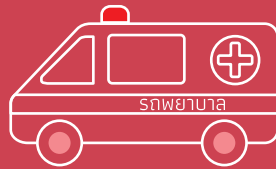


ความรู้เรื่อง



# การปฐมพยาบาล



ศูนย์ฝึกอบรมปฐมพยาบาลและสุขภาพอนามัย สภากาชาดไทย



# ความรู้เรื่อง การปฐมพยาบาล



ศูนย์ฝึกอบรมปฐมพยาบาลและสุขภาพอนามัย  
สภากาชาดไทย

## หนังสือความรู้เรื่องการปฐมพยาบาล

บรรณาธิการ: ญัฐยา อุดมวงษ์ วิทยากร 5 กลุ่มงานอบรมปฐมพยาบาล  
ศูนย์ฝึกอบรมปฐมพยาบาลและสุขภาพอนามัย สภากาชาดไทย

ที่ปรึกษา: นิตยา ร่มรื่น รองผู้อำนวยการฯ รักษาการผู้อำนวยการ  
ศูนย์ฝึกอบรมปฐมพยาบาลและสุขภาพอนามัย สภากาชาดไทย  
แพทย์หญิงภควดี พลังวชิรา ฝ่ายเวชศาสตร์ฉุกเฉิน  
โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ สภากาชาดไทย

การผลิตและลอกเลียนแบบหนังสือเล่มนี้ในรูปแบบใด  
ต้องได้รับอนุญาตเป็นลายลักษณ์อักษรจาก  
ศูนย์ฝึกอบรมปฐมพยาบาลและสุขภาพอนามัย สภากาชาดไทย

# คำนำ

หนังสือความรู้เรื่องการปฐมพยาบาล จัดทำขึ้นเพื่อให้เป็นหนังสือประกอบการอบรมความรู้เรื่องการปฐมพยาบาลแก่จิตอาสาสมัครภาคประชาชนทุกจังหวัดทั่วประเทศไทย ให้ได้รับความรู้ จุดประกายความสนใจเรื่องการปฐมพยาบาลและเกิดความกระตือรือร้นในการศึกษาหาความรู้ และฝึกปฏิบัติเรื่องการปฐมพยาบาลอย่างจริงจังนำไปสู่ทักษะการปฐมพยาบาลที่สามารถนำไปช่วยเหลือผู้เจ็บป่วยหรือบาดเจ็บได้อย่างถูกต้องปลอดภัย ทำให้ชุมชนช่วยเหลือเกื้อกูลซึ่งกันและกันทางด้านการปฐมพยาบาล

ศูนย์ฝึกอบรมปฐมพยาบาลและสุขภาพอนามัย หวังเป็นอย่างยิ่งว่าหนังสือเล่มนี้จะเป็นประโยชน์แก่ทุกคน ที่ได้ศึกษาและนำความรู้ที่ได้รับไปใช้ประโยชน์สูงสุด



นางสาวนิตยา ร่มริน

รองผู้อำนวยการฯ รักษาการผู้อำนวยการ

ศูนย์ฝึกอบรมปฐมพยาบาลและสุขภาพอนามัย สภากาชาดไทย

# สารบัญ

## หลักการปฐมพยาบาล

- ความหมายของการปฐมพยาบาลเบื้องต้น 6
- การประเมินสถานการณ์ 7
- การขอความช่วยเหลือ 9
- การประเมินการบาดเจ็บ 10

## การปฐมพยาบาลภาวะเจ็บป่วยและการบาดเจ็บต่างๆ

- ภาวะหมดสติ 14
  - เป็นลม/เป็นลมจากการเสียเหงื่อ/เป็นลมจากความร้อน 14
  - การชัก 19
  - โรคหลอดเลือดสมอง 20
- การสำลัก 23
- การนวดหัวใจผายปอดกู้ชีพ 26
- บาดแผล 32
  - แผลฟกช้ำ แผลถลอก แผลฉีกขาด 32
  - แผลไหม้ น้ำร้อนลวก 35
  - บาดแผลถูกสัตว์กัด 37
  - เลือดกำเดาไหล 40
- การบาดเจ็บของกระดูกและข้อ 42
  - ข้อเคล็ด ข้อเคลื่อน กระดูกหัก 42

# หลักการปฐมพยาบาล



**การปฐมพยาบาล** หมายถึง การช่วยเหลือผู้บาดเจ็บ หรือผู้ป่วย  
ณ ที่เกิดเหตุ โดยใช้เครื่องมือเท่าที่สามารถหาได้ในขณะนั้น ทำการ  
ปฐมพยาบาลเบื้องต้นก่อนส่งไปรักษาต่อยังสถานพยาบาล

### **วัตถุประสงค์ของการปฐมพยาบาล**

- เพื่อช่วยชีวิตผู้บาดเจ็บ
- บรรเทาความเจ็บปวด
- ป้องกันความพิการ
- ป้องกันอันตรายที่อาจเกิดขึ้น

ในการช่วยเหลือปฐมพยาบาล ณ จุดเกิดเหตุ สิ่งสำคัญแรกๆที่ผู้ช่วยเหลือ  
ต้องตระหนักก่อนให้การช่วยเหลือ คือ ผู้ช่วยเหลือปลอดภัย ผู้บาดเจ็บ  
หรือผู้เจ็บป่วยปลอดภัยและคนรอบข้างปลอดภัยขณะให้การช่วยเหลือ  
โดยเริ่มจากต้องเข้าใจหลักการประเมินสถานการณ์



**การปฐมพยาบาล  
ภาวะเจ็บป่วย  
และการบาดเจ็บต่างๆ**



## แนวทางการปฐมพยาบาล

ความเข้าใจในเรื่องการประเมินการบาดเจ็บจะช่วยให้นักปฐมพยาบาลสามารถแยกผู้บาดเจ็บที่มีอาการเร่งด่วนต้องรีบให้การช่วยเหลือ หรือผู้บาดเจ็บที่รอการช่วยเหลือได้ ซึ่งผู้บาดเจ็บที่มีอาการหมดสติเป็นกลุ่มที่ต้องให้การช่วยเหลืออย่างเร่งด่วน หากผู้บาดเจ็บนั้นหมดสติและไม่หายใจให้ช่วยโดยการนวดหัวใจผายปอดกู้ชีพเพื่อเพิ่มโอกาสการรอดชีวิต และหากผู้บาดเจ็บหมดสติแต่ยังหายใจ นักปฐมพยาบาลต้องช่วยเปิดทางเดินหายใจให้ผู้บาดเจ็บหายใจได้สะดวก เพื่อป้องกันลิ้นตกอุดกั้นทางเดินหายใจ โดยจัดให้นอนในท่านอนที่ปลอดภัย (ท่านอนตะแคงกึ่งคว่ำ) ส่วนผู้บาดเจ็บที่รู้สึกตัวส่วนใหญ่สามารถรอการช่วยเหลือได้ จึงให้การปฐมพยาบาลตามอาการ ซึ่งสามารถสรุปแนวทางในการช่วยเหลือปฐมพยาบาลได้ดังนี้

