

รายวิชา สุขศึกษา

รหัสวิชา พ๒๑๑๐๓ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ การปฐมพยาบาลและ
การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย

เรื่อง วิธีการปฐมพยาบาลอย่างปลอดภัย ตอนที่ ๑

ครูผู้สอน ครูเนติพงษ์ อินทร์สอาด



เรื่อง

วิธีการปฐมพยาบาล อย่างปลอดภัย ตอนที่ ๑



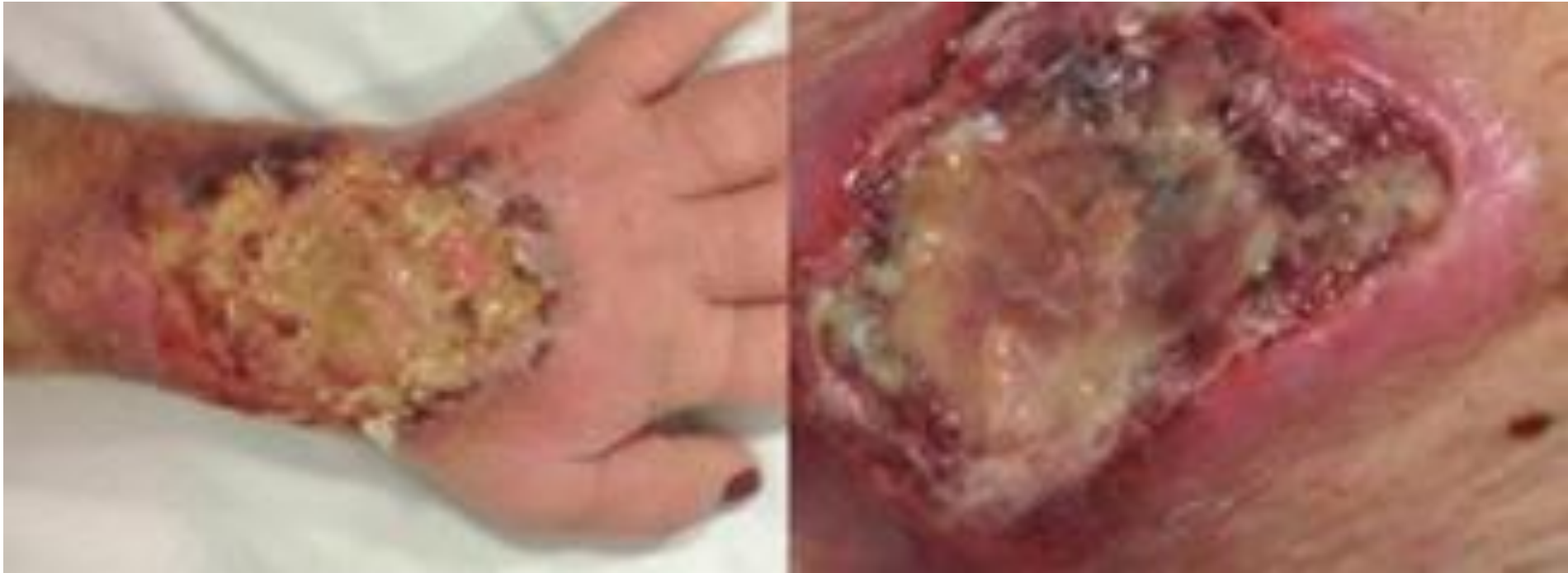


จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. อธิบายวิธีการปฐมพยาบาลอย่างปลอดภัยได้
๒. แสดงวิธีการปฐมพยาบาลอย่างปลอดภัยได้
๓. เห็นถึงความสำคัญของการปฐมพยาบาล
ที่มีต่อความปลอดภัยของชีวิตได้



คำถามชวนคิด



เกิดอะไรขึ้นกับบาดแผล

ใบความรู้ที่ ๑ เรื่อง วิธีการปฐมพยาบาลอย่างปลอดภัย ตอนที่ ๑
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง การปฐมพยาบาลและการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง วิธีการปฐมพยาบาลอย่างปลอดภัย ตอนที่ ๑

๑. วิธีการปฐมพยาบาลอย่างปลอดภัย

การปฐมพยาบาลจำเป็นจะต้องมีความรู้ ความเข้าใจ ถึงหลักและวิธีการปฐมพยาบาลที่ถูกต้อง เพิ่มการช่วยเหลือที่ถูกวิธีให้ผู้ป่วยได้รับความปลอดภัย ซึ่งมีวิธีการในการปฐมพยาบาลตามลักษณะของอาการบาดเจ็บดังนี้

๑.๑ การปฐมพยาบาลบาดแผล

บาดแผล หมายถึง การชอกช้ำ ฉีกขาดของผิวหนัง และ/หรือเนื้อเยื่อของร่างกายซึ่งเป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้เกิดอาการต่างๆ แทรกซ้อนขึ้นได้ ซึ่งถ้าหากไม่ได้รับการดูแลรักษาอย่างถูกต้อง เช่น การเกิดหนอง บาดทะยัก เป็นต้น

หลักสำคัญของการปฐมพยาบาลบาดแผลดังนี้

๑. ถ้ามีเลือดไหล จะต้องห้ามเลือดโดยวิธีใดวิธีหนึ่งตามที่ได้กล่าวไว้ข้างต้นก่อนเสมอ

๒. ถ้ามีอาการช็อกหรือเป็นลม ควรรักษาอาการช็อกหรือเป็นลมเสียก่อน ซึ่งวิธีการปฐมพยาบาลอาการช็อกสามารถทำได้โดยให้ผู้ป่วยนอนราบ ยกขาให้สูงกว่าระดับหัวใจ คลายเสื้อผ้าให้หลวม ทำให้ร่างกายอบอุ่น และตรวจชีพจรการหายใจ สำหรับผู้ป่วยที่เป็นลมสามารถให้การปฐมพยาบาลได้โดยการลดอุณหภูมิของร่างกาย เช่น ประคบด้วยผ้าเย็น เปิดพัดลมเบา ๆ เป็นต้น ถ้าผู้ป่วยรู้สึกตัวแล้วให้ดื่มน้ำเย็น ถ้าอาการยังไม่ดีขึ้นให้รีบนำส่งสถานพยาบาลทันที

๓. เมื่อเลือดหยุด ให้ทำความสะอาดแผล โดยสิ่งที่ใช้ทำความสะอาด สามารถหาได้ง่ายๆ เช่น น้ำต้ม น้ำเกลือ น้ำยาฆ่าเชื้อ แอลกอฮอล์ เป็นต้น จากนั้นใช้ผ้าก๊อชหรือสำลีที่สะอาดปิดแล้วพันผ้าไว้ ถ้าบริเวณรอบ ๆ บาดแผลยังสกปรกอยู่ให้ล้างแผลด้วยสบู่ก่อน

๔. ขณะทำความสะอาด ควรตรวจบาดแผลด้วยว่ามีลักษณะอย่างไร ความกว้าง ความลึก มีอะไรหักติดอยู่ที่แผลหรือไม่

๕. รีบนำส่งสถานพยาบาลโดยด่วน

๖. บันทึกเหตุการณ์ และเรื่องราว ตลอดจนการปฐมพยาบาล เพื่อเป็นข้อมูลให้กับแพทย์ในการรักษาต่อไป

ลักษณะของบาดแผล อาจมีลักษณะ ขึ้นอยู่กับอุบัติเหตุที่ได้รับ แล้วแต่กรณี เช่น บาดแผลฉีกขาด บาดแผลช้ำ บาดแผลถูกแทง เป็นต้น

๑) บาดแผลฉีกขาด มีขอบแผลเรียบ เรามักจะเรียกว่าแผลฉีก เป็นแผลที่เกิดจากของมีคม บาดลึกเข้าไปในเนื้อเยื่อใต้ผิวหนัง เช่น มีดบาด กระชากบาด ฝ่ากระเบื้องบาด เป็นต้น อาจเป็นบาดแผลตื้นๆ หรือบาดแผลลึกก็ได้ มักจะมีเลือดออกมากเนื่องจากเส้นเลือดถูกตัดขาดบริเวณขอบแผล ซึ่งมีวิธีการปฐมพยาบาล ดังนี้

ใบความรู้ที่ ๑

เรื่อง วิธีการปฐมพยาบาลอย่างปลอดภัย

ตอนที่ ๑





การปฐมพยาบาลบาดแผล

บาดแผล หมายถึง การชอกช้ำ ฉีกขาดของผิวหนัง หรือเนื้อเยื่อของร่างกาย ซึ่งเป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้เกิดอาการต่างๆแทรกซ้อนขึ้นได้ ถ้าหากไม่ได้รับการดูแลรักษาอย่างถูกต้อง เช่น การเกิดหนอง บาดทะยัก เป็นต้น





หลักสำคัญของการปฐมพยาบาลบาดแผล

๑. ถ้ามีเลือดไหล จะต้องห้ามเลือดโดยวิธีใดวิธีหนึ่งก่อนเสมอ
๒. ถ้ามีอาการช็อกหรือเป็นลม ควรรักษาอาการช็อกหรือเป็นลมก่อน
๓. เมื่อเลือดหยุด ให้ทำความสะอาดบาดแผล
๔. ขณะทำความสะอาด ควรตรวจบาดแผลด้วยว่ามีลักษณะอย่างไร
๕. รีบนำส่งสถานพยาบาลโดยด่วน
๖. บันทึกเหตุการณ์ และเรื่องราว ตลอดการปฐมพยาบาล



การปฐมพยาบาล**บาดแผล**ตັດ



๑. ถ้าบาดแผลเล็กและเลือดออกน้อย ให้ทำการห้ามเลือด โดยการใช้ผ้าสะอาดกดลงบนบาดแผล ประมาณ ๑๕ - ๒๐ นาที
๒. ถ้าเลือดหยุดแล้วให้ล้างน้ำ ทำความสะอาดบาดแผล
๓. ถ้าบาดแผลกว้างและลึก มีเลือดออกมาก ไม่ต้องล้างแผล ให้ใช้ผ้าสะอาดกดห้ามเลือด แล้วรีบส่งสถานพยาบาลทันที



การปฐมพยาบาล**บาดแผลซ้ำ**



๑. ใน ๒๔ ชั่วโมงแรกให้ประคบด้วยความเย็น เช่น ถูงใส่น้ำแข็ง หรือเจลแช่เย็น แล้วนำไปประคบ เพื่อห้ามเลือดและเพื่อระงับความเจ็บปวด
๒. หลัง ๒๔ ชั่วโมง สามารถประคบด้วยความร้อน เพื่อลดอาการปวดบวม ถ้ายังมีอาการปวดมาก อาจให้ยาแก้ปวดร่วมด้วย



การปฐมพยาบาล **บาดแผลถูกแทง**



๑. ไม่มีวัตถุปักคา ให้ใช้ผ้าสะอาดห้ามเลือดไว้
๒. ถ้ามีวัตถุปักคาอยู่ ใช้ผ้าสะอาดปิดรอบวัตถุ
พันยึดไว้ให้แน่น **ห้ามดึง**วัตถุออกเด็ดขาด
๓. รีบนำส่งสถานพยาบาลโดยด่วน

เมื่อนักเรียนต้องตกอยู่ในสถานการณ์ฉุกเฉิน
แล้วพบว่าเพื่อนของนักเรียนมีเลือดออก
บริเวณฝ่ามือ นักเรียนจะปฏิบัติอย่างไร





การห้ามเลือดบาดแผลทั่วไป

๑. ใช้ผ้าสะอาดวางบนแผล แล้วใช้นิ้วกดลงบนผ้านั้น
๒. ส่วนที่มีเลือดออกให้สูงกว่าระดับหัวใจ ยกเว้นส่วนที่มีกระดูกหักร่วมด้วย
๓. ใช้น้ำแข็งประคบบริเวณบาดแผล เพื่อให้เลือดแข็งตัวเร็วขึ้น



การห้ามเลือดตามตำแหน่งต่าง ๆ ของร่างกาย

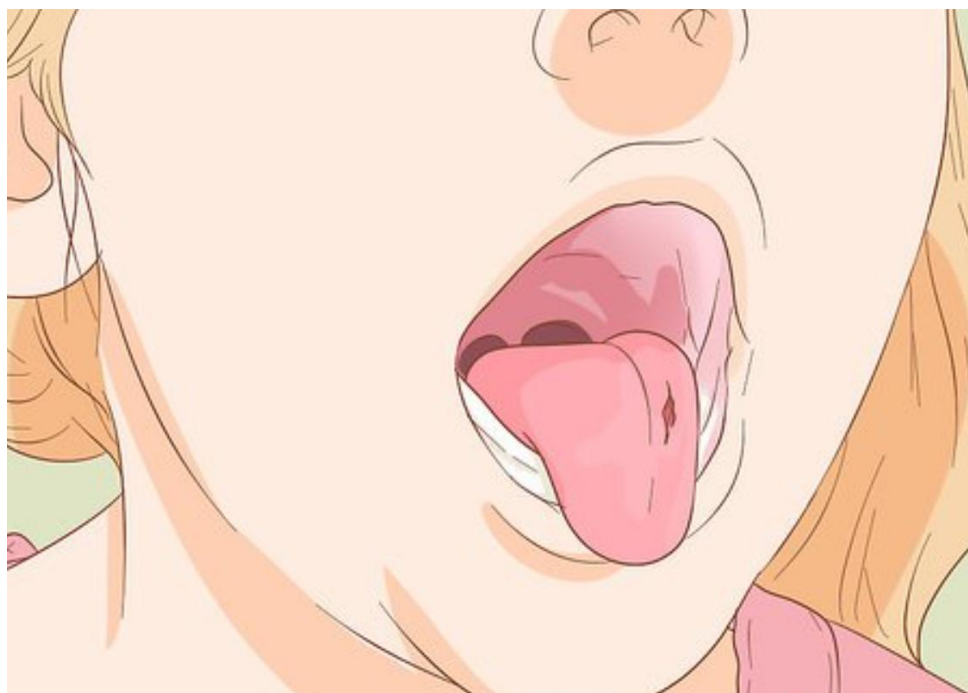
๑. **ศีรษะ** ใช้ผ้าสะอาดทับกันหนาๆ แทนผ้าพันแผลหรือผ้าก๊อซ หรืออาจใช้สำลีหนาๆ วางบนตำแหน่งที่เลือดออก แล้วใช้ผ้าพันแผลพันทับอีกทีให้แน่น





การห้ามเลือดตามตำแหน่งต่าง ๆ ของร่างกาย

๒. ลิ้นหรือริมฝีปาก ให้ใช้นิ้วหัวแม่มือและนิ้วชี้บีบทั้งสองข้างของแผล





การห้ามเลือดตามตำแหน่งต่าง ๆ ของร่างกาย

๓. **บริเวณคอ** ใช้นิ้วมือกดบนหลอดเลือดฮิต
หรือใช้ผ้าหนาๆ หรือสำลีหนาๆ วางซ้อนกัน
แล้วกดด้วยนิ้วมือ ซึ่งอาจใช้ผ้าพันแผลพันทับ
ด้วยก็ได้





การห้ามเลือดตามตำแหน่งต่าง ๆ ของร่างกาย

๔. บริเวณต้นแขนหรือปลายแขน

ใช้ผ้าสะอาดกดและยกแขนให้สูงกว่าหัวใจ
ซึ่งอาจใช้สายยางรัดเหนือแผลร่วมด้วยก็ได้
ก่อนรีบนำส่งโรงพยาบาล เพื่อประเมินและรักษา
โดยแพทย์ต่อไป





การห้ามเลือดตามตำแหน่งต่าง ๆ ของร่างกาย

๕. **ข้อมือ** อาจใช้นิ้วมือหรือผ้าหนา ๆ กดตรง
ตำแหน่งที่เลือดออก





การห้ามเลือดตามตำแหน่งต่าง ๆ ของร่างกาย

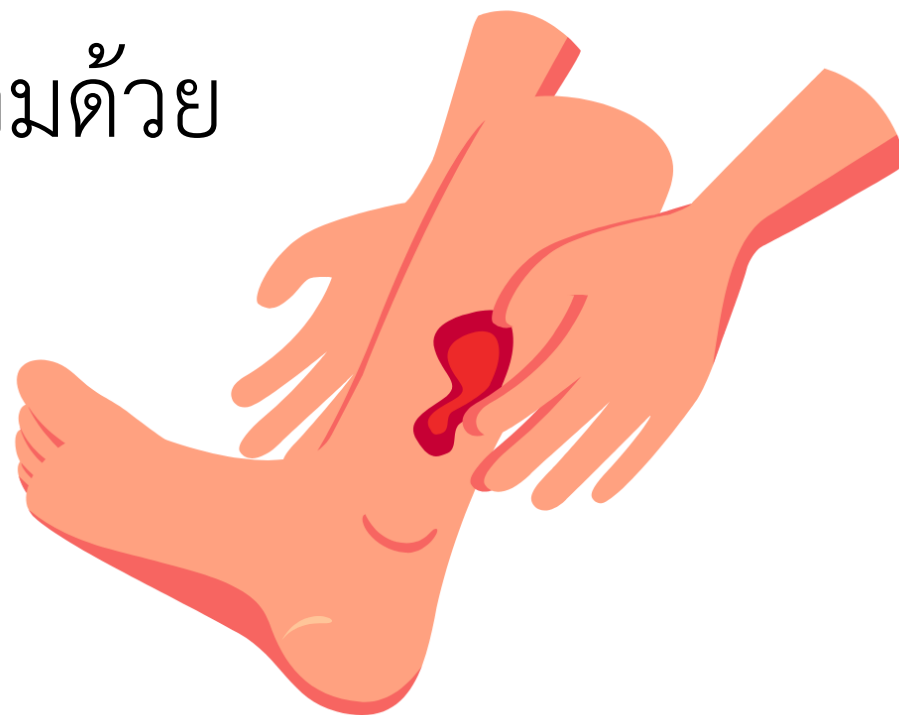
๖. ฝ่ามือ ให้ผู้ป่วยกำผ้าหรือสำลีที่สะอาดให้แน่น แล้วใช้ผ้าพันรอบมือทับไว้ เมื่อห้ามเลือดเรียบร้อยแล้ว ควรใช้ผ้าคล้องคอห้อยแขนผู้ป่วยไว้ด้วย





การห้ามเลือดตามตำแหน่งต่าง ๆ ของร่างกาย

๗. ต้นขาและขา ใช้นิ้วหรือผ้าสะอาดกดแล้วยกขาให้สูง
สำหรับในกรณีที่ไม่มีกระดุกให้กร่วมด้วย





การห้ามเลือดตามตำแหน่งต่าง ๆ ของร่างกาย

๘. เท้า ใช้วิธี Pad and Bandage โดยใช้ผ้าใช้ผ้าหนาๆ
พันแผลไว้ให้แน่น แล้วยกเท้าให้สูงขึ้น
ในกรณีที่ไม่มีกระดุกห้กร่วมด้วย





ข้อควรระวังในการห้ามเลือด

๑. ผู้ให้ความช่วยเหลือ ควรสวมถุงมืออย่างก่อนจะทำการปฐมพยาบาล เพื่อป้องกันเชื้อโรคจากการติดต่อทางเลือด
๒. ป้องกันไม่ให้เชื้อโรคเข้าสู่บาดแผลของผู้ป่วย โดยการทำความสะอาดมือและสิ่งของต่าง ๆ ที่ต้องใช้สัมผัสกับบาดแผลของผู้ป่วยให้สะอาด
๓. เมื่อทำการห้ามเลือดอย่างถูกวิธีแล้ว ถ้าเลือดยังไม่หยุดไหล ให้รีบนำผู้ป่วยส่งสถานพยาบาลโดยเร่งด่วนทันที

วิธีการห้ามเลือดที่ดี
ควรปฏิบัติอย่างไร

ใบงานที่ ๑ เรื่อง วิธีการปฐมพยาบาลอย่างปลอดภัย ตอนที่ ๑
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง การปฐมพยาบาลและการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง วิธีการปฐมพยาบาลอย่างปลอดภัย ตอนที่ ๑

คำชี้แจง :ให้นักเรียนจับคู่ลงข้อความระหว่างการปฐมพยาบาลและวิธีการปฐมพยาบาลบาดแผลที่ถูกต้อง
ด้วยการโยงเส้นให้ถูกต้อง

บาดแผลถูกแทง	ใน ๒๔ ชั่วโมงแรกให้ประคบด้วยความเย็น เช่น ถุงใส่น้ำแข็ง หรือเจล แช่เย็น แล้วนำไปประคบเพื่อห้ามเลือดและเพื่อระงับความเจ็บปวด
การห้ามเลือดบริเวณ ต้นแขนหรือปลายแขน	หากมีสิ่งใดหักคาอยู่ ไม่ควรดึงออก แต่ให้พันผ้ารอบสิ่งหักคา เพื่อให้อยู่นิ่ง แล้วรีบนำส่งสถานพยาบาล
บาดแผลฉีก	ใช้นิ้วกดและยกขาให้สูงสำหรับในกรณีที่ไม่มีการกระดูกหักร่วมด้วย
การห้ามเลือดต้นขา	ให้ผู้ป่วยก้มหน้าหรือสำลีสื่อสะอาดให้แน่น แล้วใช้ผ้าพันรอบมือพับไว้ เมื่อห้ามเลือดเรียบร้อยแล้ว ควรใช้ผ้าคล้องคอห้อยแขนผู้ป่วยไว้ด้วย
การห้ามเลือดบริเวณ ฝ่ามือ	ใช้ผ้าสะอาดพับกันหนา ๆ แทนผ้าพันแผลหรือผ้าก๊อช หรืออาจใช้ สำลีหนา ๆ วางบนตำแหน่งที่เลือดออก แล้วใช้ผ้าพันแผลพันทับอีกที ให้แน่น
การห้ามเลือดบริเวณ ศีรษะ	ยกแขนให้สูงขึ้นในกรณีที่ไม่มีการกระดูกหัก ซึ่งอาจใช้สายยางรัดเหนือ แผลร่วมด้วยก็ได้
การห้ามเลือดบริเวณเท้า	ใช้วิธีแพดและแบนเดจ (Pad and Bandage) โดยใช้ผ้าหนา ๆ พันแผลไว้ ให้แน่น แล้วยกเท้าให้สูงขึ้นในกรณีที่ไม่มีการกระดูกหักร่วมด้วย

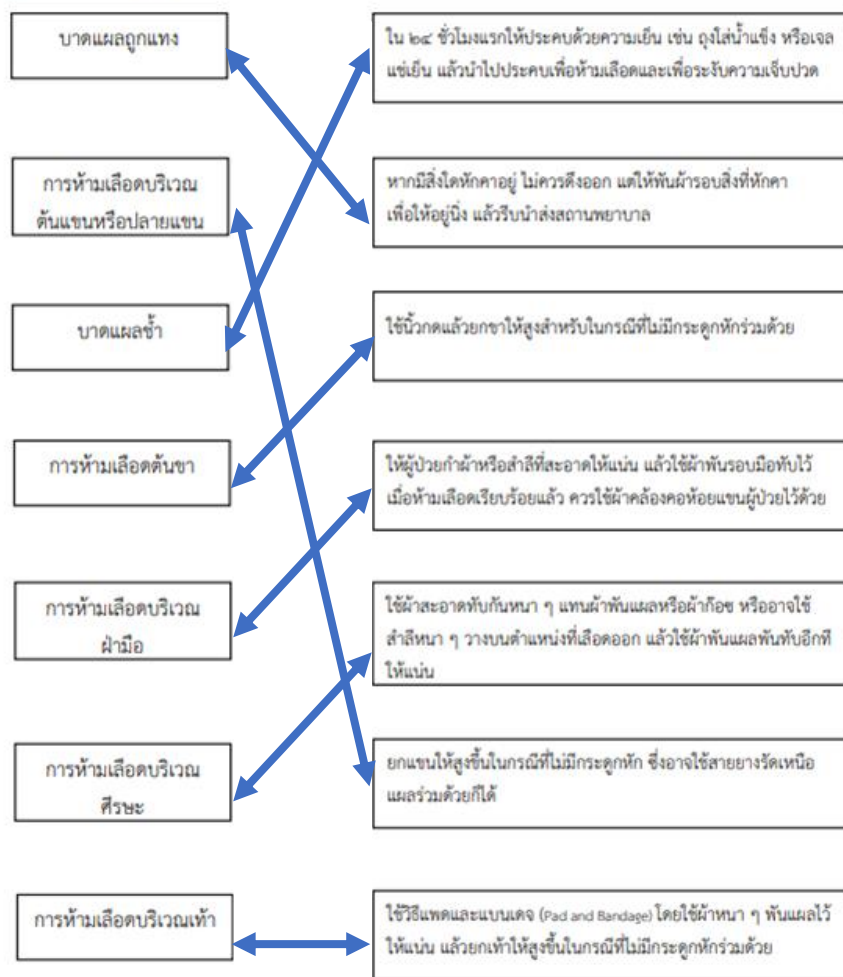
ใบงานที่ ๑

เรื่อง วิธีการปฐมพยาบาล อย่างปลอดภัย ตอนที่ ๑



ใบงานที่ ๑ เรื่อง วิธีการปฐมพยาบาลอย่างปลอดภัย ตอนที่ ๑
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง การปฐมพยาบาลและการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง วิธีการปฐมพยาบาลอย่างปลอดภัย ตอนที่ ๑

คำชี้แจง :ให้นักเรียนจับคู่กล่องข้อความระหว่างการปฐมพยาบาลและวิธีการปฐมพยาบาลบาดแผลที่ถูกต้อง
ด้วยการโยงเส้นให้ถูกต้อง



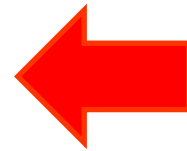
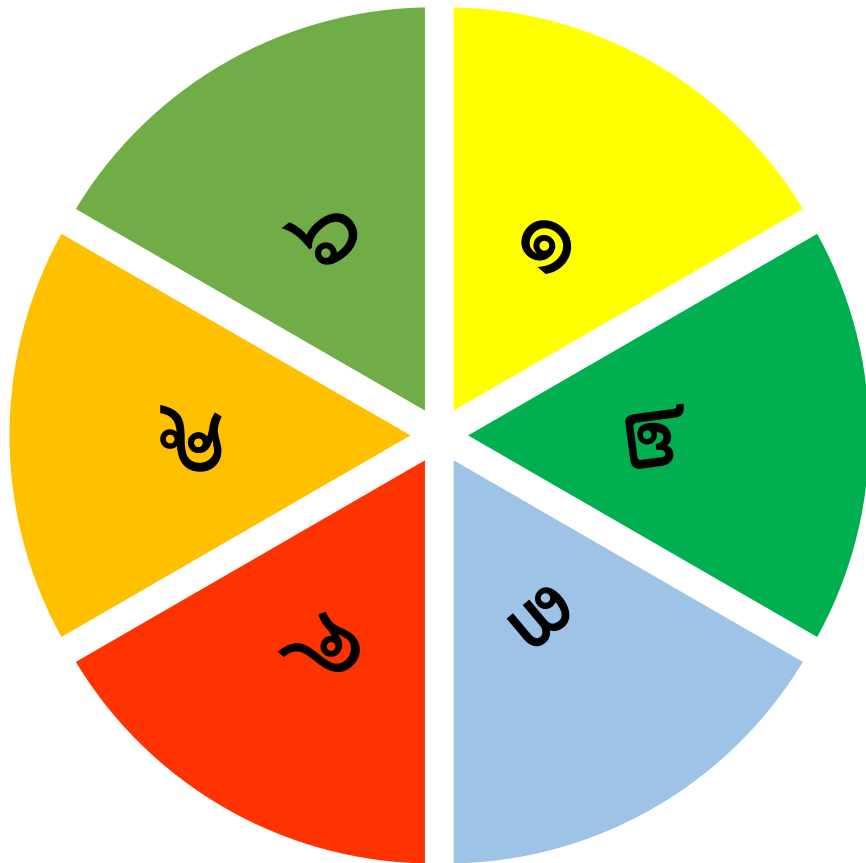
เฉลยใบงานที่ ๑

เรื่อง วิธีการปฐมพยาบาล อย่างปลอดภัย ตอนที่ ๑

กิจกรรมการสาธิต
วิธีการปฐมพยาบาล
บาดแผลในลักษณะต่าง ๆ



สุ่มหัวข้อวิธีการปฐมพยาบาลบาดเจ็บในลักษณะต่าง ๆ



หัวข้อวิธีการปฐมพยาบาลบาดแผลในลักษณะต่าง ๆ

- | | |
|------------------------------|----------------------------|
| ๑. - บาดแผลตัด | - บาดแผลซ้ำ |
| ๒. - บาดแผลถูกแทง | - การห้ามเลือดบาดแผลทั่วไป |
| ๓. การห้ามเลือด - ศีรษะ | - ลื่นหรือริมฝีปาก |
| ๔. การห้ามเลือด - บริเวณคอ | - บริเวณต้นแขนหรือปลายแขน |
| ๕. การห้ามเลือด - ข้อมือ | - ฝ่ามือ |
| ๖. การห้ามเลือด - ต้นขาและขา | - เท้า |

สถิติวิธีการปฐมพยาบาล บาดเจ็บในลักษณะต่างๆ



คาบเรียนนี้ เรียนเรื่องอะไรบ้าง



การปฐมพยาบาล
เบื้องต้นมีความสำคัญ
ต่อผู้ป่วยอย่างไร



บทเรียนครั้งต่อไป

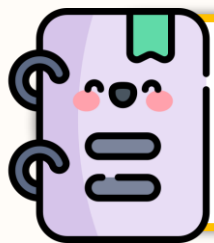
เรื่อง

วิธีการปฐมพยาบาลอย่างปลอดภัย ตอนที่ ๒

ดาวน์โหลดเอกสารได้ที่

www.dltv.ac.th





สิ่งที่ต้องจัดเตรียม

๑. ใบความรู้ เรื่อง วิธีการปฐมพยาบาลอย่างปลอดภัย ตอนที่ ๒
๒. ใบงาน เรื่อง วิธีการปฐมพยาบาลอย่างปลอดภัย ตอนที่ ๒

ดาวน์โหลดเอกสารได้ที่

www.dltv.ac.th

