



สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดพะเยา
Phayao Provincial Public Health Office

งานประชาสัมพันธ์

สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดพะเยา

ข่าวสาร เพื่อการดูแลสุขภาพ

โทรศัพท์ : 054-409-112 โทรสาร : 054-409-198

ฉบับที่ 12/2561

วันที่ 23 เมษายน 2561

สาธารณสุขพะเยา แนะนำหลักการช่วยคนจมน้ำ “ตะโกน โยน ยื่น” ให้รีบนำขึ้นจากน้ำ ช่วยผายปอด รับโทรแจ้งทีมแพทย์กู้ชีพ โทร 1669

นายแพทย์ไกรสุข เพชระบูรณิน นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดพะเยา เปิดเผยว่า การช่วยชีวิตคนจมน้ำ โดยการจับอุ้มพาดบ่าและกระทันหันเป็นวิธีการต้องห้ามกระทำ และเป็นอันตรายกับผู้จมน้ำ เพราะน้ำที่ออกมาเป็นน้ำจากกระเพาะอาหารไม่ใช่ออกมาจากปอด ผลที่ตามมาจะทำให้ผู้จมน้ำขาดอากาศหายใจนานขึ้น สมองขาดออกซิเจน และมีโอกาสเสียชีวิตสูง ซึ่งในรอบ 10 ปีที่ผ่านมา กลุ่มเด็กอายุต่ำกว่า 15 ปี เสียชีวิตเฉลี่ยปีละ 957 คน ส่วนใหญ่ในช่วงเดือนมีนาคม – พฤษภาคม เนื่องจากเป็นช่วงปิดเทอม

นายแพทย์ไกรสุข กล่าวต่อไปว่า ในการช่วยเหลือคนจมน้ำที่ถูกต้อง ให้ใช้หลัก “ตะโกน โยน ยื่น” คือ ตะโกน ขอความช่วยเหลือ โยน อุปกรณ์ที่ลอยน้ำได้เพื่อช่วยคนตกน้ำเกาะจับพยุงตัว เช่น ถังแก๊สอลอนพลาสติกเปล่า ขวดน้ำพลาสติกเปล่า ห่วงชูชีพ หรือวัสดุที่ลอยน้ำได้ โดยโยนครั้งละหลายๆชิ้น หรือ ยื่น สิ่งของยาวๆที่อยู่ใกล้ตัวให้คนตกน้ำจับ เช่น ท่อนไม้ เข็มขัด เสื้อ กางเกง ผ้าขาม้ว ยื่นอุปกรณ์ไปข้างใดข้างหนึ่งแล้วจึงกวาดเข้าหาตัวคนที่อยู่ในน้ำ และดึงตัวเข้าหาฝั่งขึ้นมาจากน้ำ ส่วนวิธีการกระโดดลงน้ำไปช่วยนั้น ผู้ช่วยเหลือจะต้องมีประสบการณ์ เพราะอาจถูกดึงให้จมน้ำเสียชีวิตได้

ในการปฐมพยาบาลคนจมน้ำก่อนส่งแพทย์ ให้จับผู้ป่วยนอนตะแคงข้าง ศีรษะหงายไปข้างหลัง เพื่อให้ น้ำไหลออกจากปากและผายปอด โดยเป่าลมเข้าทางปากติดต่อกันหลายครั้ง เพื่อช่วยให้หายใจให้เร็วที่สุด หากหัวใจหยุดเต้นให้กดนวดหัวใจ โดยการกดที่บริเวณกลางหน้าอกให้ยุบประมาณ 1 ใน 3 ของความหนาของหน้าอก ความเร็วอย่างน้อย 100 ครั้งต่อนาที นวดหัวใจ 30 ครั้ง สลับกับการเป่าปาก 2 ครั้ง จนกว่าผู้ประสภภัยจะรู้สึกตัว และหายใจเองได้ จากนั้นรับโทรแจ้งหน่วยแพทย์ฉุกเฉิน หมายเลข 1669 ให้เร็วที่สุด

อนุมัติข่าว.....

(นายแพทย์ไกรสุข เพชระบูรณิน)

นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดพะเยา