

รายวิชา สุขศึกษา

รหัสวิชา พ๒๑๑๐๓ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ การปฐมพยาบาลและ
การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย

เรื่อง วิธีการปฐมพยาบาลอย่างปลอดภัย ตอนที่ ๒

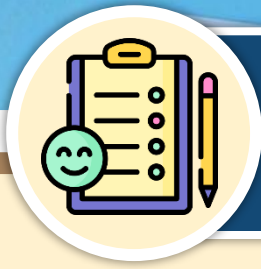
ครูผู้สอน ครูเนติพงษ์ อินทร์สอาด



เรื่อง

วิธีการปฐมพยาบาล
อย่างปลอดภัย ตอนที่ ๒





จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. อธิบายวิธีการปฐมพยาบาลอย่างปลอดภัยได้
๒. แสดงวิธีการปฐมพยาบาลอย่างปลอดภัยได้
๓. เห็นถึงความสำคัญของการปฐมพยาบาล
ที่มีต่อความปลอดภัยของชีวิตได้



คำถามชวนคิด



มีความเสี่ยงในการเกิดอุบัติเหตุอะไรบ้าง

คำถามชวนคิด

เราสามารถช่วยเหลือผู้ที่ได้รับบาดเจ็บ
จากน้ำร้อนลวกและเลือดกำเดาไหล
ได้หรือไม่ อย่างไรบ้าง



ใบความรู้ที่ ๑ เรื่อง วิธีการปฐมพยาบาลอย่างปลอดภัย ตอนที่ ๒
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง การปฐมพยาบาลและการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๓ เรื่อง วิธีการปฐมพยาบาลอย่างปลอดภัย ตอนที่ ๒

๑. การปฐมพยาบาลเมื่อถูกสัตว์มีพิษกัดต่อย

บาดแผลที่เกิดจากสัตว์ต่าง ๆ เช่น แมลงต่อย งูกัด สุนัขกัด จำเป็นจะต้องให้การปฐมพยาบาลมากเป็นพิเศษ นอกเหนือจากการปฐมพยาบาล ดังที่ได้กล่าวมาแล้ว

๑) ถูกแมลงต่อย

เช่น ผึ้ง แตน ต่อ ซึ่งเป็นสัตว์ที่มีเหล็กใน เมื่อต่อยแล้วมีเหล็กในฝังอยู่ โดยพิษจากเหล็กในมีฤทธิ์เป็นกรด ทำให้เกิดอาการแสบ แดง คัน และปวดได้ ถ้าถูกต่อยมาก ๆ บางรายอาจมีไข้สูง ควรปฐมพยาบาล ดังนี้
๑. ให้รีบเอาเหล็กในออก โดยใช้ลูกกูดแซงชนิดที่มีตรงปลายกดลงตรงที่ถูกต่อย เพื่อให้เหล็กในไหลขึ้นมา แล้วอาจใช้เล็บบหรือสิมเล็ก ๆ ดึงเหล็กในออก

๒. เมื่อเอาเหล็กในออกแล้ว ให้ใช้ผ้าชุบน้ำยาที่เป็นด่างอ่อนๆ เช่น แอมโมเนีย น้ำปูนใส หรือน้ำเกลือ ชุบปิดบาดแผลไว้สักครู่ หลังจากนั้นอาจใช้น้ำแข็งประคบบริเวณที่ถูกต่อย เพื่อลดอาการปวดบวมได้

๓. ถ้าในรายที่มีอาการปวดมาก อาจให้รับประทานยาบรรเทาอาการปวด เช่น พาราเซตามอน เป็นต้น

๔. ถ้าถูกแมลงหลายตัวจำนวนมากกัดต่อย โดยเฉพาะถูกต่อยบริเวณลำคอหรือใบหน้า ซึ่งอาจทำให้เกิดอาการบวมจนหายใจไม่ออกได้ ควรรีบนำส่งสถานพยาบาลโดยเร็ว

๒) ถูกงูกัด

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

การปฐมพยาบาล

๑. ให้ผู้ที่ถูกงูกัดนั้นหยุดการเคลื่อนไหวของร่างกาย และพยายามอยู่นิ่ง ๆ ให้มากที่สุด

๒. ตรวจดูแผลที่ถูกกัด สังเกตดูว่ากัดเป็นงูพิษหรือไม่

๓. ล้างแผลด้วยน้ำและสบู่ หรืออาจล้างด้วยน้ำด่างทับทิมแก่ ๆ หรือเข้มข้นหลาย ๆ ครั้ง และใช้น้ำแข็งใส่ถุงวางบนบาดแผล เพื่อป้องกันไม่ให้พิษงูไหลเข้าสู่หัวใจได้เร็ว

๔. ปล่อยมือให้กำลังใจผู้ป่วย โดยอย่าให้ตื่นเต้น ตกใจ เพราะจะทำให้หัวใจสูบฉีดโลหิต เพิ่มมากขึ้น อาจส่งผลให้พิษงูแพร่กระจายได้เร็วขึ้น

๕. รีบนำส่งสถานพยาบาลโดยเร็วที่สุด โดยจัดให้อยู่ระนาบที่ถูกกัดต่ำกว่าหัวใจและควรจำให้ไว้ว่าเป็นงูชนิดใด หรือหากจับงูได้ก็ให้นำงูที่กัดนั้นไปพบแพทย์ด้วย เพื่อแพทย์จะได้ใช้เซรุ่มแก้พิษงูได้ตรงกับพิษงูชนิดนั้น

๖. ในกรณีที่ถูกงูเห่าพิษเข้าตาห้าม ขยี้ตา ให้ล้างด้วยน้ำสะอาด แล้วรีบนำส่งโรงพยาบาลทันที

๗. ในกรณีที่ถูกงูไม่มีพิษกัด ผู้ที่ถูกกัดควรจะได้รับปฐมพยาบาลเหมือนบาดแผลทั่วไป โดยล้างทำความสะอาดบาดแผลด้วยน้ำและสบู่ จากนั้นไปพบแพทย์เพื่อฉีดยา ป้องกันบาดทะยัก

ใบความรู้ที่ ๑

เรื่อง วิธีการปฐมพยาบาลอย่างปลอดภัย ตอนที่ ๒





การปฐมพยาบาลเมื่อถูกแมลงต่อย



๑. ให้รีบเอาเหล็กในออก
๒. ให้ใช้สำลีชุบน้ำยาที่เป็นต่างอ่อนๆ เช่น แอมโมเนีย น้ำปูนใส หรือน้ำเกลือ ชุบปิดบาดแผลไว้สักครู่ หลังจากนั้นอาจใช้น้ำแข็งประคบบริเวณที่ถูกต่อย เพื่อลดอาการปวดบวมได้
๓. ถ้าในรายที่มีอาการปวดมาก อาจให้รับประทานยาาระงับอาการปวด
๔. ถ้าถูกแมลงหลายตัวจำนวนมาก รุมต่อย ซึ่งอาจทำให้เกิดอาการบวมจนหายใจไม่ออกได้ ควรรีบนำส่งสถานพยาบาลโดยเร็ว



การปฐมพยาบาลเมื่อถูกงูกัด



๑. ให้ผู้ที่ถูกงูกัดหยุดการเคลื่อนไหวของร่างกาย
๒. ตรวจสอบแผลที่ถูกกัด สังเกตดูว่าที่กัดเป็นงูพิษหรือไม่
๓. ล้างแผลด้วยน้ำและสบู่หลายๆครั้ง และใช้น้ำแข็งใส่ถุงวางบนบาดแผล เพื่อป้องกันไม่ให้พิษงูไหลเข้าสู่หัวใจได้เร็ว
๔. ให้กำลังใจผู้ป่วยโดยอย่าให้ตื่นเต้น ตกใจ เพราะจะทำให้หัวใจสูบฉีดโลหิตเพิ่มมากขึ้น อาจส่งผลให้พิษงูแพร่กระจายได้เร็วขึ้น
๕. รีบนำส่งสถานพยาบาลโดยเร็วที่สุด โดยจัดให้อวัยวะส่วนที่ถูกกัดอยู่ต่ำกว่าหัวใจและควรจำให้ได้ว่าเป็นงูชนิดใด หรือหากจับงูได้ก็ให้นำงูที่กัดนั้นไปพบแพทย์ด้วย เพื่อแพทย์จะได้ใช้เซรุ่มแก้พิษงูได้ตรงกับพิษงูชนิดนั้น



การปฐมพยาบาลเมื่อถูกงูกัด

๖. ในกรณีที่ถูกงูเห่าพ่นพิษเข้าตา ห้ามขยี้ตา ให้ล้างด้วยน้ำสะอาด แล้วรีบนำส่งโรงพยาบาลทันที
๗. ในกรณีที่ถูกงูไม่มีพิษกัด ผู้ที่ถูกกัดควรจะได้รับการปฐมพยาบาลเหมือนบาดเจ็บบาดแผลทั่วไป โดยล้างทำความสะอาดบาดแผลด้วยน้ำและสบู่ จากนั้นไปพบแพทย์เพื่อฉีดยาป้องกันบาดทะยัก





การปฐมพยาบาลเมื่อถูกสุนัขกัด

๑. ให้รีบล้างบาดแผลด้วยน้ำสะอาดและฟอกสบู่หลายๆครั้งเพื่อล้างเมือกน้ำลายที่อาจมีเชื้อโรคออกให้หมด
๒. ทำความสะอาดบาดแผลที่ถูกกัดซ้ำด้วยแอลกอฮอล์ ๗๐% จากนั้นให้ทายาฆ่าเชื้อรอบบาดแผล เช่น ทิงเจอร์ไอโอดีน เป็นต้น
๓. ควรรีบนำส่งสถานพยาบาลเพื่อรับการฉีดวัคซีนป้องกันโรคพิษสุนัขบ้าจากแพทย์ทันที





การปฐมพยาบาลเมื่อถูกไฟไหม้ น้ำร้อนลวก

๑. ให้ใช้น้ำเย็นราดตรงบริเวณแผลอย่างน้อย ๑๐ นาที เพื่อให้บริเวณที่ไหม้ หรือถูกลวกนั้นเย็นลง
๒. ห้ามใช้น้ำกับผู้ป่วยที่ตัวยังติดโยงอยู่กับแหล่งกระแสไฟฟ้า และไม่ควรใช้น้ำมัน ครีม หรือน้ำยาทาผิว ทาที่บริเวณแผล
๓. ใช้ผ้าสะอาด เช่น ผ้าเช็ดหน้าหรือปลอกหมอนที่สะอาดปิดบริเวณแผล และใช้ผ้าเช็ดตัวนุ่มๆ คลุมทับไว้ เพื่อป้องกันไม่ให้เกิดการบาดเจ็บมากขึ้น
๔. ถ้าแผลไหม้หรือถูกลวกนั้นรุนแรงมาก ห้ามให้แผลถูกน้ำ แต่ให้ใช้ผ้าปิดแผล ปิดแผลไว้หลวม ๆ แล้วให้ผู้ป่วยดื่มน้ำเพื่อชดเชยการเสียน้ำของร่างกาย และรีบนำส่งสถานพยาบาลโดยเร็ว



เหตุใดในการปฐมพยาบาล
แมลงต่อยและงูกัดจึงต้องใช้น้ำแข็ง
ประคบที่บริเวณแผล



เลือดกำเดาไหล
เกิดขึ้นเนื่องจากสาเหตุใด





การปฐมพยาบาลเมื่อเลือดกำเดาไหล

๑. ให้ผู้ป่วยนั่งตัวตรงบนเก้าอี้และก้มศีรษะไปข้างหน้าเล็กน้อย
๒. บีบจมูกให้แน่นประมาณ ๑๐ นาที ระหว่างนี้ให้กลืนเลือดที่ออกจากทาง ด้านหลังจมูก และหายใจทางปาก
๓. พอดครบ ๑๐ นาทีให้ปล่อยมือที่บีบจมูกแล้วนั่งนิ่งๆ ถ้าเลือดยังออกอีกให้บีบต่ออีก ๑๐ นาที
๔. วางน้ำแข็งหรือผ้าเย็นๆ บนสันจมูก หรือหน้าผาก
๕. เมื่อเลือดหยุด ให้นั่งนิ่งๆ หรือนอนลงสักพัก ระหว่างนี้ห้ามสั่งน้ำมูกอย่างน้อย ๓ ชั่วโมง
๖. ถ้าเลือดออกมากจนซีด และปวดศีรษะ ไม่สามารถห้ามเลือดด้วยวิธีธรรมดาได้ หรือถ้าเป็นบ่อยๆ ควรไปพบแพทย์



การปฐมพยาบาลคนเป็นลม

๑. ลมแดด

๑. นำผู้ป่วยเข้าไปในที่เย็นให้เร็วที่สุด โดยจัดให้นอนราบ
๒. ถอดเสื้อผ้าของผู้ป่วยออก คลุมตัวของผู้ป่วยด้วยผ้าเย็นและเปียก พรมน้ำให้เปียกตลอดเวลาหรือใช้ผ้าเย็นเช็ดตัวให้ทั่ว เพื่อให้อุณหภูมิของร่างกายผู้ป่วยลดลงสู่ระดับปกติ
๓. เมื่ออุณหภูมิของร่างกายผู้ป่วย ลดลงสู่ระดับปกติแล้วให้เปลี่ยนผ้าคลุมที่เปียกออกเป็นผ้าแห้ง แล้วสังเกตอาการ ถ้าอาการไม่ดีขึ้น ให้นำส่งสถานพยาบาล



การปฐมพยาบาลคนเป็นลม

๒. การเป็นลมเนื่องจากการสูญเสียเหงื่อมากเกินไป

๑. ให้ผู้ป่วยนอนราบในที่เย็น
๒. คลายหรือถอดเสื้อผ้าออกเท่าที่จำเป็น
๓. เช็ดเหงื่อด้วยผ้าชุบน้ำ หรือเปิดพัดลมเบาๆ
๔. ถ้าผู้ป่วยรู้สึกตัวดีแล้วให้ผู้ป่วยดื่มน้ำส้มหรือน้ำผลไม้เย็นๆ หรือเครื่องดื่มผสมเกลือแร่เจือจาง
๕. ถ้าปฐมพยาบาลแล้วอาการไม่ดีขึ้นให้รีบนำส่งสถานพยาบาล



การปฐมพยาบาลคนเป็นลม

ข้อสังเกตลักษณะผู้ป่วย

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

หากเพื่อนของนักเรียนเป็นลมแดด
สิ่งแรกที่นักเรียนควรปฏิบัติ
ในการปฐมพยาบาลคืออะไร

ใบงานที่ ๑ เรื่อง วิธีการปฐมพยาบาลอย่างปลอดภัย ตอนที่ ๒
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง การปฐมพยาบาลและการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๓ เรื่อง วิธีการปฐมพยาบาลอย่างปลอดภัย ตอนที่ ๒
รายวิชา สุขศึกษา รหัสวิชา พ๒๑๑๐๓ ภาคเรียนที่ ๒ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑

คำชี้แจง ให้นักเรียนทำเครื่องหมาย ☒ ในกล่องข้อความที่อธิบายวิธีการปฐมพยาบาลอย่างปลอดภัยที่ถูกต้องและทำเครื่องหมาย ☐ ในกล่องข้อความที่อธิบายวิธีการปฐมพยาบาลอย่างปลอดภัยที่ไม่ถูกต้อง

- ☐ ถูกแมลงตอม ให้รีบเอาเหล็กในออก โดยใช้ลูกกฤณแจชนิดที่มีรูตรงปลายกดลงตรงที่ถูกตอม เพื่อให้เหล็กในไหลขึ้นมา แล้วอาจใช้เล็บบหรือคีมเล็กๆ ดึงเหล็กในออก
- ☐ การปฐมพยาบาลเมื่อถูกงูกัด ล้างแผลด้วยน้ำกรวด และใช้น้ำแข็งใส่ถุงวางบนบาดแผล เพื่อป้องกันไม่ให้พิษงูไหลเข้าสู่หัวใจได้เร็ว
- ☐ คนเป็นลมแดด ค่อย ๆ นำผู้ป่วยเข้าไปในที่เย็นอย่างช้า ๆ โดยจัดใหนอนราบและถอดเสื้อผ้าของผู้ป่วยออก อุณหภูมิของร่างกายผู้ป่วยลดลง สู่ระดับปกติ
- ☐ การปฐมพยาบาลเมื่อถูกสุนัขกัด เมื่อถูกสัตว์ที่เป็นโรคพิษสุนัขบ้าหรือที่สงสัยว่าเป็นโรคนี้กัด ให้รีบล้างบาดแผลด้วยน้ำสะอาดและฟอกสบู่หลาย ๆ ครั้งเพื่อล้างเมื่อน้ำลายที่อาจมีเชื้อโรค ออกให้หมด
- ☐ การปฐมพยาบาลเมื่อถูกไฟไหม้น้ำร้อนลวก สำหรับผู้ป่วยที่มีแผลไหม้หรือถูกลวกเล็กน้อยให้ใช้น้ำเย็นราดด้านล่างของแผล เพื่อให้บริเวณที่ไหม้หรือถูกลวกลดลงเย็นลง
- ☐ การปฐมพยาบาลเมื่อเลือดกำเดาไหล ให้ผู้ป่วยนั่งตัวตรงบนเก้าอี้และเงยศีรษะขึ้น ปิดจมูกให้แน่นประมาณ ๑๐ นาที ระหว่างนี้ให้กลืนเลือดที่ออกจากทาง ด้านหลังจมูก และหายใจทางปาก
- ☐ การปฐมพยาบาลเมื่อเลือดกำเดาไหล ให้ผู้ป่วยนอนราบในที่เย็น คลายหรือถอดเสื้อผ้าออกเท่าที่จำเป็น เช็ดเหงื่อด้วยผ้าชุบน้ำ หรือเปิดพัดลมเบาๆ

ใบงานที่ ๑

เรื่อง วิธีการปฐมพยาบาล อย่างปลอดภัย ตอนที่ ๒



เฉลยใบงานที่ ๑ เรื่อง วิธีการปฐมพยาบาลอย่างปลอดภัย ตอนที่ ๒
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๒ เรื่อง การปฐมพยาบาลและการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๓ เรื่อง วิธีการปฐมพยาบาลอย่างปลอดภัย ตอนที่ ๒
รายวิชา สุขศึกษา รหัสวิชา พ๒๑๑๐๓ ภาคเรียนที่ ๒ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑

คำชี้แจง ให้นักเรียนทำเครื่องหมาย ☒ ในช่องข้อความที่อธิบายวิธีการปฐมพยาบาลอย่างปลอดภัยที่ถูกต้องและทำเครื่องหมาย ☐ ในช่องข้อความที่อธิบายวิธีการปฐมพยาบาลอย่างปลอดภัยที่ไม่ถูกต้อง



ถูกแมลงตอม ให้รีบเอาเหล็กในออก โดยใช้ลูกกฤณเจษชนิดที่มีรูตรงปลายกดลงตรงที่ถูกตอม เพื่อให้เหล็กในไหลขึ้นมา แล้วอาจใช้เล็บหรือคีมเล็กๆ ดึงเหล็กในออก



การปฐมพยาบาลเมื่อถูกงูกัด ล้างแผลด้วยน้ำกรวด และใช้น้ำแข็งใส่ถุงวางบนบาดแผล เพื่อป้องกันไม่ให้พิษงูไหลเข้าสู่หัวใจได้เร็ว



คนเป็นลมแดด ค่อย ๆ นำผู้ป่วยเข้าไปในที่เย็นอย่างช้า ๆ โดยจัดให้นอนราบและถอดเสื้อผ้าของผู้ป่วยออก อุณหภูมิของร่างกายผู้ป่วยลดลง สู่ระดับปกติ



การปฐมพยาบาลเมื่อถูกสุนัขกัด เมื่อถูกสัตว์ที่เป็นโรคพิษสุนัขบ้าหรือที่สงสัยว่าเป็นโรคนี้นกัด ให้รีบล้างบาดแผลด้วยน้ำสะอาดและฟอกสบู่หลาย ๆ ครั้งเพื่อล้างเมือกน้ำลายที่อาจมีเชื้อโรค ออกให้หมด



การปฐมพยาบาลเมื่อถูกไฟไหม้น้ำร้อนลวก สำหรับผู้ป่วยที่มีแผลไหม้หรือถูกลวกเล็กน้อยให้ใช้น้ำเย็นราดด้านล่างของแผล เพื่อให้บริเวณที่ไหม้หรือถูกลวกลงเย็นลง



การปฐมพยาบาลเมื่อเลือดกำเดาไหล ให้ผู้ป่วยนั่งตัวตรงบนเก้าอี้และเงยศีรษะขึ้น บีบจมูกให้แน่นประมาณ ๑๐ นาที ระหว่างนี้ให้กลืนเลือดที่ออกจากทาง ด้านหลังจมูก และหายใจทางปาก



การปฐมพยาบาลเมื่อเลือดกำเดาไหล ให้ผู้ป่วยนอนราบในที่เย็น คลายหรือถอดเสื้อผ้าออกเท่าที่จำเป็น เช็ดเหงื่อด้วยผ้าชุบน้ำ หรือเปิดพัดลมเบาๆ

เฉลยใบงานที่ ๑

เรื่อง วิธีการปฐมพยาบาลอย่างปลอดภัย ตอนที่ ๒



กิจกรรมการสาธิต วิธีการปฐมพยาบาล อย่างปลอดภัย



สารัตถะวิธีการปฐมพยาบาล อย่างปลอดภัย



คาบเรียนนี้ เรียนเรื่องอะไรบ้าง



วัตถุประสงค์หลัก
ของการปฐมพยาบาล
คืออะไร



บทเรียนครั้งต่อไป

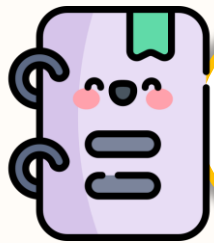
เรื่อง

วิธีการปฐมพยาบาลอย่างปลอดภัย ตอนที่ ๓

ดาวน์โหลดเอกสารได้ที่

www.dltv.ac.th





สิ่งที่ต้องจัดเตรียม

๑. ใบความรู้ เรื่อง การปฐมพยาบาลเมื่อกระดูกหัก
๒. ใบงาน เรื่อง การปฐมพยาบาลเมื่อกระดูกหัก
๓. แผ่นไม้ที่มีความกว้างประมาณ ๕ เซนติเมตร ยาวประมาณ ๑๒ เซนติเมตร
๔. สมุด หรือหนังสือ
๕. ผ้าสามเหลี่ยม ๔-๕ ผืน
๖. เชือก

ดาวน์โหลดเอกสารได้ที่

www.dltv.ac.th

