

+ การปฐมพยาบาล

1

โทรศัพที่แจ้งหมายเลข 1669 หรือหน่วยพยาบาลใกล้เคียงโดยเร็วที่สุด

2

ห้าม จมผู้ประสบภัยด้วยตัวเอง ห้าม กระโดด หรือวิ่งรอบสนาม เพื่อเอาน้ำออก

3

จับคนจมน้ำนอนบนพื้นราบ แหง และแข็ง

4

ตรวจดูว่ารู้สึกตัวหรือไม่ โดยใช้มือทั้ง 2 ข้างจับไหล่เขย่า พร้อมเรียกดังๆ

5

กรณีรู้สึกตัว: เช็ดตัวให้แห้ง เปลี่ยนเสื้อผ้า และห่มผ้าเพื่อให้ความอบอุ่นแก่ร่างกาย และนำส่งโรงพยาบาลทุกราย

6

กรณีไม่รู้สึกตัว ไม่ตอบสนอง: ① ช่วยหายใจ ทำดังนี้ - เปิดทางเดินหายใจ โดยการกดหน้าผาก เขยคาง - เป่าปากโดยวางปากครอบปากผู้ป่วย ปิดจมูก เป่าลมเข้า ให้หน้าอกผู้ป่วยยกขึ้น (เป่าปาก 2 ครั้ง)

7

② กดนวดหัวใจ ทำดังนี้ - วางสันมือขวาบนแนวึ่งกลางหน้าอก (ึ่งกลางหว่างทั้ง 2 ข้าง) ประสานมือ (ตามภาพ) แขนตั้งฉาก - กดหน้าอกให้ยุบประมาณ 1 ใน 3 ของความหนาของหน้าอก ความเร็ว 100 ครั้งต่อนาที - นวดหัวใจ 30 ครั้ง สลับกับเป่าปาก 2 ครั้ง ทำไปจนกว่าผู้ประสบภัยจะรู้สึกตัวและหายใจได้เอง

8

จับผู้ป่วยนอนตะแคงข้าง ีระยะห่างไปข้างหลัง เพื่อให้มีน้ำไหลออกจากปาก ใช้ผ้าห่มคลุมผู้ช่วยเพื่อให้เกิดความอบอุ่น งดน้ำและอาหาร และ นำส่งโรงพยาบาลทุกราย

ข้อปฏิบัติ 3 ห้าม 2 ให้

3 ห้าม 2 ให้

ป้องกันการจมน้ำ

การเสียชีวิตจากการจมน้ำค่อนข้างมาก ทั้งผู้ใหญ่และเด็ก พบได้ทุกสภาวะ แต่พบมากใน สภาวะช่วงน้ำท่วม การปฏิบัติเพื่อไม่ให้เสียชีวิต จากการจมน้ำ

3 ห้าม

ห้ามหาปลา/เก็บผัก

ห้ามดื่มสุรา

ห้ามเล่นน้ำ

2 ให้

ให้สวมเสื้อชูชีพ (หรือนำอุปกรณ์ที่ลอยน้ำได้ติดตัวไปด้วย เช่น ขวดน้ำพลาสติกเปล่าปิดฝา/ ถังแกลอน)

ให้เดินทางเป็นกลุ่ม

องค์การบริหารส่วนตำบลนนทบุรี

อ.ปากเกร็ด

จมน้ำ

ภัยร้าย ใกล้ตัว

โยน ตะโกน

ยื่น

จมน้ำ

มหันตภัยใกล้ตัวที่ป้องกันได้

องค์การบริหารส่วนตำบลนนทบุรี

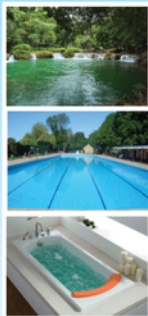
อำเภอปากเกร็ด จ.ปทุมธานี

ร่วมรณรงค์ป้องกันเด็กจมน้ำ

“จมน้ำ” สาเหตุการเสียชีวิต “อันดับ 1” ของเด็กไทยอายุต่ำกว่า 15 ปี

ปิดทอม เด็กจมน้ำมากที่สุด

แหล่งน้ำที่เด็กจมน้ำ



แหล่งน้ำธรรมชาติ/น้ำท่วม

สระว่ายน้ำ

อ่างอาบน้ำ

มาตรการ ป้องกันเด็กจมน้ำ



สำรวจแหล่งน้ำเสี่ยงรอบบ้าน/
ชุมชน



จัดการแหล่งน้ำให้ปลอดภัย
ติดป้ายเตือน/อุปกรณ์ชูชีพ



สอนเด็กให้รู้จักการช่วยเหลือตนเอง
ให้ลอยตัวในน้ำได้

ปฏิบัติอย่างไรให้ปลอดภัยจากการ จมน้ำ

เด็กเล็ก



เฝ้า



กั้นคอก



ปิดฝา



เฝ้าดูแลตลอดเวลา

เด็กโต



ลอยตัว



ชูชีพ



ช่วยเหลือ



ปฐมพยาบาล



จัดการแหล่งน้ำเสี่ยง

ข้อแนะนำเพื่อความปลอดภัยจากแหล่งน้ำ



- ระดับน้ำเพียง 1-2 นิ้ว ก็สามารถทำให้เด็กจมน้ำได้
- เด็กมักจมน้ำบริเวณบ่อน้ำหรือสระน้ำขุดที่อยู่ใกล้บ้าน



บ่อสระน้ำต้องมีฝาปิดหรือรั้วล้อมรอบ



สวมเสื้อชูชีพตลอดเวลาที่เดินทางทางน้ำ



สังเกต ป้ายคำเตือนทุกครั้งและปฏิบัติตามอย่างเคร่งครัด



ยืนห่างจากขอบบ่อเพื่อป้องกันการลื่นตก

การช่วยเหลือคนจมน้ำ

ตะโกน

เรียกให้คนมาช่วย
และโทร 1669



โยน

หาอุปกรณ์ที่ลอยน้ำได้
ใกล้ตัวโยนไปช่วยคนจมน้ำ
เช่น ถังแกลอนพลาสติกเปล่า ขวดน้ำพลาสติก



ยื่น

หาอุปกรณ์ที่อยู่ใกล้ตัว
ยื่นให้คนจมน้ำจับ เช่น
กิ่งไม้ เสื้อ เฝือก



อุปกรณ์ช่วยเหลือคนจมน้ำ



ขวดน้ำพลาสติก
ถังแกลอน/ห่วงยาง
และอื่นๆ



ถุงเชือก