

ชุดการสอน

"กันดั้ ดุซิงภาพดี ชีวีมีดุซ"

เรื่อง การปฐมพยาบาลและการเคลื่อนย้ายผู้ป่วย

รายวิชา พ 21103 สุขศึกษา

สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี



โดย ณัฐภรณ์ ปลาทิพย์

วิทยฐานะครูชำนาญการ

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี

สถาบันการพลศึกษา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา

คำนำ

การเรียนรู้แบบศูนย์การเรียนรู้ เรื่อง การปฐมพยาบาล และการเคลื่อนย้ายผู้ป่วย เป็นส่วนหนึ่งของชุดการสอน “กินดี สุขภาพดี ชีวิตมีสุข” รายวิชา พ 21103 สุขศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี ซึ่งครูผู้สอนจัดทำโดยดำเนินการวิเคราะห์หลักสูตร กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 สาระที่ 5 ความปลอดภัยในชีวิต มาตรฐาน พ 5.1 ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยา สารเสพติด และความรุนแรง

ผู้จัดทำมุ่งหวังให้นักเรียนบรรลุจุดประสงค์ เกิดความภาคภูมิใจและเห็นความสำคัญในบทบาทผู้นำ การแสวงหาความรู้ด้วยตนเอง สามารถเชื่อมโยงความรู้สู่การปฏิบัติในชีวิตจริงได้ จึงจัดการเรียนรู้แบบศูนย์การเรียนรู้ ซึ่งการเรียนรู้แบบศูนย์การเรียนรู้เป็นการส่งเสริมให้นักเรียนได้เรียนรู้เป็นกลุ่มร่วมมือกัน ศึกษาหาความรู้จากศูนย์การเรียนรู้แต่ละศูนย์ นักเรียนต้องช่วยเหลือเกื้อกูลกันภายในกลุ่ม และระหว่างกลุ่ม ในการหมุนเวียนศึกษาศูนย์การเรียนรู้จึงสำเร็จ

ฉัตรกรณ์ ปลาทิพย์

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
คำแนะนำสำหรับครู	ก
คำแนะนำสำหรับนักเรียน	ข
จุดประสงค์การเรียนรู้	ค
แบบทดสอบก่อนเรียน	1
วิธีการเรียนแบบศูนย์การเรียน	3
ศูนย์การเรียน : การปฐมพยาบาลและการเคลื่อนย้ายผู้ป่วย	4
ศูนย์ความหมายและวัตถุประสงค์แนวทางการปฐมพยาบาล	10
ศูนย์การปฐมพยาบาลการเป็นลม	14
ศูนย์การปฐมพยาบาลการเกิดบาดแผล	16
ศูนย์การปฐมพยาบาลสิ่งแปลกปลอมเข้าตา หู คอ จมูก	18
ศูนย์การปฐมพยาบาลถูกสัตว์มีพิษกัดต่อย	21
ศูนย์การเคลื่อนย้ายผู้ป่วย	27
แบบทดสอบหลังเรียน	33
บรรณานุกรม	35
ภาคผนวก	37
เฉลยแบบทดสอบก่อนเรียน	38
เฉลยกิจกรรม	39
เฉลยแบบทดสอบหลังเรียน	48

สารบัญภาพ

ภาพ	หน้า
ภาพที่ 1 งูเห่า	19
ภาพที่ 2 งูจงอาง	19
ภาพที่ 3 งูสามเหลี่ยม	20
ภาพที่ 4 งูแมวเซา	20
ภาพที่ 5 งูกะปะ	21
ภาพที่ 6 งูเขียวหางไหม้	21
ภาพที่ 7 งูทะเลแผลงูมีพิษกัด	22
ภาพที่ 8 แผลงูมีพิษกัด	22

คำแนะนำสำหรับครู

ชุดการสอน “กินดี สุขภาพดี ชีวิตมีสุข” รายวิชา พ 21103 สุขศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนกัลยาณีจันทบุรี มี 3 เรื่อง ประกอบด้วย

1. เรื่อง โภชนาการกับชีวิต
2. เรื่อง น้ำหนักตัวกับสุขภาพ
3. เรื่อง การปฐมพยาบาลและการเคลื่อนย้ายผู้ป่วย

ก่อนการจัดการเรียนรู้ ครูต้องศึกษาแผนการจัดการเรียนรู้และจัดเตรียมนักเรียนเพื่อการแบ่งกลุ่ม จัดเตรียมศูนย์การเรียนรู้แต่ละศูนย์ ซึ่งประกอบไปด้วยบัตรคำสั่ง บัตรเนื้อหา บัตรกิจกรรม กระดาษคำตอบ บัตรเฉลยกิจกรรมและแบบประเมินต่าง ๆ โดยมีรายละเอียด ดังนี้

1. ศึกษาสาระการเรียนรู้ จุดประสงค์การเรียนรู้และกิจกรรมต่าง ๆ ที่ระบุในชุดการเรียนรู้ให้เข้าใจก่อน
2. ชุดการสอนเรื่อง การปฐมพยาบาลและการเคลื่อนย้ายผู้ป่วย ใช้เวลาเรียน 4 ชั่วโมง
3. เตรียมศูนย์การเรียนรู้ให้นักเรียนได้ปฏิบัติการเรียนรู้แต่ละศูนย์การเรียนรู้
4. ครูอธิบายวิธีการเรียนแบบศูนย์การเรียนรู้ให้นักเรียนเข้าใจและซักซ้อมการเข้าเรียนในศูนย์การเรียนรู้ การหมุนเปลี่ยนศูนย์การเรียนรู้แบบตามเข็มนาฬิกา ให้นักเรียนทุกคนเข้าใจกระบวนการและเน้นให้นักเรียนปฏิบัติตามขั้นตอน
5. ดำเนินการสอนตามลำดับในชุดการสอนนี้และจัดบรรยากาศให้นักเรียนสนุกกับการเรียน แสดงบทบาทตามที่ได้รับ ครูคอยให้คำแนะนำ ช่วยเหลือ ในกรณีที่นักเรียนสงสัยหรือมีปัญหา
6. ครูประเมินการปฏิบัติกิจกรรมรายบุคคลและรายกลุ่ม โดยใช้แบบประเมินพฤติกรรมการทำงานกลุ่ม
7. บันทึกคะแนนของนักเรียนรายบุคคลและรายกลุ่ม เพื่อตรวจสอบความก้าวหน้าของนักเรียน

คำแนะนำสำหรับนักเรียน

การเรียนรู้ เรื่อง การปฐมพยาบาลและการเคลื่อนย้ายผู้ป่วย โดยวิธีเรียนแบบศูนย์การเรียน เป็นการฝึกการเรียนรู้แบบร่วมมือกัน เพื่อให้เกิดผลสำเร็จในการเรียน นักเรียนควรปฏิบัติดังนี้

1. นักเรียนทุกคนศึกษาจุดประสงค์การเรียนรู้และเนื้อหาอย่างละเอียดรอบคอบ
2. นักเรียนทำแบบทดสอบก่อนเรียนรายบุคคลด้วยแบบทดสอบชนิด เลือกตอบ 4 ตัวเลือก จำนวน 10 ข้อ
3. นักเรียนปฏิบัติตามกิจกรรมการเรียนรู้ด้วยความรับผิดชอบ ปฏิบัติกิจกรรมทุกเรื่องอย่างตั้งใจ
4. การเรียนรู้แบบศูนย์การเรียน นักเรียนจะต้องปฏิบัติตามขั้นตอนอย่างเคร่งครัด และมีความซื่อสัตย์ ต้องเข้าศูนย์การเรียนและเปลี่ยนศูนย์การเรียนไปพร้อมๆ กับเพื่อน
5. นักเรียนมีข้อสงสัย หรือปัญหาไม่เข้าใจ สามารถขอคำแนะนำจากครูได้ตลอดเวลา
6. เมื่อปฏิบัติตามกิจกรรมหลังเรียนแต่ละศูนย์การเรียนเสร็จเรียบร้อยแล้ว สามารถตรวจคำตอบได้จากแบบเฉลยที่ครู
7. เมื่อนักเรียนเรียนครบทุกศูนย์การเรียนแล้ว และปฏิบัติตามกิจกรรมจบแล้วให้นักเรียนทุกคนทำแบบทดสอบหลังเรียน แบบเลือกตอบจำนวน 10 ข้อและตรวจคำตอบจากเฉลยแบบทดสอบหลังเรียน

จุดประสงค์การเรียนรู้

1. อธิบายความหมาย วัตถุประสงค์ แนวทางการปฏิบัติในขณะที่ทำการปฐมพยาบาลได้
2. อธิบายวิธีการปฐมพยาบาลเบื้องต้นได้อย่างถูกต้องและถูกวิธี
3. อธิบายวิธีเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัยได้ถูกต้อง
4. สามารถเลือกใช้วิธีการปฐมพยาบาลและการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัยได้อย่างถูกวิธี
5. นักเรียนนำวิธีปฐมพยาบาลไปใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างถูกวิธีและเหมาะสม



แบบทดสอบก่อนเรียน
เรื่อง การปฐมพยาบาล และการเคลื่อนย้ายผู้ป่วย

คำสั่ง ให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ถูกต้องเพียงข้อเดียว (ข้อละ 1 คะแนน)

1. ข้อใดกล่าวถูกต้องเกี่ยวกับความหมายของการปฐมพยาบาลมากที่สุด
 - ก. การช่วยให้คนเจ็บมีกำลังใจดีขึ้น
 - ข. การเตรียมอุปกรณ์ช่วยเหลือผู้บาดเจ็บ
 - ค. การช่วยให้ผู้บาดเจ็บมีสุขภาพแข็งแรง
 - ง. การช่วยบรรเทาเบื้องต้นแก่ผู้ได้รับบาดเจ็บ
2. การปฐมพยาบาลในข้อใด ควรปฏิบัติเป็นอันดับแรกก่อนช่วยเหลือ
 - ก. อย่าให้คนมุงดู
 - ข. ให้ผู้ป่วยนอนหงาย
 - ค. การตรวจการหายใจ
 - ง. ตรวจดูอาการกระดูกหัก
3. ข้อใดเป็นหลักสำคัญในการปฐมพยาบาล
 - ก. รวดเร็ว ถูกวิธี
 - ข. จริงจัง จริงใจ
 - ค. สะดวก รวดเร็ว
 - ง. จริงใจ ปลอดภัย
4. ข้อใดคือลักษณะอาการของผู้ที่มีบาดแผลฟกช้ำ
 - ก. ปวดศีรษะมาก
 - ข. ปวดกระดูกมาก
 - ค. แขนและขามีอาการชา
 - ง. ปวด บวม ช้ำ บริเวณบาดแผล
5. นักเรียนจะปฐมพยาบาลคนเป็นลมธรรมดาอย่างไร
 - ก. ยกไหล่ให้สูงขึ้น
 - ข. นอนหงายศีรษะต่ำ
 - ค. นอนหงายศีรษะสูง
 - ง. ให้อาหารกระตุ้นหัวใจ

6. ใครทำการปฐมพยาบาลผู้ที่ถูกงูพิษกัดได้ถูกต้อง
- ก. กู้กใช้ปากดูดพิษที่ถูกงูกัด
 - ข. ก่อ้งให้เครื่องดื่มร้อนๆ แก่ผู้ป่วย
 - ค. โก้ใช้เชือกรัดเหนือบาดแผลที่ถูกงูกัด
 - ง. เก้ให้เพื่อนกินยาบรรเทาอาการเจ็บปวด
7. เมื่อนักเรียนถูกแมงกะพรุน สิ่งแรกที่ควรปฏิบัติคือข้อใด
- ก. เอาเหล็กไนออก
 - ข. บีบเอาเลือดออก
 - ค. ใช้ทรายถูบริเวณที่ถูกพิษ
 - ง. ใช้สายรัดเหนือบริเวณที่ถูกพิษ
8. หลักการสำคัญของการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยคือข้อใด
- ก. ผู้ป่วยต้องยังไม่หมดสติ
 - ข. ไม่ทำให้ผู้ป่วยบาดเจ็บเพิ่มขึ้น
 - ค. ใช้อุปกรณ์การเคลื่อนย้ายที่ดีเลิศ
 - ง. เคลื่อนย้ายผู้ป่วยให้ถึงโรงพยาบาลให้เร็วที่สุด
9. การกอดคอกีหลังเป็นวิธีการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบใด
- ก. แบบผู้ช่วยเหลืออยู่คนเดียว
 - ข. แบบผู้ช่วยเหลืออยู่สองคน
 - ค. แบบผู้ช่วยเหลืออยู่สามคน
 - ง. แบบผู้ช่วยเหลือโดยใช้เก้าอี้
10. การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยโดยให้สัญญาณยืนขึ้นพร้อมๆ กัน แล้วทำการเคลื่อนย้ายผู้ป่วย เป็นวิธีเคลื่อนย้ายแบบใด
- ก. แบบผู้ช่วยเหลืออยู่สามคน
 - ข. แบบผู้ช่วยเหลือโดยใช้เปล
 - ค. แบบผู้ช่วยเหลืออยู่สองคน
 - ง. แบบผู้ช่วยเหลืออยู่คนเดียว

วิธีการเรียนแบบศูนย์การเรียนรู้

1. สมาชิกทุกคนในกลุ่มศึกษาวิธีการเรียนแบบศูนย์การเรียนรู้ โดยประธานเป็นผู้นำปฏิบัติ
2. ศูนย์การเรียนรู้มี 1 ศูนย์การเรียนรู้ใหญ่ และศูนย์ย่อย ๆ ดังนี้
ศูนย์การเรียนรู้การปฐมพยาบาลและการเคลื่อนย้ายผู้ป่วย
ศูนย์ความหมาย วัตถุประสงค์และแนวทางการปฐมพยาบาล
ศูนย์การปฐมพยาบาลการเป็นลม
ศูนย์การปฐมพยาบาลการเกิดบาดแผล
ศูนย์การปฐมพยาบาลสิ่งแปลกปลอมเข้าตา หู คอ จมูก
ศูนย์การปฐมพยาบาลถูกสัตว์มีพิษกัดต่อย
ศูนย์การเคลื่อนย้ายผู้ป่วย
3. นักเรียนเข้าศูนย์การเรียนรู้ทุกศูนย์ โดยเวียนขวา และใช้เวลาตามที่กำหนดในแต่ละศูนย์
4. นักเรียนควรปฏิบัติตามคำสั่งแต่ละศูนย์อย่างเคร่งครัด เพื่อประโยชน์สูงสุดในการเรียน
ของนักเรียนเอง

ศูนย์การเรียนรู้

เรื่อง การปฐมพยาบาลและการเคลื่อนย้ายผู้ป่วย



ศูนย์การเรียนรู้ : การปฐมพยาบาลและการเคลื่อนย้ายผู้ป่วย

ศูนย์การเรียนรู้ : การปฐมพยาบาลและการเคลื่อนย้ายผู้ป่วย ประกอบด้วย
ศูนย์ย่อย จำนวน 6 ศูนย์ ได้แก่

ศูนย์ความหมาย วัตถุประสงค์และแนวทางการปฐมพยาบาล

ศูนย์การปฐมพยาบาลการเป็นลม

ศูนย์การปฐมพยาบาลการเกิดบาดแผล

ศูนย์การปฐมพยาบาลสิ่งแปลกปลอมเข้าตา หู คอ จมูก

ศูนย์การปฐมพยาบาลถูกสัตว์มีพิษกัดต่อย

ศูนย์การเคลื่อนย้ายผู้ป่วย

แผนผังศูนย์การเรียนรู้



ศูนย์การเรียนรู้ : การปฐมพยาบาลและการเคลื่อนย้ายผู้ป่วย

มีสื่อเรียนดังนี้

1. บัตรคำสั่ง	12	ใบ
1.1 ศูนย์ความหมาย วัตถุประสงค์และแนวทางการปฐมพยาบาล	2	ใบ
1.2 ศูนย์การปฐมพยาบาลการเป็นลม	2	ใบ
1.3 ศูนย์การปฐมพยาบาลการเกิดบาดแผล	2	ใบ
1.4 ศูนย์การปฐมพยาบาลสิ่งแปลกปลอมเข้าตา หู คอ จมูก	2	ใบ
1.5 ศูนย์การปฐมพยาบาลถูกสัตว์มีพิษกัดต่อย	2	ใบ
1.6 ศูนย์การเคลื่อนย้ายผู้ป่วย	2	ใบ
2. บัตรเนื้อหา	108	ใบ
2.1 ศูนย์ความหมาย วัตถุประสงค์และแนวทางการปฐมพยาบาล	18	ใบ
2.2 ศูนย์การปฐมพยาบาลการเป็นลม	18	ใบ
2.3 ศูนย์การปฐมพยาบาลการเกิดบาดแผล	18	ใบ
2.4 ศูนย์การปฐมพยาบาลสิ่งแปลกปลอมเข้าตา หู คอ จมูก	18	ใบ
2.5 ศูนย์การปฐมพยาบาลถูกสัตว์มีพิษกัดต่อย	18	ใบ
2.6 ศูนย์การเคลื่อนย้ายผู้ป่วย	18	ใบ

ศูนย์การเรียนรู้ : การปฐมพยาบาลและการเคลื่อนย้ายผู้ป่วย

3. บัตรกิจกรรม	108	ใบ
3.1 ศูนย์ความหมาย วัตถุประสงค์และแนวทางการปฐมพยาบาล	18	ใบ
3.2 ศูนย์การปฐมพยาบาลการเป็นลม	18	ใบ
3.3 ศูนย์การปฐมพยาบาลการเกิดบาดแผล	18	ใบ
3.4 ศูนย์การปฐมพยาบาลสิ่งแปลกปลอมเข้าตา หู คอ จมูก	18	ใบ
3.5 ศูนย์การปฐมพยาบาลถูกสัตว์มีพิษกัดต่อย	18	ใบ
3.6 ศูนย์การเคลื่อนย้ายผู้ป่วย	18	ใบ
4. กระดาษคำตอบ	36	ใบ
4.1 ศูนย์ความหมาย วัตถุประสงค์และแนวทางการปฐมพยาบาล	6	ใบ
4.2 ศูนย์การปฐมพยาบาลการเป็นลม	6	ใบ
4.3 ศูนย์การปฐมพยาบาลการเกิดบาดแผล	6	ใบ
4.4 ศูนย์การปฐมพยาบาลสิ่งแปลกปลอมเข้าตา หู คอ จมูก	6	ใบ
4.5 ศูนย์การปฐมพยาบาลถูกสัตว์มีพิษกัดต่อย	6	ใบ
4.6 ศูนย์การเคลื่อนย้ายผู้ป่วย	6	ใบ

1. ให้ประธานกลุ่มแจกบัตรคำสั่งให้สมาชิกทุกคนในกลุ่มอ่าน
2. ให้ประธานกลุ่มแจกบัตรเนื้อหาและบัตรกิจกรรมแก่สมาชิกทุกคน ส่วนกระดาษคำตอบมอบให้เลขานุการกลุ่ม
4. เมื่ออ่านบัตรกิจกรรมแล้ว ให้ปฏิบัติตามคำชี้แจงอย่างเคร่งครัด
5. เมื่อทำกิจกรรมเสร็จแล้วให้เก็บสื่อการเรียนรู้ทุกชิ้นเข้าที่เดิมให้เรียบร้อย
6. ขณะเปลี่ยนศูนย์กิจกรรม ขอให้เป็นไปด้วยความเรียบร้อย และเลขานุการกลุ่มโปรดนำกระดาษคำตอบติดตัวไปด้วย

บัตรเนื้อหา

ศูนย์ความหมาย วัตถุประสงค์และแนวทางการปฐมพยาบาล

ความหมายการปฐมพยาบาล

การปฐมพยาบาล หมายถึง การช่วยเหลือเบื้องต้นแก่ผู้ที่ได้รับบาดเจ็บ หมดสติ เจ็บป่วยรุนแรง กระทบหั่น หรือจากอุบัติเหตุ โดยต้องทำการปฐมพยาบาลทันทีโดยใช้เครื่องมือหรืออุปกรณ์ที่พอจะหาได้ในบริเวณนั้น เพื่อช่วยเหลือบรรเทาอาการของผู้ป่วย และมีการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างถูกวิธีไปในที่ปลอดภัย ก่อนที่จะนำส่งโรงพยาบาลเพื่อให้แพทย์รักษาต่อไป

วัตถุประสงค์ของการปฐมพยาบาล

1. เพื่อช่วยชีวิตผู้ป่วยหรือผู้ประสบเหตุอย่างทันทีทันใด
2. เพื่อป้องกันอันตรายที่เกิดขึ้นในระยะต่อไป
3. บรรเทาอาการและความเจ็บปวดให้ลดลง
4. ส่งเสริมและช่วยเหลือผู้ป่วยให้คืนสภาพโดยเร็ว
5. เพื่อช่วยให้ผู้ป่วยพ้นจากสภาพแวดล้อมที่ไม่เหมาะสมและเป็นอันตราย

ลักษณะของผู้ปฐมพยาบาลที่ดี

1. มีความรู้ และได้รับการฝึกเกี่ยวกับวิธีการปฐมพยาบาล
2. สามารถควบคุมสติตนเองได้ดี
3. เป็นคนช่างสังเกต รอบคอบ เพื่อจะได้ข้อมูลของผู้ประสบเหตุรายงานแพทย์
4. ตัดสินใจรวดเร็วว่าจะปฐมพยาบาลด้วยวิธีใด และทราบสถานที่ตั้งโรงพยาบาล



แนวทางการปฏิบัติระหว่างก่อนทำการปฐมพยาบาล

1. ต้องรวบรวมสติ ความคุมอารมณ์ให้มั่นคง ไม่ตกใจง่าย ไม่ประมาท และต้องใช้จิตวิทยาในการพูดกับผู้ป่วยที่ยังมีสติเพื่อให้กำลังใจผู้ป่วย
2. ต้องสังเกตและทราบอาการของผู้ป่วยว่าเจ็บตรงไหน รุนแรงระดับใด โดยทั่วไปเราทราบอาการของผู้ป่วยจากสิ่งต่างๆ ดังนี้
 - จากการบอกเล่าของผู้ป่วย กรณีที่ผู้ป่วยยังพูดได้
 - จากการสอบถามผู้ที่เห็นเหตุการณ์
 - จากการสังเกตสิ่งแวดล้อมภายในที่เกิดเหตุ
 - จากการสังเกตอาการของผู้ป่วย

แนวทางการปฏิบัติในขณะที่ทำการปฐมพยาบาล

1. อย่าให้คนมุงล้อมผู้ป่วยในขณะที่ปฐมพยาบาล
2. พิจารณาอาการของผู้ป่วยอย่างรอบคอบและรวดเร็ว
3. ถ้ามีเลือดออกให้รีบห้ามเลือด และถ้ากระดูกหักให้รีบเข้าเฝือก
4. สังเกตและตรวจการเต้นของชีพจรและการหายใจไว้ตลอดเวลา
5. ถ้าผู้ป่วยหมดสติหรือช็อก อย่าให้ยาหรือเครื่องดื่มใดๆ ทางปาก
6. ถ้าผู้ป่วยหมดสติ ให้จัดผู้ป่วยนอนคว่ำ แล้วตะแคงหน้าไป ด้านใดด้านหนึ่ง เพื่อช่วยให้ผู้ป่วยหายใจสะดวกขึ้นไม่ทำให้ลิ้นตกไปอุดที่คอ
7. ถ้าผู้ป่วยมีอาการชัก ให้รีบนำผ้าหนาๆ ที่สะอาด พันซ้อนสอดไว้ระหว่างฟันบนและฟันล่าง ป้องกันไม่ให้ผู้ป่วยกัดลิ้นตัวเอง
8. ไม่ควรเคลื่อนย้ายผู้ป่วยโดยไม่จำเป็น



ศูนย์ความหมาย วัตถุประสงค์และแนวทางการปฐมพยาบาล

คำถาม

คำตอบ

(This area contains faint horizontal lines for writing.)

คำสั่ง ให้นักเรียนอธิบายแนวทางการปฐมพยาบาลลงในกระดาษคำตอบ

คำถาม	คำตอบ
อธิบายแนวทางปฏิบัติในการปฐมพยาบาลผู้ที่ประสบอุบัติเหตุมาให้เข้าใจ	

บัตรเนื้อหา

ศูนย์การปฐมพยาบาลการเป็นลม

การปฐมพยาบาลการเป็นลม

การเป็นลม หมายถึง การหมดสติไปชั่วขณะหนึ่ง เนื่องจากเลือดไปเลี้ยงสมองลดลง ทำให้เกิดอาการหน้ามืด เวียนศีรษะ ใจสั่น มือและเท้าเย็น และแบ่งลักษณะอาการเป็น 3 ลักษณะ ได้แก่

(1) การเป็นลมธรรมดา เกิดจากร่างกายอ่อนเพลีย มีอาการหิวหรือเหนื่อย หรืออยู่ในที่แออัด มีการเปลี่ยนแปลงสภาพจิตใจอย่างกะทันหัน ผู้ป่วยจะเวียนศีรษะ หน้ามืด ใบหน้าซีดเหงื่อออกฝ่ามือฝ่าเท้า เราต้องให้ผู้ป่วยนอนลงในท่านอนหงาย จัดให้ศีรษะต่ำกว่าเท้า คลายเสื้อผ้าให้หลวม ห้ามคนมามุง ใช้พัดโบกลมให้ผู้ป่วยรู้สึกสบาย ดมยาหอม ยาหอม หรือแอมโมเนีย ถ้าอาการไม่ดีขึ้นให้รีบนำตัวส่งโรงพยาบาลโดยเร็ว

(2) การเป็นลมแดด เกิดจากการอยู่กลางแจ้งเป็นเวลานาน ๆ อาการคล้ายการเป็นลมธรรมดา แต่จะกระหายน้ำมาก ผิวหนังร้อน หน้าแดง ให้เคลื่อนย้ายผู้ป่วยมาในที่ร่มและอากาศถ่ายเทสะดวก ให้ผู้ป่วยนอนหงาย ยกศีรษะและไหล่ให้สูง ให้หายใจยาวๆ คลายเสื้อผ้าให้หลวม ใช้ผ้าชุบน้ำเย็น เช็ดบริเวณใบหน้า ศีรษะ และลำตัวเพื่อระบายความร้อน ถ้าอาการไม่ดีขึ้นให้รีบนำตัวส่งโรงพยาบาลโดยเร็ว

(3) การเป็นลมร้อน เกิดจากความเหน็ดเหนื่อย อาการที่ร้อนอบอ้าว จะมีอาการเหงื่อออกมาก หน้าซีด ตัวซีด ชีพจรเต้นเร็ว และอาจหมดสติ เราต้องให้ผู้ป่วยนอนลงในท่านอนพักด้วยท่าที่สบายที่สุด คลายเสื้อผ้าให้หลวม หาน้ำเย็นให้ดื่มเพื่อความสะดวกขึ้น ให้ดื่มน้ำเกลือแร่ ถ้าอาการไม่ดีขึ้นให้รีบนำตัวส่งโรงพยาบาล



บัตรกิจกรรม

ศูนย์การปฐมพยาบาลการเป็นลม

คำสั่ง ให้นักเรียนเขียนเครื่องหมาย ✓ หน้าข้อความที่ถูกต้อง และเขียนเครื่องหมาย ✕
หน้าข้อความที่ผิดลงในกระดาษคำตอบ

- 1. ความปลอดภัยของสถานที่เกิดเหตุ เป็นสิ่งที่ผู้ปฐมพยาบาลจะต้องคำนึงถึงเป็นอันดับแรก
- 2. การปฐมพยาบาลไม่จำเป็นต้องมีความรู้ ความเข้าใจถึงหลักและวิธีการปฐมพยาบาลที่ถูกต้อง
- 3. ป้ามามีอาการหิวและเหนื่อย เวียนศีรษะ หน้ามืด เหงื่อออกฝ่ามือ ฝ่าเท้า ป้ามามีเป็นลมแดด
- 4. เด็กชายสุวิทย์ เล่นฟุตบอลอยู่กลางสนามกับเพื่อนเป็นเวลานาน ทำให้คอแห้ง หิวน้ำ หน้าแดง เด็กชายสุวิทย์เป็นลมธรรมดา
- 5. วิธีปฐมพยาบาลผู้ป่วยเป็นลมแดด ไม่ควรยกเท้าผู้ป่วยให้สูง เพราะจะเป็นการเพิ่มการไหลเวียนเลือดไปที่สมอง ซึ่งอาจทำให้เส้นเลือดในสมองแตกได้

บัตรเนื้อหา

ศูนย์การปฐมพยาบาลการเกิดบาดแผล

การปฐมพยาบาลในกรณีเกิดบาดแผล

บาดแผล (wound) หมายถึง รอยฉีกขาดของผิวหนังหรือเนื้อเยื่อที่อยู่ใต้ผิวหนังอาจเกิดจากของมีคมหรือไม่มีมีคมก็ตาม เมื่อเกิดบาดแผลแล้วมักจะมีเลือดออกจากบาดแผลด้วยเสมอ เราแบ่งประเภทของบาดแผลออกเป็น 3 ประเภท คือ

1. **ประเภทบาดแผลฟกช้ำ** เป็นบาดแผลที่ไม่มีรอยแยกของผิวหนัง เกิดจากการถูกของแข็งกระแทกอย่างแรง ทำให้เนื้อเยื่อและหลอดเลือดภายใต้ผิวหนังฉีกขาด เลือดออกมาค้างอยู่ทำให้บริเวณบาดแผลบวม แดง ช้ำ และเจ็บปวด ทำให้ผิวหนังเป็น สีแดงคล้ำ ปฐมพยาบาลโดยใช้ความเย็นประคบ 24 ชั่วโมง เพราะความเย็นจะช่วย ห้ามเลือดและลดอาการเจ็บปวด ภายหลัง 24 ชั่วโมง ให้ประคบด้วยความร้อนเพื่อทำให้การไหลเวียนเลือดดีขึ้น เลือดเก่าที่ค้างจะถูกดูดซึมไปทำให้อาการฟกช้ำหายเร็วขึ้น

2. **ประเภทบาดแผลแยก** เกิดจากการถูกวัตถุมีคม ของแหลม ทำให้ผิวหนังเกิด รอยแยก หรือ ฉีกขาด เช่น แผลถูกแทง แผลถูกฟัน แผลถลอก ปฐมพยาบาลโดย การรีบห้ามเลือด ก่อน ถ้าเป็นแผลเล็กๆ ให้ล้างด้วยน้ำเกลือล้างแผล ทาด้วยยาฆ่าเชื้อโรค ปิดแผลด้วยผ้าก๊อช ถ้าเป็นแผลถูกแทงหรือวัตถุปักคาแผลอยู่ อย่าดึงออก ควรให้ผู้ป่วยนอนนิ่งๆ แล้วรีบนำส่งโรงพยาบาล แต่ถ้าเป็นแผลถูกตัดขาดควรห้ามเลือดด้วยวิธีขันชะเนาะแล้วรีบส่งโรงพยาบาล

3. ประเภทบาดแผลถูกไฟไหม้หรือน้ำร้อนลวก

บาดแผลถูกไฟไหม้หรือน้ำร้อนลวก เกิดจากความร้อนจัดทำให้ผิวหนัง หรือเนื้อเยื่อถูกทำลาย ลักษณะของบาดแผล ผิวหนังแดงจนถึงผิวหนังพองหลุดลอกและถูกทำลาย ปฐมพยาบาลโดยใช้น้ำเย็นนวดบริเวณที่ได้รับบาดเจ็บ หรือใช้วันของวุ้นหางจระเข้ประคบทำจนกว่าอาการปวดแสบปวดร้อนจะหาย และถ้าไฟไหม้เสื้อผ้าให้รีบดับไฟก่อน แล้วใช้ผ้าหนาๆ ชุบน้ำคลุมตัว ผู้บาดเจ็บแล้วส่งแพทย์รักษาต่อไป



บัตรกิจกรรม
ศูนย์การปฐมพยาบาลการเกิดบาดแผล

คำสั่ง ให้นักเรียนพิจารณาภาพที่กำหนดให้ และบอกวิธีการปฐมพยาบาลบาดแผล



บาดแผลตัด

วิธีการปฐมพยาบาล

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



บาดแผลช้ำ

วิธีการปฐมพยาบาล

.....

.....

.....

.....

.....

.....

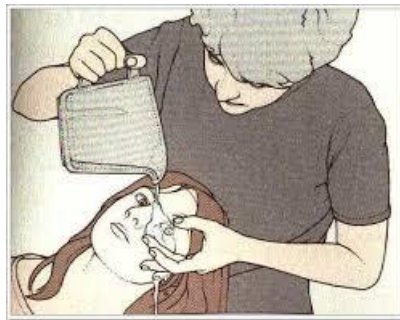
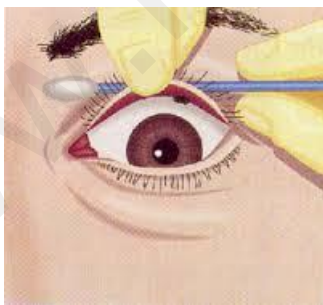
.....

บัตรเนื้อหา

ศูนย์การปฐมพยาบาลสิ่งแปลกปลอมเข้าตา หู คอ จมูก

สิ่งแปลกปลอมเข้าตา แบ่งเป็น 3 พวก

1. สิ่งแปลกปลอมที่เข้าไปในบริเวณลูกตา แต่ไม่ฝังในเปลือกตา เช่น ฝุ่นละออง เศษผง เศษดิน เราปฐมพยาบาล โดยอย่าขยี้ตา ปิดตานิ่งๆ แล้วล้างตาในน้ำสะอาด กระพริบตาถี่ๆ น้ำจะนำสิ่งแปลกปลอมออกจากตา
2. สิ่งแปลกปลอมที่ฝังลงไปเปลือกตา หรือลูกตา ได้แก่ เศษกระจก เศษวัสดุเล็กๆ เราปฐมพยาบาลโดยอย่าขยี้ตาและอย่าเช็ดหรือเช็ดตา ใช้สำลีก้อนแบนๆ หรือผ้านุ่มๆ วางทับเปลือกตาใช้ผ้าพันทับโดยพันรอบศีรษะ ไม่ให้กระพริบตาหรือลูกตาเคลื่อนไหว รีบนำส่งโรงพยาบาลโดยเร็ว
3. ของเหลวกระเด็นเข้าตา เช่น กรด ด่าง น้ำมันที่ใช้ทอดอาหาร เราปฐมพยาบาลโดยให้ล้างตาในน้ำสะอาด หรือจากการเทน้ำขวดชำระล้างตา เป็นเวลาอย่างน้อย 5 นาที ป้ายตาด้วยผ้าขี้ผึ้งป้ายตา ใช้สำลีก้อนแบนๆ หรือผ้านุ่มๆ วางทับเปลือกตาแล้วใช้ผ้าพันทับโดยพันรอบศีรษะ ไม่ให้กระพริบตาหรือลูกตาเคลื่อนไหว รีบนำส่งโรงพยาบาลโดยเร็ว



สิ่งแปลกปลอมเข้าหู

หากเป็นสิ่งมีชีวิต ควรหยอดน้ำเข้าไปในหูจนเต็มเพื่อให้แมลงหนี หรือลอยขึ้นมา หรืออาจใช้น้ำมัน เช่น น้ำมันมะกอก เพื่อป้องกันไม่ให้แมลงเกาะ หรือกัดแก้วหู ต้องนำส่งแพทย์ หากเป็นของแข็งถ้าสามารถมองเห็นได้ให้ค่อยๆ เชื้อออก แต่ถ้าอยู่ลึกให้รีบนำส่งโรงพยาบาล

สิ่งแปลกปลอมเข้าจมูก

ให้ใช้มือปิดจมูกอีกข้างหนึ่งแล้วสูบน้ำมูกอย่างแรง ของนั้นอาจออกมาเองได้ แต่ถ้าในกรณีของเด็กอย่าให้เด็กตกใจและร้องไห้ เพราะอาจจะทำให้เกิดอาการสำลักวัตถุแปลกปลอม อาจตกลงไปในหลอดลมเป็นอันตรายได้ ควรรีบนำส่งแพทย์เพื่อใช้เครื่องมือคีบเอาออก

สิ่งแปลกปลอมเข้าคอ

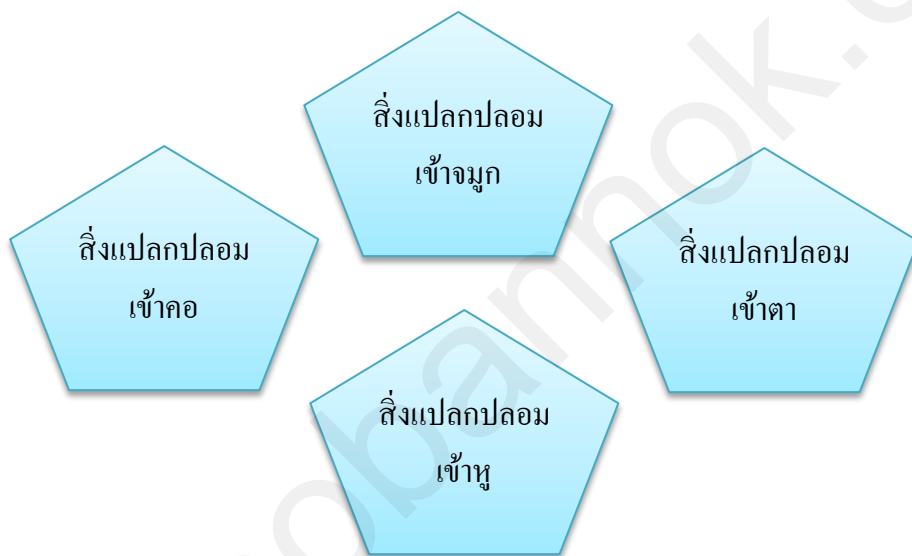
ให้ดื่มน้ำและกลืนอาหารนิ่มๆ เช่น ข้าวหรือขนมปัง เพื่อให้สิ่งแปลกปลอมหลุดลงในกระเพาะอาหาร ห้ามใช้มือแคะหรือล้วง เพราะอาจจะทำให้สิ่งแปลกปลอมปักลึก ถ้าสิ่งแปลกปลอมไม่ออกให้รีบนำส่งโรงพยาบาล



บัตรกิจกรรม

ศูนย์การปฐมพยาบาลสิ่งแปลกปลอมเข้าตา หู คอ จมูก

คำสั่ง ให้นักเรียนศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับอาการของโรคที่เกิดขึ้น และเขียนชื่อโรคที่กำหนดลงในช่องว่างให้ถูกต้อง



1. ลุงมีพาหลานไปหาหมอ หมอให้หลานปิดรูจมูกอีกด้าน แล้วสั่งน้ำมูกอย่างแรง แสดงว่าหลานของลุงมี เป็นอะไร
2. พิกุลพาก้อยไปห้องพยาบาล อาจารย์ให้ก้อยล้างตาในน้ำสะอาด และกระพริบถี่ๆ หลายๆ ครั้งแสดงว่าก้อยเป็นอะไร
3. สายใจใช้น้ำมันมะกอกหยอดลงจนเต็ม เพื่อป้องกันไม่ให้แมลงเกาะ หรือกัด แล้วรีบนำส่งโรงพยาบาล
4. ครูให้ณัฏฐ์ดื่มน้ำและกลืนอาหารนิ่มๆ ห้ามใช้มือแคะหรือล้วง
5. คุณหมอใช้เครื่องมือคีบเอาวัตถุออกมาเพราะเด็กตกใจและร้องไห้ จนทำให้วัตถุตกไปในหลอดลม.....

บัตรเนื้อหา
ศูนย์การปฐมพยาบาลถูกสัตว์มีพิษกัดต่อย

งูพิษที่สำคัญในประเทศไทยมี 7 ชนิด



ภาพที่ 1: งูเห่า

ที่มา: <http://image.ohozaa.com/view2/wYalGWH31LcqpSVj>

(สืบค้นเมื่อ 25 สิงหาคม พ.ศ. 2555)



ภาพที่ 2: งูจงอาง

ที่มา: <http://picpost.postjung.com/198558.html#pic1>

(สืบค้นเมื่อ 25 สิงหาคม พ.ศ. 2555)



ภาพที่ 3: งูสามเหลี่ยม

ที่มา: <http://picpost.postjung.com/198558.html#pic8>

(สืบค้นเมื่อ 25 สิงหาคม พ.ศ. 2555)



ภาพที่ 4: งูแมวเซา

ที่มา: <http://picpost.postjung.com/198558.html#pic7>

(สืบค้นเมื่อ 25 สิงหาคม พ.ศ. 2555)



ภาพที่ 5: งูกะปะ

ที่มา: <http://picpost.postjung.com/198558.html#pic4>

(สืบค้นเมื่อ 25 สิงหาคม พ.ศ. 2555)



ภาพที่ 6: งูเขียวหางไหม้

ที่มา: <http://picpost.postjung.com/198558.html#pic5>

(สืบค้นเมื่อ 25 สิงหาคม พ.ศ. 2555)



ภาพที่ 7: งูทะเล

ที่มา: <http://mkungyuoi.exteen.com/20110922/ez>

(สืบค้นเมื่อ 25 สิงหาคม พ.ศ. 2555)

ถ้างูพิษกัดจะมีเขี้ยวพิษ 2 เขี้ยว เป็นจุดกลมใหญ่ ถ้าเป็นงูไม่มีพิษจะมีรอยพิษหลายรู



ภาพที่ 8: แผลงูมีพิษกัด

ที่มา: <http://www.pettakecare.com/?p=291>

(สืบค้นเมื่อ 25 สิงหาคม พ.ศ. 2555)

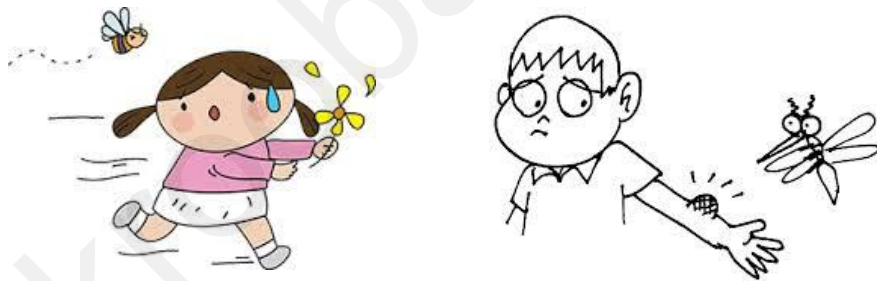
ถ้าถูกงูมีพิษกัด ใช้สายยางรัดเหนือบาดแผลให้แน่นพอสมควร ปิดและรีดเลือดออกจากบาดแผลให้มากที่สุด อย่าให้ผู้ป่วยดื่มสุรา กาแฟ เพราะจะทำให้หัวใจเต้นแรงทำให้พิษเข้าสู่กระแสเลือดเร็วขึ้น รีบนำผู้ป่วยไปถึงโรงพยาบาลให้เร็วที่สุด และบอกชนิด หรือลักษณะของงูที่กัดเพื่อแพทย์จะได้ให้เซรุ่มถูกต้อง



ถูกแมลงกัดต่อย ควรล้างบริเวณบาดแผล ถ้ามีเหล็กในฝังอยู่ให้เอาคีบดึงออก ใช้สำลีชุบแอมโมเนียทาบริเวณแผลให้ทั่ว ถ้าปวดมากให้ใช้ยาระงับปวดและถ้าอาการไม่ดีขึ้นให้รีบส่งโรงพยาบาล

ถูกแมลงป้องกันต่อย ตะขาบ หรือแมงมุมกัด ให้ใช้สายรัดเหนือบริเวณที่ถูกต่อย บีบเลือดให้ไหลออกจากบาดแผลเพื่อให้พิษออกมา ใช้สำลีชุบแอมโมเนียทาบริเวณแผลให้ทั่ว ถ้าปวดหรือบวมมากให้ใช้ถุงน้ำแข็งประคบ และในกรณีที่มีอาการรุนแรงให้รีบนำส่งโรงพยาบาล

ถูกแมงกะพรุนไฟ ใช้น้ำล้างบริเวณที่ถูกพิษ ใช้แอมโมเนียชุบปิดปากแผลไว้ หรือใช้ผักบุ้งทะเลขยี้ให้ละเอียดแล้วพอกไว้ ถ้ามีอาการปวดให้กินยาแก้ปวดและถ้าอาการรุนแรงมากให้รีบนำส่งโรงพยาบาล



บัตรกิจกรรม

ศูนย์การปฐมพยาบาลถูกสัตว์มีพิษกัดต่อย

คำสั่ง ให้นักเรียนนำอักษรหน้าข้อความในกรอบที่กำหนดให้มาเติมหน้าข้อความด้านล่างให้สัมพันธ์กัน

- ก. แมลงกัดต่อย
- ข. แมลงป่องต่อย ตะขาบ แมงมุมกัด
- ค. แมงกะพรุนไฟ
- ง. ภูมิพิษ
- จ. ภูมิไม่มีพิษ

1. ใช้เข็มดึงเหล็กในออก และใช้สำลีชุบแอมโมเนียทาบริเวณบาดแผล
2. ใช้สำลีชุบแอมโมเนียปิดปากแผล หรือ ใช้ผ้าก๊วยซ่ทะเลยี่ห้อพอกบาดแผลไว้
3. ห้ามให้ผู้ป่วยดื่มสุรา กาแฟ เพราะจะทำให้พิษเข้าสู่กระแสเลือดเร็วขึ้น
4. ใช้สายรัดเหนือบาดแผล บีบเลือดให้ไหลออก ถ้าปวดหรือบวมใช้ถุงน้ำแข็งประคบ
5. ไม่มีรอยกัดเป็นเขียวจุดใหญ่ แต่มี รอยเขียวเป็นจุดเล็กๆ เรียงกันทั้ง 2 ข้าง

บัตรเนื้อหา

ศูนย์การเคลื่อนย้ายผู้ป่วย

การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยถ้าพบว่าผู้ป่วยกระดูกหักต้องป้องกันไม่ให้กระดูกส่วนที่หักเคลื่อนไหว ด้วยการเข้าเฝือกชั่วคราว ถ้ากระดูกหักชนิดเปิดควรห้ามเลือดก่อน ถ้าพบหรือสงสัยว่ากระดูกสันหลังหรือกระดูกคอหัก จะต้องระมัดระวังในการเคลื่อนย้าย ต้องให้ผู้ป่วยอยู่นิ่งๆ ไม่เคลื่อนไหว ส่วนคอหรือกระดูกสันหลังขณะเคลื่อนย้ายแล้วรีบนำผู้ป่วยส่งโรงพยาบาลโดยเร็ว

แต่ก่อนเคลื่อนย้ายผู้ป่วยต้องคำนึงถึงความปลอดภัยของผู้ป่วยเป็นสำคัญ โดยเฉพาะอาการกระดูกหัก ถ้าเคลื่อนย้ายไม่ถูกวิธีก็จะยิ่งทำให้ผู้ป่วยได้รับอันตรายมากยิ่งขึ้น เราสามารถกระทำได้หลายวิธี ดังนี้

การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยโดยผู้ปฐมพยาบาลเพียงคนเดียว

1. การอุ้มพุงเดิน เหมาะสำหรับผู้ป่วยที่แขนขา ได้รับบาดเจ็บ รู้สึกตัวและสามารถเดินได้ด้วยตนเองโดยจะต้องมีการประคอง
2. การอุ้มกอดด้านหน้า ใช้สำหรับผู้ป่วยที่เดินไม่ได้และมีน้ำหนักตัวน้อยกว่าผู้ปฐมพยาบาล
3. การอุ้มกอดคอขึ้นหลัง ใช้กรณีผู้ป่วยบาดเจ็บที่เท้าและขา แต่ยังรู้สึกตัวดี
4. การอุ้มแบก ใช้สำหรับผู้ป่วยที่ไม่รู้สึกตัว



ลักษณะการอุ้มพุงเดิน



ลักษณะการอุ้มกอดด้านหน้า



ลักษณะการอุ้มกอดคอดกัซหลัง



ลักษณะการอุ้มแบก

การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยโดยผู้ปฐมพยาบาล 2 คน

1. การอุ้มเคียงใช้ในกรณีที่ผู้ป่วยบาดเจ็บที่ขาหรือผู้ป่วยไม่รู้สึกรตัว



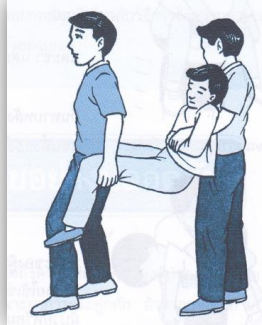
ลักษณะการอุ้มเคียง

2. การอุ้มประสานแครง เหมาะสำหรับผู้บาดเจ็บที่ขา รู้สึกรตัวดีและใช้มือทั้ง 2 ได้



ลักษณะการอุ้มประสานแครง

3. การอุ้มกอดหลัง ใช้สำหรับเคลื่อนย้ายผู้ป่วยในบริเวณที่แคบไม่ควรใช้ในกรณีที่ผู้ป่วยหายใจไม่สะดวกหรือไม่รู้สึกตัว



ลักษณะการอุ้มกอดหลัง

การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยโดยใช้เก้าอี้ การเคลื่อนย้ายวิธีนี้ไม่ควรใช้กับผู้ป่วยที่บาดเจ็บบริเวณหลังและขา
วิธีที่ 1 ใช้ในกรณีที่ผู้ป่วยรู้สึกตัวมีบาดแผลบริเวณท้อง ทรวงอก แขน



ลักษณะการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยโดยใช้เก้าอี้

วิธีที่ 2 เหมาะที่จะใช้ขึ้น – ลง บันได



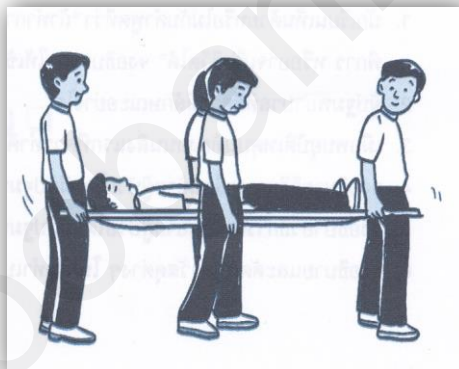
ลักษณะการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยโดยใช้เก้าอี้
โดยมีผู้ปฐมพยาบาลยืนขนานด้านข้าง

การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยโดยผู้ปฐมพยาบาล 3 คน อุ้ม 3 คนเรียง
เหมาะสำหรับผู้ป่วยที่ไม่รู้สึกตัว หรือต้องการเดินทางที่แคบ



ลักษณะการอุ้ม 3 คนเรียง

การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยโดยใช้เปล



การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยโดยมีผู้ปฐมพยาบาล 4 คน

การช่วยเหลือปฐมพยาบาลและเคลื่อนย้ายผู้ป่วยจากอาการบาดเจ็บ ต้องมีความรู้อย่าง
ถูกต้องด้วยเพราะหากเกิดความผิดพลาด หรือปฐมพยาบาลไม่ถูกวิธีอาการจะรุนแรง และเป็น
อันตรายต่อตัวผู้ป่วยมากขึ้น และอาจก่อให้เกิดอันตรายถึงชีวิตได้



บัตรกิจกรรม

ศูนย์การเคลื่อนย้ายผู้ป่วย

คำสั่ง ให้นักเรียนจับคู่การเคลื่อนย้ายให้ถูกต้อง ตรงกับอาการ โดยนำข้อความใต้ภาพแต่ละป้ายไปเติมในช่องว่างให้ถูกต้อง



การอุ้มกอดคอขี่หลัง



การอุ้มพุงเดิน



การอุ้มกอดคอด้านหน้า



การอุ้มกอดคอหลัง



การอุ้มประสานแคร่



การอุ้มแบก



การใช้เก้าอี้



การอุ้ม 3 คนเรียง



การใช้เปลหาม



การอุ้มเคียง

1. เป็นการเคลื่อนย้ายที่ใช้สำหรับผู้ป่วยที่ไม่รู้สึกตัว

.....

2. เป็นการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยที่แขน ขา ได้รับบาดเจ็บแต่สามารถเดินได้

.....

3. เป็นการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยที่บาดเจ็บที่เท้าและขา แต่ผู้ป่วยยังรู้สึกตัว

.....

4. เป็นการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยที่เดินไม่ได้ และน้ำหนักน้อยกว่าผู้ปฐมพยาบาล

.....

5. เป็นการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยลงจากที่สูงบริเวณทางเดินแคบ

.....

6. เป็นการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยที่สามารถใช้บันไดประตู่แทนได้

.....

7. เป็นการเคลื่อนย้ายผู้ป่วย เหมาะที่จะใช้ขึ้น-ลงบันได

.....

8. เป็นการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยบาดเจ็บที่ขา รู้สึกตัวและใช้มือทั้ง 2 ได้

.....

9. เป็นการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยในท่านอน และไม่รู้สึกตัว

.....

10. เป็นการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยบาดเจ็บที่ขา และไม่รู้สึกตัว

.....

แบบทดสอบหลังเรียน
เรื่อง การปฐมพยาบาล และเคลื่อนย้ายผู้ป่วย

คำสั่ง ให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ถูกต้องเพียงข้อเดียว (ข้อละ 1 คะแนน)

1. การปฐมพยาบาลเกี่ยวข้องกับเรื่องใดมากที่สุด
 - ก. การช่วยเหลือผู้ป่วยให้มีกำลังใจ
 - ข. การช่วยเหลือผู้ป่วยเบื้องต้นก่อนนำส่งแพทย์
 - ค. การช่วยเหลือผู้ป่วยด้วยความสุจริตใจยุติธรรม
 - ง. การช่วยเหลือผู้ป่วยด้วยความรับผิดชอบต่อหน้าที่
2. การตรวจการหายใจของผู้ป่วยเป็นอันดับแรกก่อนการปฐมพยาบาลเพื่ออะไร
 - ก. เพื่อจะได้ห้ามเลือดของผู้ป่วยก่อน
 - ข. เพื่อไม่ให้คนมุงดูในขณะที่ปฐมพยาบาล
 - ค. เพื่อจะได้ช่วยผายปอดผู้ป่วยที่หัวใจหยุดเต้น
 - ง. เพื่อจะได้เตรียมอุปกรณ์ในการปฐมพยาบาล
3. การปฐมพยาบาลที่ดี ผู้ช่วยเหลือมีหลักสำคัญในการปฏิบัติตามข้อใด
 - ก. ถูกต้อง รวดเร็ว และถูกวิธี
 - ข. มีอุปกรณ์ทางการแพทย์ครบ
 - ค. อยู่บริเวณที่มีอากาศถ่ายเทสะดวก
 - ง. การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยต้องรอให้ฟื้น
4. เพราะเหตุใดผู้ที่มิบาดเจ็บพลฟกช้ำ จึงต้องประคบเย็น 24 ชั่วโมง
 - ก. เพราะจะช่วยไม่ให้เป็นรอยแผล
 - ข. เพราะจะช่วยให้อาการดีขึ้น
 - ค. เพราะจะช่วยให้อาการไม่เลวร้ายขึ้น
 - ง. เพราะจะช่วยลดอาการเจ็บปวดและบวม
5. เมื่อพบผู้ป่วยเป็นลมหมดสติ นักเรียนจะมีวิธีการปฐมพยาบาลอย่างไร
 - ก. ใช้ร่มกันแดด แล้วให้ดื่มกาแฟ
 - ข. ใช้ผ้าชุบน้ำเย็นเช็ดใบหน้าและลำคอ
 - ค. สังเกตดูอาการตามร่างกายของผู้ป่วย
 - ง. ให้ผู้ป่วยนอนหงายกศีรษะผู้ป่วยต่ำลง

6. เพราะเหตุใดเมื่อถูกงูพิษกัดจึงต้องให้นอนอยู่นิ่งๆ ห้ามเคลื่อนไหว
- ก. ไม่ให้คนเจ็บเสียเลือด
 - ข. บรรเทาอาการเจ็บปวด
 - ค. พิษกระจายสู่ร่างกายช้าลง
 - ง. การไหลเวียนของเลือดจะได้ไหลสะดวก
7. การใช้ตำลึงชุบแอมโมเนียปิดบริเวณแผลที่ถูกแมงกะพรุนมีประโยชน์อย่างไร
- ก. เพื่อบรรเทาพิษให้น้อยลง
 - ข. เพื่อลดอาการคันตามร่างกาย
 - ค. เพื่อลดความเป็นกรดของพิษ
 - ง. เพื่อลดอาการอักเสบของบาดแผล
8. ข้อใดคือจุดมุ่งหมายของการเคลื่อนย้ายผู้ป่วย
- ก. เพื่อไม่ให้ผู้ป่วยหมดสติ
 - ข. เพื่อให้ผู้ป่วยถึงโรงพยาบาลโดยเร็ว
 - ค. เพื่อไม่ให้ผู้ป่วยได้รับบาดเจ็บมากขึ้น
 - ง. เพื่อเป็นการทดสอบอุปกรณ์การเคลื่อนย้าย
9. การกอดคอกีหลังเป็นการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยในกรณีใด
- ก. ผู้ป่วยที่เดินไม่ได้
 - ข. ผู้ป่วยที่ไม่รู้สึกตัว
 - ค. ผู้ป่วยที่แขนขาได้รับบาดเจ็บ
 - ง. ผู้ป่วยบาดเจ็บที่เท้าและขา แต่ยังรู้สึกตัวดี
10. การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยแบบผู้ช่วยเหลือสามคน เป็นการเคลื่อนย้ายในกรณีใด
- ก. ผู้ป่วยที่แขนขาได้รับบาดเจ็บ
 - ข. ผู้ป่วยที่ไม่รู้สึกตัวหรือต้องเดินทางทางที่แคบ
 - ค. ผู้ป่วยบาดเจ็บที่เท้าและขา แต่ผู้ป่วยยังรู้สึกตัวดี
 - ง. ผู้ป่วยที่มีบาดแผลบริเวณท้อง ทรวงอก แขนขา

บรรณานุกรม

กิตติ ปรมัตผล และคณะ. 2554. รายวิชาพื้นฐาน 1 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 กลุ่มสาระการเรียนรู้
สุขศึกษาและพลศึกษา ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551.

พิมพ์ครั้งที่ 1. นนทบุรี: สำนักพิมพ์เอมพันธ์.

กิตติ ปรมัตผล และคณะ. ม.ป.ป. หนังสือเสริมประสบการณ์ สุขศึกษา 1 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551. กรุงเทพมหานคร:
สำนักพิมพ์เอมพันธ์.

ธงชัย หวลถึง. ม.ป.ป. แบบวัดและบันทึกผลการเรียนรู้ สุขศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 กลุ่มสาระ
การเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช
2551. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์อักษรเจริญทัศน์.

พรสุข หุ่นนิรันดร์ และคณะ. ม.ป.ป. สุขศึกษา ม.1 กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
ตาม

หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551. พิมพ์ครั้งที่ 4.

กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์อักษรเจริญทัศน์.

สมหมาย แดงสกุล และคณะ. ม.ป.ป. รายวิชาพื้นฐาน สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน
พุทธศักราช 2551. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์เอมพันธ์.

สุจิตรา สุคนธ์ทรัพย์ และคณะ. ม.ป.ป. สุขศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ตามหลักสูตรแกนกลาง
การศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์แม็ค.

อภิสิทธิ์ เทียนทอง และยงค์ สันติภพ. 2552. รายวิชาพื้นฐาน สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปี
ที่ 1

กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน
พุทธศักราช 2551. 5,000 เล่ม. พิมพ์ครั้งที่ 1. ฉะเชิงเทรา: สำนักพิมพ์ประสานมิตร.

เว็บไซต์

งูกะปะ. เข้าถึงได้จาก: <http://picpost.postjung.com/198558.html#pic4> (สืบค้นเมื่อ 25 สิงหาคม
2555)

บรรณานุกรม (ต่อ)

งูจงอาง. เข้าถึงได้จาก: <http://picpost.postjung.com/198558.html#pic1> (สืบค้นเมื่อ 25 สิงหาคม 2555)

งูเขียวหางไหม้. เข้าถึงได้จาก: <http://picpost.postjung.com/198558.html#pic5> (สืบค้นเมื่อ 25 สิงหาคม 2555)

งูทะเล. เข้าถึงได้จาก: <http://mkungyuoi.exteen.com/20110922/ez> (สืบค้นเมื่อ 25 สิงหาคม 2555)

งูแมวเซา. เข้าถึงได้จาก: <http://picpost.postjung.com/198558.html#pic7> (สืบค้นเมื่อ 25 สิงหาคม 2555)

งูสามเหลี่ยม. เข้าถึงได้จาก: <http://picpost.postjung.com/198558.html#pic8> (สืบค้นเมื่อ 25 สิงหาคม 2555)

งูเห่า. เข้าถึงได้จาก: <http://image.ohozaa.com/view2/wYalGWH31LcqpSVj> (สืบค้นเมื่อ 25 สิงหาคม 2555)

แผลงูมีพิษกัด. เข้าถึงได้จาก <http://www.pettakecare.com/?p=291> (สืบค้นเมื่อ 25 สิงหาคม 2555)

ภาคผนวก

เฉลยแบบทดสอบก่อนเรียน
เรื่อง การปฐมพยาบาล และการเคลื่อนย้ายผู้ป่วย

1. ง

2. ค

3. ก

4. ง

5. ข

6. ค

7. ค

8. ง

9. ก

10. ข



เฉลยกิจกรรม

บัตรกิจกรรม

ศูนย์ความหมาย วัตถุประสงค์และแนวทางการปฐมพยาบาล

คำสั่ง ให้นักเรียนอธิบายความหมายและวัตถุประสงค์การปฐมพยาบาลลงในกระดานคำตอบ

คำถาม

อธิบายความหมายและวัตถุประสงค์
ของการปฐมพยาบาลมาให้เข้าใจ

คำตอบ

การปฐมพยาบาล หมายถึง การช่วยเหลือ
เบื้องต้นแก่ผู้ที่ได้รับบาดเจ็บ

1. เพื่อช่วย ชีวิตผู้ประสบเหตุอย่าง

ทันทั่วทั้งที่

2. เพื่อป้องกันอันตราย

3. บรรเทาอาการและความเจ็บปวดให้
ลดลง

4. ส่งเสริมและช่วยเหลือให้ผู้ป่วยคืน
สภาพโดยเร็ว

5. ให้ผู้ป่วยพ้นจากสภาพแวดล้อมที่ไม่
เหมาะสม

คำสั่ง ให้นักเรียนอธิบายแนวทางการปฐมพยาบาลลงในกระดานคำตอบ

คำถาม	คำตอบ
อธิบายแนวทางปฏิบัติในการปฐมพยาบาลผู้ที่ประสบอุบัติเหตุมาให้เข้าใจ	1. สมาชิก ควบคุมอารมณ์ให้มั่นคง ไม่ตกใจง่าย 2. เป็นคนช่างสังเกตการหายใจ และชีพจรของผู้ป่วย 3. อย่าให้คนอื่นมุงล้อมผู้ป่วยในขณะที่ปฐมพยาบาล 4. จัดท่านอนของผู้ป่วยให้เหมาะสมกับสภาพความบาดเจ็บ 5. ถ้ามีเลือดออกให้รีบห้ามเลือด 6. ถ้ามีกระดูกหักต้องรีบเข้าเฝือก 7. ให้กำลังใจผู้ป่วยและเตรียมการเคลื่อนย้าย

บัตรเฉลยกิจกรรม
ศูนย์การปฐมพยาบาลการเป็นลม

คำสั่ง ให้นักเรียนเขียนเครื่องหมาย ✓ หน้าข้อความที่ถูกต้อง และเขียนเครื่องหมาย ✕ หน้าข้อความที่ผิดลงในกระดาษคำตอบ

- ✓ 1. ความปลอดภัยของสถานที่เกิดเหตุ เป็นสิ่งที่ผู้ปฐมพยาบาลจะต้องคำนึงถึงเป็นอันดับแรก
- ✕ 2. การปฐมพยาบาลไม่จำเป็นต้องมีความรู้ ความเข้าใจถึงหลักและวิธีการปฐมพยาบาลที่ถูกต้อง
- ✕ 3. ปฐมามีอาการหิวและเหนื่อย เวียนศีรษะ หน้ามืด เหงื่อออกฝ่ามือ ฝ่าเท้า ปฐมามีเป็นลมแดด
- ✕ 4. เด็กชายสุวิทย์ เล่นฟุตบอลอยู่กลางสนามกับเพื่อนเป็นเวลานาน ทำให้คอแห้ง หิวน้ำ หน้าแดง เด็กชายสุวิทย์เป็นลมธรรมดา
- ✓ 5. วิธีปฐมพยาบาลผู้ป่วยเป็นลมแดด ไม่ควรยกเท้าผู้ป่วยให้สูง เพราะจะเป็นการเพิ่มการไหลเวียนเลือดไปที่สมอง ซึ่งอาจทำให้เส้นเลือดในสมองแตกได้

บัตรเฉลยกิจกรรม
ศูนย์การปฐมพยาบาลการเกิดบาดแผล

คำสั่ง ให้นักเรียนพิจารณาภาพที่กำหนดให้ และบอกวิธีการปฐมพยาบาลบาดแผล



บาดแผลตัด

วิธีการปฐมพยาบาล

1. ใช้ผ้าสะอาดกดลงบนแผลประมาณ 15-20 นาที
2. เมื่อเลือดหยุดแล้วให้ล้างน้ำทำความสะอาดแผล
3. ถ้าเป็นบาดแผลกว้างและลึก มีเลือดออกมาก ให้ใช้ผ้าสะอาดห้ามเลือด แล้วรีบส่งสถานพยาบาลทันที



บาดแผลช้ำ

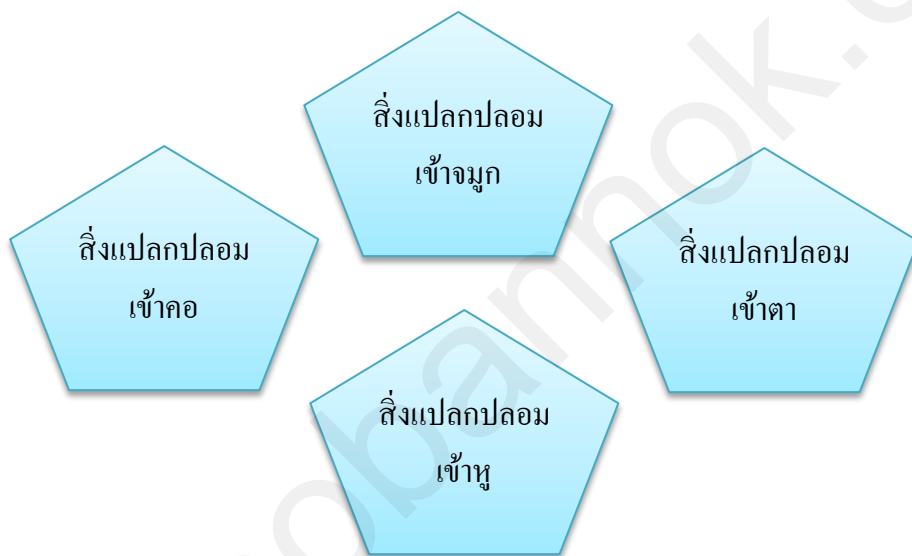
วิธีการปฐมพยาบาล

1. ในช่วง 24 ชั่วโมงแรก ให้ประคบด้วยความเย็น เพื่อห้ามเลือดและระงับความเจ็บปวด
2. หลัง 24 ชั่วโมง สามารถประคบด้วยความร้อนได้เพื่อลดอาการปวดบวม

บัตรเฉลยกิจกรรม

ศูนย์การปฐมพยาบาลสิ่งแปลกปลอมเข้าตา หู คอ จมูก

คำสั่ง ให้นักเรียนศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับอาการของโรคที่เกิดขึ้น และเขียนชื่อโรคที่กำหนดลงในช่องว่างให้ถูกต้อง



1. ลุงมีพาหลานไปหาหมอ หมอให้หลานปิดจมูกอีกด้าน แล้วสั่งน้ำมูกอย่างแรง แสดงว่าหลานของลุงมี เป็นอะไร**สิ่งแปลกปลอมเข้าจมูก**.....
2. พิกุลพาก้อยไปห้องพยาบาล อาจารย์ให้ก้อยล้างตาในน้ำสะอาด และกระพริบถี่ๆ หลายๆ ครั้งแสดงว่าก้อยเป็นอะไร**สิ่งแปลกปลอมเข้าตา**.....
3. สายใจใช้น้ำมันมะกอกหยอดลงจนเต็ม เพื่อป้องกันไม่ให้แมลงเกาะ หรือกัด แล้วรีบนำส่งโรงพยาบาล**สิ่งแปลกปลอมเข้าหู**.....
4. ครูให้ณัฏฐ์ดื่มน้ำและกลืนอาหารนิ่มๆ ห้ามใช้มือแคะหรือล้วง ...**สิ่งแปลกปลอมเข้าคอ**.....
5. คุณหมอใช้เครื่องมือคีบเอาวัตถุออกมาเพราะเด็กตกใจและร้องไห้ จนทำให้วัตถุตกไปในหลอดลม.....**สิ่งแปลกปลอมเข้าจมูก**.....

บัตรเฉลยกิจกรรม

ศูนย์การปฐมพยาบาลถูกสัตว์มีพิษกัดต่อย

คำสั่ง ให้นักเรียนนำอักษรหน้าข้อความในกรอบที่กำหนดให้มาเติมหน้าข้อความด้านล่างให้สัมพันธ์กัน

- จ. แมลงกัดต่อย
- ข. แมลงป่องต่อย ตะขาบ แมงมุมกัด
- ช. แมงกะพรุนไฟ
- ฉ. งูมีพิษ
- ญ. งูไม่มีพิษ

1. ใช้เข็มดึงเหล็กในออก และใช้สำลีชุบแอมโมเนียทาบริเวณบาดแผล

ก

2. ใช้สำลีชุบแอมโมเนียปิดปากแผล หรือ ใช้ผักบุ้งทะเลขยี้พอกบาดแผลไว้

ก

3. ห้ามให้ผู้ป่วยดื่มน้ำสุรา กาแฟ เพราะจะทำให้พิษเข้าสู่กระแสเลือดเร็วขึ้น

ง

4. ใช้สายรัดเหนือบาดแผล บีบเลือดให้ไหลออก ถ้าปวดหรือบวมใช้ถุงน้ำแข็งประคบ

ข

5. ไม่มีรอยกัดเป็นเขี้ยวจุดใหญ่ แต่มี รอยเขี้ยวเป็นจุดเล็กๆ เรียงกันทั้ง 2 ข้าง

จ

บัตรเฉลยกิจกรรม
ศูนย์การเคลื่อนย้ายผู้ป่วย

คำสั่ง ให้นักเรียนจับคู่การเคลื่อนย้ายให้ถูกต้อง ตรงกับอาการ โคนาตัวเลขได้ภาพแต่ละป้ายไปเติม
ในช่องว่างให้ถูกต้อง



การอุ้มกอดคอดีหลัง



การอุ้มพุงเดิน



การอุ้มกอดคอด้านหน้า



การอุ้มกอดคอดีหลัง



การอุ้มประสานแคร์



การอุ้มแบก



การใช้เก้าอี้



การอุ้ม 3 คนเรียง



การใช้เปลหาม



การอุ้มเคียง

1. เป็นการเคลื่อนย้ายที่ใช้สำหรับผู้ป่วยที่ไม่รู้สึกตัว

.....การอุ้มแบก.....

2. เป็นการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยที่แขนขา ได้รับบาดเจ็บแต่สามารถเดินได้

.....การอุ้มพยุงเดิน.....

3. เป็นการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยที่บาดเจ็บที่เท้าและขา แต่ผู้ป่วยยังรู้สึกตัว

.....การอุ้มกอดคอขี้น้ำ.....

4. เป็นการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยที่เดินไม่ได้ และน้ำหนักน้อยกว่าผู้ปฐมพยาบาล

.....การอุ้มกอดคอด้านหลัง.....

5. เป็นการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยลงจากที่สูงบริเวณทางเดินแคบ

.....การอุ้มกอดคอหลัง.....

6. เป็นการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยที่สามารถใช้บันไดประตู่แทนได้

.....การใช้เปลหาม.....

7. เป็นการเคลื่อนย้ายผู้ป่วย เหมาะที่จะใช้ขึ้น-ลงบันได

.....การใช้เก้าอี้.....

8. เป็นการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยบาดเจ็บที่ขา รู้สึกตัวและใช้มือทั้ง 2 ได้

.....การอุ้มประสานแคร่.....

9. เป็นการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยในท่านอน และไม่รู้สึกตัว

.....การอุ้ม 3 คน เรียง.....

10. เป็นการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยบาดเจ็บที่ขา และไม่รู้สึกตัว

.....การอุ้มเคียง.....

เฉลยแบบทดสอบหลังเรียน
เรื่อง การปฐมพยาบาล และการเคลื่อนย้ายผู้ป่วย

1. ข

2. ค

3. ก

4. ง

5. ข

6. ค

7. ก

8. ค

9. ง

10. ข

