

## วิธีปฐมพยาบาลคนเป็นลม

นำเสนอเมื่อ : 22 ม.ค. 2552

การเป็นลมเป็นผลเนื่องมาจากโลหิตไหลไปเลี้ยงสมองไม่เพียงพอ จึงทำให้มีอาการหน้ามืดเป็นลม เพราะร่างกายอ่อนเพลีย อยู่ในที่แออัด อากาศถ่ายเทไม่สะดวก ออกแรงหรือออกกำลังกายมากเกินไป ตื่นเต้นตกใจหรือเสียใจมากเกินไป

**อาการของคนเป็นลม** มีอาการวิงเวียน หน้ามืด ตามัว ใจสั่น หน้าซีด มีเหงื่อออกตามฝ่ามือและหน้าผาก ชีพจรเต้นเบา และอาจหมดสติได้ เป็นต้น

### การปฐมพยาบาลคนเป็นลม ปฏิบัติได้ดังนี้

1. เมื่อผู้ป่วยรู้สึกเวียนศีรษะ หน้ามืด ต้องให้ผู้ป่วยหยุดหายใจยาวๆ และนำผู้ป่วยไปอยู่ในที่มีอากาศบริสุทธิ์
2. ถ้าผู้ป่วยหมดสติควรให้ผู้ป่วยนอนหงาย โดยให้ศีรษะต่ำกว่าลำตัวเล็กน้อย หรือนอนราบก็ได้ และปฏิบัติดังนี้
  - คลายเสื้อผ้าให้หลวม
  - ก้มคนอย่าให้มุงเพื่อให้อากาศถ่ายเทได้สะดวก
  - ให้ดมยาตามหรือแอมโมเนีย
  - เช็ดเหงื่อผู้ป่วยให้แห้ง
  - ถ้ายังไม่ฟื้นต้องให้ความอบอุ่น ผายปอด และรีบพาไปพบแพทย์ทันที