



05

การปฐมพยาบาลเบื้องต้นและ
การช่วยเหลือผู้ประสบอันตรายจากไฟฟ้า
Cardiopulmonary resuscitation (CPR)

5. การช่วยเหลือผู้ประสบอันตรายจากไฟฟ้าและการปฐมพยาบาลเบื้องต้น(CPR)

การปฏิบัติกรณีเกิดเหตุฉุกเฉินและปฐมพยาบาล

การปฏิบัติกรณีเกิดเหตุฉุกเฉินและปฐมพยาบาล

1. วิธีปฏิบัติเมื่อแรกพบผู้บาดเจ็บ
2. การปฐมพยาบาล
3. บาดแผลและการห้ามเลือด
4. การปฐมพยาบาลผู้ที่ถูกไฟไหม้ น้ำร้อนลวก
5. การปฐมพยาบาลผู้ที่ถูกงูกัด
6. การปฐมพยาบาลผู้ที่มีกระดูกหัก
7. การยกเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บ
8. การปฐมพยาบาล ผู้ที่ถูกไฟดูด
9. การช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน (CPR)



5. การช่วยเหลือผู้ประสบอันตรายจากไฟฟ้าและการปฐมพยาบาลเบื้องต้น(CPR)

1. วิธีปฏิบัติเมื่อแรกพบผู้บาดเจ็บ

1

โทร 1669 อย่าเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บจากตำแหน่งที่พบให้ทำการปฐมพยาบาลตรงที่เกิดเหตุ ยกเว้นในกรณีที่มีอันตรายต่อผู้บาดเจ็บและผู้ปฐมพยาบาล

2

ตรวจสอบการหายใจ การทำงานของหัวใจพร้อมทั้งให้การช่วยเหลือ

3

ป้องกันอันตรายที่อาจเกิดขึ้นกับผู้บาดเจ็บในขั้นต่อไป

4

ห่มผ้าให้ผู้ป่วยเพื่อป้องกันการช็อก

5

ขยายเข็มขัด และเสื้อผ้าให้หลวม

6

ถ้ามีแผลควรพันผ้าไว้ และถ้ากระดูกหักต้องเข้าเฝือกชั่วคราวให้

7

ชวนผู้บาดเจ็บคุยเพื่อให้เกิดความสบายใจ

8

อยู่กับผู้บาดเจ็บจนส่งให้กับตำรวจหรือหน่วยกู้ภัย หรือญาติ

9

พึงระลึกถึงความสามารถของเราในการปฐมพยาบาล

5. การช่วยเหลือผู้ประสบอันตรายจากไฟฟ้าและการปฐมพยาบาลเบื้องต้น(CPR)

2. การปฐมพยาบาล

การปฐมพยาบาล หมายถึง การให้ความช่วยเหลือผู้บาดเจ็บขั้นแรกก่อนที่จะส่งไปให้แพทย์รักษาต่อ โดยทั่วไปการปฐมพยาบาลจะปฏิบัติ ณ สถานที่เกิดเหตุ นอกจากสถานที่นั้นๆ ไม่เหมาะสมและไม่สะดวกแก่การให้การปฐมพยาบาล



วัตถุประสงค์หลักในการปฐมพยาบาล

- ✓ ป้องกันอันตรายที่จะเกิดขึ้นในระยะต่อไป
- ✓ เพื่อช่วยชีวิต
- ✓ บรรเทาความเจ็บปวดหรือลดความทรมาน
- ✓ ลดความเสี่ยงการเกิดความรู้สึก และช่วยให้ฟื้นตัวเร็วขึ้น
- ✓ รีบนำส่งโรงพยาบาลในกรณีจำเป็น

5. การช่วยเหลือผู้ประสบอันตรายจากไฟฟ้าและการปฐมพยาบาลเบื้องต้น(CPR)

2. การปฐมพยาบาล

เหตุการณ์ปลอดภัย

ขอความช่วยเหลือและ
ให้การปฐมพยาบาล

รู้สึกตัว

ปฐมพยาบาลตามอาการ

การประเมินสถานการณ์

ประเมินอาการผู้บาดเจ็บ

- ความรู้สึกตัว
- การหายใจ
- การเสียเลือด

หมดสติ หายใจ

จัดท่านอนที่ปลอดภัย

ส่งต่อบุคลากรทางการแพทย์

เหตุการณ์ไม่ปลอดภัย

ขอความช่วยเหลือหรือ
จัดการสถานที่เกิดเหตุให้
ปลอดภัย

หมดสติ ไม่หายใจ

CPR

5. การช่วยเหลือผู้ประสบอันตรายจากไฟฟ้าและการปฐมพยาบาลเบื้องต้น(CPR)

2. การปฐมพยาบาล

การเรียงลำดับความสำคัญเพื่อทำการปฐมพยาบาล



1. ให้การปฐมพยาบาลในกรณีที่ผู้ป่วยทางเดินหายใจอุดตัน (Obstructed Airway) มีการหายใจลำบาก หรือหยุดหายใจ สิ่งตามมา ภายหลังจากการหายใจหยุดทำงาน คือ หัวใจหยุดทำงาน ดังนั้นผู้ปฐมพยาบาลต้องพร้อมช่วยเหลือทันที
2. การปฐมพยาบาลการตกเลือดอย่างรุนแรง ศีรษะได้รับบาดเจ็บอย่างรุนแรง มีแผลทะลุที่ช่องอก และช่องท้อง ได้รับสารพิษ หัวใจวายและการช็อกขั้นรุนแรง
3. ให้การปฐมพยาบาลแผลไหม้ทุกชนิด กระดูกหัก และการบาดเจ็บ บริเวณกระดูกสันหลัง
4. ให้การปฐมพยาบาลการบาดเจ็บเล็กๆ น้อยๆ

5. การช่วยเหลือผู้ประสบอันตรายจากไฟฟ้าและการปฐมพยาบาลเบื้องต้น(CPR)

2. การปฐมพยาบาล

Shock

หมายถึง อาการที่หัวใจไม่สามารถสูบฉีดโลหิตไปเลี้ยงส่วนต่างๆ ของร่างกายได้เพียงพอ

ในกรณีหยุดหายใจให้ช่วยเหลือภายใน 4 นาที



สาเหตุของการช็อก

1. เสียเลือด เสียน้ำ จากร่างกายมาก
2. ขาดออกซิเจน
3. พิษของแบคทีเรีย หรือเชื้อโรค
4. อารมณ์กลัว ตื่นเต้น ตกใจมาก หรือเจ็บปวดมาก
5. การแพ้ เช่น แพ้ยา พิษต่างๆ

5. การช่วยเหลือผู้ประสบอันตรายจากไฟฟ้าและการปฐมพยาบาลเบื้องต้น(CPR)

3. บาดแผลและการห้ามเลือด

1. บาดแผลปิด

ได้แก่ แผลฟกช้ำ การบวม การปวด

- การปฐมพยาบาลให้ประคบความเย็นให้เร็วที่สุด เพื่อลดอาการบวม และการเจ็บภายใน 24 - 48 ชั่วโมง
- หลังจาก 48 ชั่วโมงใช้ความร้อนประคบ



5. การช่วยเหลือผู้ประสบอันตรายจากไฟฟ้าและการปฐมพยาบาลเบื้องต้น(CPR)

3. บาดแผลและการห้ามเลือด



2. บาดแผลเปิด

เป็นบาดแผลที่ทำให้เกิดรอยแยกของผิวหนัง แบ่งเป็น

- บาดแผลถลอก เป็นแผลตื้นมีผิวหนังถลอกและมีเลือดออกเล็กน้อย
- บาดแผลฉีกขาด เป็นแผลที่เกิดจากวัตถุที่ไม่มีคม แต่มีแรงพอที่จะทำให้ผิวหนังและเนื้อเยื่อใต้ผิวหนังฉีกขาดได้ขอบแผลมักขาดรุ่งริ่ง **การปฐมพยาบาลทำได้โดยทำความสะอาดแผล / ห้ามเลือด**
- บาดแผลตัด เป็นแผลที่เกิดอาวุธหรือเครื่องมือที่มีคมเรียบตัด เช่น มีด ขวาน ปากแผลมักแคบและเรียบ **การปฐมพยาบาลทำได้โดยทำความสะอาดแผล / ห้ามเลือด / ถ้าอาการหนักให้นำส่งโรงพยาบาล**
- บาดแผลถูกแทง เป็นแผลที่เกิดจากวัตถุปลายแหลมแทงเข้าไป เช่น มีดปลายแหลม **ห้ามดึงมีดออก !!**

5. การช่วยเหลือผู้ประสบอันตรายจากไฟฟ้าและการปฐมพยาบาลเบื้องต้น(CPR)

3. บาดแผลและการห้ามเลือด

เมื่อเกิดบาดแผลเปิดจะมีเลือดไหลออกมาเป็น 3 ลักษณะ

1

เลือดออกซึมๆ ไหลช้าๆ มักเกิดจากเส้นเลือดฝอยได้รับอันตรายจะมีความรุนแรงน้อย และห้ามเลือดได้ง่าย

2

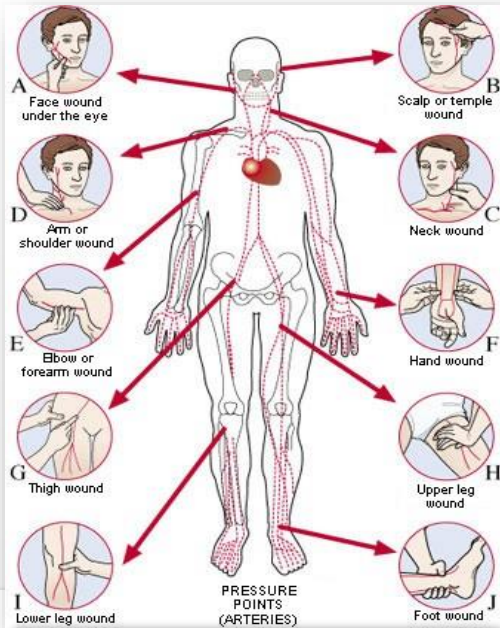
เลือดออกมีสีแดงคล้ำ ไหลช้าไม่พุ่งแรง ไม่เป็นจังหวะ มักเกิดจากเส้นเลือดดำได้รับอันตราย

3

เลือดออกสีแดงสด เลือดจะออกจากบาดแผล พุ่งแรงเป็นจังหวะตามการเต้นของหัวใจ มักเกิดจากเส้นเลือดใหญ่ได้รับอันตราย

5. การช่วยเหลือผู้ประสบอันตรายจากไฟฟ้าและการปฐมพยาบาลเบื้องต้น(CPR)

3. บาดแผลและการห้ามเลือด



กดจุดห้ามเลือด

ลักษณะแผลที่อาจมีเลือดออกปริมาณมาจนทำให้เสียชีวิต

1. มีเลือดพุ่งออกจากบาดแผลตามจังหวะชีพจร
2. มีเลือดไหลเอื่อยๆ ออกจากบาดแผล
3. มีเลือดนองบนพื้น
4. เสื้อผ้าที่สวมชุ่มเลือด
5. หากปฐมพยาบาลแล้วผ้าพันแผลยังชุ่มเลือด
6. แขน / ขาขาด
7. ผู้บาดเจ็บสับสน, หหมดสติ หรือมีอาการของภาวะช็อก

การรัดห้ามเลือดไม่ควรเกิน 2 ชั่วโมง
ถ้านานกว่านี้มีโอกาสที่จะสูญเสียอวัยวะได้

5. การช่วยเหลือผู้ประสบอันตรายจากไฟฟ้าและการปฐมพยาบาลเบื้องต้น(CPR)

4. การปฐมพยาบาลผู้ที่ถูกไฟไหม้ น้ำร้อนลวก

เมื่อพบผู้ถูกไฟไหม้ น้ำร้อนลวก ควรปฏิบัติ ดังนี้



1. ในกรณีที่ถูกไฟไหม้ ให้รีบดับไฟทันที โดยใช้ผ้าหนาๆ หรือ ผ้าชุบน้ำสะอาดคลุมตัวผู้บาดเจ็บไว้
2. ใช้น้ำเย็นราดบริเวณที่ได้รับบาดเจ็บ หรืออาจใช้ผ้าชุบน้ำเย็น หรือใช้วันของว่านหางจระเข้วางประคบบริเวณนั้นไว้
3. รีบถอดเสื้อผ้าเครื่องประดับต่างๆ ออกก่อนที่แผลจะบวม
4. ถ้าหยุดหายใจต้องช่วย **ผายปอด** หรือถ้าหัวใจหยุดเต้นต้องช่วยนวดหัวใจ
5. ถ้าเกิดแผลบริเวณหน้า ควรล้างตาให้สะอาดด้วยน้ำเย็น แล้วใช้ผ้าสะอาดปิดตาไว้ เพื่อป้องกันฝุ่นละอองเข้าตา
6. ขณะนำส่งรพ.ควรใช้ผ้าสะอาดคลุมร่างกายไว้

5. การช่วยเหลือผู้ประสบอันตรายจากไฟฟ้าและการปฐมพยาบาลเบื้องต้น(CPR)

4. การปฐมพยาบาลผู้ที่ถูกไฟไหม้ น้ำร้อนลวก

ระดับความลึกของแผล

- แผลไหม้ระดับแรก (First degree burn)

อาการ

- การไหม้จะจำกัดอยู่ที่ผิวหนังชั้นหนังกำพร้า (epidermis) เท่านั้น โดยบาดแผลจะแดง (Erythema) แต่ไม่มีตุ่มพอง (Blister) มีความรู้สึกเจ็บปวดหรือแสบร้อน โดยแผลประเภทนี้จะใช้เวลารักษาประมาณ 7 วัน



ห้าม ! ใช้น้ำปลา, ยาสีฟัน ฯลฯ ทาบริเวณแผลทุกกรณี

5. การช่วยเหลือผู้ประสบอันตรายจากไฟฟ้าและการปฐมพยาบาลเบื้องต้น(CPR)

4. การปฐมพยาบาลผู้ที่ถูกไฟไหม้ น้ำร้อนลวก

ระดับความลึกของแผล

- แผลไหม้ระดับที่สอง (Second degree burn)

อาการ

- เกิดการไหม้ขึ้นที่ชั้นหนังกำพวด์ ตลอดทั้งชั้น (ทั้งชั้นผิวหนังนอกและชั้นในสุด) และหนังแท้ (dermis) โดยรวมคือมีตุ่มพองใส ถ้าวอกเอาตุ่มพองออก พื้นแผลจะมีสีชมพู ขึ้นๆ มีน้ำเหลืองซึม และคนไข้จะมีอาการปวดแสบมาก การหายของแผลใช้เวลาประมาณ 2-3 สัปดาห์

ห้าม ! ใช้น้ำปลา, ยาสีฟัน ฯลฯ ทาบริเวณแผลทุกกรณี



5. การช่วยเหลือผู้ประสบอันตรายจากไฟฟ้าและการปฐมพยาบาลเบื้องต้น(CPR)

4. การปฐมพยาบาลผู้ที่ถูกไฟไหม้ น้ำร้อนลวก

ระดับความลึกของแผล

- แผลไหม้ระดับที่สาม(Third degree burn)

อาการ

- บาดแผลไหม้จะลึกลงไปจนทำลายหนังกำพร้าและหนังแท้ทั้งหมด ผู้ป่วยมักไม่มีความรู้สึกเจ็บปวดที่บาดแผล บาดแผลจะมีลักษณะขาวซีด เหลือง น้ำตาลไหม้ หรือดำ หนาแข็งเหมือนแผ่นหนัง แห้งและกร้าน จำเป็นต้องรักษาด้วยการผ่าตัดปลูกผิวหนัง นอกจากนี้จะมีการดิ่งรั้งของแผลทำให้ข้อยึดติด เมื่อหายแล้วจะเป็นแผลเป็น



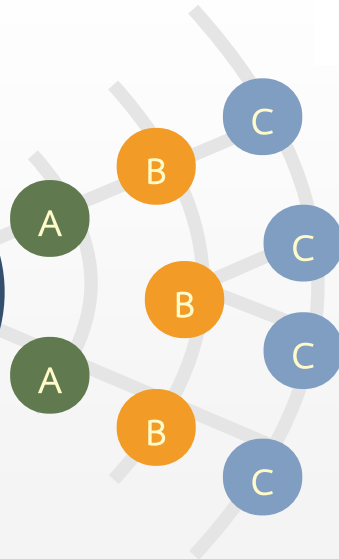
ห้าม ! ใช้น้ำปลา, ยาสีฟัน ฯลฯ ทาบริเวณแผลทุกกรณี

5. การช่วยเหลือผู้ประสบอันตรายจากไฟฟ้าและการปฐมพยาบาลเบื้องต้น(CPR)

5. การปฐมพยาบาล **ผู้ที่ถูกงูกัด**

พิษงูมี 3 ชนิด

1. พิษต่อระบบประสาท (Neurotoxin) เช่น งูเห่า งูจงอาง งูสามเหลี่ยม
2. พิษต่อระบบโลหิต (Hemotoxin) เช่น งูแมวเซา งูกะปะ
3. พิษต่อระบบกล้ามเนื้อ (Myotoxin) เช่น งูทะเล



5. การช่วยเหลือผู้ประสบอันตรายจากไฟฟ้าและการปฐมพยาบาลเบื้องต้น(CPR)

5. การปฐมพยาบาล **ผู้ที่ถูกงูกัด**



1. พยายามให้ผู้ป่วยเคลื่อนไหวน้อยที่สุด อย่าตื่นเต้น



3. ให้ตามบริเวณที่ถูกงูกัดด้วยวัสดุที่มีลักษณะแข็ง เช่น ท่อนไม้



5. วางอวัยวะส่วนที่ถูกงูกัดให้ต่ำกว่าหรือระดับเดียวกับหัวใจ



2. นำน้ำสะอาดล้างแผลทันที



4. ถ้าต้องการทานยาแก้ปวด ควรปรึกษาแพทย์ (1669)



6. รีบนำผู้ป่วยส่งโรงพยาบาลโดยเร็วที่สุด

5. การช่วยเหลือผู้ประสบอันตรายจากไฟฟ้าและการปฐมพยาบาลเบื้องต้น(CPR)

5. การปฐมพยาบาล ผู้ที่ถูกงัด



5. การช่วยเหลือผู้ประสบอันตรายจากไฟฟ้าและการปฐมพยาบาลเบื้องต้น(CPR)

6. การปฐมพยาบาล **ผู้ที่มีกระดุกหัก**

1. แบบปิด



อาการที่แสดงว่ากระดุกหัก

1. ปวด, บวม, ร้อน
2. จับโยกเบาๆ จะมีเสียงดังกรอบ..แกรบ
3. ผิดรูปร่างไป
4. เคลื่อนไหวหรือใช้งานไม่ได้

การปฐมพยาบาลคนกระดุกหัก

พยายามให้กระดูกที่หักขยับเขยื้อนน้อยที่สุด ถ้ากระดูกหักแบบเปิดใช้ผ้าสะอาดปิดไว้

2. แบบเปิด



5. การช่วยเหลือผู้ประสบอันตรายจากไฟฟ้าและการปฐมพยาบาลเบื้องต้น(CPR)

6. การปฐมพยาบาล ผู้ที่มีกระดูกหัก

หลักการเข้าเฝือกชั่วคราว

- 1) สามารถตรึงกระดูกที่หักให้อยู่นิ่ง
- 2) ต้องยึดข้อกระดูก 1 ข้อเหนือรอยกระดูกที่หัก และ 1 ข้อ ใต้รอย กระดูกที่หัก
- 3) ถ้ามีบาดแผลต้องห้ามเลือด ปิดบาดแผลด้วยผ้าสะอาด พันผ้าแล้วจึงใส่เฝือกชั่วคราว
- 4) อย่าพยายามดึงกระดูกให้เข้าที่เอง
- 5) ให้ผู้บาดเจ็บอยู่ในท่าที่สบายที่สุด



5. การช่วยเหลือผู้ประสบอันตรายจากไฟฟ้าและการปฐมพยาบาลเบื้องต้น(CPR)

7. การยกเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บ

หลักการเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บ

1. อย่าเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บยกเว้นที่จำเป็นจริงๆ
2. อธิบายผู้บาดเจ็บก่อนว่าจะทำอะไร
3. การเคลื่อนย้ายควรทำเป็นทีม ประเมินกำลังตัวเองก่อนทำ
4. เมื่อมีคนช่วยหลายคน จะต้องมีคนหนึ่งเป็นผู้ออกคำสั่งในการยก
5. รู้วิธีการยกที่ถูกต้อง
6. ผู้ช่วยเหลือปลอดภัย ผู้บาดเจ็บปลอดภัย

หลักการที่ควรยึดถือเสมอ

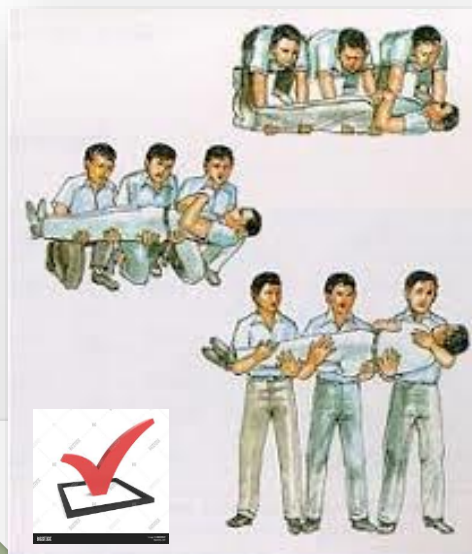
1. เคลื่อนย้ายเท่าที่จำเป็น
2. ผู้บาดเจ็บจากอุบัติเหตุที่ไม่รู้สึกตัว ให้ตามคอก่อนเคลื่อนย้าย
3. ทำการปฐมพยาบาลก่อนจะเคลื่อนย้าย-ห้ามเลือด ใส่ผืนอกชั่วคราว
4. ประเมินกำลังก่อนยก
5. ห้ามทำ ในสิ่งที่ไม่รู้

5. การช่วยเหลือผู้ประสบอันตรายจากไฟฟ้าและการปฐมพยาบาลเบื้องต้น(CPR)

7. การยกเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บ

การเคลื่อนย้ายคนกระตุกสั่นหลังหัก.... สำคัญมาก

ถ้าทำผิดวิธี จะทำให้ผู้ป่วยเป็นอัมพาต....



พิการไปตลอดชีวิต



5. การช่วยเหลือผู้ประสบอันตรายจากไฟฟ้าและการปฐมพยาบาลเบื้องต้น(CPR)

8. การปฐมพยาบาล **ผู้ที่ถูกไฟดูด**

1. บริเวณที่ไฟฟ้าผ่านเข้า
: จะมีสีเหลืองอมเทา
รอบๆ แผลแดง

2. บริเวณทางออกของไฟฟ้า
: จะเป็นวงขอบแผลไหม้
คล้ายรอยกระสุนปืน

ความต้านทานต่อการไหลของกระแสไฟฟ้าของร่างกาย

ปริมาณส่วนของร่างกาย	ความต้านทาน (โอห์ม)
ผิวหนังแห้ง	100,000-600,000
ผิวหนังเปียก	1,000
ภายในร่างกายจากมือถึงเท้า	400-600
ระหว่างหูสองข้าง	ประมาณ 100



1. จำนวนกระแสไฟฟ้าที่ไหลผ่าน (แอมแปร์)
2. แรงดันของกระแสไฟฟ้า (โวลท์) : **ทำให้หยุดหายใจ**
3. ระยะเวลาในการถูกไฟฟ้าดูด **ก่อนจะเป็นอันตราย**
 - ปริมาณกระแส 100 mA ร่างกายทนได้ประมาณ 3 วินาที
 - ปริมาณกระแส 500 mA ร่างกายทนได้ประมาณ 0.11 วินาที
 - ปริมาณกระแส 1 A ร่างกายทนได้ประมาณ 0.03 วินาที

5. การช่วยเหลือผู้ประสบอันตรายจากไฟฟ้าและการปฐมพยาบาลเบื้องต้น(CPR)

8. การปฐมพยาบาล **ผู้ที่ถูกไฟดูด**



การช่วยเหลือ

1. ตัดกระแสไฟฟ้าเป็นวิธีที่ดีที่สุด
2. ใช้ฉนวนไฟฟ้าเชี่ยสายไฟหรือดึงตัวผู้ป่วยออก
3. ให้การช่วยเหลือตามอาการ

♥ หยุดหายใจ และหัวใจหยุดเต้น : ให้ปั๊มหัวใจ



5. การช่วยเหลือผู้ประสบอันตรายจากไฟฟ้าและการปฐมพยาบาลเบื้องต้น(CPR)

9. การช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน (CPR)

ปฏิบัติการช่วยฟื้นคืนชีพ (Cardio pulmonary resuscitation : CPR) หมายถึง การช่วยเหลือผู้ที่หยุดหายใจหรือหัวใจหยุดเต้น ให้มีการหายใจและการไหลเวียนกลับคืนสู่สภาพเดิม **ป้องกันเนื้อเยื่อได้รับอันตรายจากการขาดออกซิเจนอย่างถาวร** ซึ่งสามารถทำได้โดยการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน (Basic life support) ได้แก่ การผายปอด และการนวดหัวใจภายนอก

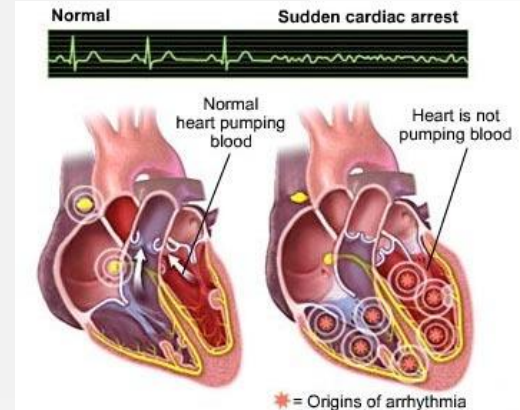


5. การช่วยเหลือผู้ประสบอันตรายจากไฟฟ้าและการปฐมพยาบาลเบื้องต้น(CPR)

9. การช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน (CPR)

สาเหตุของ การหยุดหายใจ

- หัวใจวายจากโรคหัวใจ จากการออกกำลังกายมากเกินไป หรือตกใจหรือเสียใจกะทันหัน
- จากการสูญเสียเลือดมาก ทำให้กล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือด หรือมีเลือดมาเลี้ยงไม่เพียงพอ
- ทางเดินหายใจอุดตัน ทำให้กล้ามเนื้อหัวใจได้รับออกซิเจนไม่เพียงพอ
- การได้รับยาเกินขนาดหรือการแพ้
- เกิดจากกระแสไฟฟ้าแรงต่ำและแรงสูงดูด มีภาวะช็อคหมดสติ



5. การช่วยเหลือผู้ประสบอันตรายจากไฟฟ้าและการปฐมพยาบาลเบื้องต้น(CPR)



การแจ้งขอความช่วยเหลือ

เบอร์โทรศัพท์ฉุกเฉิน เช่น **1669, 191**
หรือเบอร์โทรศัพท์ของ รพ. ที่ใกล้ ที่เกิดเหตุ

- โดยแจ้งข้อมูลดังนี้**
- (1) สถานที่เกิดเหตุ
 - (2) เกิดเหตุอะไร มีผู้บาดเจ็บกี่คน แต่ละคนมีอาการอย่างไร
 - (3) ให้การช่วยเหลือเบื้องต้นอย่างไร
 - (4) ชื่อผู้แจ้งที่ขอความช่วยเหลือ เบอร์โทรศัพท์ที่สามารถติดต่อกลับได้
 - (5) ให้การช่วยเหลือผู้บาดเจ็บ จนกว่าบุคลากรทางการแพทย์จะมาถึงที่เกิดเหตุ

กรณีผู้ช่วยเหลือรู้จักกับผู้บาดเจ็บให้
แจ้งข้อมูลเพิ่มเติม เช่น ชื่อ-สกุล,
อายุ, โรคประจำตัว, การแพ้ยา,
เบอร์ติดต่อญาติ หรือข้อมูลอื่นๆที่
จำเป็นในกรณีเร่งด่วนฉุกเฉิน

5. การช่วยเหลือผู้ประสบอันตรายจากไฟฟ้าและการปฐมพยาบาลเบื้องต้น(CPR)

กฎหมายที่เกี่ยวข้องกับสิทธิของผู้ป่วย



ประมวลกฎหมายอาญา มาตรา 374



“ ผู้ใดเห็นผู้อื่นตกอยู่ในภยันตรายแห่งชีวิต
ซึ่งตนช่วยเหลือได้ แต่ไม่ช่วยตามความจำเป็น
ต้องระวางโทษจำคุกไม่เกินหนึ่งเดือน
หรือปรับไม่เกินหนึ่งหมื่นบาท หรือทั้งจำทั้งปรับ ”

5. การช่วยเหลือผู้ประสบอันตรายจากไฟฟ้าและการปฐมพยาบาลเบื้องต้น(CPR)

การปฏิบัติ CPR มีทั้งหมด 3 ขั้นตอน

การทำ CPR หรือการปฏิบัติการช่วยฟื้นคืนชีพ
ขั้นพื้นฐานประกอบด้วย 3 ขั้นตอนใหญ่สำคัญ
คือ C B A

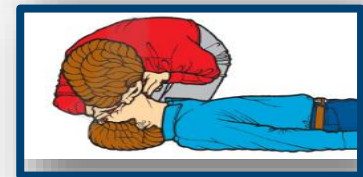
1. ขั้นตอน C (Circulation) การปั๊มหัวใจ ให้มีการไหลเวียนเลือด



2. ขั้นตอน A (Air Way) การเปิดทางเดินหายใจให้โล่ง

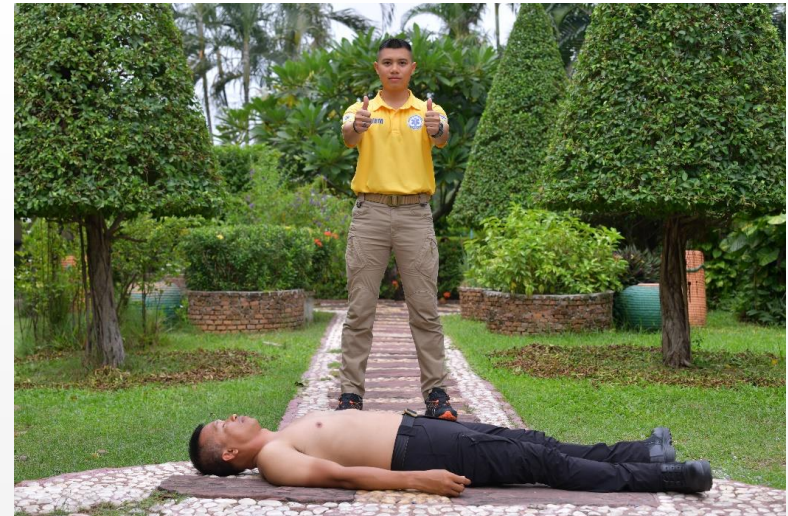


3. ขั้นตอน B (Breathing) การผายปอด นำอากาศและ Oxygen



5. การช่วยเหลือผู้ประสบอันตรายจากไฟฟ้าและการปฐมพยาบาลเบื้องต้น(CPR)

การปฏิบัติอันดับ 1 : การประเมินความปลอดภัย ณ จุดเกิดเหตุ



5. การช่วยเหลือผู้ประสบอันตรายจากไฟฟ้าและการปฐมพยาบาลเบื้องต้น(CPR)

การปฏิบัติอันดับ 2 : ปลุกเรียกผู้ป่วย/ดูการตอบสนอง



- ✓ ตะโกนเรียกผู้ป่วยด้วยเสียงดังๆ
- ✓ แล้วใช้ 2 มือ ตบที่ไหล่ของผู้ป่วย 3 ครั้ง 2 รอบ
- ✓ ถ้ารู้ชื่อให้เรียกชื่อ... ไม่รู้ชื่อเรียก “คุณ”

ตามองที่หน้า

ห้าม!! เขย่าที่ไหล่หรือลำตัว

5. การช่วยเหลือผู้ประสบอันตรายจากไฟฟ้าและการปฐมพยาบาลเบื้องต้น(CPR)

การปฏิบัติอันดับ 3 : ตะโกนร้องขอความช่วยเหลือ กรณีถ้ามีคนอยู่หลายคน



- ช่วยด้วยๆ
- มีคนหมดสติ
- ช่วยโทร 1669
- นำเครื่อง AED มาด้วย

5. การช่วยเหลือผู้ประสบอันตรายจากไฟฟ้าและการปฐมพยาบาลเบื้องต้น(CPR)

กู้ชีพขั้นพื้นฐาน

วิธีมาตรฐานที่ทุกคนต้องรู้

- เมื่อพบคนหมดสติควรตรวจสอบความปลอดภัยก่อนเข้าช่วยเหลือเสมอ
- ปลุกเรียกด้วยเสียงดัง และบอกให้ทั้งสองข้างพร้อมว่ากำลังช่วยชีวิตกันจนกว่าจะพบแพทย์
- เริ่มกดอกช่วยหายใจ หรือโทรแจ้ง 1669 พร้อมนำเครื่อง AED มาเตรียมไว้ (กรณีที่มีเครื่อง)
- ประเมินสัญญาณชีพ หากไม่มีสัญญาณชีพ หรือหายใจผิดปกติ ให้กดอกปั๊มหัวใจ
- เริ่มทำการช่วยคืนชีพขั้นพื้นฐาน CPR



1. ตรวจหาผู้ประสบอันตรายโดยผู้ช่วยเหลือป้องกันอยู่ด้านข้างของผู้ป่วย

2. วางมือข้างหนึ่งตรงกลางหน้าอก และวางมืออีกข้างหนึ่งทับบริเวณหน้าอกที่วางมือข้างหนึ่งไว้ แขนสองข้างเหยียดตรง แขนชิดลำตัวผู้ป่วย

3. เริ่มกดหน้าอก CPR ด้วยความลึกอย่างน้อย 5 ซม. ไม่เร็วกว่า 100-120 ครั้ง/นาที

4. ถัดมาปั๊มหัวใจ 2 ครั้ง สลับกับการกดหน้าอก 30 ครั้ง

5. กดหน้าอกและปั๊มหัวใจอย่างต่อเนื่องกว่าที่ผู้ช่วยเหลือถือโดยเปลี่ยนคนกดหน้าอกทุก 2 นาที

วิธีใช้เครื่อง AED

- เมื่อเครื่อง AED มาถึง ให้เปิดเครื่องและถอดสายนำหูหิ้วสีแดงออก
- ติดแผ่นนำไฟฟ้าตามรูปที่ปรากฏให้แบบบริเวณใต้กระดูกไหปลาร้าด้านขวา และแขนโครงด้านซ้าย หลีกเลี่ยงกับสัมผัสตัวผู้ป่วย
- ปฏิบัติตามคำแนะนำของเครื่อง AED หากเครื่องแนะนำให้กดไฟฟ้าห้ามแตะต้องตัวผู้ป่วยจนกว่าเครื่องจะทำงานเสร็จ
- กดหน้าอกต่อทันที หลังทำการช็อกไฟฟ้าหัวใจด้วยเครื่อง AED
- ส่งตัวผู้ป่วยเมื่อทีมกู้ชีพมาถึง

ขั้นตอนการใช้งานเครื่อง AED

- เปิดเครื่อง AED และถอดสายนำไฟฟ้าผู้หมดสติออก
- ติดแผ่นนำไฟฟ้าบริเวณกระดูกไหปลาร้าด้านขวาและซ้ายโครงด้านซ้าย หลังจากนั้นไม่สัมผัสตัวผู้ป่วย
- ปฏิบัติตามคำแนะนำของเครื่อง AED หากเครื่องแนะนำให้กดปั๊มช็อกไฟฟ้า **ห้ามแตะต้องผู้ป่วย** จนกว่าเครื่องจะทำงานเสร็จ
- กดหน้าอกต่อทันที หลังทำการช็อกไฟฟ้าด้วยเครื่อง AED
- ส่งตัวผู้ป่วยเมื่อทีมกู้ชีพมาถึง

5. การช่วยเหลือผู้ประสบอันตรายจากไฟฟ้าและการปฐมพยาบาลเบื้องต้น(CPR)

การปฏิบัติอันดับ 3 : ตะโกนร้องขอความช่วยเหลือ กรณีถ้ามีคนอยู่หลายคน



- ถ้าท่านอยู่คนเดียว ให้โทร 1669 ติดต่อระบบการแพทย์ฉุกเฉินทันที แจ้งข้อมูล :
- ✓ เกิดเหตุอะไร
 - ✓ เกิดเหตุที่ไหน
 - ✓ มีผู้พ่วยกี่คน
 - ✓ สภาพของผู้ป่วยขณะนั้นเป็นอย่างไร
 - ✓ กำลังให้การช่วยเหลืออย่างไรในขณะนั้น
 - ✓ **นำเครื่องเออีดี มาด้วย**

5. การช่วยเหลือผู้ประสบอันตรายจากไฟฟ้าและการปฐมพยาบาลเบื้องต้น(CPR)

การปฏิบัติอันดับ 4 : ตรวจสอบการหายใจ

ถ้าผู้ป่วย

- ไม่กระพริบตา
 - ไม่ไอ
 - ไม่หายใจ
 - **หายใจเฮือก**
 - ไม่เคลื่อนไหวใดๆ
- ให้ประกาศดังๆว่า
“**ไม่หายใจ ซีฟี่อาร์**”



ถ้าสงสัยว่าผู้ป่วยเป็นโรคโควิด-19 ให้ใส่หน้ากากให้กับผู้ป่วย
หรือหาผ้าสะอาดมาปิดปากผู้ป่วย ก่อนที่จะกดหน้าอก
ด้วยวิธีการกดหน้าอกอย่างเดียว

5. การช่วยเหลือผู้ประสบอันตรายจากไฟฟ้าและการปฐมพยาบาลเบื้องต้น(CPR)

การปฏิบัติอันดับ 5 : การกดหน้าอกหรือนวดหัวใจ

ก่อนจะกดหน้าอก

****จัดทำผู้ป่วยนอนหงายบนพื้นราบแข็ง**

ถ้าพื้นอ่อนนุ่มให้สอดแผ่นกระดานแข็งใต้ลำตัว**



5. การช่วยเหลือผู้ประสบอันตรายจากไฟฟ้าและการปฐมพยาบาลเบื้องต้น(CPR)

การปฏิบัติอันดับ 4 : การกดหน้าอกหรือนวดหัวใจ

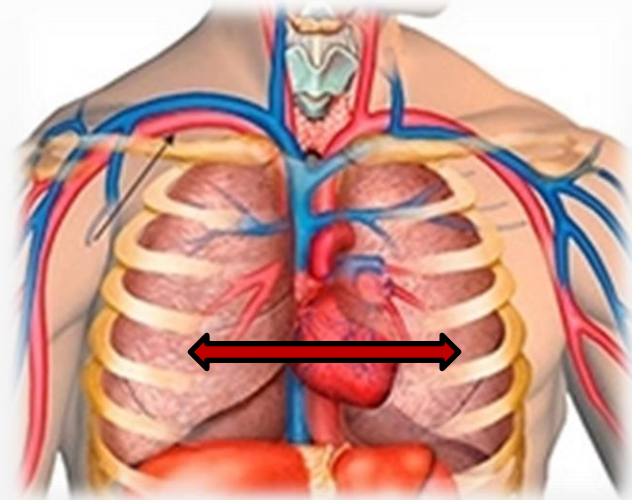
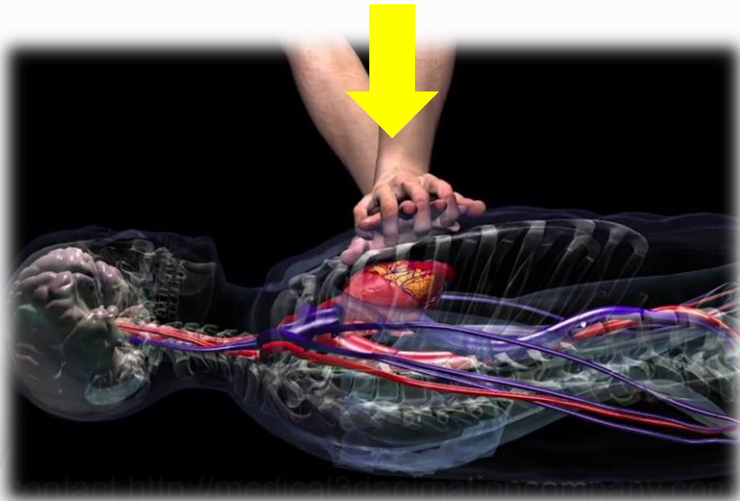
ทำการกดหน้าอกทันที



5. การช่วยเหลือผู้ประสบอันตรายจากไฟฟ้าและการปฐมพยาบาลเบื้องต้น(CPR)

การปฏิบัติอันดับ 4 : การกดหน้าอกหรือนวดหัวใจ

วาง **สันมือ** ลงบนกึ่งกลางกระดูกหน้าอก
(ตรงกึ่งกลางระหว่างหัวนม)

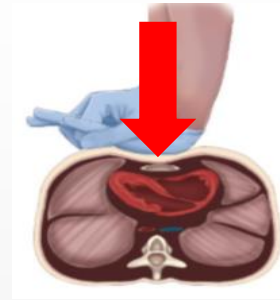


5. การช่วยเหลือผู้ประสบอันตรายจากไฟฟ้าและการปฐมพยาบาลเบื้องต้น(CPR)

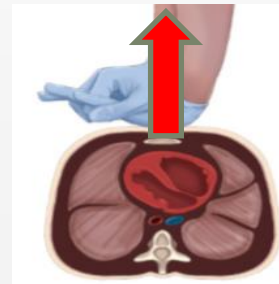
การปฏิบัติอันดับ 4 : การกดหน้าอกหรือนวดหัวใจ

แนวแรงการกดหน้าอกต้องตั้งฉาก

ไหล่ของ
ผู้กดต้อง
ตั้งฉาก
กับอกของ
ผู้ป่วย
ตลอดเวลา



กดลึก
5-6 ซม.



ถอนมือขึ้นมาให้หน้าอกขยาย
คืนสู่ตำแหน่งเดิมทุกครั้ง

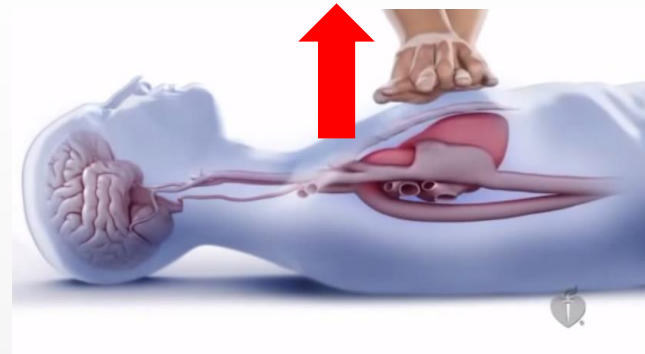
5. การช่วยเหลือผู้ประสบอันตรายจากไฟฟ้าและการปฐมพยาบาลเบื้องต้น(CPR)

การปฏิบัติอันดับ 4 : การกดหน้าอกหรือนวดหัวใจ

ความสำคัญของการกดหน้าอก



“กด” (ปั๊ม) เพื่อให้หัวใจบีบตัว
ส่งเลือดไปเลี้ยงสมอง ชะลอเวลา
ให้เซลล์สมองตายช้าลง



“ปล่อย” คืนให้หัวใจคลายตัว
เพื่อให้เลือดไหลกลับเข้าสู่
หัวใจ

5. การช่วยเหลือผู้ประสบอันตรายจากไฟฟ้าและการปฐมพยาบาลเบื้องต้น(CPR)

การปฏิบัติอันดับ 4 : การกดหน้าอกหรือนวดหัวใจ

การกดหน้าอกผู้ใหญ่อย่างมีประสิทธิภาพ

- ✓ กดหน้าอกลึก 2-2.4 นิ้ว(5 -6 cm)
- ✓ กดด้วยอัตราเร็ว 100-120 ครั้ง/นาที
- ✓ ปลดปล่อยให้หน้าอกคืนตัวให้สุดภายหลังจากการกดทุกครั้ง
- ✓ ชัดจังหวะการกดหน้าอกให้น้อยกว่า 10 วินาที
- ✓ ไม่ช่วยหายใจมากเกินไป (เป่าลมเข้าประมาณ 1 วินาที)
- ✓ นับจังหวะการปั๊มเสียงดัง



5. การช่วยเหลือผู้ประสบอันตรายจากไฟฟ้าและการปฐมพยาบาลเบื้องต้น(CPR)

การปฏิบัติอันดับ 4 : การกดหน้าอกหรือนวดหัวใจ

การกดหน้าอกเด็กอายุ1-8 ปี



กดลึกลงไป 1/3 ของความหนาของหน้าอก
หรือประมาณ 5 ซม.

5. การช่วยเหลือผู้ประสบอันตรายจากไฟฟ้าและการปฐมพยาบาลเบื้องต้น(CPR)

การปฏิบัติอันดับ 4 : การกดหน้าอกหรือนวดหัวใจ

การกดหน้าอกทารกแรกเกิดถึง 1 ปี



กดลึกลงไป 1/3 ของความหนาของหน้าอก หรือประมาณ 4 ซม.

5. การช่วยเหลือผู้ประสบอันตรายจากไฟฟ้าและการปฐมพยาบาลเบื้องต้น(CPR)

การปฏิบัติอันดับ 3 : การเปิดทางเดินหายใจให้โล่ง

เมื่อหมดสติ กล้ามเนื้อบริเวณคาง
และลำคอหย่อน



ไม่สามารถพยุงลิ้นได้
ทำให้ตกลงไปอุดกั้นทางเดินหายใจ



ต้องช่วยเปิดทางหายใจ



5. การช่วยเหลือผู้ประสบอันตรายจากไฟฟ้าและการปฐมพยาบาลเบื้องต้น(CPR)

การปฏิบัติอันดับ 5 :การช่วยหายใจแบบปากต่อปาก

คือ การช่วยหายใจ เนื่องจากการหายใจหยุดร่างกายจะมีออกซิเจนคงอยู่ในปอดและกระแสเลือดแต่ไม่มีสำรองไว้ใช้ ดังนั้นเมื่อหยุดหายใจ จึงต้องช่วยหายใจเป็นวิธีที่จะช่วยให้ออกซิเจนเข้าสู่ปอดผู้ป่วยได้ ซึ่งออกซิเจนที่เป่าออกไปนั้นมียออกซิเจนประมาณ 16-17 % ซึ่งเพียงพอสำหรับใช้ในร่างกาย



5. การช่วยเหลือผู้ประสบอันตรายจากไฟฟ้าและการปฐมพยาบาลเบื้องต้น(CPR)

การปฏิบัติอันดับ 5 : การช่วยหายใจแบบปากต่อปาก

* ปัจจุบันไม่นิยมวิธีการเป่าปาก เนื่องจากเสี่ยงต่อการสัมผัสเชื้อโรค *



“ถ้าไม่มีอุปกรณ์ช่วยหายใจ/รู้สึกไม่ปลอดภัยที่จะเป่าปาก”

กดหน้าอกต่อเนื่อง
200 ครั้ง
(หรือประมาณ 2 นาที)

ประเมินซ้ำ
(ดูการกระพริบตา ไอ
การหายใจ เคลื่อนไหว)

ถ้าผู้ป่วยยังไม่หายใจ
ให้กดหน้าอกต่อไป
จนกว่ารถกู้ชีพจะมาถึง

5. การช่วยเหลือผู้ประสบอันตรายจากไฟฟ้าและการปฐมพยาบาลเบื้องต้น(CPR)

การปฏิบัติอันดับ 5 :การช่วยหายใจแบบปากต่อปาก

การเปลี่ยนคนกดหน้าอก / ประเมินซ้ำทุกๆ 2 นาที

- เมื่อกดหน้าอกต่อเนื่องครบทุกๆ 200 ครั้ง
- หรือเมื่อกดหน้าอก 30 ครั้ง สลับกับการเป่าปาก 2 ครั้ง ครบ 5 รอบ
- ให้เปลี่ยนคนกดหน้าอกในช่วงที่กำลังประเมินการหายใจ
- ใช้เวลาในการเปลี่ยนตำแหน่งคนกดหน้าอกไม่เกิน 5 วินาที
- ถ้าใช้เครื่องเออีดี ให้เปลี่ยนคนกดหน้าอกทุกๆ 2 นาที ในระหว่างที่เครื่องกำลังทำการวิเคราะห์

*** หมายเหตุ ถ้ารู้สึกเหนื่อย สามารถเปลี่ยนคนกดหน้าอกได้ทันทีโดยไม่ต้องรอจนครบ 2 นาที ***

5. การช่วยเหลือผู้ประสบอันตรายจากไฟฟ้าและการปฐมพยาบาลเบื้องต้น(CPR)

เมื่อไหร่ถึงจะหยุดทำ CPR

- มองเห็นสัญญาณของการมีชีวิต เช่น ผู้ป่วยมีชีพจร กระพริบตา ไอ หายใจ(หน้าอกหน้าท้องกระเพื่อม) แขนขาขยับ
- หน่วยแพทย์ฉุกเฉินมาทำหน้าที่แทน
- เหนื่อยมากจนทำต่อไปไม่ไหว
- แพทย์สั่งยุติการช่วยชีวิต

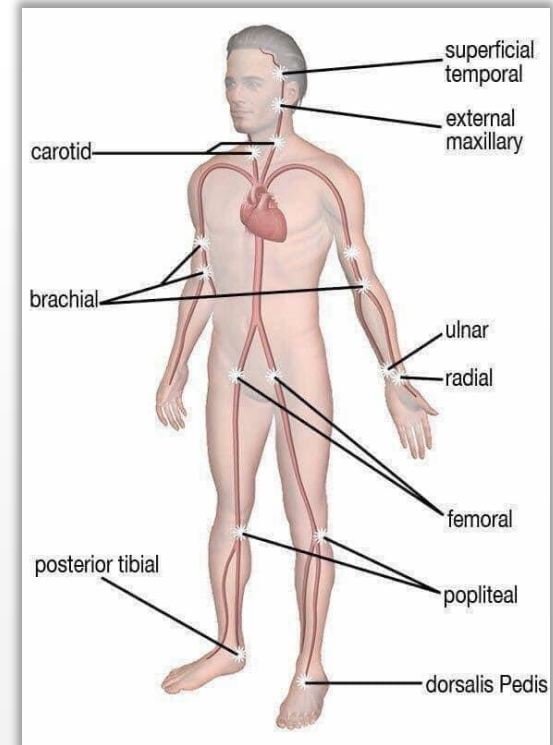
5. การช่วยเหลือผู้ประสบอันตรายจากไฟฟ้าและการปฐมพยาบาลเบื้องต้น(CPR)

ความสัมพันธ์ในการทำ CPR

	 เด็กอ่อน	 เด็กโต	 ผู้ใหญ่
กดด้วย	2 – 3 นิ้วมือ	สันมือข้างเดียว	สองมือซ้อนกัน
กดลงลึกประมาณ	0.5 – 1 นิ้ว	1 – 1.5 นิ้ว	1.5 – 2 นิ้ว
อัตราการกดหน้าอก	100 ครั้ง/นาที		
อัตราการกดหน้าอก พร้อมเป่าปาก	100-120 ครั้ง/นาที	100-120 ครั้ง/นาที	100-120 ครั้ง/นาที
การนับ	นับ หนึ่งและสองและสาม และสี่ ห้า...สามสิบ	นับ หนึ่งและสองและสามและสามสิบ	นับ หนึ่งและสองและสาม และ..สามสิบ

5. การช่วยเหลือผู้ประสบอันตรายจากไฟฟ้าและการปฐมพยาบาลเบื้องต้น(CPR)

การตรวจสภาพภายหลังการช่วยเหลือ



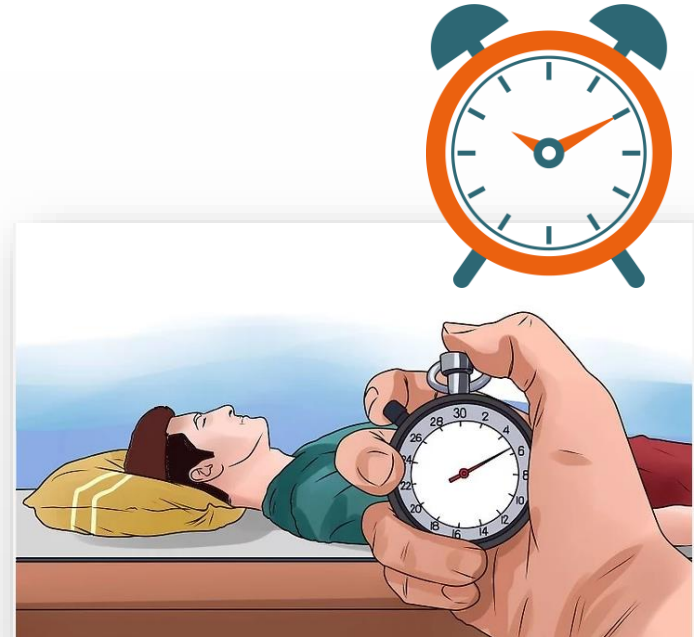
5. การช่วยเหลือผู้ประสบอันตรายจากไฟฟ้าและการปฐมพยาบาลเบื้องต้น(CPR)

การตรวจนับการหายใจหลังการช่วยเหลือ

วิธีสังเกต

1. ผู้ถูกสังเกตอาจนอนหงายหรือนอนตะแคงหรือนั่งในท่าที่สบาย
2. สังเกตการณ์หายใจเข้าโดยดูหน้าอกที่พองขึ้น และการหายใจออกโดยดูหน้าอกที่ยุบลง นับเป็นการหายใจ 1 ครั้ง
3. นับจำนวนครั้งการหายใจใน 1 นาที

โดยปกติผู้ใหญ่จะมีการหายใจประมาณ 16-20 ครั้งต่อนาที



5. การช่วยเหลือผู้ประสบอันตรายจากไฟฟ้าและการปฐมพยาบาลเบื้องต้น(CPR)

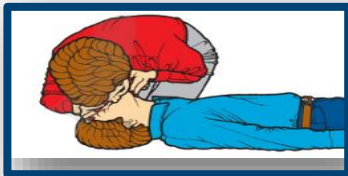
C



A



B



Positions for 6-Person High-Performance Teams*



5. การช่วยเหลือผู้ประสบอันตรายจากไฟฟ้าและการปฐมพยาบาลเบื้องต้น(CPR)

สิ่งที่ ควรทำและไม่ควรทำ ในการช่วยชีวิตขั้นพื้นฐานสำหรับ

ควรทำ

ไม่ควรทำ

ดำเนินการกดหน้าอกที่อัตราเร็ว 100-120 ครั้ง/นาที

กดที่อัตราเร็วที่ช้ากว่า 100 ครั้ง/นาที หรือเร็วกว่า 120 ครั้ง/นาที

กดที่ความลึกอย่างน้อยที่สุด 2 นิ้ว (5 เซนติเมตร)

กดที่ความลึกน้อยกว่า 2 นิ้ว (5 เซนติเมตร)
หรือมากกว่า 2.4 นิ้ว (6 เซนติเมตร)

ปล่อยให้หน้าอกขยายกลับได้เต็มที่หลังจากการกดแต่ละครั้ง

พิงบนหน้าอกระหว่างการกด

เว้นระยะในการกดให้น้อยที่สุด

เว้นระยะการกดเป็นเวลามากกว่า 10 วินาที

ช่วยหายใจอย่างเพียงพอ (ผายปอด 2 ครั้งหลังการกด 30 ครั้ง
การผายปอดแต่ละครั้งมากกว่า 1 วินาทีและสามารถทำให้หน้าอก
ยกตัวขึ้นได้ในแต่ละครั้ง)

ช่วยหายใจมากเกินไป
(เช่น การผายปอดบ่อยเกินไปหรือการผายปอดด้วยแรงที่มากเกินไป)

5. การช่วยเหลือผู้ประสบอันตรายจากไฟฟ้าและการปฐมพยาบาลเบื้องต้น(CPR)



5. การช่วยเหลือผู้ประสบอันตรายจากไฟฟ้าและการปฐมพยาบาลเบื้องต้น(CPR)



เอกสารประกอบการ อบรมประจำปี 2567



“THANKS YOU”