

รายวิชา สุขศึกษา

รหัสวิชา พ๒๑๑๐๓

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑

เรื่อง วิธีการปฐมพยาบาลอย่างปลอดภัยตอนที่ ๑

ครูผู้สอน ครูกฤษณา แก้วพิพัฒน์

ครูวนิดา เรืองอยู่



วิธีการปฐมพยาบาลอย่างปลอดภัย

ตอนที่ ๑





จุดประสงค์การเรียนรู้

ด้านความรู้

นักเรียนสามารถอธิบายวิธีการปฐมพยาบาล
อย่างปลอดภัยและถูกต้องได้





จุดประสงค์การเรียนรู้

ด้านทักษะกระบวนการ

นักเรียนแสดงวิธีการปฐมพยาบาลอย่างปลอดภัย
และถูกต้องได้



จุดประสงค์การเรียนรู้

คุณลักษณะอันพึงประสงค์

๑. นักเรียนใฝ่เรียนรู้
๒. นักเรียนมีความมุ่งมั่นในการทำงาน





จุดประกายความคิด





จุดประกายคิด



จากภาพ เกิดอะไรขึ้นกับบาดแผล ?



จุดประกายคิด



บาดแผลมีการอักเสบและหนองนั้น เกิดจากสาเหตุใด

ใบความรู้ที่ ๑ เรื่อง วิธีการปฐมพยาบาลอย่างปลอดภัย ตอนที่ ๑
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง การปฐมพยาบาลและการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง วิธีการปฐมพยาบาลอย่างปลอดภัย ตอนที่ ๑
รายวิชา สุขศึกษา รหัสวิชา พ ๒๑๑๐๓ ภาคเรียนที่ ๒ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑

๑. วิธีการปฐมพยาบาลอย่างปลอดภัย

การปฐมพยาบาลจำเป็นจะต้องมีความรู้ ความเข้าใจ สิ่งหลักและวิธีการปฐมพยาบาลที่ถูกต้อง
เพิ่มการช่วยเหลือที่ถูกรวิธีให้ผู้ป่วยได้รับความปลอดภัย ซึ่งมีวิธีการในการปฐมพยาบาลตามลักษณะของอาการ
บาดเจ็บ ดังนี้

๑.๑ การปฐมพยาบาลบาดแผล

บาดแผล หมายถึง การชอกช้ำ ผิวกายของผิวหนัง และ/หรือเนื้อเยื่อของร่างกายซึ่งเป็นสาเหตุสำคัญ
ที่ทำให้เกิดอาการต่างๆ แทรกซ้อนขึ้นได้ ซึ่งถ้าหากไม่ได้รับการดูแลรักษาอย่างถูกต้อง เช่น การเกิดหนอง
บาดทะยัก เป็นต้น

หลักสำคัญของการปฐมพยาบาลบาดแผลดังนี้

๑. ถ้ามีเลือดไหล จะต้องห้ามเลือดโดยวิธีใดวิธีหนึ่งตามที่ได้กล่าวไว้ข้างต้นก่อนเสมอ
๒. ถ้ามีอาการช็อกหรือเป็นลม ควรรักษาอาการช็อกหรือเป็นลมเสียก่อน ซึ่งวิธีการปฐมพยาบาลอาการช็อก
สามารถทำได้โดยให้ผู้ป่วยนอนราบ ยกขาให้สูงกว่าระดับหัวใจ คลายเสื้อผ้าให้หลวม ทำให้ร่างกายอบอุ่น และ
ตรวจชีพจรการหายใจ สำหรับผู้ป่วยที่เป็นลมสามารถให้การปฐมพยาบาลได้โดยการลดอุณหภูมิของร่างกาย
เช่น ประคบด้วยผ้าเย็น เปิดพัดลมเบา ๆ เป็นต้น ถ้าผู้ป่วยรู้สึกตัวดีแล้วให้ดื่มน้ำเย็น ถ้าอาการยังไม่ดีขึ้นให้รีบ
นำส่งสถานพยาบาลทันที
๓. เมื่อเลือดหยุด ให้ทำความสะอาดบาดแผล โดยสิ่งที่ใช้ทำความสะอาดแผล สามารถหาได้ง่ายๆ เช่น น้ำต้ม
น้ำเกลือ น้ำยาด่างทับทิม แอลกอฮอล์ เป็นต้น จากนั้นใช้ผ้าก๊อชหรือผ้าที่สะอาดปิดแล้วพันผ้าไว้ ถ้าบริเวณ
รอบ ๆ บาดแผลยังสกปรกอยู่ให้ล้างแผลด้วยสบู่ก่อน
๔. ขณะทำความสะอาด ควรตรวจบาดแผลด้วยว่ามีลักษณะอย่างไร ความลึก ความกว้าง ความลึก มีอะไรหักคาติดอยู่
ที่แผลหรือไม่
๕. รีบนำส่งสถานพยาบาลโดยด่วน
๖. บันทึกเหตุการณ์ และเรื่องราว ตลอดจนการปฐมพยาบาล เพื่อเป็นข้อมูลให้กับแพทย์ในการรักษาต่อไป

ลักษณะของบาดแผล อาจมีลักษณะ ขึ้นอยู่กับอุบัติเหตุที่ได้รับ แล้วแต่กรณี เช่น บาดแผลตัด
บาดแผลช้ำ บาดแผลถูกแทง เป็นต้น

๑) บาดแผลตัด แผลฉีกขาดที่มีขอบแผลเรียบ เรามักจะเรียกว่าแผลตัด เป็นแผลที่เกิดจากของมีคม
บาดลึกเข้าไปในเนื้อเยื่อใต้ผิวหนัง เช่น มีดบาด กระบี่บาด ฝ่ากระบี่บาด เป็นต้น อาจเป็นบาดแผลตื้นๆ
หรือบาดแผลตื้นลึกก็ได้ มักจะมีเลือดออกมากเนื่องจากเส้นเลือดถูกตัดขาดบริเวณขอบแผล ซึ่งมีวิธีการปฐม
พยาบาล ดังนี้



ใบความรู้

เรื่อง วิธีการปฐมพยาบาล อย่างปลอดภัย ตอนที่ ๑



วิธีการปฐมพยาบาลอย่างปลอดภัย ตอนที่ ๑

๐๑ การปฐมพยาบาลบาดแผล

- หลักสำคัญในการปฐมพยาบาล
- บาดแผลตัด
- บาดแผลซ้ำ
- บาดแผลถูกแทง



๐๒ การห้ามเลือดบาดแผล

- การห้ามเลือดบาดแผลทั่วไป
- การห้ามเลือดตามตำแหน่งต่าง ๆ ของร่างกาย



๐๓ ใบงานที่ ๑

เรื่อง วิธีการปฐมพยาบาล
อย่างปลอดภัย ตอนที่ ๑



๐๔ การสาธิตวิธีการปฐมพยาบาล บาดแผลในลักษณะต่าง ๆ



๐๑



การปฐมพยาบาลบาดแผล





บาดแผล

หมายถึง การชอกช้ำ ฉีกขาดของผิวหนัง หรือเนื้อเยื่อของร่างกายซึ่งเป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้เกิดอาการต่าง ๆ แทรกซ้อนขึ้นได้ ซึ่งถ้าหากไม่ได้รับการดูแลรักษาอย่างถูกต้อง เช่น การเกิดหนอง บาดทะยัก เป็นต้น



หลักสำคัญของการปฐมพยาบาลบาดแผล

๑. ถ้ามีเลือดไหล จะต้องห้ามเลือดโดยวิธีใดวิธีหนึ่งตามที่ได้กล่าวไว้ข้างต้นก่อนเสมอ

๒. ถ้ามีอาการช็อกหรือเป็นลม ควรรักษาอาการช็อกหรือเป็นลมเสียก่อน ซึ่งวิธีการปฐมพยาบาลอาการช็อกสามารถทำได้โดยให้ผู้ป่วยนอนราบ ยกขาให้สูงกว่าระดับหัวใจ คลายเสื้อผ้าให้หลวมทำให้ร่างกายอบอุ่น และตรวจชีพจรการหายใจ



หลักสำคัญของการปฐมพยาบาลบาดแผล

สำหรับผู้ป่วยที่เป็นลมสามารถให้การปฐมพยาบาลได้โดยการลดอุณหภูมิของร่างกาย เช่น ประคบด้วยผ้าเย็นเปิดพัดลมเบา ๆ เป็นต้น

ถ้าผู้ป่วยรู้สึกตัวดีแล้วให้ดื่มน้ำเย็น ถ้าอาการยังไม่ดีขึ้นให้รีบนำส่งสถานพยาบาลทันที



หลักสำคัญของการปฐมพยาบาลบาดแผล

๓. เมื่อเลือดหยุดให้ทำความสะอาดบาดแผล โดยสิ่งที่ใช้ทำความสะอาดบาดแผล สามารถหาได้ง่าย ๆ เช่น น้ำต้ม น้ำเกลือ น้ำยาต่างทับทิม แอลกอฮอล์ เป็นต้น จากนั้นใช้ผ้าก๊อซหรือสำลีที่สะอาดปิดแล้วพันผ้าไว้ ถ้าบริเวณรอบ ๆ บาดแผลยังสกปรกอยู่ให้ล้างแผลด้วยสบู่ก่อน

๔. ขณะทำความสะอาด ควรตรวจบาดแผลด้วยว่ามีลักษณะอย่างไร ความกว้าง ความลึก มีอะไรหักคาติดอยู่ที่แผลหรือไม่



หลักสำคัญของการปฐมพยาบาลบาดแผล

๕. รีบนำส่งสถานพยาบาลโดยด่วน

๖. บันทึกเหตุการณ์และเรื่องราว ตลอดจนการปฐมพยาบาล เพื่อเป็นข้อมูลให้กับแพทย์ในการรักษาต่อไป



๑. บาดแผลตัด



บาดแผลตัด

แผลฉีกขาดที่มีขอบแผลเรียบ เรามักจะเรียกว่าแผลตัด เป็นแผลที่เกิดจากของมีคมบาดลึกเข้าไปในเนื้อเยื่อใต้ผิวหนัง เช่น มีดบาด กระจกบาด ฝากระป๋องบาด เป็นต้น อาจเป็นบาดแผลตื้น ๆ หรือบาดแผลตัดลึกก็ได้ มักจะมีเลือดออกมากเนื่องจากเส้นเลือดถูกตัดขาดบริเวณขอบ

๒. บาดแผลซ้ำ



บาดแผลซ้ำ

เป็นอาการบวม แดง คล้ำ หรือเขียว
ไม่มีบาดแผล ซึ่งอาจเกิดจากการกระทบ
จากของแข็งที่ไม่มีคม แต่อาจมีอาการ
ฉีกขาดของเนื้อเยื่อ และเส้นเลือดฝอย
ใต้ผิวหนัง

๓. บาดแผลถูกแทง



บาดแผลถูกแทง

แผลที่เกิดจากวัตถุปลายแหลมแทงเข้าไป ทำให้เกิดบาดแผลที่มีความลึกมากกว่า ความยาว ถ้าลึกลงไปถูกอวัยวะสำคัญ จะมีเลือดออกได้มากและเป็นสาเหตุทำให้เกิดการตกเลือดภายใน



คำถามชวนคิด

“ลักษณะของบาดแผลตัด บาดแผลซ้ำและบาดแผลถูกแทง
มีลักษณะต่างกันหรือไม่ และต่างกันอย่างไร”

๐๒



การห้ามเลือดบาดแผล





การห้ามเลือดบาดแผล

ปกติเมื่อคนเรามีบาดแผล หากบาดแผลไม่ใหญ่เกินไป เลือดมักจะหยุดได้เอง ภายในเวลาอันรวดเร็วเนื่องจากการทำหน้าที่อย่างมีประสิทธิภาพของกลไกการห้ามเลือดของร่างกาย แต่ถ้าเป็นบาดแผลที่ใหญ่และมีเลือดไหลออกมามากโดยไม่หยุด ถ้าไม่ได้ทำการห้ามเลือด อาจทำให้ผู้ป่วยมีอาการทรุดลงและอาจเสียชีวิตได้

ใบงานที่ ๑ เรื่อง วิธีการปฐมพยาบาลอย่างปลอดภัย ตอนที่ ๑
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง การปฐมพยาบาลและการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง วิธีการปฐมพยาบาลอย่างปลอดภัย ตอนที่ ๑
รายวิชา สุขศึกษา รหัสวิชา พ ๒๑๑๐๓ ภาคเรียนที่ ๒ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑

คำชี้แจง ให้นักเรียนจับคู่กลองข้อความระหว่างการปฐมพยาบาลและวิธีการปฐมพยาบาลแต่ละที่ถูกต้อง
ด้วยการโยงเส้นให้ถูกต้อง

- | | | | |
|---------------------------------------|--------------------------|--------------------------|---|
| บาดแผลถูกแทง | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ใน ๒๔ ชั่วโมงแรกให้ประคบด้วยความเย็น เช่น ถูใส่ น้ำแข็ง หรือเจลเย็น แล้วนำไปประคบเพื่อห้ามเลือด และเพื่อระงับความเจ็บปวด |
| การห้ามเลือดบริเวณคื่น ขานหรือปลายแขน | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | หากมีสิ่งใดที่กคาอยู่ ไม่ควรดึงออก แต่ให้พันผ้ารอบสิ่ง ที่กคา เพื่อให้อยู่นิ่ง แล้วรีบนำส่งสถานพยาบาล |
| บาดแผลซ้ำ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ใช้ผ้าสะอาดทับกันหนา ๆ แขนผ้าพันแผลหรือผ้าก๊อช หรืออาจใช้สำลีหนา ๆ วางบนตำแหน่งที่เลือดออก แล้ว ใช้ผ้าพันแผลพันทับอีกทีให้แน่น |
| การห้ามเลือดต้นขาและขา | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ให้ผู้ป่วยก้มศีรษะหรือศีรษะที่สะอาดให้แน่น แล้วใช้ผ้าพัน รอบมือข้อนิ้ว เมื่อห้ามเลือดเรียบร้อยแล้ว ควรใช้ผ้า คล้องคอห้อยแขนผู้ป่วยไว้ด้วย |
| การห้ามเลือดบริเวณ ผ่ามือ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ใช้นิ้วกดหรือใช้สายยางรัดเหนือแผล แล้วยกขาให้สูง สำหรับในกรณีที่ไม่มีกระดูกหักร่วมด้วย |
| การห้ามเลือดบริเวณศีรษะ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ยกแขนให้สูงขึ้นในกรณีที่ไม่มีกระดูกหัก ซึ่งอาจใช้สาย ยางรัดเหนือแผลร่วมด้วยก็ได้ |
| การห้ามเลือดบริเวณเท้า | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | ใช้วิธีแพคและแบบดาง (Pad and Bandage) โดยใช้ ผ้าหนา ๆ พันแผลไว้ให้แน่น แล้วยกเท้าให้สูงขึ้นใน กรณีที่ไม่มีกระดูกหักร่วมด้วย |

๐๓



ใบงานที่ ๑

เรื่อง วิธีการปฐมพยาบาล อย่างปลอดภัย ตอนที่ ๑



ตัวแทนนักเรียนนำเสนอ
แลกเปลี่ยนเรียนรู้





การสาธิตวิธีการปฐมพยาบาล

บาดแผลในลักษณะต่างๆ





สลากหั่วข้อการสาธิตวิธีการปฐมพยาบาล

บาดแผลในลักษณะต่างๆ

๐๑



- บาดแผลตัด
- บาดแผลซ้ำ

๐๒



- บาดแผลถูกแทง
- การห้ามเลือดบาดแผลทั่วไป

๐๓

การห้ามเลือดตามตำแหน่งต่าง ๆ
ของร่างกาย 

- ศีรษะ
- ลิ้นหรือริมฝีปาก
- บริเวณคอ
- บริเวณต้นแขนหรือปลายแขน

๐๔

การห้ามเลือดตามตำแหน่งต่าง ๆ
ของร่างกาย 

- ข้อมือ
- ฝ่ามือ
- ต้นขาและขา
- เท้า

ตัวแทนนักเรียนนำเสนอ
แลกเปลี่ยนเรียนรู้





บทเรียนสะท้อนคิด

“วิธีการห้ามเลือดที่ดี
ควรปฏิบัติอย่างไร”



บทเรียนสะท้อนคิด

“เมื่อนักเรียนต้องตกอยู่ในสถานการณ์ฉุกเฉิน
แล้วพบว่าเพื่อนของนักเรียนมีเลือดออก
บริเวณฝ่ามือ นักเรียนจะปฏิบัติอย่างไร”



บทเรียนสะท้อนคิด

“จากบทเรียน นักเรียนสามารถนำความรู้ที่ได้รับ
ไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างไรบ้าง”

บทเรียนครั้งต่อไป

เรื่อง วิธีปฐมพยาบาลอย่างปลอดภัยตอนที่ ๒



ดาวน์โหลดเอกสารได้ที่ www.dltv.ac.th

รายวิชาสุขศึกษา
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑

