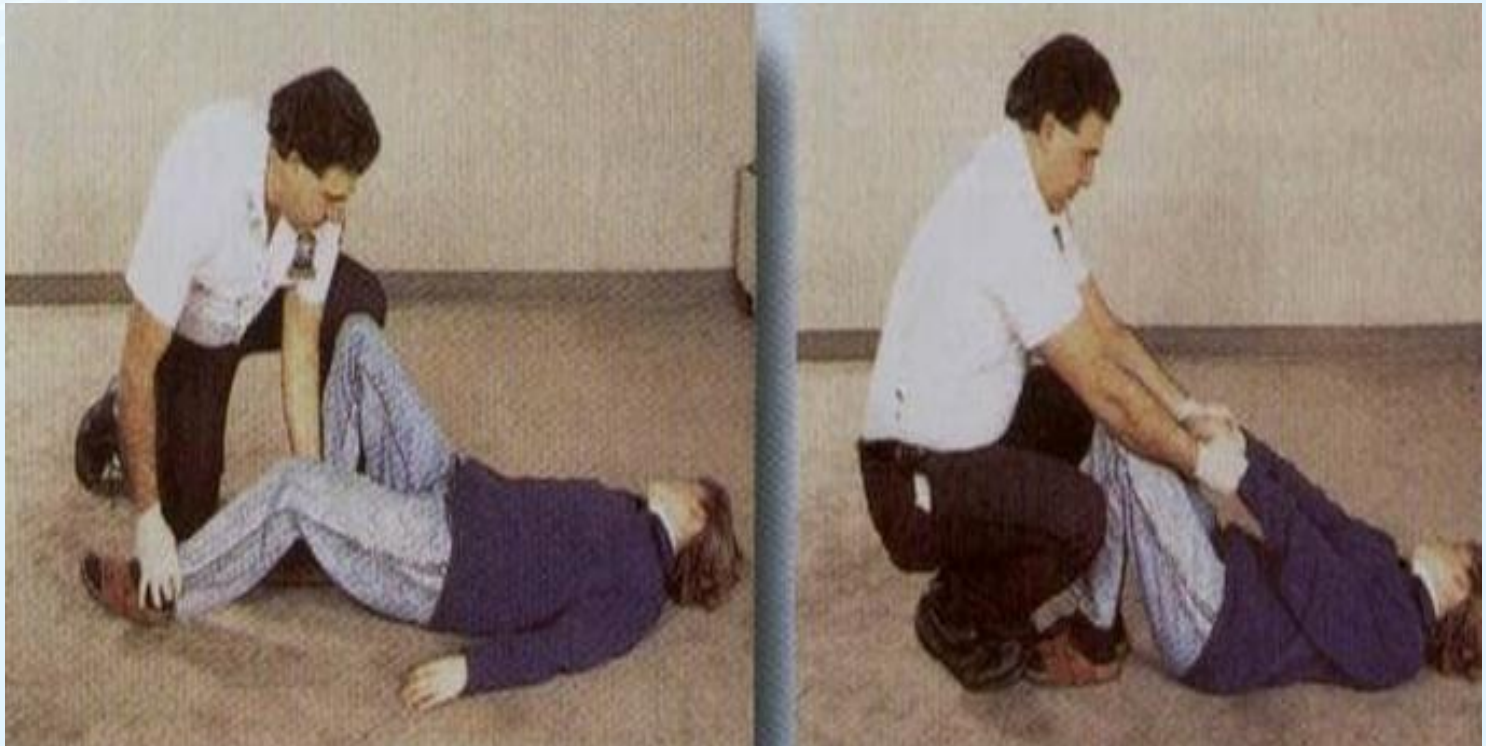


การช่วยเหลือผู้บาดเจ็บเล็กน้อยและ/หรือไม่รู้สึกร่างตัว :

ท่าลาก



**การช่วยเหลือผู้บาดเจ็บเล็กน้อยและ/หรือไม่รู้สึกร่างตัว :
ทำอุ้มแบก**





การช่วยเหลือผู้บาดเจ็บเล็กน้อยและ/หรือไม่รู้สีกตัว :

ผู้ช่วยเหลือ 3-4 คน





การสำลัก





1. กรณีที่ผู้ป่วยเจ็บยังไม่หมดสติ ใช้วิธีการรัดกระดูกที่ท้องเหนือสะดือ
ใต้ลิ้นปี่ในทิศทางเฉียงขึ้น โดยให้ผู้ทำการช่วยเหลือเข้าไปข้างหลังผู้ป่วยเจ็บ
ที่กำลังยืนอยู่ มือซ้ายกำมัดไว้ตรงหน้าท้องระหว่างสะดือกับลิ้นปี่ของ
ผู้ป่วย มือขวากำรอบกำปั้นซ้ายหรือใช้วิธีประสานมือ 2 ข้างเข้าด้วยกัน
แล้วรัดกระดูกเข้าหาตัวผู้ช่วยเหลืออย่างแรงหลาย ๆ ครั้ง จนพุดออกมาได้



2. กรณีที่ผู้ป่วยเจ็บหมดสติ

จัดผู้ป่วยเจ็บในท่านอนหงายราบ นิ่งคร่อม
แล้วใช้สันมือทั้งสองข้างวางซ้อนกัน กดกระแทกที่ท้องเหนือสะดือได้
ลิ้นปีในทิศทางเฉียงขึ้นไปทางศีรษะผู้ป่วยเจ็บ ทำ 5 ครั้ง แล้วเปิดปาก
ผู้ป่วยเจ็บ หากเห็นสิ่งแปลกปลอมให้ล้วงออก ห้ามล้วงโดยไม่เห็น
จากนั้นจึงตรวจการหายใจและเริ่มต้นการกู้ชีพ



การซัก



การปฐมพยาบาล

1. ป้องกันการบาดเจ็บจากการล้ม
2. ให้ผู้ป่วยเจ็บนอนตะแคงเอียงหน้าลงกับพื้นในท่าเียงคางขึ้น
3. ดูแลการหายใจ เช็ดหรือดูดเสมหะ น้ำลาย และสิ่งอาเจียนออก
4. นำส่งสถานพยาบาล

ข้อควรระวัง

1. ไม่นำของแข็งใส่เข้าไปในปาก เพื่ออุดฟัน
2. ห้ามมัดหรือต่อสู้อกับผู้ที่กำลังชัก
3. อย่าทิ้งผู้ป่วยเจ็บไว้ตามลำพัง เพื่อไปตามผู้อื่น
4. งดอาหารและน้ำระหว่างการชัก และหลังจากชักใหม่ ๆ



การช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR) (Cardio Pulmonary Resuscitation)

“ผู้ป่วยหมดสติ !!!!?????”



ขั้นตอนการกู้ชีพขั้นพื้นฐานในผู้ใหญ่

1. ตรวจสอบระดับความรู้สึกตัวโดยการเรียกผู้ป่วย
เจ็บ และตีที่ไหล่เบา ๆ



2. ร้องขอความช่วยเหลือ และพลิกผู้ป่วยเจ็บให้นอน หงายราบบนพื้นเรียบแข็ง



3. ถ้าผู้ป่วยเจ็บไม่ตอบสนอง ให้ช่วยการไหลเวียนโลหิตโดยการกดหน้าอก 30 ครั้ง ด้วยอัตราเร็วมากกว่า 100 ครั้งต่อนาที กดลึก 2 นิ้ว หรือ 5 เซนติเมตร (ใช้มือข้างหนึ่งวางและใช้มืออีกข้างวางทับ แล้วใช้สันมือกดที่กึ่งกลางหน้าอก)



4. หลังจากนั้นให้กดหน้าอกด้วยอัตรา 30 (นับเป็น 1 รอบ) ประเมินผลการกู้ชีพทุก 5 รอบ (ใช้เวลา 2 นาที)



ในกรณีที่มีผู้ปฏิบัติการกู้ชีพมาช่วยเหลือเพิ่มขึ้น ควรสลับหน้าที่ของผู้ที่กดหน้าอก หรือทุก 5 รอบ

หมายเหตุ : สามารถใช้การกดหน้าอกอย่างต่อเนื่อง ด้วยอัตราเร็วมากกว่า 100 ครั้งต่อนาที



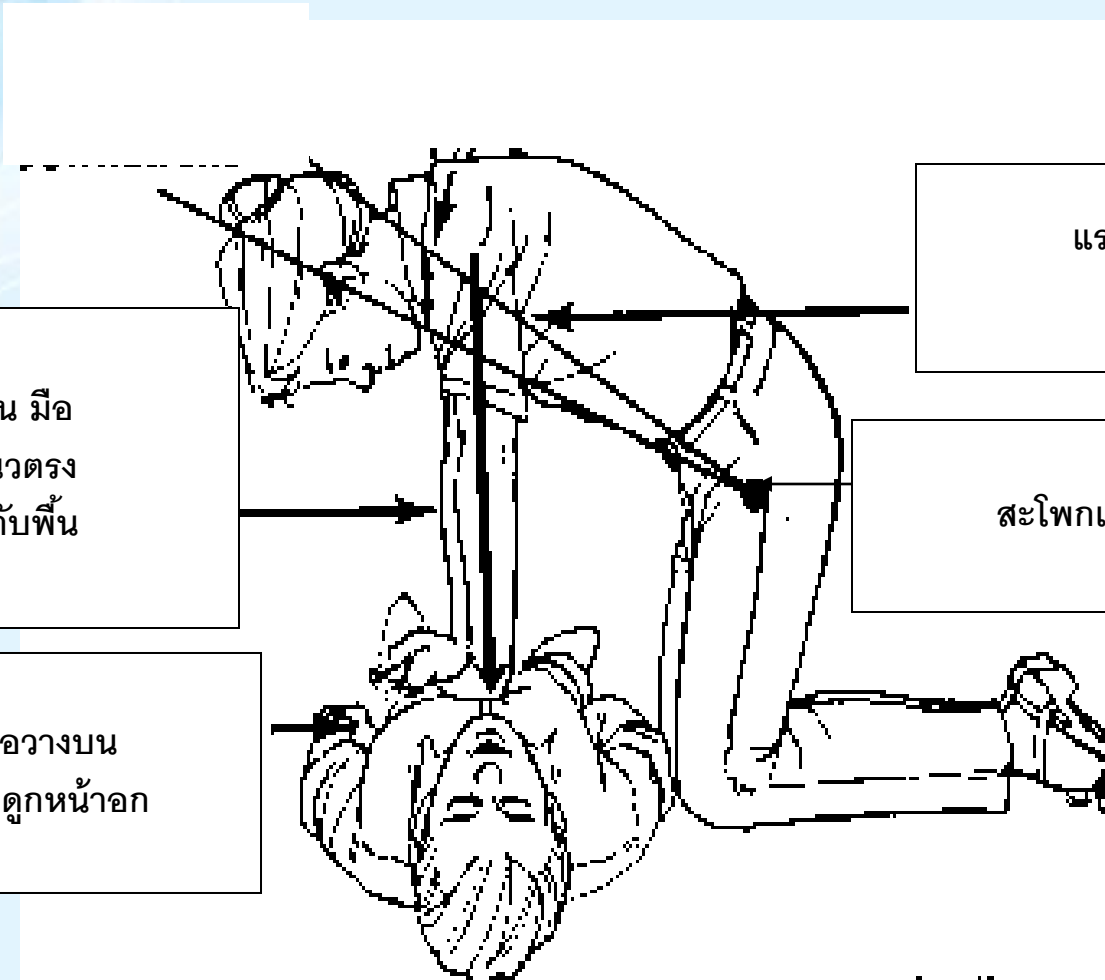
การกดหน้าอก

- เพื่อให้มีเลือดไปเลี้ยงส่วนต่างๆ ของร่างกาย
- ตำแหน่ง : กระดูกหน้าอกกึ่งกลางระหว่างราวนม

วิธีการ : ใช้ฝ่ามือ 2 ข้างวางซ้อนกัน สันมือวางบน

กระดูกหน้าอก แขนเหยียดตรง มือ-ศอก-ไหล่ตั้งฉาก

กับผู้ป่วย ใช้เอวเป็นจุดหมุน



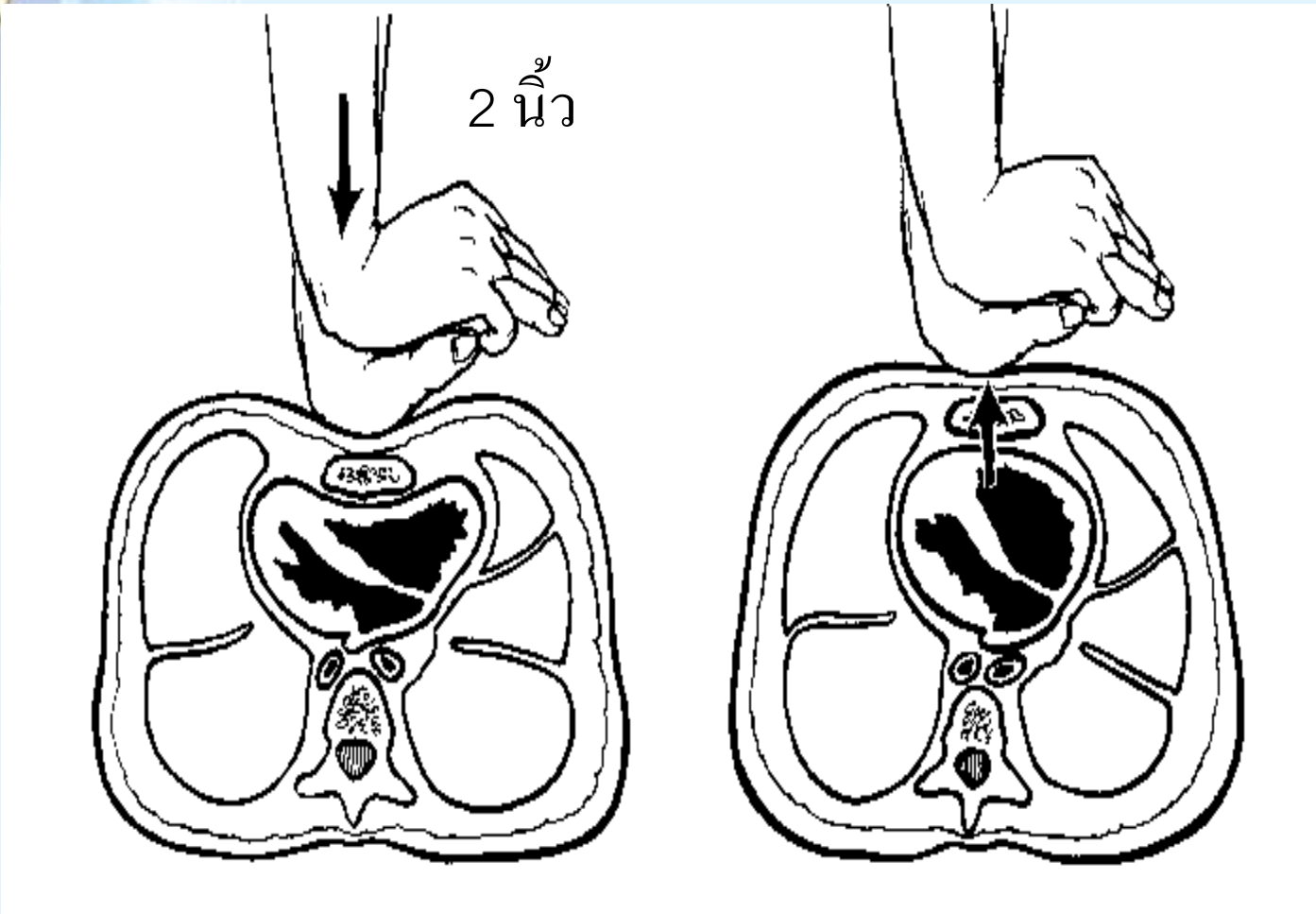
ไหล่ แขน มือ
อยู่ในแนวตรง
ตั้งฉากกับพื้น

มือวางบน
กระดูกหน้าอก

แรงมาจากไหล่
และแขน

สะโพกเป็นจุดหมุน

<http://home.utah.edu/~mda9899/cprpics.html>



<http://home.utah.edu/~mda9899/cprpics.html>



สรุป

- เมื่อพบคนไม่รู้สึกรู้ตัว ไม่หายใจ หรือ หายใจเอื้อง
- **รีบขอความช่วยเหลือให้เร็วที่สุด**
- กดหน้าอก 30 ครั้ง
- เปลี่ยนผู้กดหน้าอกทุก 2 นาที



อ้างอิงจากหนังสือ “การปฐมพยาบาลและการกู้ชีพขั้นพื้นฐาน
(First aid and Basic life support) สำหรับกำลังพลกองทัพเรือ” กรมแพทย์ทหารเรือ

ขอบคุณค่ะ