

ใบความรู้ที่ ๑ เรื่อง วิธีการปฐมพยาบาลอย่างปลอดภัย ตอนที่ ๒
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง การปฐมพยาบาลและการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๓ เรื่อง วิธีการปฐมพยาบาลอย่างปลอดภัย ตอนที่ ๒
รายวิชา สุขศึกษา รหัสวิชา พ ๒๑๑๐๓ ภาคเรียนที่ ๒ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑

๑. การปฐมพยาบาลเมื่อถูกสัตว์มีพิษกัดต่อย

บาดแผลที่เกิดจากสัตว์ต่าง ๆ เช่น แมลงต่อย งูกัด สุนัขกัด จำเป็นจะต้องให้การปฐมพยาบาลมากเป็นพิเศษ นอกเหนือจากการปฐมพยาบาล ดังที่ได้กล่าวมาแล้ว

๑) ถูกแมลงต่อย

เช่น ผึ้ง แตนต่อ ซึ่งเป็นสัตว์ที่มีเหล็กใน เมื่อต่อยแล้วมีเหล็กในฝังอยู่ โดยพิษจากเหล็กในมีฤทธิ์เป็นกรด ทำให้เกิดอาการบวม แดง คัน และปวดได้ ถ้าถูกต่อยมาก ๆ บางรายอาจมีไข้สูง ควรปฐมพยาบาล ดังนี้

๑. ให้รีบเอาเหล็กในออก โดยใช้ลูกกัญญาชนิดที่มีรูตรงปลายกดลงตรงที่ถูกต่อย เพื่อให้เหล็กในไหลขึ้นมา แล้วอาจใช้เล็บหรือคีมเล็กๆ ดึงเหล็กในออก

๒. เมื่อเอาเหล็กในออกแล้ว ให้ใช้สำลีชุบน้ำยาที่เป็นด่างอ่อนๆ เช่น แอมโมเนีย น้ำปูนใส หรือน้ำเกลือ ชุบปิดบาดแผลไว้สักครู่ หลังจากนั้นอาจใช้น้ำแข็งประคบบริเวณที่ถูกต่อย เพื่อลดอาการปวดบวมได้

๓. ถ้าในรายที่มีอาการปวดมาก อาจให้รับประทานยาระงับอาการปวด เช่น พาราเซตามอล เป็นต้น

๔. ถ้าถูกแมลงหลายตัวจำนวนมากกัดต่อย โดยเฉพาะถูกต่อยบริเวณลำคอหรือใบหน้า ซึ่งอาจทำให้เกิดอาการบวมจนหายใจไม่ออกได้ ควรรีบนำส่งสถานพยาบาลโดยเร็ว

๒) ถูกงูกัด

ในประเทศไทยแบ่งเป็นงูมีพิษและงูไม่มีพิษ โดยจะมีลักษณะบาดแผลที่แตกต่างกัน คือ บาดแผลจากงูมีพิษ จะมีรอยเขี้ยวคล้ายเขี้ยวฉีดยา ๑ หรือ ๒ จุด ส่วนงูไม่มีพิษ บาดแผลจะมีแต่รอยฟัน (ไม่มีรอยเขี้ยว) ซึ่งความรุนแรงของพิษที่เกิดขึ้น จะขึ้นอยู่กับชนิดของงู

การปฐมพยาบาล

๑. ให้ผู้ที่ถูกงูกัดนั้นหยุดการเคลื่อนไหวของร่างกาย และพยายามอยู่นิ่ง ๆ ให้นมากที่สุด

๒. ตรวจดูแผลที่ถูกกัด สังเกตดูว่าที่กัดเป็นงูพิษหรือไม่

๓. ล้างแผลด้วยน้ำและสบู่ หรืออาจล้างด้วยน้ำต่างที่บดหีบห่อ ๆ หรือเข้มน้ำหลาย ๆ ครั้ง และใช้น้ำแข็งใส่ถุงวางบนบาดแผล เพื่อป้องกันไม่ให้พิษงูไหลเข้าสู่หัวใจได้เร็ว

๔. ปลอบโยนให้กำลังใจผู้ป่วย โดยอย่าให้ตื่นเต้น ตกใจ เพราะจะทำให้หัวใจสูบฉีดโลหิต เพิ่มมากขึ้น อาจส่งผลให้พิษงูแพร่กระจายได้เร็วขึ้น

๕. รีบนำส่งสถานพยาบาลโดยเร็วที่สุด โดยจัดให้อวัยวะส่วนที่ถูกกัดอยู่ต่ำกว่าหัวใจและควรจำให้ได้ว่าเป็นงูชนิดใด หรือหากจับงูได้ก็ให้นำงูที่กัดนั้นไปพบแพทย์ด้วย เพื่อแพทย์จะได้ใช้เซรุ่มแก้พิษงูได้ตรงกับพิษงูชนิดนั้น

๖. ในกรณีที่ถูกงูเห่าพิษเข้าตาห้าม ขยี้ตา ให้ล้างด้วยน้ำสะอาด แล้วรีบนำส่งโรงพยาบาลทันที

๗. ในกรณีที่ลูกงูไม่มีพิษกัด ผู้ที่ถูกกัดควรจะได้รับ การปฐมพยาบาลเหมือนบาดแผลทั่วไป โดยล้างทำความสะอาดบาดแผลด้วยน้ำและสบู่ จากนั้นไปพบแพทย์เพื่อฉีดยา ป้องกันบาดทะยัก

ข้อห้ามสำหรับผู้ที่ถูกงูมีพิษกัด

๑. ไม่ควรรัดแบบขันชะเนาะ เพราะจะทำให้เลือดไปเลี้ยงบริเวณที่ต่ำกว่ารอยรัดไม่ได้ ซึ่งอาจทำให้บริเวณนั้นเกิดการเน่าขึ้นได้ภายหลัง

๒. ไม่ควรใช้ไฟจี้แผล มีดกรีดแผล หรือดูดแผล

๓. ผู้ที่ถูกงูกัด ไม่ควรให้ดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ เพราะจะไปออกฤทธิ์กดการหายใจ ไม่ควรให้ยา กล่อมประสาท ยาระงับประสาท เพราะจะทำให้ผู้ป่วยเกิดอาการง่วงได้ ซึ่งทำให้สับสนกับอาการจากพิษงูบาง ชนิด

๔. อย่าเสียเวลาลองใช้ยาในบ้าน หรือวิธีการรักษาแบบอื่นๆ ควรรีบนำส่งสถานพยาบาลเพื่อให้แพทย์ ทำการรักษาจะปลอดภัยมากกว่า

๕. อย่าพยายามใช้เชือกรัดบริเวณข้อกระดูกต่าง ๆ เช่น ข้อเท้า เข่า ข้อศอก

๓. ลูกสุนัขบ้ากัด

โรคพิษสุนัขบ้าเป็นโรคติดต่อร้ายแรง ซึ่งเป็นได้ทุกฤดูกาล พบในสัตว์เลี้ยงลูกด้วยนม เช่น สุนัข แมว กระรอก วัว ม้า สุกร ค้างคาว เป็นต้น สามารถติดต่อมาถึงคนได้โดยน้ำลายของสัตว์เหล่านี้ผ่านเข้ามาทาง บาดแผลเปิดหรือเยื่อเมือก ได้แก่ ตา ปาก และ จมูก ซึ่งจะมีอาการคันบริเวณแผลที่ถูกกัด กระจกกระสายไป มา ไม่ชอบแสงสว่าง ลม และเสียงดัง รู้สึกกินลำบาก ปัจจุบันยังไม่มีทางรักษาให้หายได้ แต่สามารถป้องกัน ได้โดยปฏิบัติดังนี้

๑. เมื่อถูกสัตว์ที่เป็นโรคพิษสุนัขบ้าหรือที่สงสัยว่าเป็นโรคนี้กัด ให้รีบล้างบาดแผลด้วยน้ำสะอาดและ ฟอกสบู่หลาย ๆ ครั้งเพื่อล้างเมื่อน้ำลายที่อาจมีเชื้อโรคออกให้หมด

๒. ทำความสะอาดบาดแผลที่ถูกกัดด้วยแอลกอฮอล์ ๗๐% จากนั้นให้ทายาฆ่าเชื้อรอบบาดแผล เช่น ทิงเจอร์ไอโอดีน เป็นต้น

๓. ควรรีบนำส่งสถานพยาบาลเพื่อรับการฉีดวัคซีนป้องกัน โรคพิษสุนัขบ้าจากแพทย์ทันที ส่วนการ รักษาด้วยสมุนไพรหรือแพทย์แผนโบราณนั้น ไม่สามารถป้องกันโรคพิษสุนัขบ้าได้และไม่ควรรอดูอาการของ สัตว์ เพราะอาจสายไป ที่จะฉีดวัคซีนป้องกันได้ เนื่องจากต้องทำการกักขังสัตว์ไว้รอดูอาการอย่างน้อย ๑๖ วัน

๔. ถ้ากักขังสัตว์ไม่ได้ ควรรีบแจ้งเจ้าหน้าที่หน่วยป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย การปฐมพยาบาล หรือหน่วยกู้ภัยที่อยู่ใกล้เพื่อดำเนินการต่อไป

๕. ถ้าหากติดตามสัตว์ที่กัดไม่ได้ เช่น เป็นสัตว์ป่าหรือสัตว์ที่กัดแล้วหนีไป รวมถึงผู้ที่ถูกกัดมีบาดแผล ข้ำเขียว หรือมีเลือดไหลทั้งแผลถลอกและแผลลึก และผู้ที่ถูกสัตว์เลียที่นัยน์ตา ริมฝีปาก และผิวหนังที่มีแผล ถลอก ไม่ว่าจะด้วยกรณีใด ก็จำเป็นต้องได้รับการฉีดวัคซีนป้องกันโรคพิษสุนัขบ้า ส่วนกรณีที่ถูกเลียผิวหนังที่ ไม่มีแผลหรือเพียงแค่อุ้มสัตว์ ไม่ต้องฉีดวัคซีนป้องกัน เพราะไม่ทำให้ติดเชื้อโรค

๖. นำสัตว์เลี้ยงไปฉีดวัคซีนป้องกันโรคพิษสุนัขบ้า ตามคำแนะนำของสัตวแพทย์

ข้อสังเกตสำหรับสัตว์ที่เป็นโรคพิษสุนัขบ้า สัตว์ที่เป็นโรคพิษสุนัขบ้าจะมีพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไป จากเดิม เช่น ตื่นเต้น กระวนกระวาย ไล่กัดคนและสัตว์อื่นๆ ลิ้นห้อยออกมาออกปาก น้ำลายไหลยืด เดินเซ กลืนน้ำ กลืนอาหารไม่ได้ สุดท้ายจะเป็นอัมพาต และตายในที่สุด

๒. การปฐมพยาบาลเมื่อถูกไฟไหม้ น้ำร้อนลวก

ผิวหนังที่ถูกทำลายด้วยความร้อนจนเกิดเป็นแผลไหม้ จะทำให้เกิดอันตรายแก่ร่างกาย ตั้งแต่เล็กน้อยไปจนถึงเสียชีวิต โดยจะมีอาการปวดแสบปวดร้อน ช็อคจากการเสียน้ำและของเหลว และติดเชื้อได้ง่าย ส่วนผิวหนังที่ถูกน้ำร้อนลวกจะมีอาการปวดแสบปวดร้อนบริเวณผิวหนังส่วนบน และพองขึ้นมา ซึ่งทั้ง ๒ กรณีนี้จะมีวิธีการปฐมพยาบาลที่เหมือนกัน หากมีการปฐมพยาบาลที่ถูกต้องก็จะสามารถช่วยลดความรุนแรงลงได้

แผลที่ถูกไฟไหม้และน้ำร้อนลวกมีอยู่ ๒ ลักษณะ คือ แผลแบบตื้น ๆ และแผลแบบลึก ซึ่งมีอาการแตกต่างกัน ดังนี้

(๑) แผลแบบตื้น ๆ การบาดเจ็บ เกิดขึ้นที่บริเวณผิวหนังชั้นนอก โดยผิวหนังจะมีสีเข้ม แกรียม ดำหรือพอง และเจ็บตรงบริเวณแผล

(๒) แผลแบบลึก ผิวหนังทุกชั้นจะถูกทำลาย มีสีแดงเข้มไหม้เกรียมหรือพองขึ้นมา แต่ไม่ค่อยรู้สึกเจ็บบริเวณแผลเพราะปลายประสาทถูกทำลาย

การปฐมพยาบาล มีดังนี้

๑. สำหรับผู้ป่วยที่มีแผลไหม้หรือถูกลวกเล็กน้อยให้ใช้น้ำเย็นราดตรงบริเวณแผล อย่างน้อย ๑๐ นาที เพื่อให้บริเวณที่ไหม้หรือถูกลวกนั้นเย็นลง

๒. ห้ามใช้น้ำกับผู้ป่วยที่ตัวยังติดโยงอยู่กับแหล่งกระแสไฟฟ้า และไม่ควรใช้น้ำมัน ครีม หรือน้ำยาทาผิว ทาที่บริเวณแผล

๓. ใช้ผ้าสะอาด เช่น ผ้าเช็ดหน้าหรือปลอกหมอนที่สะอาดปิดบริเวณแผล และใช้ผ้าเช็ดตัวนุ่มๆ คลุมทับไว้ เพื่อป้องกันไม่ให้เกิดการบาดเจ็บมากขึ้น

๔. ถ้าแผลไหม้หรือถูกลวกนั้นรุนแรงมาก ห้ามให้แผลถูกน้ำ แต่ให้ใช้ผ้าปิดแผลที่ฆ่าเชื้อโรคแล้ว ปิดแผลไว้หลวม ๆ แล้วให้ผู้ป่วยดื่มน้ำเพื่อชดเชยการเสียน้ำของร่างกาย พุดให้ผู้ป่วยเกิดความสบายใจและรีบนำส่งสถานพยาบาลโดยเร็ว

๕. ถ้าแผลไหม้หรือถูกลวกนั้นมีบริเวณกว้าง ให้ผู้ป่วยนอนยกขาทั้ง ๒ ข้างให้สูงกว่าลำตัว แต่ถ้าแผลไหม้เกิดบริเวณศีรษะ หน้าท้อง หน้าอก ให้ใช้ผ้าห่มหนุ่นไหลผู้ป่วยไว้

๖. ห้ามเจาะถุงน้ำที่พองบริเวณแผล เพราะจะทำให้ติดเชื้อโรคได้ง่ายขึ้น

๓. การปฐมพยาบาลเมื่อเลือดกำเดาไหล

เลือดกำเดาไหลเป็นอาการที่พบได้บ่อยในวัยเด็กและวัยกลางคน ส่วนใหญ่ไม่มีสาเหตุแน่ชัด อาจเกิดจากการเป็นหวัด สัมผัสจมูกหรือจามแรงมากเกินไป แคะจมูก หรือศีรษะได้รับการบาดเจ็บ สภาพอากาศที่เปลี่ยนแปลง โพรงจมูกอักเสบ หรืออาจพบในผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง โดยจะมีอาการเลือดออกทางจมูกข้างเดียวหรือสองข้าง แต่ไม่มีภาวะแทรกซ้อนใดๆ

การปฐมพยาบาล ควรกระทำดังนี้

๑. ให้ผู้ป่วยนั่งตัวตรงบนเก้าอี้และก้มศีรษะไปข้างหน้าเล็กน้อย

๒. บีบจมูกให้แน่นประมาณ ๑๐ นาที ระหว่างนี้ให้กลืนเลือดที่ออกจากทาง ด้านหลังจมูก และหายใจทางปาก

๓. พอคอบ ๑๐ นาที ให้ปล่อยมือที่บีบจมูก แล้วนั่งนิ่งๆ ถ้าเลือดยังออกอีกให้บีบ ต่ออีก ๑๐ นาที

๔. วางน้ำแข็ง หรือผ้าเย็นๆ บนสันจมูก หรือหน้าผาก

๕. เมื่อเลือดหยุด ให้นั่งนิ่งๆ หรือนอนลงสักพัก ระหว่างนี้ห้ามสั่งน้ำมูกอย่างน้อย ๓ ชั่วโมง และไม่ควรถ่ายจมูกหรือใส่สิ่งแปลกปลอมเข้าไป

๖. ถ้าเลือดออกมากจนซีด และปวดศีรษะ หรือไม่สามารถห้ามเลือดด้วยวิธีธรรมดา (โดยเฉพาะผู้สูงอายุ) หรือถ้าเป็นบ่อยๆ ควรไปพบแพทย์

๔. การปฐมพยาบาลคนเป็นลม

การเป็นลม เป็นอาการที่เกิดขึ้นเนื่องจากเลือดไปเลี้ยงสมองไม่เพียงพอชั่วคราว ทำให้ผู้ป่วยหมดสติไปชั่วคราว (มักไม่เกิน ๕ นาที) แล้วกลับฟื้นคืนสติได้เหมือนเดิม

การเป็นลมเกิดจากหลายสาเหตุ และมีอาการ แตกต่างกันตามสาเหตุ อาจแยกได้เป็น ๒ ประเภท ใหญ่ๆ ดังนี้

๑) ลมแดด

เป็นการหมดสติที่เกิดจากความร้อน เกิดจากการเสียเหงื่อมากเมื่อเล่นกีฬา นาน ๆ หรือ ทำงานในที่ ร้อนจัด โดยไม่ได้รับการชดเชยน้ำหรือเกลือแร่ที่เสียไปอย่างเพียงพอ เมื่อขาดน้ำมาก ๆ ร่างกายก็ไม่สามารถ คายความร้อนออกทางเหงื่อได้ จึงทำให้อุณหภูมิในร่างกายร้อนจัดและเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ โดยผู้ป่วยจะมีอาการ กระหายน้ำมาก ปวดศีรษะ มึนงง วิงเวียน คลื่นไส้ หายใจเร็ว ตัวจะร้อนขึ้นเรื่อย ๆ อาเจียน และหมดสติได้ใน เวลาต่อมา ซึ่งหากไม่ได้รับการปฐมพยาบาล และรักษาอย่างทันที่อาจเป็นอันตรายถึงชีวิตได้ การปฐม พยาบาล ควรกระทำดังนี้

๑. นำผู้ป่วยเข้าไปในที่เย็นให้เร็วที่สุด โดยจัดให้อนอนราบ

๒. ถอดเสื้อผ้าของผู้ป่วยออก คลุมตัวของผู้ป่วยด้วยผ้าเย็นและเปียก พรมน้ำให้ เปียกตลอดเวลาหรือใช้ ผ้าเย็นเช็ดตัวให้ทั่ว เพื่อให้อุณหภูมิของร่างกายผู้ป่วยลดลง สู่ระดับปกติ

๓. เมื่ออุณหภูมิของร่างกายผู้ป่วย ลดลงสู่ระดับปกติแล้วให้เปลี่ยนผ้าคลุมที่เปียกออกเป็นผ้าแห้ง แล้วสังเกตอาการ ผู้ป่วยต่อไปอย่างไม่ขัดถ้าอาการไม่ดีขึ้น ให้รีบนำส่งสถานพยาบาล

๒) การเป็นลมเนื่องจากการสูญเสียเหงื่อมากเกินไป

พบได้บ่อยในผู้ที่มีอาการ เช่น ท้องเสียและอาเจียน หรือกำลังกายในที่ร้อนชื้น โดยจะมีอาการ อ่อนเพลีย ปวดศีรษะ มึนงง คลื่นไส้ เหงื่อออก เป็นตะคริวบริเวณแขน ขา หรือหน้าท้อง ซึ่พจรและการหายใจ เบาและเร็ว

การปฐมพยาบาล ควรทำดังนี้

๑. ให้ผู้ป่วยนอนราบในที่เย็น

๒. คลายหรือถอดเสื้อผ้าออกเท่าที่จำเป็น

๓. เช็ดเหงื่อด้วยผ้าชุบน้ำ หรือเปิดพัดลมเบาๆ

๔. ถ้าผู้ป่วยรู้สึกตัวดีแล้วให้ผู้ป่วยดื่มน้ำส้มหรือน้ำผลไม้เย็นๆ หรือจับเครื่องดื่ม ผสมเกลือแร่เจือจาง (เกลือแร่ ๑ ช้อนชา ต่อน้ำ ๑ ลิตร)

๕. ถ้าปฐมพยาบาลแล้วอาการไม่ดีขึ้นให้รีบนำส่งสถานพยาบาล

ข้อสังเกตลักษณะผู้ป่วย

- ลมแดด จะมีอาการตัวร้อน หน้าแดง ตัวแดง และจะไม่มีเหงื่อออก อุณหภูมิในร่างกายจะร้อนจัด และเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ จึงต้องใช้ความเย็นช่วยประคบ
- การเป็นลมเนื่องจากการสูญเสียเหงื่อมากเกินไป จะมีเหงื่อออก ตัวเย็น หน้าซีด และเป็นตะคริวตามแขน ขา หรือหน้าท้อง

ที่มา: พรสุข หุ่นนิรันดร์ ประภาเพ็ญ สุวรรณ สุรีย์พันธุ์ วรพงศธร และอนันต์ มลารัตน์,หนังสือเรียน รายวิชาพื้นฐาน สุขศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑,พิมพ์ครั้งที่ ๕,กรุงเทพมหานคร,บริษัทอักษรเจริญทัศน์ อจท.จำกัด, หน้า ๑๓๘-๑๔๔

