

# 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



# แลกเปลี่ยนเรียนรู้

“จากการฝึกปฏิบัติในช่วงที่ผ่านมา  
นักเรียนได้เรียนรู้อะไร อย่างไร”



# การจมน้ำ

ABC

## อาการ

๑. ปากซีด หน้าและลิ้นบวม
๒. หายใจติดขัดและต่อมาหยุดหายใจ
๓. ซีฟจรเบาลงจนหัวใจหยุดเต้นและเสียชีวิตได้



# ไฟฟ้าช็อต

## อาการ

๑. ชัก กล้ามเนื้อเกร็งตัวร่างกาย
๒. การหายใจหยุดชะงักหัวใจหยุดเต้น  
หมดสติ
๓. อาจมีบาดแผลไหม้เกรียมบริเวณ  
ที่กระแสไฟฟ้าไหลผ่าน



# สำลักควันไฟ

การสำลักควันไฟส่วนใหญ่เกิดจากกรณีไฟไหม้ โดยผู้ช่วยหายใจสุดเอาควันเข้าไป ที่ถือเป็นสาเหตุหลักของการเสียชีวิต



**อาการ** ๑. ผู้ป่วยเกิดอาการวิงเวียนศีรษะ คลื่นไส้

อาเจียน และรู้สึกว่ามีเสียงดัง เหมือนเสียงระฆังอยู่ในหูตลอดเวลา

๒. มีอาการอ่อนเพลีย หน้ามืด วิงเวียน กระสับกระส่าย หายใจลำบาก ใจหน้าเขียว เล็บมือ เล็บเท้าเขียวคล้ำ

๓. ชีพจรเต้นเร็วในระยะแรก แล้วค่อย ๆ ช้า และเบาลงในภายหลัง

๔. ตัวซีด เย็น ไม่รู้สึกตัวหมดสติ และอาจเสียชีวิตได้ หากไม่ได้รับการช่วยเหลือ

# วิธีการช่วยฟื้นคืนชีพในสถานการณ์ต่าง ๆ

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

ฝึกปฏิบัติการช่วยฟื้นคืนชีพ

การช่วยฟื้นคืนชีพตามสถานการณ์

# ตัวแทนนักเรียนนำเสนอ แลกเปลี่ยนเรียนรู้

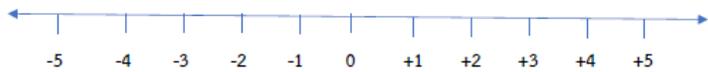


แบบสอบถามหลังเรียน เรื่อง การช่วยฟื้นคืนชีพ  
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๓ เรื่อง การช่วยฟื้นคืนชีพ  
แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๕ เรื่อง วิธีการช่วยฟื้นคืนชีพจากสถานการณ์ต่างๆ  
รายวิชา สุขศึกษา รหัสวิชา พ๒๓๑๐๓ ภาคเรียนที่ ๒ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓

คำชี้แจงให้นักเรียนพิจารณาคำถามตามสภาพจริงพร้อมวาดรูปหรืออธิบายเหตุผลประกอบ

#### ด้านความรู้ (K)

- หลังจากได้เรียนเรื่องการช่วยฟื้นคืนชีพแล้ว นักเรียนคิดว่าตนเองมีความรู้หรือสามารถปฏิบัติการช่วยฟื้นคืนชีพอย่างไร (ให้นักเรียนวงกลมเลขตามอันดับค่า โดยเครื่องหมาย 0 = ความรู้เท่าเดิม + มีความรู้เพิ่มขึ้น - มีความรู้ลดลง )



#### ด้านทัศนคติ(A)

- หลังจากการเรียนหรือฝึกปฏิบัติเรื่อง การช่วยฟื้นคืนชีพแล้ว หากนักเรียนประสบพบเจอผู้ป่วยที่มีอาการหยุดหายใจ นักเรียนจะช่วยเหลือผู้ป่วยหรือไม่ เพราะเหตุใด

♥ ช่วย เพราะ.....

♥ ไม่ช่วย เพราะ.....

#### ด้านปฏิบัติ (P)

- นักเรียนคิดว่า ขั้นตอนใดในการฝึกปฏิบัติเรื่องการช่วยฟื้นคืนชีพ เป็นขั้นตอนที่ยากหรือปฏิบัติได้ไม่ดี (ระบุขั้นตอนพร้อมวาดรูปประกอบการบรรยายเหตุผลประกอบ)

ชื่อ-นามสกุล.....ชั้น.....เลขที่.....



## แบบสอบถามหลังเรียน



(สามารถดาวน์โหลดได้ที่ [www.dltv.ac.th](http://www.dltv.ac.th))



# การช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน CPR

1 มีสติหรือไม่



2 เรียกขอความช่วยเหลือ



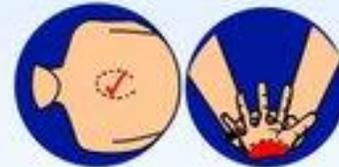
3 โทรเรียก 1669



4 ตรวจสอบว่าผู้ป่วยหายใจหรือไม่



5 ให้อ่างมือประสานกัน  
บนึ่งกลางหน้าอก



6 ศอกตั้งตรง โน้มตัว  
ให้หัวไหล่อู่เหนือผู้หมดสติ



7 ใ้กดลงตรงๆให้ลึกประมาณ 5-6 cm  
ด้วยความเร็ว 100-120 ครั้ง/นาที  
อย่างสม่ำเสมอ

เจ็บป่วยฉุกเฉิน โทร 1669



# การช่วยฟื้นคืนชีพ

อุบัติเหตุเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นได้ตลอดเวลา และก่อให้เกิดอันตรายถึงชีวิตได้ การศึกษา การเรียนรู้ และฝึกทักษะปฏิบัติในการช่วยฟื้นคืนชีพจึงเป็นสิ่งจำเป็นที่นักเรียนควรต้องศึกษา เพื่อให้เกิดความเข้าใจอย่างถุกวิธีและฝึกปฏิบัติให้คล่อง



