

รายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา (สุขศึกษา)

รหัสวิชา พ๑๓๑๐๑

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓

เรื่อง การปฐมพยาบาล (๒)

ครูผู้สอน

ครูสุจิตรา

ครูภัทรวรรณ

บุญธรรม

เหมี่ยมสุวรรณ



การปฐมพยาบาล (๒)



จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. บอกสาเหตุและวิธีการปฐมพยาบาลบาดแผลฟกช้ำและอาการข้อเคล็ด
๒. ปฐมพยาบาลบาดแผลฟกช้ำและอาการข้อเคล็ด
๓. เห็นความสำคัญของการปฐมพยาบาลบาดแผลฟกช้ำและอาการข้อเคล็ด

การปฐมพยาบาล (๒)

บาดเจ็บฟกช้ำ

อาการข้อเคล็ด





การปฐมพยาบาล บาดแผลฟกช้ำ



คำถาม

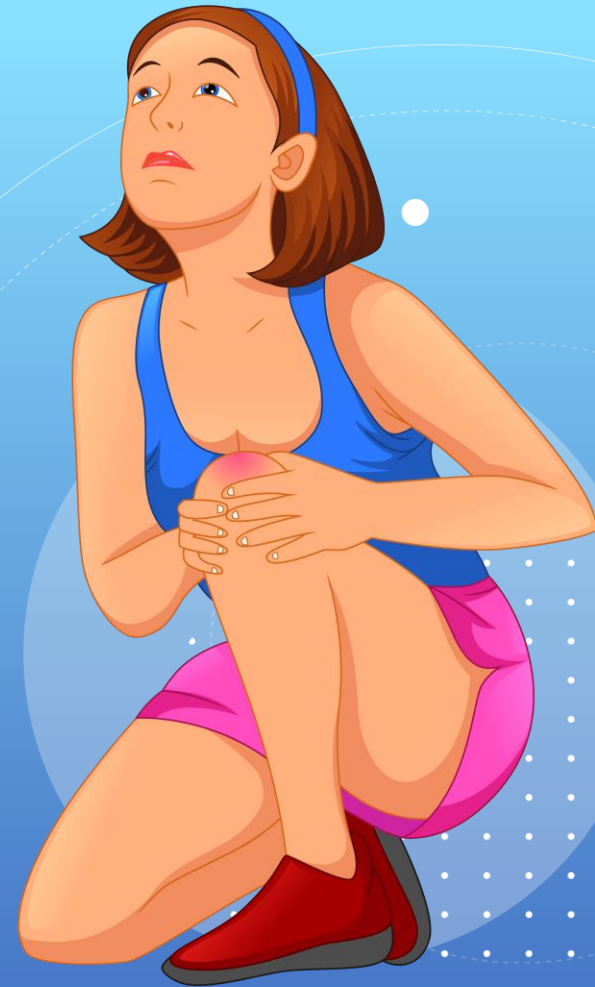


บาดเจ็บแผลฟกช้ำ
เกิดจากสาเหตุใด



สาเหตุของการเกิดบาดแผลฟกช้ำ

ผิวหนังกระทบกับของแข็ง
จนเกิดรอยแดงช้ำเนื่องจาก
มีเลือดออกมาคั่ง



ลักษณะของบาดแผลฟกช้ำ

มีลักษณะบวมนูน มีสีแดงคล้ำ
เนื่องจากมีเลือดมาคั่งบริเวณ
นั้นแต่ไม่มีเลือดออก





คำถาม

นักเรียนมีวิธีการปฐมพยาบาล
บาดแผลฟกช้ำอย่างไร

วิธีการปฐมพยาบาล

๑

ทำความสะอาดบริเวณ
บาดแผลด้วยน้ำสะอาด



วิธีการปฐมพยาบาล

๒

ประคบเย็นโดยใช้เจล
เย็นหรือน้ำแข็งห่อผ้าประคบ
บริเวณที่บวม ๕-๑๐ นาที
ประมาณ ๔๘ ชั่วโมง



วิธีการปฐมพยาบาล

๓

หลังจาก ๔๘ ชั่วโมง
ให้ประคบร้อนโดยใช้ผ้าชุบ
น้ำอุ่นประคบบริเวณที่บาดเจ็บ

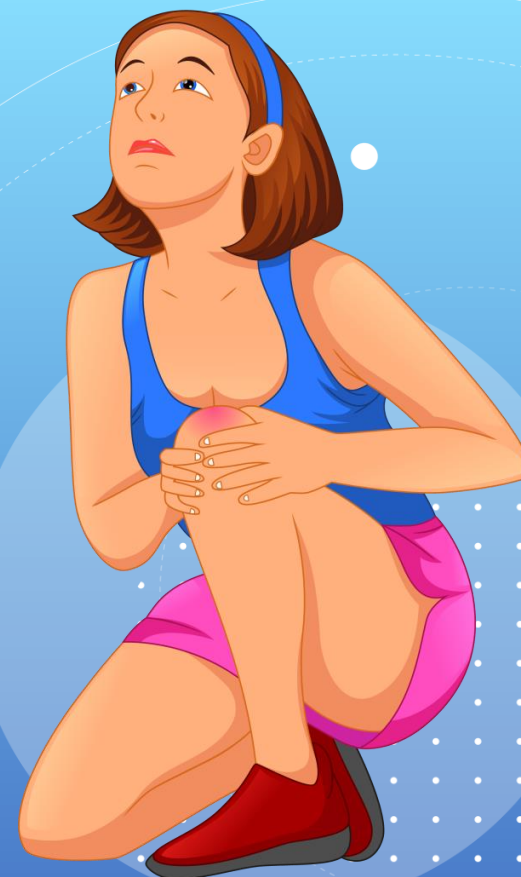


การปฐมพยาบาลอาการข้อเคล็ด



สาเหตุของอาการข้อเคล็ด

ข้อเท้าพลิก ชื่น เนื่องจาก
เสียการทรงตัวหรือไม่สมดุล
ขณะเคลื่อนไหว



ลักษณะของอาการข้อเคล็ด

บริเวณข้อต่อมีลักษณะบวมมน
มีสีแดงคล้ำ เนื่องจากมีเลือดมา
คั่งบริเวณนั้นแต่ไม่มีเลือดออก



วิธีการปฐมพยาบาล

๑

ประคบเย็นและ
ประคบร้อนเช่นเดียวกับ
บาดแผลฟกช้ำ



วิธีการปฐมพยาบาล

๒

ใช้ผ้าพันแผลชนิดยืด
หรือผ้ายืดพันรอบข้อพอแน่น
ยกข้อที่เคล็ดให้สูง พักข้อ
จนกว่าอาการปวดจะทุเลาลง



วิธีการปฐมพยาบาล

๓

ถ้าอาการไม่ดีขึ้น
ควรไปพบแพทย์ทันที



กิจกรรมประจำวันนี้

ลงมือทำ เพื่อนำไปปฏิบัติ



คำชี้แจง

ให้นักเรียนแบ่งกลุ่มเท่า ๆ กัน ทดลอง
การปฐมพยาบาลเมื่อเกิดบาดเจ็บ
ฟกช้ำและอาการข้อเคล็ด



กิจกรรมประจำวันนี้

ใบงานที่ ๑๓

เรื่อง การปฐมพยาบาล

บาดแผลฟกช้ำและข้อเคล็ด



คำชี้แจง

ตอนที่ ๑ ให้นักเรียนเขียนสาเหตุของการเกิดบาดแผลฟกช้ำ และข้อเคล็ดลงในช่องว่าง

ตอนที่ ๒ ระบายสีภาพอุปกรณ์ที่สามารถใช้ในการปฐมพยาบาล บาดแผลฟกช้ำและข้อเคล็ด

คำชี้แจง ให้นักเรียนเขียนสาเหตุของการเกิดบาดแผลฟกช้ำและข้อเคล็ดลงในช่องว่าง

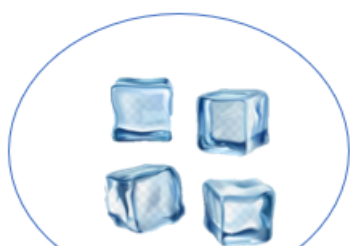
สาเหตุของการเกิดบาดแผลฟกช้ำและข้อเคล็ด

.....

.....

.....

คำชี้แจง ระบายสีภาพอุปกรณ์ที่สามารถใช้ในการปฐมพยาบาลบาดแผลฟกช้ำและข้อเคล็ด



น้ำแข็ง



ผ้ายัด



เชือก

ตัวอย่างใบงาน

สามารถดาวน์โหลดข้อมูลได้ที่ www.dltv.ac.th



บทบาทนักเรียน

๑. นักเรียนฟังคำชี้แจงในการทำกิจกรรม
๒. นักเรียนลงมือปฏิบัติกิจกรรมด้วยความเรียบร้อย



บทบาทครูปลายทาง

๑. ครูชี้แจงการทำกิจกรรมอย่างชัดเจน
๒. ให้คำแนะนำหรือเพิ่มเติมเนื้อหาแก่นักเรียน
๓. ดูแลช่วยเหลือนักเรียนขณะทำกิจกรรม





สรุป

สรุป

การปฐมพยาบาล (๒)

การปฐมพยาบาลบาดแผลฟกช้ำ

การปฐมพยาบาลอาการข้อเคล็ด



เนื้อหาในชั่วโมงต่อไป

เรื่อง การปฐมพยาบาล (๓)

สิ่งที่ต้องเตรียมในชั่วโมงต่อไป

๑. อุปกรณ์การเรียน
๒. สมุดบันทึก
๓. ใบงานที่ ๑๔ เรื่อง การปฐมพยาบาลบาดแผล
ถูกของแหลมคมบาดหรือทิ่มตำ

สามารถดาวน์โหลดข้อมูลได้ที่ www.dltv.ac.th

