

เคล็ดลับการป้องกันตัว...เมื่อหญิงสาวและไม่สาวโดนจู่โจมจากคนร้าย

นำเสนอเมื่อ : 18 ม.ค. 2552

ปัจจุบันนี้ อันตรายรอบตัวผู้หญิงมีมากมาย วันนี้ได้นำเทคนิคเล็ก ๆ น้อย ๆ เกี่ยวกับการป้องกันตัวมาบอก...

1. เมื่อคนร้ายเข้าประชิดตัวเกิน 2 ก้าว ให้ถีบเท้าซ้ายหรือขวาไปที่กระดูกขาต่อหน้าหัวเข่าหรือหน้าแข้ง หากคนร้ายผล็ผลามเขาถึงตัว ใช้สันมือฟันไม้ยังไปที่ซอกคอหรือฟันไปที่ริมฝีปาก ดึงจมูก คอ ไหล่ปลาร้า กกหูหรือใช้สันมือกระแทกยันคางให้คนร้ายหงายหลัง

2. เมื่อคนร้ายจับมือไว้ข้างหนึ่งขณะนั่ง ยืนหรือเดิน ใช้มือที่เหลือจับนิ้วก้อยมือคนร้ายข้างที่จับเราอยู่กระชากหันกลับขึ้นอย่างรวดเร็วและแรง

3. เมื่อคนร้ายจับมือทั้ง 2 ข้างทางด้านหน้า ให้ดึงมือกลับ โดยบิดข้อมือขึ้นให้หันฝ่ามือเขากันแล้วดึงมือเขาหลุด จากนั้นตวัดมือข้างถนัดขึ้นสูง แล้วใช้สันมือฟาดลงบนดั่งจมูกคนร้ายอย่างแรง จากนั้นเตะที่หัวเข่าหรือหน้าแข้งคนร้ายอีกครั้ง

4. เมื่อคนร้ายจับมือทั้ง 2 ข้างไว้ด้านหลัง ให้เกร็งข้อมือไปด้านหน้า แล้วเหลียวดูเขาคคนร้ายเพื่อถีบไปที่หัวเข่าอย่างแรง

5. เมื่อคนร้ายเข้ามาอุดด้านหน้า ให้สอดแขนข้างถนัดขึ้น แล้วใช้สันมือกระแทกไตคางคนร้ายพร้อมใช้เข่ากระแทกท้องน้อย หรือเป้ากางเกงขี้

6. เมื่อคนร้ายเข้ามาอุดด้านหลัง ให้กระทุ้งศอกไปบริเวณลิ้นปี่หรือท้อง แล้วเบี่ยงตัวออกด้านข้างเล็กน้อย ยกศอกกระแทกไปที่คางหรือคอ ถ้าถูกกดเหนือไหล่ให้ใช้ศอกกระแทกที่ท้องแล้วกระทุ้งสันเท้าไปมาบนหลังเท้าคนร้าย

7. เมื่อคนร้ายใช้ปืนหรือมีดจี้ทางด้านหลัง ให้หมุนตัวกลับเผชิญหน้ากับคนร้าย

โดยเหวี่ยงเท้าขวาพร้อมใช้มือซ้ายปิดแขนคนร้ายออกด้านข้าง
จากนั้นใช้สันมือขวาฟันไปที่ชอกคอคนร้าย อย่างแรง

8. เมื่อคนร้ายเข้ามาจะตบหน้า ให้ถอยหลังไป 1 ก้าว แล้วใช้เท้าอีกข้างถีบหน้าอก
ท้องน้อยหรือเป้ากางเกงคนร้าย

9. เมื่อคนร้ายขึ้นนั่งคร่อมขณะนอนหงาย
ให้ใช้สันมือยันคางและใช้อีกมือตอยบริเวณลูกกระเดือก
จิ้มลูกตาหรือทำรายจุดอ่อนอื่นบริเวณใบหน้า จากนั้นพลิกตัวหนี

10. เมื่อคนร้ายเข้ามาจับคอเสื้อหรืออกเสื้อ ให้ใช้มือขวาของเราจับหลังมือคนร้าย
โดยให้นิ้วหัวแม่มืออยู่ระหว่างง่ามนิ้วหัวแม่มือกับนิ้วชี้ของคนร้าย
แล้วพลิกมือหงายออกพร้อมใช้มือดันศอกคนร้าย พลิกกลับขึ้นอย่างรวดเร็ว
จากนั้นดึงแขนคนร้ายเหวี่ยงไปทางขวาและกดลงกับพื้นอย่างรวดเร็ว

11. เมื่อคนร้ายบีบคอด้านหน้า
ให้เกร็งลำคอไว้แล้วประสานมือยกขึ้นกระแทกมือคนร้ายให้ออกจากกัน
พร้อมกระแทกสนเทหาที่หน้าแข้งคนร้ายอย่างแรง
เมื่อคนร้ายปล่อยมือให้กระแทกสนเทหาลงที่เขาคอคนร้ายอีกครั้ง

12. เมื่อคนร้ายบีบคอด้านหลัง ให้ใช้มือทั้ง 2 ข้าง จับนิ้วมือคนร้ายแล้วดึงออก
เบี่ยงลำตัวออกไปด้านข้าง พร้อมยกสนเทหากระแทกไปที่เข่าหรือหน้าแข้ง
แล้วใช้กำปั้นทุบที่เป้ากางเกงคนร้าย

13. เมื่อคนร้ายจิกหรือกระชากผม ให้ประสานมือทั้งสองยกขึ้นวางทับมือคนร้ายที่จิกผม
แล้วกดมือคนร้ายลงพร้อมหมุนตัวทางขวา เพื่อบิดข้อมือคนร้าย
จากนั้นใช้เท้ากระแทกที่หน้าแข้งหรือหลังเท้าคนร้าย

อย่างไรก็ตาม การระมัดระวังตัว เป็นสิ่งแรกที่ต้องจะทำ เพื่อความปลอดภัยของผู้หญิง.