

ความหมายและความสำคัญของการปฐมพยาบาล

การปฐมพยาบาล หมายถึง... การให้ความช่วยเหลือเบื้องต้น แก่ผู้ที่ได้รับอุบัติเหตุหรือเจ็บป่วยกระทันหัน โดยใช้เครื่องมือหรืออุปกรณ์ที่พอจะหาได้ในบริเวณนั้น เพื่อช่วยบรรเทาอาการของผู้ป่วยและช่วยให้ผู้ป่วยได้รับอันตรายน้อยลง ก่อนที่จะนำส่งโรงพยาบาลเพื่อให้แพทย์ทำการรักษาพยาบาลต่อไป



ความสำคัญของการปฐมพยาบาล... ในท้องถิ่นที่อยู่ห่างไกลแพทย์หรือโรงพยาบาล การรู้เรื่องการปฐมพยาบาลมีความจำเป็นมาก อุบัติภัยและการเจ็บป่วยอาจเกิดขึ้นได้ตลอดเวลา ถ้าผู้ป่วยได้รับการช่วยเหลืออย่างถูกวิธีในระยะแรก จะช่วยลดการเสียชีวิตหรือความพิการทุพพลภาพของผู้ป่วยลงได้ นอกจากนี้ยังช่วยป้องกันโรคแทรกซ้อนที่อาจเกิดตามมาได้ และยังเป็นการเตรียมผู้ป่วยก่อนถึงมือแพทย์อีกด้วย ดังนั้นเราควรเรียนรู้วิธีการปฐมพยาบาล และสามารถปฐมพยาบาลได้อย่างถูกวิธีเพื่อเป็นประโยชน์ต่อตนเองและผู้อื่นด้วย

หลักทั่วไปของการปฐมพยาบาล

ผู้ทำการปฐมพยาบาลจะต้องควบคุมสติของตนเองให้ได้ อย่าตื่นเต้นตกใจต่อเหตุการณ์ที่ไดพบเห็น และต้องตรวจดูอาการของ ผู้ป่วยเสียก่อนว่าได้รับอันตรายอะไรบ้าง ซึ่งเราจะสามารถทราบอาการของผู้ป่วย โดย

1. การสอบถามจากตัวผู้ป่วย
2. สอบถามจากผู้เห็นเหตุการณ์
3. สังเกตจากสิ่งแวดล้อม
4. สังเกตจากอาการของผู้ป่วย

วิธีการปฐมพยาบาล

ผงเข้าตา

อย่าขยี้ตา รีบลืมนตาในน้ำสะอาด และกลอกตาไปมาถ้ายังไม่ออก ให้คนช่วยใช้มุ่มผ้าเช็ดหน้าเช็ดออก ถ้าไม่ได้ควรไปพบแพทย์

ไฟฟ้าช็อต

1. รีบปิดสวิตซ์ไฟทันที ถ้าทำได้
2. ถ้าไม่สามารถปิดสวิตซ์ไฟได้ ห้ามใช้มือจับต้องคนที่ถูกไฟช็อต ให้ยืนในที่แห้งแล้วใช้สิ่งไม่นำไฟฟ้า เช่น ไม้ เก้าอี้ไม้ เชี่ยออกจากตัวผู้ป่วย
3. เมื่อผู้ป่วยหลุดออกมาแล้วให้ทำการเป่าปากช่วยหายใจแล้วรีบนำส่ง โรงพยาบาล

งูพิษกัด

1. ครอบแผล จะมีรอยเขี้ยว 1 หรือ 2 จุด (ถ้าไม่มีพิษกัดจะเป็นรอยถลอกให้ทำแผลแบบแผลถลอก)
2. ใช้เชือกหรือเข็มขัดหรือยางรัดเหนือแผล (ระหว่างแผลกับหัวใจ) ให้แน่นพอสมควรอย่าแน่นมาก
3. ให้นอนนิ่ง พุดปลอบใจอย่าให้กลัว
4. ห้ามให้ดื่มสุรา ชาติองเหล้า หรือยากล่อมประสาท
5. รีบพาไปพบแพทย์ ควรนำไปด้วย6.ถ้าหยุดหายใจ ให้เป่าปากช่วยหายใจ

การเป่าปากช่วยหายใจ

1. วางผู้ป่วยนอนหงาย
2. ใช้ขงหนุนไพลให้สูง หรือใช้มือยกคอให้สูงขึ้น โดยให้ศีรษะตกหางายไปข้างหลัง
3. อ้าปากออก เช็ดน้ำมูกน้ำลาย และส้วงเอาของในปากออก
4. ผู้ช่วยหายใจหายใจเข้าเต็มปอดของตน
5. อ้าปากคร่อมไปบนปากผู้ป่วย

แมลงเข้าหู

1. ควรพาเข้าไปในที่มืด แล้วใช้ไฟฉายส่อง (แมลงจะออกมาตามแสง) หรือเอาน้ำหยอดให้แมลงลอย น้ำขึ้นมาหรือใช้น้ำมันหรือกริเซอร์อินบอแรกซ์หยอดหู แมลงจะตายในหูแล้วเชี่ยหรือคีบออกมา

2. ถ้ามีประวัติหูน้ำหนวกข้างนั้น หรือทำตามดังกล่าวไม่ได้ผล ควรรีบไปพบแพทย์

เลือดกำเดา

1. ให้นั่งนิ่ง หายศีรษะไปด้านหลัง หรือนอนหนุนไหล่หรือศีรษะให้สูง
2. ใช้ผ้าสะอาดม้วนอุดรูจมูกข้างนั้น หรือใช้มือบีบจมูกทั้งสองข้าง ให้นายใจทางปากแทน
3. วางน้ำแข็งหรือผ้าเย็นบนสันจมูก หน้าผากใต้ยักกระโกร
4. ถ้าเลือดไม่หยุด ควรรีบ ไปพบแพทย์
5. ถ้าออกบ่อย อาจเป็นความดันโลหิตสูง ควรปรึกษาแพทย์

กลืนหรือยืน หรือสิ่งของแล้วติดหลอดลม

1. ถ้าพบในเด็กเล็ก จับห้อยศีรษะลงต่ำ ตบหลังแรง ๆ ให้เด็กไอออกมา
2. ถ้าพบในเด็กโตหรือผู้ใหญ่ จับพาดคอกหรือโต๊ะให้ศีรษะต่ำและก้มหน้าลงแล้วตบหลังบริเวณระหว่างสะบัก 2 ข้าง หรือใช้วิธีรัดท้องอภัยยอกดอก
3. ถ้ายังไม่ออกให้พาไปโรงพยาบาลโดยเร็ว

กรดหรือด่างเข้าตา

1. อย่าขยี้ตา รีบล้างด้วยน้ำสะอาดมาก ๆ และหลาย ๆ ครั้ง
2. รีบพาไปหาหมอ
3. ห้ามใช้ด่างหรือกรดไปล้างฤทธิ์ เพราะยังมีอันตรายต่อดวงตามากขึ้น

กระดูกหัก

1. วางอวัยวะส่วนนั้นลงบนแผ่นไม้ หรือกิ่งไม้หรือนิตยสารที่หนา ๆ
2. ใช้ผ้าพันยึดไว้ไม่ให้เคลื่อนไหว

3. ถ้าเป็นที่ปลายแขนหรือมือ ใช้ผ้าคล้องคอ

การห้ามเลือด

1. ถ้าบาดแผลเล็ก กดปากแผลด้วยผ้าสะอาด
2. ถ้าบาดแผลใหญ่ ใช้ผ้า เชือก หรือสายยางรัดเหนือแผล (ระหว่างบาดแผลกับหัวใจ) ให้แน่น