

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา

รหัสวิชา พ๒๓๑๐๓ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๓ การช่วยฟื้นคืนชีพ

เรื่อง วิธีการช่วยฟื้นคืนชีพจากสถานการณ์ต่าง ๆ

ครูผู้สอน ครูกฤษณา แก้วพิพัฒน์



เรื่อง วิธีการช่วยฟื้นคืนชีพ จากสถานการณ์ต่าง ๆ





จุดประสงค์การเรียนรู้

๑. บอกวิธีการช่วยฟื้นคืนชีพจากสถานการณ์ต่าง ๆ เช่น จมน้ำ ไฟฟ้าดูด และล้าล็กคว้นไฟได้ถูกต้อง
๒. แสดงวิธีการช่วยฟื้นคืนชีพจากสถานการณ์ต่าง ๆ เช่น จมน้ำ ไฟฟ้าดูด และล้าล็กคว้นไฟได้ถูกต้อง
๓. เห็นความสำคัญของการมีความรู้เบื้องต้นที่ถูกต้องในการช่วยฟื้นคืนชีพ



คำถามชวนคิด

นักเรียนเคยเจอ
เหตุการณ์เหล่านี้หรือไม่



คำถามชวนคิด

“หากพบคนจมน้ำ
และเมื่อช่วยเหลือแล้วพบว่า
ไม่หายใจ
นักเรียนจะทำอย่างไร”



ใบความรู้ เรื่อง การช่วยฟื้นคืนชีพ
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๓ เรื่อง การช่วยฟื้นคืนชีพ
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๔ เรื่อง วิธีการช่วยฟื้นคืนชีพจากสถานการณ์ต่างๆ
รายวิชา สุขศึกษา รหัสวิชา พ๒๓๑๐๓ ภาคเรียนที่ ๒ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓

การช่วยฟื้นคืนชีพ CPR ๒๐๒๐

นี่คือห่วงโซ่แห่งการรอดชีวิตของผู้บาดเจ็บที่มีภาวะหัวใจหยุดเต้นนอกโรงพยาบาล



- * การตระหนักถึงภาวะฉุกเฉิน และแจ้งทีมช่วยชีวิต EMS ให้ทราบอย่างรวดเร็ว
 - * การเริ่มปฏิบัติการช่วยชีวิตในทันที ช่วยเพิ่มอัตราการรอดชีวิตได้ถึง ๒-๓ เท่า
 - * การให้การรักษาดูแลด้วยกระแสไฟฟ้าให้รวดเร็วที่สุด ร่วมกับการทำ CPR ช่วยลดอัตราการรอดชีวิตสูงถึงร้อยละ ๔๔-๖๕
 - * ให้ผู้บาดเจ็บได้รับการช่วยชีวิตขั้นสูงโดยบุคลากรทางการแพทย์อย่างรวดเร็ว
 - * ให้การรักษาผู้บาดเจ็บหลังที่หัวใจกลับมาเต้นอีกครั้ง
 - * ให้การดูแลผู้บาดเจ็บต่อเนื่องทั้งในหอผู้ป่วยวิกฤต (ICU) และการดูแลต่อเนื่องหลังที่ผู้ป่วยออกจากโรงพยาบาล
- หากต้องการทราบว่าผู้บาดเจ็บยังมีชีวิตอยู่หรือไม่ ให้เช็ค ๓ ระบบของร่างกายก็เพียงพอ เพราะทั้ง ๓ ระบบต้องทำงานประสานกันเสมอ หากระบบใดระบบหนึ่งอีก ๒ ระบบ ก็จะหยุดตามไปด้วย นั่นคือ

๑. ระบบประสาทหรือการตอบสนองของผู้บาดเจ็บ
๒. ระบบหายใจ
๓. ระบบการไหลเวียนโลหิต



ใบความรู้

เรื่อง การช่วยฟื้นคืนชีพ



(สามารถดาวน์โหลดได้ที่ www.dltv.ac.th)



แลกเปลี่ยนเรียนรู้

นักเรียนคิดว่า
ทำไมขั้นตอน ABC
จึงเปลี่ยนเป็น CAB



Recognition and
activation of the
emergency
response system

Immediate
high-quality CPR

Rapid
defibrillation

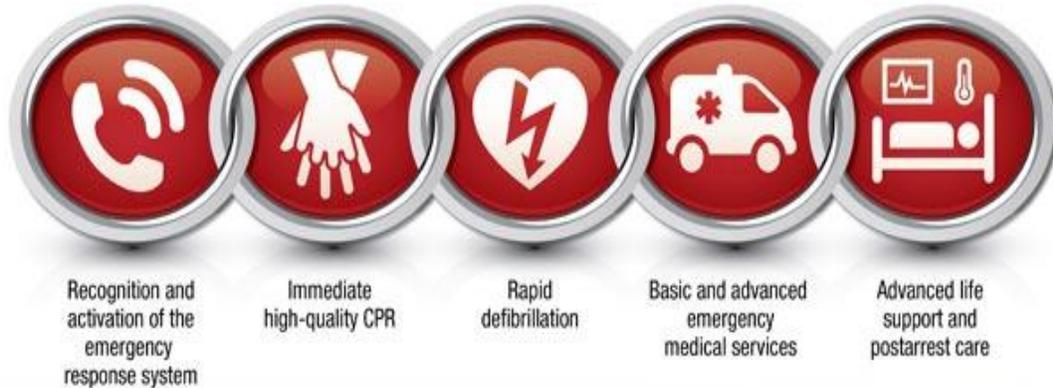
Basic and advanced
emergency
medical services

Advanced life
support and
postarrest care

ภาพจาก heart.org



แลกเปลี่ยนเรียนรู้



เพื่อเน้นการกดหน้าอกก่อน
เพื่อให้เลือดไหลเวียนไปเลี้ยงสมอง
และหัวใจได้ทันที ซึ่งเพิ่มโอกาสรอดชีวิต

นักเรียนคิดว่า
ทำไมขั้นตอน ABC
จึงเปลี่ยนเป็น CAB



คลิปสารระตึนน่ารู้

Heart Story EP.๘ Basic Life Support กู้ชีพขั้นพื้นฐาน CPR





สื่อวีดิทัศน์ใช้เพื่อการศึกษานาน

ขอขอบคุณสื่อวีดิทัศน์

Heart Story EP.๘ Basic Life Support กู้ชีพขั้นพื้นฐาน CPR

เผยแพร่โดย : THE HEART BY QSHC

เผยแพร่วันที่ ๒๖ กรกฎาคม ๒๕๖๕

ที่มา : [https://www.youtube.com/](https://www.youtube.com/watch?v=AO๖MqIDK๙๒๐)

[watch?v=AO๖MqIDK๙๒๐](https://www.youtube.com/watch?v=AO๖MqIDK๙๒๐)

การช่วยฟื้นคืนชีพ

อุบัติเหตุเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นได้ตลอดเวลา และก่อให้เกิดอันตรายถึงชีวิตได้ การศึกษา การเรียนรู้ และฝึกทักษะปฏิบัติในการช่วยฟื้นคืนชีพจึงเป็นสิ่งจำเป็นที่นักเรียนควรต้องศึกษาเพื่อให้เกิดความเข้าใจอย่างถูกต้องวิธี และฝึกปฏิบัติให้คล่อง



ใบมอบหมายชิ้นงาน เรื่อง สถานการณ์จำลองการช่วยชีวิตแบบสองคน ในสถานการณ์ต่างๆ
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๓ เรื่อง การช่วยฟื้นคืนชีพ
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๔ เรื่อง วิธีการช่วยฟื้นคืนชีพจากสถานการณ์ต่างๆ
รายวิชา สุขศึกษา รหัสวิชา พ๒๓๑๐๓ ภาคเรียนที่ ๒ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓

สถานการณ์จำลองที่ ๑

นิดหน้อย อายุ ๘ ปี มีนิสัยชอบชุกชอน เธอว่ายน้ำไม่เป็น แต่แอบพอมไปเล่นน้ำกับเพื่อน ๆ แต่ระหว่างเล่นน้ำเกิดเป็นตระคริวและจมน้ำ เพื่อนๆเห็นจึงพาขึ้นจากน้ำ และช่วยกันช่วยชีวิตนิดหน้อยด้วยการ CPR แบบสองคน โดยทำ ๕ รอบ แล้วคอยตรวจสอบสัญญาณชีพ เมื่อช่วยไปเรื่อยๆ พบว่า นิดหน้อยมีการไอ และฟื้นรอดชีวิต เมื่อเธอรอดชีวิตเพื่อนๆช่วยกันจัดทำพิกพื้นหลังการช่วยชีวิตด้วย

สถานการณ์จำลองที่ ๒

บ๊ิกบอส อายุ ๑๕ ปี ไปค่ายลูกเสือกับเพื่อน ในขณะที่อาบน้ำพึ่งเสร็จ เขาเช็ดตัวไม่แห้ง แต่รีบเดินมาจับแยมไม้ค้ที่เพื่อนๆกำลังร้องเพลงกันอยู่ จนไม้ค้มีกระแสไฟฟ้ารั่วทำให้เขาล้ม หมดสติ และเพื่อนๆ ตกใจมาก แต่ก็หาวิธีการช่วยชีวิตเขา โดยจัดการแหล่งกำเนิดไฟรั่ว และดำเนินการช่วยชีวิตตามขั้นตอน CAB แบบสองคน และมีคนแจ้งโรงพยาบาล การดำเนินการช่วยเหลือทำไปเรื่อยๆ จนรถพยาบาลมาถึงและรับเขาไปรักษาต่อไป

สถานการณ์จำลองที่ ๓

โชคดี อายุ ๑๘ ปี พึ่งสอบเข้ามหาวิทยาลัยได้ตามที่หวัง ตกกลางคืนจึงไปเลี้ยงฉลองกับเพื่อนที่ผับแห่งหนึ่ง ระหว่างที่กำลังสนุกสนานนั้น เกิดมีควันไฟกลุ่มใหญ่ และมีคนตะโกนว่าไฟไหม้ ผู้คนตกใจมารีบหาทางหนี จนเหยียบกันล้มระเนระนาด ไฟไหม้กระหน่ำไม่หยุด โชคดีออกจากผับไม่ได้ และเมื่อสุดควันไปมาหลายๆให้เขาเริ่มหมดสติ แต่เขายังโชคดีสมชื่อ มีคนมาช่วยเขาออกมาข้างนอกได้ แต่ระหว่างทางที่หาทางออกเขาพบผู้หญิงนอนสลบอยู่ เขาจึงช่วยพาผู้หญิงคนนั้นออกมาด้วย ผู้หญิงตัวซีดเซียว ไม่มีรู้สึกตัว และหมดสติ โชคดีรู้วิธี CPR แต่ยังไม่มั่นใจ จึงร้องหาค้นช่วย และมีคนมาช่วยเขา CPR แบบสองคน ในที่สุดผู้หญิงคนนั้นก็ได้สติ มีสัญญาณชีพ



ใบมอบหมายชิ้นงาน



(สามารถดาวน์โหลดได้ที่ www.dltv.ac.th)



ฝึกปฏิบัติการช่วยฟื้นคืนชีพ

นำเสนอวิธีการช่วยฟื้นคืนชีพแบบสองคน

ตามสถานการณ์

- จมน้ำ

- ไฟฟ้าดูด

- ล้อรถควั่นไฟ





ตัวแทนนักเรียนนำเสนอ
แลกเปลี่ยนเรียนรู้

วิธีการช่วยฟื้นคืนชีพในสถานการณ์ต่าง ๆ

อุบัติเหตุสามารถเกิดขึ้นได้ทุกเวลา และผู้ที่ประสบเหตุอาจได้รับอันตรายรุนแรงจนถึงขั้นเสียชีวิตได้หากไม่ได้รับการช่วยเหลือให้ทันท่วงทีซึ่งการช่วยฟื้นคืนชีพจะสามารถช่วยเหลือผู้ป่วยที่กำลังจะเสียชีวิต โดยมีสาเหตุมาจากการหยุดหายใจจากการ **จมน้ำ ไฟฟ้าช็อต** **ล้าักคว้นไฟ** ให้สามารถฟื้นคืนชีพขึ้นมาได้ ก่อนจะนำผู้ป่วยส่งแพทย์หรือสถานพยาบาลต่อไป



บทเรียนครั้งต่อไป



เรื่อง วิธีการช่วยฟื้นคืนชีพ จากสถานการณ์ต่าง ๆ



ดาวน์โหลดเอกสารเพิ่มเติมได้ที่ www.dltv.ac.th
รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓





สิ่งที่ต้องเตรียม



๑. แบบสอบถามหลังเรียน เรื่อง การช่วยฟื้นคืนชีพ
๒. หุ่นจำลองแบบครึ่งตัว (หากไม่มีหุ่นจำลอง อาจใช้อุปกรณ์ทดแทนอื่นที่มีความยืดหยุ่นแทน เช่น หมอน เป็นต้น)
๓. เลื่อ
๔. สำลี
๕. แอลกอฮอล์



ดาวน์โหลดเอกสารเพิ่มเติมได้ที่ www.dltv.ac.th
รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓

