

คำนำ

เอกสารประกอบการเรียน ชุด ความปลอดภัยในชีวิต รายวิชา สุขศึกษา 2 รหัสวิชา พ 21103 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จัดทำขึ้นเพื่อประกอบการเรียนรายวิชา สุขศึกษา 2 รหัสวิชา พ 21103 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ตามหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 ผู้จัดทำได้เอกสารประกอบการเรียนที่มีสื่อประกอบกิจกรรมการเรียนรู้ตามรูปแบบการสอนที่จะช่วยให้นักเรียนเรียนรู้อย่างเป็นขั้นตอน เข้าใจเนื้อหาได้ง่าย กระตุ้นให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้ด้วยตนเอง เกิดการเรียนรู้ที่มีทักษะ นำไปสู่การพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่สูงขึ้นเอกสารประกอบการเรียนชุด ความปลอดภัยในชีวิต ประกอบด้วยนวัตกรรมจำนวน 4 เล่ม ดังนี้

เล่ม 1 เรื่อง การปฐมพยาบาลและการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยเบื้องต้น

เล่ม 2 เรื่อง ลักษณะอาการผู้ติดสารเสพติดและการป้องกันตนเองจากสารเสพติด

เล่ม 3 เรื่อง สารเสพติดกับการเกิดโรคและอุบัติเหตุ

เล่ม 4 เรื่อง ทักษะการชักชวนผู้อื่นลด ละ เลิก สารเสพติด

ผู้จัดทำขอขอบคุณผู้ให้คำปรึกษา แนะนำ ตรวจสอบในการจัดทำเอกสารไว้ ณ โอกาสนี้ และหวังว่าเอกสารประกอบการเรียนเล่มนี้จะเป็นประโยชน์สำหรับนักเรียน ครูผู้สอน และบุคคลทั่วไปที่สนใจ ได้เป็นอย่างดี

นนุช ไชโยภาศ

สารบัญ

คำนำ	ก
สารบัญ	ข
คำชี้แจงการใช้เอกสารประกอบการเรียน	ค
มาตรฐานการเรียนรู้และตัวชี้วัด	ง
แบบทดสอบก่อนเรียน	1
เฉลยแบบทดสอบก่อนเรียน	3
ใบความรู้ที่ 1	4
กิจกรรมที่ 1	6
ใบความรู้ที่ 2	7
กิจกรรมที่ 2	9
กิจกรรมที่ 3	18
ใบความรู้ที่ 3	19
กิจกรรมที่ 4	22
แบบทดสอบหลังเรียน	23
เฉลยแบบทดสอบหลังเรียน	25
ภาคผนวก	26
เฉลยกิจกรรมที่ 1	27
แบบบันทึกคะแนนก่อนเรียน-หลังเรียน	30
แบบบันทึกคะแนนกิจกรรม 1-4	31
บรรณานุกรม	32

คำชี้แจงการใช้เอกสารประกอบการเรียน เรื่อง การปฐมพยาบาลและการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยเบื้องต้น

เอกสารประกอบการเรียนเล่มนี้ ใช้เรียนด้วยความสามารถของนักเรียนเอง ขอให้นักเรียนอ่านคำแนะนำและปฏิบัติตามคำชี้แจงแต่ละขั้นตอนตั้งแต่ต้นไปจนจบ นักเรียนจะได้ความรู้อย่างครบถ้วนโดยปฏิบัติตามขั้นตอนดังต่อไปนี้

1. ทำแบบทดสอบก่อนเรียน เพื่อวัดความรู้พื้นฐานของนักเรียน จำนวน 10 ข้อ
2. นักเรียนร่วมกันอภิปรายคำถามนำเข้าสู่บทเรียนจากครูผู้สอน (สร้างความสนใจ)
3. ร่วมกันศึกษาเอกสารและกิจกรรมตามขั้นตอนตามการเรียงลำดับอย่างตั้งใจ หากไม่เข้าใจให้ถามครูผู้สอนหรือย้อนกลับไปศึกษาเอกสารใหม่อีกครั้ง แล้ววางแผนปฏิบัติงาน ลงมือปฏิบัติพร้อมประเมินผลลงในแบบประเมินพฤติกรรมกาปฏิบัติงานของนักเรียน (สำรวจและค้นคว้า)
4. นักเรียนอภิปรายและสรุปผลร่วมกัน (อภิปรายและสรุปผล)
5. นักเรียนทำแบบทดสอบหลังเรียน และร่วมกันเฉลยคำตอบ (ขยายความรู้)
6. นักเรียนทำแบบประเมินตนเองรายบุคคลและการทำงานของกลุ่ม
7. นักเรียนควรซื่อสัตย์ต่อตนเอง โดยไม่ดูเฉลยคำตอบ

**อย่าลืมปฏิบัติตามขั้นตอน
นะคะ..6เพื่อนๆ**



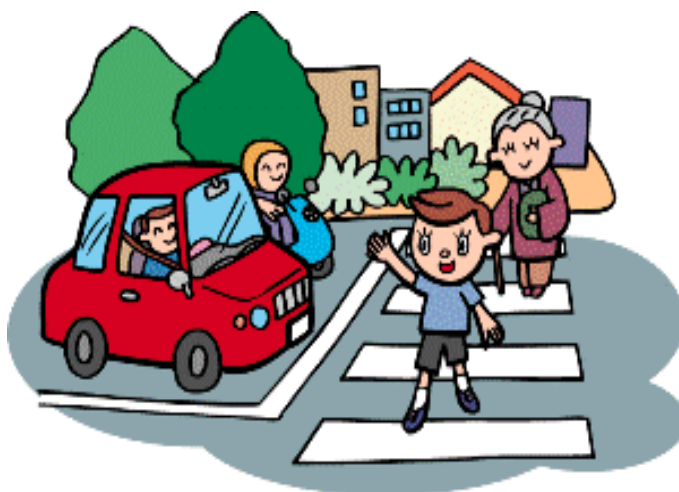
มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐานที่ 5.1

ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยา สารเสพติดและความรุนแรง

ตัวชี้วัด

1. แสดงวิธีปฐมพยาบาลและเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย
2. อธิบายลักษณะอาการของผู้ติดสารเสพติดและป้องกันการติดสารเสพติด
3. อธิบายความสัมพันธ์ของการใช้สารเสพติดกับการเกิดโรคและอุบัติเหตุ
4. แสดงวิธีการชักชวนผู้อื่นให้ ลด ละ เลิก สารเสพติดโดยใช้ทักษะต่างๆ



แบบทดสอบก่อนเรียน

คำชี้แจง จงเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงคำตอบเดียว แล้วทำเครื่องหมาย X ลงในกระดาษคำตอบ

1. ข้อใดไม่ใช่วัตถุประสงค์ในการปฐมพยาบาล
 - ก. เพื่อรักษาให้ผู้ป่วยหายจากอาการเจ็บป่วยที่เป็นอยู่
 - ข. เพื่อลดภาวะแทรกซ้อนที่จะเกิดขึ้นตามมา
 - ค. เพื่อช่วยชีวิตและลดความรุนแรงของการเจ็บป่วยให้น้อยลง
 - ง. เพื่อป้องกันความพิการที่อาจเกิดขึ้นตามมาภายหลัง
2. สิ่งใดที่ผู้ช่วยเหลือจะต้องคำนึงถึงเป็นอันดับแรกก่อนเข้าไปให้ความช่วยเหลือผู้ป่วย
 - ก. สำรวจระบบที่สำคัญต่างๆ ของร่างกายผู้ป่วย
 - ข. ทำบริเวณนั้นให้มีอากาศถ่ายเท ปลอดภัย
 - ค. ความปลอดภัยของสถานที่เกิดเหตุ
 - ง. ห้ามเคลื่อนย้ายผู้ป่วยทันทีโดยไม่ได้เตรียมการ
3. การปฐมพยาบาลเมื่อเลือดกำเดาไหล ควรทำอย่างไร
 - ก. สั่งน้ำมูกแรงๆ เพื่อให้เลือดที่ไหลออกมาให้หมด
 - ข. ให้ผู้ป่วยยืนขึ้นและก้มศีรษะลงเพื่อให้เลือดหยุดไหลเอง
 - ค. บีบจมูกให้แน่นประมาณ 30 นาที เพื่อให้เลือดหยุดไหล
 - ง. ให้ผู้ป่วยนั่งตัวตรงบนเก้าอี้ และก้มศีรษะไปข้างหน้าเล็กน้อย แล้วใช้นิ้วหัวแม่มือและนิ้วชี้บีบจมูกให้แน่นประมาณ 6-10 นาที
4. การห้ามเลือดบาดแผล ถ้าเลือดยังไม่หยุดไหลต้องทำอย่างไร
 - ก. ใช้พลาสติกปิดบริเวณบาดแผล
 - ข. รีบนำผู้ป่วยส่งสถานพยาบาลโดยเร่งด่วนทันที
 - ค. หยุดห้ามเลือดโดยทันทีและให้เลือดหยุดไหลเอง
 - ง. ต้องพยายามห้ามเลือดให้หยุดไหลให้ได้
5. บาดแผลถูกแทง หากมีสิ่งใดหักคาอยู่ในแผล ผู้ปฐมพยาบาลควรทำอย่างไร
 - ก. นำส่งสถานพยาบาลโดยเร็ว
 - ข. ดึงสิ่งที่หักคาอยู่ออกโดยเร็ว
 - ค. พันผ้ารอบสิ่งที่หักคาอยู่เพื่อให้อยู่นิ่ง
 - ง. ขยับดูว่าบาดแผลมีความลึกมากแค่ไหน

6.การกักขังสัตว์เพื่อรอดูอาการโรคพิษสุนัขบ้า ต้องกักขังไว้กี่วัน

ก.12 วัน

ข.14 วัน

ค.16 วัน

ง.18 วัน

7. ข้อใดเป็นลักษณะของบาดแผลตัด

ก.มีอาการบวมแดง คล้ำ หรือเขียว

ข.แผลฉีกขาดที่มีขอบแผลไม่เรียบ

ค.แผลฉีกขาดที่มีขอบแผลเรียบ

ง.มีอาการฟกช้ำบริเวณแผล

8. การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยโดยใช้ผู้ช่วยเหลือ 3 คนจะใช้ในกรณีใด

ก.กรณีที่ผู้ป่วยมีรูปร่างเล็ก และเดินไม่ได้

ข.กรณีที่ผู้ป่วยตัวใหญ่หรือมีน้ำหนักมาก

ค.กรณีที่ผู้ป่วยยังรู้สึกตัวอยู่ และสามารถเคลื่อนไหวได้เล็กน้อย

ง.กรณีที่ต้องเคลื่อนย้ายผู้ป่วยในท่านอน และผู้ป่วยไม่รู้สึกตัว

9. ข้อใดเป็นลักษณะของบาดแผลที่ถูกงูมีพิษกัด

ก.มีรอยฟัน แต่ไม่มีรอยเขียว

ข.ไม่มีรอยฟัน แต่มีรอยเขียว

ค.มีรอยเขียวอยู่ด้านหน้าของขากรรไกรบนและมีรอยฟัน

ง.มีรอยเขียวอยู่ด้านหลังของขากรรไกรบนและมีรอยฟัน

10. ผู้ป่วยที่มีแผลไหม้หรือถูกฉีกเล็กน้อย ให้ใช้น้ำเย็นราด ตรงบริเวณแผลอย่างน้อยกี่นาที

ก.10 นาที

ข.15 นาที

ค.20 นาที

ง.25 นาที



เฉลย แบบทดสอบก่อนเรียน

1. ก	6. ค
2. ค	7. ค
3. ง	8. ง
4. ข	9. ก
5. ค	10. ก

ใบความรู้ที่ 1 เรื่อง ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับการปฐมพยาบาล

การปฐมพยาบาล

การปฐมพยาบาล หมายถึง การให้ความช่วยเหลือผู้ป่วยหรือผู้บาดเจ็บ ณ สถานที่เกิดเหตุ โดยใช้ อุปกรณ์เท่าที่จะหาได้ในขณะนั้น ก่อนที่ผู้บาดเจ็บจะได้รับการดูแลรักษาจากบุคลากรทางการแพทย์ หรือส่งต่อไปยังโรงพยาบาล

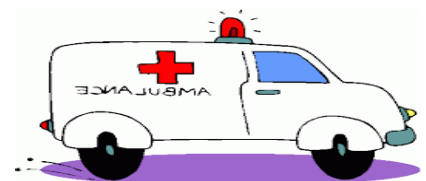
การปฐมพยาบาลมีวัตถุประสงค์ที่สำคัญคือ

1. เพื่อช่วยชีวิต
2. เพื่อเป็นการลดความรุนแรงของการบาดเจ็บหรือการเจ็บป่วย
3. เพื่อทำให้บรรเทาความเจ็บปวดทรมาน และช่วยให้กลับสู่สภาพเดิมโดยเร็ว
4. เพื่อป้องกันความพิการที่จะเกิดขึ้นตามมาภายหลังการปฐมพยาบาลแบบต่าง ๆ

หลักสำคัญในการปฐมพยาบาล

การปฐมพยาบาลจำเป็นต้องกระทำด้วยความรวดเร็วและถูกต้องที่สุด ซึ่งจะได้ผลดีมาน้อยเพียงใด นั้น ย่อมจะต้องคำนึงถึงผู้ปฐมพยาบาลและผู้ป่วย ที่จะต้องได้รับการปฐมพยาบาลที่ถูกต้อง ให้ผู้ป่วยได้รับความปลอดภัยมากที่สุด หลักสำคัญจึงมีดังนี้

1. ความปลอดภัยของสถานที่เกิดเหตุ ผู้ปฐมพยาบาลต้องคำนึงถึงเป็นอันดับแรก
2. หากเป็นอุบัติเหตุ ควรให้ผู้ป่วยอยู่นิ่งๆ ในท่าที่สบายที่สุดหรือในท่าที่ถูกต้องแล้วแต่ลักษณะอาการ
3. ทำให้บริเวณนั้นมีอากาศถ่ายเท ปลอดภัย ไม่มีคนมุงดู และมีแสงสว่างเพียงพอ
4. สำรวจระบบที่สำคัญของร่างกายอย่างรวดเร็ว วางแผนการช่วยเหลือที่เหมาะสม สังเกตอาการ โดยเฉพาะชีพจรและการหายใจของผู้ป่วยตลอดเวลา
5. ห้ามเคลื่อนย้ายผู้ป่วยทันทีโดยยังไม่ได้เตรียมการเนื่องจากอาจมีผลกระทบต่อผู้ป่วย
6. ถ้าอยู่ในสถานที่ไม่ปลอดภัยให้เคลื่อนย้ายด้วยวิธีการที่เหมาะสม
7. นำส่งผู้ป่วยด้วยลักษณะการเคลื่อนย้ายที่เหมาะสม ส่งสถานพยาบาลที่เหมาะสมและปลอดภัย
8. รายงานการปฐมพยาบาลเบื้องต้นและอาการที่พบต่อแพทย์เพื่อแพทย์จะได้ทำการวินิจฉัยได้ถูกต้อง
9. ให้ความช่วยเหลือผู้ป่วยตามลำดับความรุนแรง



ความรุนแรงของอาการผู้ป่วย เรียงตามความรุนแรง
จากมากไปหาน้อย ดังนี้ค่ะ

1. การหยุดหายใจ
2. ทางเดินหายใจอุดตัน
3. หัวใจหยุดเต้น
4. การเสียเลือดอย่างรวดเร็วและเป็นจำนวนมาก
5. การหมดความรู้สึก
6. ความเจ็บปวด
7. กระดูกหัก





คำชี้แจง

ให้นักเรียนทำเครื่องหมาย ✓ หน้าข้อความที่ถูกต้อง และทำเครื่องหมาย ✗ หน้าข้อความที่ผิด

☐


1.การปฐมพยาบาลหมายถึงการรักษาอาการของผู้ป่วยหรือผู้บาดเจ็บให้หายขาดจากอันตรายต่างๆที่เกิดขึ้น

☐


2.วัตถุประสงค์ของการปฐมพยาบาลคือการจัดเตรียมหรือเคลื่อนย้ายผู้ป่วยได้อย่างถูกวิธี

☐


3.การช่วยกันมุงดูผู้ป่วยจะทำให้ผู้ป่วยมีขวัญและกำลังใจมากขึ้น

☐


4.การหยุดหายใจเป็นความรุนแรงที่สำคัญมากที่สุดที่จะต้องรีบให้ความช่วยเหลือโดยด่วน

☐


5. เมื่อถึงสถานพยาบาลผู้ปฐมพยาบาลควรยกให้แพทย์เป็นผู้วินิจฉัยโรคเองโดยไม่ต้องอธิบายสิ่งใดแก่แพทย์

ใบความรู้ที่ 2 เรื่อง วิธีการปฐมพยาบาลอย่างปลอดภัย

การปฐมพยาบาล ตามลักษณะอาการบาดเจ็บเพื่อช่วยเหลืออย่างถูกวิธีให้ผู้ป่วย
ได้รับความปลอดภัยมีดังนี้

2.1 การปฐมพยาบาลบาดแผล

บาดแผล หมายถึง การอกซำ ฉีกขาดของผิวหนัง และหรือเนื้อเยื่อของร่างกาย อันเป็นสาเหตุ
สำคัญที่ทำให้เกิดการแทรกซ้อนต่างๆหากไม่ได้รับการรักษาอย่างถูกวิธีจะทำให้เกิดอาการอื่นๆ
ตามมา เช่น การอักเสบ การเกิดหนองบาดทะยัก เป็นต้น

หลักสำคัญของการปฐมพยาบาลบาดแผล

- ☞ ถ้ามีเลือดไหล ต้องห้ามเลือดก่อนเป็นอันดับแรก
- ☞ ถ้าผู้ป่วยช็อกหรือเป็นลม ควรรักษาอาการดังกล่าวก่อน ถ้าช็อกควรให้ผู้ป่วยนอนราบ
ยกขาสูงระดับหัวใจ คลายเสื้อผ้าให้หลวม ทำให้ร่างกายอบอุ่น และตรวจชีพจรการหายใจ ถ้า
ผู้ป่วยเป็นลมทำได้โดยการลดอุณหภูมิร่างกาย ถ้ารู้สึกตัวให้ดื่มน้ำเย็น ถ้ายังไม่ดีขึ้นให้นำตัวส่ง
สถานพยาบาลทันที
- ☞ เมื่อเลือดหยุด ให้ทำความสะอาดบาดแผล ด้วยน้ำต้ม น้ำเกลือ แอลกอฮอล์ เป็นต้น
จากนั้นใช้ผ้าก๊อชหรือสำลีที่สะอาดปิดแล้วพันผ้าไว้ รอบๆบาดแผลให้ห่างแผลด้วยสบู่มาก่อน
- ☞ ขณะทำความสะอาดแผล ควรสังเกตว่ามีลักษณะอย่างไร กว้างลึกและมีอะไรหักคาติด
บาดแผลหรือไม่
- ☞ บันทึกเหตุการณ์ เรื่องราว ตลอดจนการปฐมพยาบาลเพื่อเป็นข้อมูลให้กับแพทย์ในการ
รักษาต่อไป

ลักษณะของบาดแผล

ประเภทของบาดแผล	ลักษณะ	วิธีปฐมพยาบาล
1.บาดแผลตื้น	เป็นแผลฉีกขาดที่มีขอบแผลเรียบ เป็นแผลที่เกิดจากของมีคมบาดลึกเข้าไปในเนื้อเยื่อใต้ผิวหนัง อาจตื้นหรือลึกก็ได้ มักมีเลือดออกมาก เนื่องจากเส้นเลือดถูกตัดขาดบริเวณขอบแผล	หากบาดแผลเล็กและเลือดออกน้อยให้ห้ามเลือดให้หยุดจากนั้นใช้น้ำล้างบาดแผล ถ้าเป็นบาดแผลกว้างและลึกมีเลือดออกมากไม่ต้องล้างแผล ให้ใช้ผ้าสะอาดกดบาดแผล และรีบส่งสถานพยาบาลทันที
2.บาดแผลฉ่ำ	เป็นอาการบวมแดง คล้ำ หรือเขียวไม่มีบาดแผล อาจเกิดจากการกระทบของแข็งที่ไม่มีคม แต่อาจมีการฉีกขาดของเนื้อเยื่อ	ใน24ชม.แรกให้ประคบด้วยความเย็น เช่น น้ำแข็งเพื่อห้ามเลือดและระงับความเจ็บปวด หลัง24 ชม.ประคบด้วยความร้อนเพื่อลดอาการปวดบวม หากปวดมากให้ทานยาแก้ปวด
3.บาดแผลถูกแทง	เป็นแผลที่เกิดจากวัตถุปลายแหลมแทงเข้าไปทำให้เกิดบาดแผลที่มีความลึกมากกว่าความยาว ถ้าลึกมากจะอันตรายสำหรับอวัยวะภายใน หากมีสิ่งใดหักคาอยู่ไม่ควรดึงออกแต่ให้พันผ้ารอบสิ่งที่หักคาเพื่อให้อยู่นิ่งแล้วส่งสถานพยาบาลโดยเร็ว	ไม่ดึงสิ่งที่หักคาอยู่ในบาดแผลออก ใช้ผ้าพันรอบสิ่งที่หักคาเพื่อให้อยู่นิ่งแล้วรีบนำส่งสถานพยาบาล





คำชี้แจง

ให้นักเรียนโยงเส้นจับคู่ข้อความที่สัมพันธ์กันต่อไปนี้ให้ถูกต้อง

- | | | |
|----|--|--------------------------------|
| 1. | <p>สิ่งที่ห้กคําอยู่ในบาดแผลไม่
ต้องดึงออก ใช้ผ้าพันรอบสิ่งที่
ห้กคําเพื่อให้ยู่นิ่ง</p> | <p>1.บาดแผลซ้ํา</p> |
| 2. | <p>บรรเทาอาการได้ด้วยการ
ช่วยลดอุณหภูมิของร่างกาย</p> | <p>2.การล้างบาดแผล</p> |
| 3. | <p>ใน 24 ชม.ให้ประคบด้วย
ความเย็น</p> | <p>3.บาดแผลถูกแทง</p> |
| 4. | <p>ขั้นตอนต่อไปหลังจากเลือด
หยุด</p> | <p>4.ผู้ป้วยอาการสภาวะซ้อก</p> |
| 5. | <p>ยกขาให้สูงกว้าระดับหัวใจ</p> | <p>5.ผู้ป้วยอาการเป็นลม</p> |

ลักษณะของบาดแผล



บาดแผลตื้น



บาดแผลจ้ำ

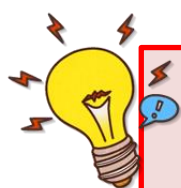


การฉีกผิวหนังที่ฉีกขาด

2.2 การห้ามเลือดบาดแผล

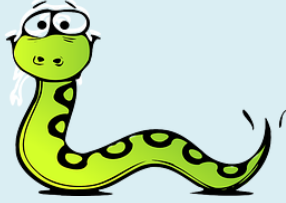
ปกติหากบาดแผลไม่ใหญ่นัก เลือดจะสามารถหยุดได้เองภายในเวลารวดเร็ว แต่ถ้าเป็นบาดแผลที่ใหญ่และมีเลือดออกมาไม่หยุด หากไม่มีการห้ามเลือด อาจทำให้ผู้ป่วยมีอาการทรุดลงและเสียชีวิตได้

ประเภทการห้ามเลือด	วิธีการปฐมพยาบาล
1.ห้ามเลือดบาดแผลทั่วไป	ใช้ผ้าสะอาดวางบนแผล ใช้นิ้วชี้กดลงบนผ้า ยกส่วนที่มีเลือดออกให้สูงกว่าระดับหัวใจ ใช้น้ำแข็งประคบบาดแผล
2.การห้ามเลือดตามตำแหน่งต่างๆของร่างกาย	
2.1 ศีรษะ	ใช้ผ้าสะอาดทับหนาๆแล้วใช้ผ้าพันแผลทับอีกทีให้แน่น
2.2 ลิ้นหรือริมฝีปาก	ใช้นิ้วหัวแม่มือและนิ้วชี้บีบทั้งสองข้าง
2.3คอ	ใช้นิ้วมือกดบนเส้นเลือดหรือใช้ผ้าหรือสำลีหนาๆวางซ้อนกันแล้วกดด้วยนิ้วมือ อาจใช้ผ้าพันแผลทับร่วมด้วย
2.4 ต้นแขนหรือปลายแขน	ถ้าแขนไม่หักให้ยกสูงและใช้สายยางรัดเหนือแผล
2.5 ข้อมือ	อาจใช้นิ้วมือหรือผ้าหนาๆกดตรงที่เลือดออก
2.6 ฝ่ามือ	กำผ้าหรือสำลีสะอาดให้แน่นแล้วใช้ผ้าพันรอบมือเท่าไว้เมื่อห้ามเลือดเรียบร้อยแล้วควรใช้ผ้าคล้องคอห้อยแขวนผู้ป่วยไว้ด้วย
2.7 ต้นขาและขา	ใช้นิ้วกดหรือใช้สายยางรัดเหนือแผลแล้วยกขาสูง กรณีไม่มีกระดูกหัก
2.8 เท้า	ใช้ผ้าหนาๆพันแผลไว้ให้แน่นและยกเท้าขึ้นสูง (pad and Bandage) กรณีไม่มีกระดูกหัก



การใช้ผ้าหรือสำลีม้วนวางที่ข้อพับของข้อศอกหรือข้อเข่า พับข้อศอกหรือข้อเข่าขึ้นไว้ แล้วใช้ผ้าพันรอบ ๆ ข้อพับไว้ให้แน่น ทั้ง ๆ ที่ข้อพับนั้นยังพับอยู่
วิธีนี้เรียกว่าวิธีใช้ “Pad and bandage”

2.3 การปฐมพยาบาลเมื่อถูกสัตว์มีพิษกัดต่อย

ประเภทของสัตว์	วิธีการปฐมพยาบาล
1. ถูกแมลงต่อย 	1. ให้รีบเอาเหล็กในออกจากแผลทันที โดยใช้ลูกกุกญแจชนิดที่มีรูตรงปลายกดลงที่ตรงแผลนั้น เหล็กในจะโผล่ออกมาซึ่งสามารถคีบออกได้ 2. ใช้สำลีชุบแอมโมเนียทาบริเวณแผล หรืออาจใช้น้ำยาที่เป็นด่างอ่อนๆ เช่น โซดาไบคาร์บอเนต หรือน้ำปูนใสก็ได้ 3. ใช้น้ำแข็งประคบบริเวณแผล เพื่อระงับอาการปวดและช่วยลดการซึมซาบของพิษ อาจกินยาแก้ปวดร่วมด้วย 4. ถ้าหากถูกต่อยบริเวณหน้า คอ แล้วมีอาการบวมหายใจไม่ออก ให้รีบนำส่ง โรงพยาบาลเพื่อรับการรักษาโดย
2. ถูกงูกัด 	1. กดบริเวณเหนือแผลให้แน่นด้วยสายยาง เชือก หรือผ้าก็ได้ โดยรัดระหว่างแผลกับหัวใจ 2. พยายามอย่าให้ผู้ป่วยหลับ 3. ห้ามใช้ยากระตุ้นหัวใจเป็นอันขาด เพราะจะทำให้พิษเข้าสู่หัวใจเร็วขึ้น 4. รีบนำผู้ป่วยส่งแพทย์ทันที และถ้าสามารถบอกชนิดของงูที่กัดได้ก็จะยิ่งดี เพื่อสะดวกในการฉีดเซรุ่มแก้พิษงู
3. ถูกสุนัขกัด 	1. ล้างแผลด้วยสบู่ หรือน้ำสะอาด ทายาใส่แผลสด เช่น ยาแดง หรือทิงเจอร์ไอโอดีน นำผู้ป่วยไปพบแพทย์ เพื่อฉีดยาวัคซีนป้องกันโรคบาดทะยัก 2. ถ้าไม่แน่ใจว่า สุนัขนั้นมีเชื้อโรคพิษสุนัขบ้าหรือไม่ ให้รีบปรึกษาแพทย์เพื่อจะได้ฉีดยาวัคซีนป้องกันโรคพิษสุนัขบ้า หากเป็นสุนัขบ้าผู้ป่วยควรไปพบแพทย์ เพื่อฉีดยาวัคซีนป้องกันโรคบาดทะยักและโรคพิษสุนัขบ้า 4. การฉีดยาวัคซีนนั้นต้องฉีดให้ครบตามจำนวนเข็มที่กำหนด

2.4 การปฐมพยาบาลเมื่อถูกไฟไหม้ น้ำร้อนลวก

แบ่งแผลที่เกิดขึ้นเป็นสองชนิด ได้แก่

1. แผลถูกไฟไหม้ หมายถึง แผลที่ผิวหนังหรือเนื้อถูกทำลายเนื่องจากถูกความร้อน ซึ่งอาจเกิดจากไฟหรือกระแสไฟฟ้า ทั้งนี้ รวมถึงการถูกสารเคมีวัตถุจำพวกกรดและด่างด้วย

2. แผลถูกน้ำร้อนลวก หมายถึง แผลที่ผิวหนังหรือเนื้อเยื่อต่างๆ ถูกทำลายเนื่องจากถูกความร้อนจากสิ่งต่างๆ เช่น น้ำเดือด ไอน้ำ หรือน้ำมันร้อนๆ เป็นต้น

อาการของผู้ที่ถูกไฟไหม้หรือน้ำร้อนลวก

ผู้ที่ถูกไฟไหม้หรือน้ำร้อนลวก จะมีอาการและอันตรายมากหรือน้อยก็แล้วแต่ผิวหนังที่ถูกไหม้หรือลวก หากมีบาดแผลกว้างจะทำให้ติดเชื้อและมีโรคแทรกซ้อนได้ จึงมีความจำเป็นที่จะต้องรู้ระยะของอาการและอันตรายก่อนที่จะปฐมพยาบาล ซึ่งแบ่งได้เป็น 4 ระยะ ดังนี้

1. ระยะช็อคขั้นต้น

ระยะนี้ผู้ป่วยจะมีอาการช็อคทันที เมื่อถูกไฟไหม้หรือน้ำร้อนลวก ผู้ป่วยจะมีอาการหมดสติ ชีพจรเต้นเบาแต่เร็วมาก กระสับกระส่าย เหงื่อออกมาก และอาจถึงแก่ชีวิตได้หากไม่ได้รับการปฐมพยาบาลที่ถูกวิธีและรวดเร็ว

2. ระยะช็อคขั้นที่สอง

จะเกิดขึ้นภายหลังจากถูกไฟไหม้ หรือน้ำร้อนลวกแล้วประมาณ 2 -24 ชั่วโมงอาการคล้ายอาการช็อคขั้นต้น แต่รุนแรงกว่า การช็อคขั้นตอนนี้มีสาเหตุมาจากการเสียน้ำในร่างกายมาก เพราะถูกไฟเผาและเหงื่อออก

3. ระยะเกิดพิษ

ระยะเกิดพิษจะเป็นระยะที่ติดเชื้อแบคทีเรีย ทำให้เกิดหนองที่บาดแผล อาการขั้นนี้จะเกิดขึ้นภายหลังจากไฟไหม้หรือน้ำร้อนลวกมาแล้วประมาณ 48 - 72 ชั่วโมง อาการระยะนี้จะมีอาการอักเสบ มีหนอง มีไข้สูง ชีพจรเต้นเร็ว ปวดศีรษะ คลื่นไส้ อาเจียน เบื่ออาหาร นอนไม่หลับ และอาจถึงแก่ความตายได้

4.ระยะเกิดแผลเป็น

เมื่อบาดแผลหายมักจะเกิดแผลเป็นขึ้นจะมากหรือน้อยก็แล้วแต่บาดแผล ที่ถูกไหม้หรือลวก หรือการรักษาถูกต้องเพียงใด

การปฐมพยาบาลผู้ถูกไฟไหม้หรือน้ำร้อนลวก ปฏิบัติได้ดังนี้

1.กรณีถ้ามีอาการช็อค ควรรักษาอาการช็อคเสียก่อน โดยปฏิบัติดังนี้

1.1ยกปลายเท้าให้สูงกว่าระดับศีรษะ

1.2ให้ความอบอุ่นแก่ร่างกาย โดยใช้กระเป๋าน้ำร้อนประคบบริเวณบาดแผล

1.3ถ้ามีอาการปวดมากควรใช้ยาระงับปวด

1.4ถ้าหากผู้ป่วยหยุดหายใจ ให้ทำการผายปอด

2.การแต่งบาดแผล โดยปฏิบัติดังนี้

2.1ตัดเสื้อผ้าที่ถูกไฟไหม้หรือน้ำร้อนลวกออก

2.2ตัดผิวหนังส่วนที่พองออก เพราะอาจลุกลามให้เกิดหนองได้ และอาจทำให้ทายาได้ไม่ถึงบาดแผล

2.3ล้างบาดแผลด้วยน้ำอุ่น น้ำด่างทับทิม หรือน้ำเกลือ

2.4ใช้ยาทาบาดแผล เช่น น้ำมันพืช ขี้ผึ้งซัลฟา หรือขี้ผึ้งยูคาลิปตัส เป็นต้น

2.5 ถ้ามีอาการมากต้องรีบนำผู้ป่วยส่งโรงพยาบาลทันที

2.5 การปฐมพยาบาลเมื่อเลือดกำเดาไหล

เลือดกำเดา คือ เลือดที่ไหลออกมาจากจมูก พบได้บ่อยๆ ในเด็ก และคนหนุ่มสาว โดยเฉพาะฤดูหนาว อากาศจะเย็นและแห้งกว่าปกติ เพราะ ไอน้ำในอากาศมีน้อย เยื่อบุโพรงจมูก จึงพลอยแห้งตามไปด้วย น้ำมูกที่ติดอยู่ในจมูกก็เลยแห้งกรังอยู่ภายใน ทำให้เกิดความรำคาญต้อง คู้ย แคะ แกะ ขยี้จมูกบ่อยขึ้น เมื่อรอยแตกเล็กๆ ที่พื้นผิวในโพรงจมูก เริ่มเกิดขึ้นโดยเฉพาะ บริเวณส่วนหน้าของผนังกันโพรงจมูกซึ่งเป็นที่ที่มีหลอดเลือดฝอยจำนวนมากมาบรรจบกัน ถูกขยี้ หรือแคะซ้ำจะทำให้รอยแตกเกิดเป็นแผลถลอกขึ้น หลอดเลือดฝอยฉีกขาดทำให้เกิดเลือดกำเดา ไหลออกมาจากจมูก

วิธีการปฐมพยาบาล

1. ให้นั่งนิ่งๆ, หายใจศีรษะไปด้านหลัง ฟิงชนึกหรือผนัง,หรือนอนหนุนไหล่ให้สูงแล้วหายใจศีรษะฟิงหมอน
2. ปล่อยใจให้สงบใจ ให้หายใจยาวๆ (ยิ่งตื่นเต้นตกใจ เลือดยิ่งออกมาก)
3. ใช้นิ้วมือบีบจมูกทั้ง 2 ข้างให้แน่น โดยให้หายใจทางปากแทนหรือใช้ผ้าสะอาดม้วนอุดรูจมูกข้างนั้น หรือ กดจุด
4. วางน้ำแข็งหรือผ้าเย็นบนสันจมูก หน้าผาก และใต้ขากรรไกร
5. ถ้าเลือดไม่หยุด รีบพาไปโรงพยาบาล
6. ถ้ามีเลือดกำเดาออกบ่อย ควรปรึกษาหมอ, อาจเป็นความดันเลือดสูงหรือโรคอื่น ๆ ได้



ภาพ แสดงอาการห้ามเลือดกำเดาหยุดไหล

2.6 การปฐมพยาบาลคนเป็นลม

การปฐมพยาบาลอาการเป็นลมหรือหมดสติ

ภาวะเป็นลมหรือหมดสตินั้น เราสามารถพบได้อยู่ตลอดเวลา ซึ่งอาการดังกล่าวเกิดจากการที่เลือดไปเลี้ยงสมองไม่พอ และอาจเป็นได้หลายสาเหตุ เช่น เหนื่อยหรือร้อนจัด หิวหรือเครียด โดยผู้ที่จะให้การช่วยเหลือผู้เป็นลมได้นั้น ควรมีความรู้ความเข้าใจในวิธีการ ดังนี้

วิธีการปฐมพยาบาลเบื้องต้นผู้เป็นลม

- นำเข้าพักในที่ร่ม มีอากาศถ่ายเทได้สะดวก
- ให้นอนราบ และคลายเสื้อผ้าให้หลวม
- ใช้ผ้าชุบน้ำเย็นเช็ดเหงื่อที่หน้าผาก มือ และเท้า
- ให้ผู้เป็นลมหรือหมดสติดมแอมโมเนีย



ข้อสังเกต

ถ้าใบหน้าผู้ที่เป็นลมขาวซีด ให้นอนศีรษะต่ำ

ถ้าใบหน้ามีสีแดง ให้นอนศีรษะสูง



วิธีการปฐมพยาบาลเบื้องต้นผู้หมดสติ

- ตรวจดูในปากว่ามีสิ่งอุดตันทางเดินหายใจหรือไม่ ถ้ามีต้องรีบนำออกโดยเร็ว
- จัดให้ผู้หมดสติอยู่ในท่าที่เหมาะสม โดยให้ผู้หมดสตินอนตะแคงคว่ำไปด้านใดด้านหนึ่ง
- คลายเครื่องนุ่งห่มให้หลวม และห้ามให้น้ำหรืออาหารทางปาก
- ถ้ามีอาการชักให้ใช้ ผ้าม้วนเป็นก้อนสอดระหว่างฟันบนกับฟันล่างเพื่อกันผู้ป่วยกัดลิ้นตนเอง
- ทำการห้ามเลือดในกรณีที่มีเลือดออก ถ้ามีอาการไม่ดีขึ้นให้รีบนำส่งโรงพยาบาลโดยด่วน



2.7 การปฐมพยาบาลเมื่อกระดูกหัก

การปฐมพยาบาลอาการกระดูกหัก

การปฐมพยาบาลผู้ป่วยกระดูกหักจะต้องปฏิบัติดังนี้

1. ให้ผู้ป่วยเจ็บอยู่นิ่งๆ ประคองและจับส่วนที่บาดเจ็บอย่างมั่นคง อย่าพยายามเคลื่อนย้ายผู้ป่วยเจ็บโดยไม่จำเป็น หรือจนกว่าส่วนของกระดูกที่หักจะได้รับการเข้าเฝือกแล้ว
2. ใส่เฝือกชั่วคราว โดยใช้วัสดุที่หาง่าย เช่น กระดาษหนังสือพิมพ์ กระดาษแข็ง ไม้ไผ่ เป็นต้น (ถ้าเป็นกระดูกชิ้นใหญ่ เช่น กระดูกโคนขา อาจใช้ขาข้างดีเป็นตัวยึดก็ได้) และก่อนเข้าเฝือก ควรใช้ผ้าสะอาดพันส่วนที่หักให้หนาพอสมควร หรือทำการห้ามเลือดก่อน ถ้ามีเลือดออกมาก
3. พันผ้ายึดไม่ให้เคลื่อนไหว ระวังอย่าพันให้แน่นจนเกินควร เพราะจะทำให้เลือดไปเลี้ยงอวัยวะส่วนปลายไม่ได้ ซึ่งเป็นอันตรายมาก ถ้าเป็นปลายแขน หรือมือ ใช้ผ้าคล้องคอ
4. ถ้ากระดูกหักโผล่ออกมานอกเนื้อ อย่าดันกลับเข้าที่เดิมเด็ดขาด เพราะจะทำให้เชื้อโรคและสิ่งสกปรกจากภายนอกเข้าไปในแผลส่วนลึกได้ ให้หาผ้าสะอาดคลุม หรือปิดบาดแผลไว้
5. ให้ยาแก้ปวดหากปวดแผลมาก เช่น พาราเซตามอล และห่มผ้าให้ความอบอุ่นแก่ร่างกาย
6. รีบนำผู้ป่วยส่งโรงพยาบาล ซึ่งการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยที่บาดเจ็บต้องทำอย่างระมัดระวัง โดยให้ส่วนที่หักเคลื่อนไหวน้อยที่สุด





คำชี้แจง ให้นักเรียนบอกวิธีการปฐมพยาบาลในสถานการณ์ต่อไปนี้

1.

นงคราญ เป็นลมหมดสติ เนื่องจากไม่ได้รับประทานอาหารเช้า และยืนตากแดด เข้าแถวเป็นเวลานาน นักเรียนจะช่วยเหลือนปฐมพยาบาลเบื้องต้นนงคราญอย่างไร

2.

พลพล ต้มน้ำใส่กาน้ำร้อนไว้บนเตา ความร้อนทำให้เขาจับกาน้ำร้อนโดยไม่ใช่ผ้าช่วยจับความร้อนทำให้เขาปล่อยกาน้ำร้อน น้ำร้อนลวกมือ เขาควรทำอย่างไร

3.

สุเมธวิ่งเล่นในสวนกับเพื่อนๆ ด้วยความคึกคะนอง เขาเห็นรังผึ้งที่เกาะอยู่บนต้นไม้จึงใช้ไม้แหลมรัง ผึ้งต่อยสุเมธ 1 ตัว เขาหนีได้ทันแต่ปวดมากควรทำอย่างไร

ใบความรู้ที่ 3 เรื่อง การเคลื่อนย้ายผู้ป่วย

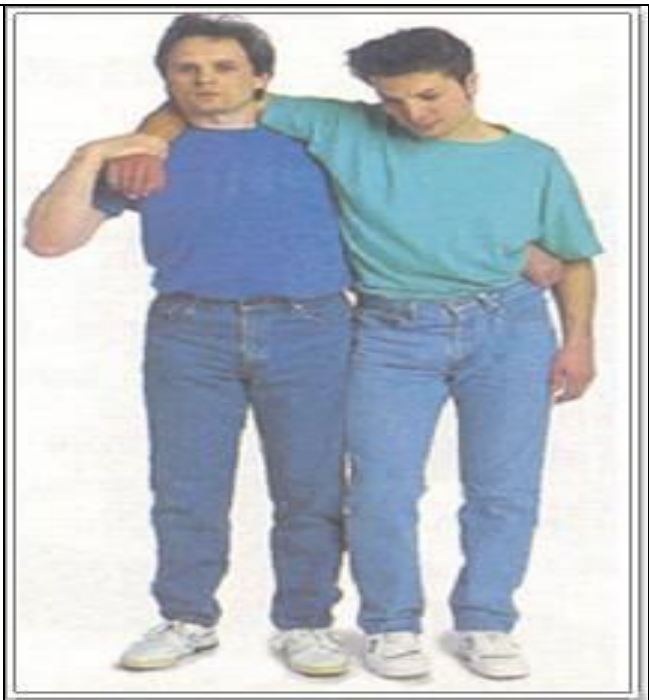
หลังจากปฐมพยาบาลเบื้องต้นแล้ว การเคลื่อนย้ายที่ถูกวิธีมีความสำคัญมาก ถ้าผู้ช่วยเหลือมีประสบการณ์ มีความรู้ ความเข้าใจ มีหลักการและรู้จักวิธีการเคลื่อนย้ายที่ถูกวิธี จะช่วยให้ผู้ป่วยเจ็บมีชีวิตรอด ปลอดภัย ลดความพิการ หรืออันตรายที่จะเกิดขึ้นภายหลังได้

การเคลื่อนย้ายผู้ป่วย แบ่งตามจำนวนผู้ช่วยเหลือได้ดังนี้

1.การเคลื่อนย้ายโดยผู้ช่วยเหลือคนเดียว

1.1. ท่าประคองเดิน

ใช้สำหรับผู้ป่วยรู้สึกตัวดี และพอจะช่วยเหลือตัวเองได้ ไม่มีกระดูกหรือกระดูกหลังหักและผู้ป่วยตัวใหญ่พอๆ กับผู้ช่วยเหลืออย่าลืมนั่นตอนในการเคลื่อนย้ายต้องบอกเล่าแผนการแก่ผู้ป่วยก่อนเสมอว่า เราจะช่วยทำอย่างไร จะพาเดินไปทางไหนและประมาณกำลัง ต้องให้ผู้ป่วยเดินนำหน้าเสมอ ผู้ช่วยเหลือต้องคอยมองเท้าของผู้ป่วยถ้าผู้ป่วยล้มระหว่างทางจะได้ประคองผู้ป่วยไว้ได้อย่างปลอดภัยทั้งต่อผู้ป่วยและตนเอง



1.2. การอุ้มกอดด้านหน้า

ถ้าผู้ป่วยตัวเล็กกว่าผู้ช่วยเหลือมาก และไม่มีกระดูกหักที่ใดๆ การอุ้มจะเป็นการเคลื่อนย้ายที่สะดวก รวดเร็วและปลอดภัย แต่ถ้าผู้ป่วยตัวใหญ่และไม่สามารถช่วยเหลือตนเองได้ อาจใช้วิธียกโดยคนหลายๆ คนหรืออุ้มทาบและกอดหลังหรืออุ้มแบกก็ได้



2.การเคลื่อนย้ายโดยผู้ช่วยเหลือสองคน

1.วิธีอุ้มเคียง

ผู้ช่วยเหลือจะต้องยืนด้านเดียวกัน โดยให้คนใดคนหนึ่งอุ้มบริเวณศีรษะและไหล่ ส่วนอีกคนอุ้มสะโพกและขา แล้วเดินออกพร้อม ๆ กัน



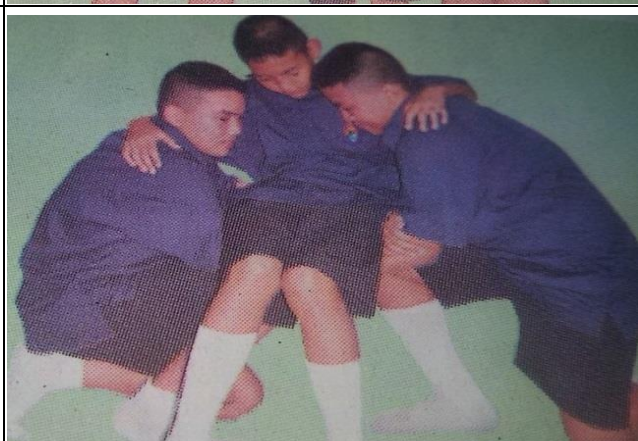
2.วิธีพยุง

วิธีนี้จะต้องให้แขนทั้งสองข้างของ ผู้ป่วยพาดที่ไหล่ของผู้ช่วยเหลือทั้งสอง แล้วจับมือผู้ป่วยไว้ ส่วนมืออีกข้างหนึ่งให้พยุงผู้ป่วยไว้



3.วิธีอุ้มแบบนั่งสองมือ

ผู้ช่วยเหลือทั้งสองคุกเข่าหันหน้าเข้าหากัน โดยให้ผู้ป่วยอยู่ตรงกลางผู้ช่วยเหลือใช้มือประสานกัน แล้วยกผู้ป่วยขึ้นขึ้นพร้อมๆกัน แล้วจึงพาเคลื่อนย้ายไปยังจุดหมาย



4.วิธีอุ้มคู่แบบใช้สองคนหาม

วิธีนี้ใช้ในกรณีที่ผู้ป่วยมีอาการบาดเจ็บไม่รุนแรง และผู้ป่วยสามารถใช้ตนเองได้ โดยให้ผู้ช่วยเหลือทั้งสองลุกขึ้นพร้อมๆกัน วิธีนี้ห้ามใช้กับผู้ป่วยที่สงสัยว่ากระดูกสันหลังหัก



5. วิธีอุ้มประสานแคร่

จะใช้เคลื่อนย้ายผู้ป่วยที่ยังมีสติดี ให้ผู้ช่วยเหลือสองคน ใช้มือสอดประสานกันเป็นรูปสี่เหลี่ยมคูกเขาลง และให้ผู้ปวยนั่งบนมือของผู้ช่วยเหลือ โดยผู้ป่วยใช้มือทั้งสองข้าง กอดคอผู้ช่วยเหลือไว้จากนั้นผู้ช่วยเหลือทั้งสองลุกขึ้นพร้อมกัน และพาเคลื่อนย้าย



3. การเคลื่อนย้ายโดยผู้ช่วยเหลือสามคน

3. การเคลื่อนย้ายโดยผู้ช่วยเหลือสามคน

การเคลื่อนย้ายในลักษณะนี้ใช้ในกรณีที่ต้องเคลื่อนย้ายผู้ป่วยในท่านอน และผู้ป่วยไม่รู้สีกตัว ระยะทางที่ต้องเคลื่อนย้ายจะต้องไม่ไกลมาก ซึ่งมีวิธีปฏิบัติดังนี้

1. ผู้ช่วยเหลือ ยืนเรียงกันหันหน้าเข้าหาข้างตัวของผู้ป่วย จากนั้นคุกเข่าข้างใดข้างหนึ่งลง ควรเป็นข้างเดียวกัน โดยผู้ช่วยเหลือคนแรกใช้แขนข้างหนึ่งสอดใต้ศีรษะตรงบริเวณคอและไหล่ของผู้ป่วย มืออีกข้างเข้าสอดที่หลัง ส่วนคนที่สอดแขนข้างหนึ่งที่บริเวณเอวและสะโพก อีกข้างสอดเข้าที่ขาท่อนบน และคนที่สามสอดแขนข้างหนึ่งเข้าที่ใต้เข่า อีกข้างสอดที่ข้อเท้า

2. ให้สัญญาณยกผู้ป่วยขึ้นพร้อมๆ กัน โดยยังอยู่ในท่าคุกเข่า

3. ให้สัญญาณยกผู้ป่วยขึ้นพร้อมๆ กัน แล้วทำการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยไปยังจุดหมาย



แบบทดสอบหลังเรียน

คำชี้แจง จงเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงคำตอบเดียว แล้วทำเครื่องหมาย X ลงในกระดาษคำตอบ

1. ข้อใดไม่ใช่วัตถุประสงค์ในการปฐมพยาบาล

- ก. เพื่อรักษาให้ผู้ป่วยหายจากอาการเจ็บป่วยที่เป็นอยู่
- ข. เพื่อลดภาวะแทรกซ้อนที่จะเกิดขึ้นตามมา
- ค. เพื่อช่วยชีวิตและลดความรุนแรงของการเจ็บป่วยให้น้อยลง
- ง. เพื่อป้องกันความพิการที่อาจจะเกิดขึ้นตามมาภายหลัง

2. สิ่งใดที่ผู้ช่วยเหลือจะต้องคำนึงถึงเป็นอันดับแรกก่อนเข้าไปให้ความช่วยเหลือผู้ป่วย

- ก. สรรพระบบที่สำคัญต่างๆ ของร่างกายผู้ป่วย
- ข. ทำบริเวณนั้นให้มีอากาศถ่ายเท ปลอดภัย
- ค. ความปลอดภัยของสถานที่เกิดเหตุ
- ง. ห้ามเคลื่อนย้ายผู้ป่วยทันทีโดยไม่ได้เตรียมการ

3. การปฐมพยาบาลเมื่อเลือดกำเดาไหล ควรทำอย่างไร

- ก. สั่งน้ำมูกแรงๆ เพื่อให้เลือดที่ไหลออกมาให้หมด
- ข. ให้ผู้ป่วยยืนขึ้นและก้มศีรษะลงเพื่อให้เลือดหยุดไหลเอง
- ค. บีบจมูกให้แน่นประมาณ 30 นาที เพื่อให้เลือดหยุดไหล
- ง. ให้ผู้ป่วยนั่งตัวตรงบนเก้าอี้ และก้มศีรษะไปข้างหน้าเล็กน้อย แล้วใช้นิ้วหัวแม่มือและนิ้วชี้บีบจมูกให้แน่นประมาณ 6-10 นาที

4. การห้ามเลือดบาดแผล ถ้าเลือดยังไม่หยุดไหลต้องทำอย่างไร

- ก. ใช้พลาสติกปิดบริเวณบาดแผล
- ข. รีบนำผู้ป่วยส่งสถานพยาบาลโดยเร่งด่วนทันที
- ค. หยุดห้ามเลือดโดยทันทีและให้เลือดหยุดไหลเอง
- ง. ต้องพยายามห้ามเลือดให้หยุดไหลให้ได้

5. บาดแผลถูกแทง หากมีสิ่งใดหักคาอยู่ในแผล ผู้ปฐมพยาบาลควรทำอย่างไร

- ก. นำส่งสถานพยาบาลโดยเร็ว
- ข. ดึงสิ่งที่หักคาอยู่ออกโดยเร็ว
- ค. พันผ้ารอบสิ่งที่หักคาอยู่เพื่อให้อยู่นิ่ง
- ง. ชัยบดูว่าบาดแผลมีความลึกมากแค่ไหน

6.การกักขังสัตว์เพื่อรอดูอาการโรคพิษสุนัขบ้า ต้องกักขังไว้กี่วัน

ก.12 วัน

ข.14 วัน

ค.16 วัน

ง.18 วัน

7. ข้อใดเป็นลักษณะของบาดแผลตัด

ก.มีอาการบวมแดง คล้ำ หรือเขียว

ข.แผลฉีกขาดที่มีขอบแผลไม่เรียบ

ค.แผลฉีกขาดที่มีขอบแผลเรียบ

ง.มีอาการฟกช้ำบริเวณแผล

8. การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยโดยใช้ผู้ช่วยเหลือ 3 คนจะใช้ในกรณีใด

ก.กรณีที่ผู้ป่วยมีรูปร่างเล็ก และเดินไม่ได้

ข.กรณีที่ผู้ป่วยตัวใหญ่หรือมีน้ำหนักมาก

ค.กรณีที่ผู้ป่วยยังรู้สึกตัวอยู่ และสามารถเคลื่อนไหวได้เล็กน้อย

ง.กรณีที่ต้องเคลื่อนย้ายผู้ป่วยในท่านอน และผู้ป่วยไม่รู้สึกตัว

9. ข้อใดเป็นลักษณะของบาดแผลที่ถูกงูมีพิษกัด

ก.มีรอยฟัน แต่ไม่มีรอยเขียว

ข.ไม่มีรอยฟัน แต่มีรอยเขียว

ค.มีรอยเขียวอยู่ด้านหน้าของขากรรไกรบนและมีรอยฟัน

ง.มีรอยเขียวอยู่ด้านหลังของขากรรไกรบนและมีรอยฟัน

10. ผู้ป่วยที่มีแผลไหม้หรือถูกฉีกเล็กน้อย ให้ใช้น้ำเย็นราด ตรงบริเวณแผลอย่างน้อยกี่นาที

ก.10 นาที

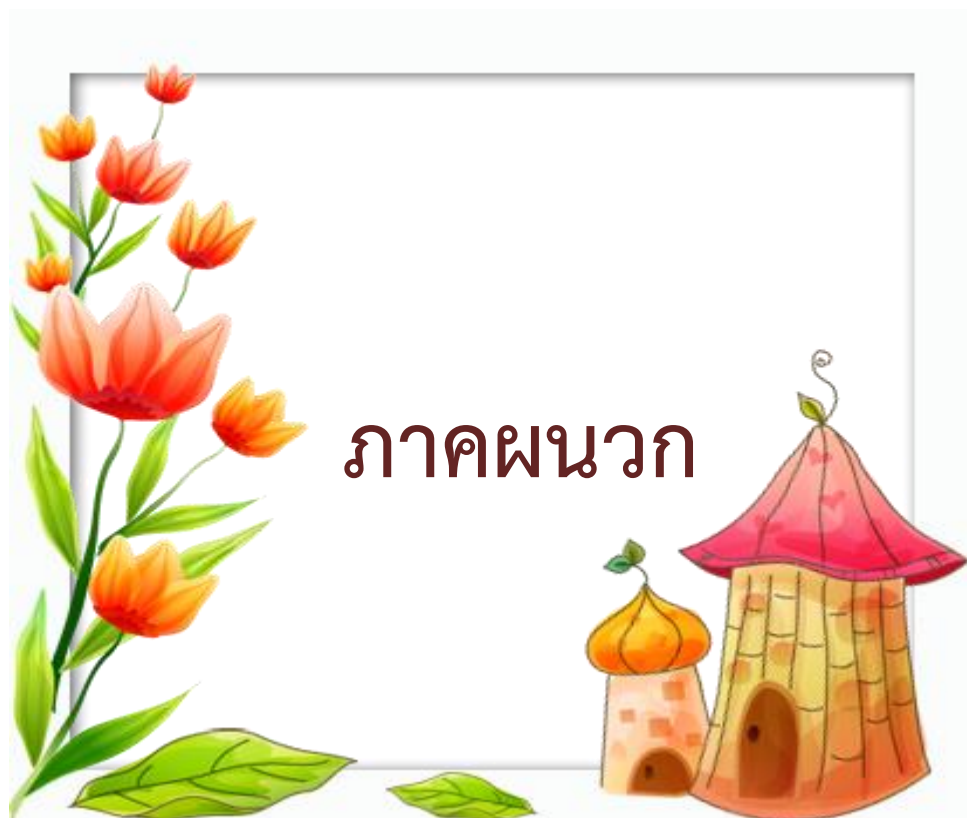
ข.15 นาที

ค.20 นาที

ง.25 นาที

เฉลย แบบทดสอบหลังเรียน

1. ค	6. ค
2. ง	7. ค
3. ค	8. ง
4. ง	9. ข
5. ง	10. ก



เฉลยกิจกรรมที่ 1

1. ✖
2. ✔
3. ✖
4. ✔
5. ✖

เฉลยกิจกรรมที่ 2

1. 1-3
2. 2-5
3. 3-1
4. 4-2
5. 5-4

เฉลยกิจกรรมที่ 3

1. นำเข้าพักในที่ร่ม มีอากาศถ่ายเทได้สะดวก ให้นอนราบ และคลายเสื้อผ้าให้หลวม ใช้ผ้าชุบน้ำเย็นเช็ดเหงื่อที่หน้าผาก มือ และเท้า ให้ผู้เป็นลมหรือหมดสติดื่มแอมโมเนีย
2.
 - 1.กรณีถ้ามีอาการช็อค ควรรักษาอาการช็อคเสียก่อน โดยปฏิบัติดังนี้
 - 1.1ยกปลายเท้าให้สูงกว่าระดับศีรษะ
 - 1.2ให้ความอบอุ่นแก่ร่างกาย โดยใช้กระเป๋าน้ำร้อนประคบบริเวณบาดแผล
 - 1.3ถ้ามีอาการปวดมากควรใช้ยาระงับปวด
 - 1.4ถ้าหากผู้ป่วยหยุดหายใจ ให้ทำการผายปอด
 - 2.การแต่งบาดแผล โดยปฏิบัติดังนี้
 - 2.1ตัดเสื้อผ้าที่ถูกไฟไหม้หรือน้ำร้อนลวกออก
 - 2.2ตัดผิวหนังส่วนที่พองออก เพราะอาจลุกลามให้เกิดหนองได้ และอาจทำให้หายาได้ไม่ถึงบาดแผล
 - 2.3ล้างบาดแผลด้วยน้ำอุ่น น้ำด่างทับทิม หรือน้ำเกลือ
 - 2.4ใช้ยาทาบาดแผล เช่น น้ำมันพืช ซีมีงซ์ลฟา หรือซีมีงซ์ยูคาลิปตัส เป็นต้น
 - 2.5 ถ้ามีอาการมากต้องรีบนำผู้ป่วยส่งโรงพยาบาลทันที
3.
 - 1.ให้รีบเอาเหล็กในออกจากแผลทันที โดยใช้ลูกกุกญแจชนิดที่มีรูตรงปลายกดลงที่ตรงแผลนั้น เหล็กในจะโผล่ออกมาซึ่งสามารถคีบออกได้ ใช้สำลีชุบแอมโมเนียทาบริเวณแผล หรืออาจใช้น้ำยาที่เป็นต่างอ่อนๆ เช่น โซดาไบคาร์บอเนต หรือน้ำปูนใสก็ได้
 - ใช้น้ำแข็งประคบบริเวณแผล เพื่อระงับอาการปวดและช่วยลดการซึมซาบของพิษ
 - อาจกินยาแก้ปวดร่วมด้วย ถ้าหากถูกต่อยบริเวณหน้า คอ แล้วมีอาการบวมหายใจไม่ออก ให้รีบนำส่ง โรงพยาบาลเพื่อรับการรักษาโดยเร็ว

เฉลยกิจกรรมที่ 4

1. ถ้ามีบาดแผลเลือดออกควรใช้ผ้ากดแล้วพักห้ามเลือดก่อน
2. ให้จับขาข้างที่หักนิ่งไว้แล้วจับขาข้างที่ดีวางชิดขาข้างที่หักผูกยึดชั่วคราว เพื่อสะดวกในการพลิกตัวเพื่อวางเฝือก โดยให้ผูกที่ข้อเท้า หัวเข่า และสะโพก
3. เตรียมเฝือกที่มีความกว้างยาวเหมาะสมกับขา พลิกตะแคงข้างที่บาดเจ็บขึ้น เพื่อสอดไม้เฝือกให้รองรับตั้งแต่ส้นเท้าจนถึงสะโพก
4. แกะผ้าที่ผูกยึดขาทั้งสองข้างออก ยกขาข้างที่หักพร้อมไม้เฝือกขึ้น วางบนเข่า ผูกยึดเฝือกติดกับขา ให้ปมผูกอยู่นอกลำตัวที่ข้อเท้า วางขาที่มัดติดกับเฝือกลงกับพื้น สอดผ้าระหว่างขาทั้งสองข้าง รวบขาทั้งสองข้างเข้าด้วยกัน พร้อมยกขาขึ้นตั้งบนเข่า ผูกยึดขาทั้งสองข้างให้ติดกันที่ข้อเท้า หัวเข่า สะโพก เหนือเข่าเดิม และปลายเฝือกบริเวณเชิงกราน

เลขที่	ชื่อสกุล	คะแนนก่อนเรียน (10)	คะแนนหลังเรียน (10)	สรุปผลการพัฒนา	
				เพิ่มขึ้น	ลดลง
รวม					
ค่าเฉลี่ย					

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน
(.....)

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน
(.....)

(.....)

บรรณานุกรม

พรสุข หุ่นนิรันดร์,ประภาเพ็ญ สุวรรณ. สุขศึกษา ม.1.2552.อักษรเจริญทัศน์.

กรุงเทพฯ

ภาพการ์ตูน <http://krusorndee.net/> สืบค้นออนไลน์ วันที่สืบค้น 26 มกราคม 2558

การปฐมพยาบาลและเคลื่อนย้ายผู้ป่วยเบื้องต้น <http://trueplookpanya.net/>

สืบค้นออนไลน์ วันที่สืบค้น 26 มกราคม 2558

