ใบความรู้ที่ ๑ เรื่อง การปฐมพยาบาลเมื่อกระดูกหัก
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง การปฐมพยาบาลและการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๔ เรื่อง วิธีปฐมพยาบาลอย่างปลอดภัยตอนที่ ๓
รายวิชา สุขศึกษา รหัสวิชา พ ๒๑๑๐๓ ภาคเรียนที่ ๒ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑

การปฐมพยาบาลเมื่อกระดูกหัก

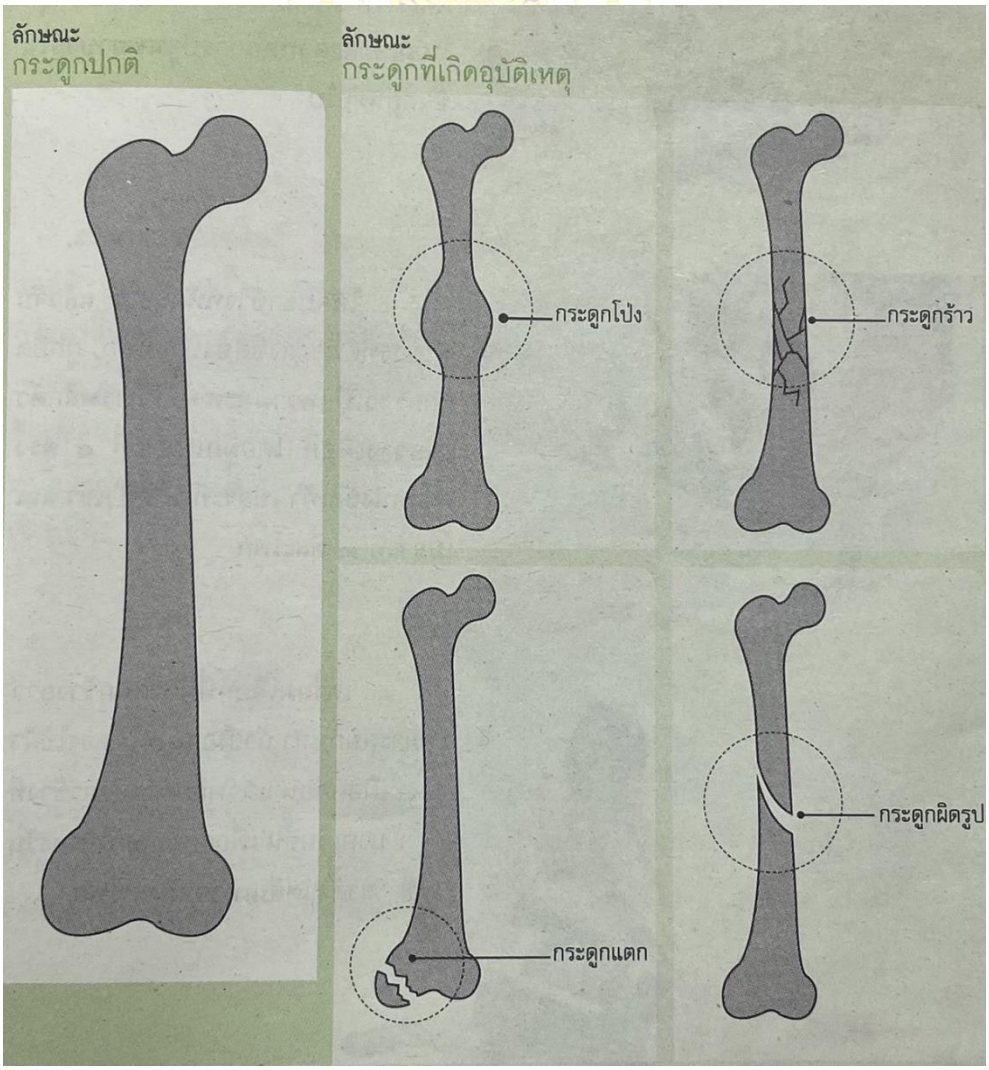
กระดูกหัก หมายถึง กระดูกร้าว แตก หรือ หัก ซึ่งสาเหตุเกิดจากการถูกแรงกระแทกโดยตรง หรือทางอ้อม

กระดูกหัก เกิดได้ ๒ ลักษณะ คือ

๑. กระดูกหักแผลปิด คือกระดูกที่หักแล้วไม่ทะลุผิวหนัง และไม่มีบาดแผลบนผิวหนังตรงบริเวณที่หัก
๒. กระดูกหักแผลเปิด คือกระดูกที่หักแล้วทิ่มแทงทะลุผิวหนัง ทำให้มีแผลตรงบริเวณที่กระดูกหัก โดยอาจไม่มีกระดูกโผล่ออกมานอกผิวหนังก็ได้ แต่มีแผลเห็นชัดเจน

ลักษณะของอาการกระดูกหัก สามารถสังเกตได้ดังนี้

๑. ส่วนมากผู้ป่วยจะได้ยินเสียง หรือรู้สึกว่าปลายกระดูกหักครูดกัน ซึ่งบางครั้งจะดังออกมาให้ได้ยิน
๒. ผู้ป่วยจะรู้สึกปวดบริเวณที่กระดูกหักเมื่อสัมผัส มีอาการบวม ช้ำ และไม่สามารถใช้อวัยวะส่วนนั้นได้



การปฐมพยาบาลผู้ป่วยกระดูกหัก จะแตกต่างกันไปตามแต่ละกรณีและต้องกระทำอย่างระมัดระวัง มิฉะนั้นอาจทำให้เจ็บปวดแล้วเกิดอาการช็อคได้ง่าย ซึ่งอาจเป็นอันตรายต่อชีวิตหรือเกิดความพิการได้

การปฐมพยาบาลผู้ป่วยกระดูกขาหัก

๑. ขยับเขยื้อนบริเวณที่บาดเจ็บน้อยที่สุด จัดให้ผู้ป่วยอยู่ในท่าที่สบาย ค่อยๆเอาเสื้อผ้าออกจากบริเวณที่เป็นแผล ถ้ามีบาดแผลเลือดออก ควรใช้ผ้ากดแล้วห้ามเลือดก่อน เพื่อให้เลือดหยุดไหลและสะดวกในการปฐมพยาบาลในขั้นตอนต่อไป

๒. ให้ขาข้างที่หักนิ่งไว้ แล้วจับขาข้างที่ดีมาวางชิดขาข้างที่หัก ผูกยึดชั่วคราวเพื่อความสะดวกในการพลิกตัวเพื่อวางเฝือก โดยผูกเปลาะที่ ๑ ตรงตำแหน่งข้อเท้า เปลาะที่ ๒ ที่หัวเข่า และเปลาะที่ ๓ ที่สะโพก

มูลนิธิการศึกษาทางไกลผ่านดาวเทียม ในพระบรมราชูปถัมภ์

๓. เตรียมเฝือกที่มีความกว้างและยาวเหมาะสมกับขา ถ้าเฝือกเป็นไม้ควรใช้ผ้ารองที่เฝือกก่อน แล้วพลิกตะแคงขาข้างที่บาดเจ็บขึ้น เพื่อสอดเฝือกให้รองรับขาตั้งแต่ส้นเท้าจนถึงสะโพก

สถาบันการศึกษาทางไกลผ่านดาวเทียม ในพระบรมราชูปถัมภ์

๔. แกะผ้าที่ผูกยึดขาทั้ง ๒ ข้างออก ยกขาข้างที่หักพร้อมเฝือกขึ้นวางบนเข่าผูกยึดเฝือกติดกับขา ให้ปมผูกอยู่นอกลำตัว โดยผูกที่ข้อเท้า ชิดเข่า และข้อสะโพก

สถาบันการศึกษาทางไกลผ่านดาวเทียม
ในพระบรมราชูปถัมภ์

๕. วางขาที่มัดติดกับเชือกลงกับพื้นสอดผ้าระหว่างขาทั้งสองข้างและรวบขาทั้งสองข้างเข้าด้วยกัน พร้อมกับยกขึ้นตั้งบนเข่า แล้วผูกยึดขาทั้ง ๒ ข้างให้ติดกันที่ข้อเท้า เหนือเข่าเหนือเปลาะเดิม สะโพกเหนือเปลาะเดิม และปลายเฝือกบริเวณกระดูกเชิงกราน

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

๖. กรณีกระดูกแขนหัก ให้นำอุปกรณ์ที่ทำเฝือกที่มีขนาดเหมาะสมกับบริเวณแขนที่หัก เช่นไม้ ไม้บรรทัด สมุด หรือหนังสือ หากเป็นไม้ควรใช้ผ้ารองบริเวณที่กระดูกหักก่อนเข้าเฝือก โดยใช้ผ้าหรือเชือกรัดแต่ไม่ควรรัดเฝือกแน่นเกินไป จะทำให้เลือดไหลเวียนไม่สะดวก

กรณีกระดูกหักที่ข้อศอก หรือใกล้ข้อศอก ซึ่งทำให้งอข้อศอกไม่ได้ ให้ใช้ไม้อัดดามจากหลังมือถึงหัวไหล่ หรือให้นอนแล้วมัดแขนเข้าติดกับลำตัว

กรณีกระดูกหักที่แขน เมื่อปฐมพยาบาลแล้วอาจจะใช้ผ้าสามเหลี่ยมคล้องแขนเพื่อปกป้องแผลและการบาดเจ็บอีกชั้นหนึ่ง

ที่มา : พรสุข หุ่นนิรันดร์, ประภาเพ็ญ สุวรรณ , สุรีย์พันธุ์ วรพงศธร, อนันต์ มาลารันต์ (๒๕๖๕).หนังสือรายวิชาพื้นฐานสุขศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑. (พิมพ์ครั้งที่ ๕). อักษรเจริญทัศน์