

# หน่วยการ เรียนรู้ที่ 3

## ..ปลอดภัย ไร้อุบัติเหตุ..

สุขศึกษาและพลศึกษา ม.4 เทอม 2



**อุบัติเหตุ** หมายถึง เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นอย่างไม่คาดหวังและไม่ตั้งใจในเวลาและสถานที่แห่งหนึ่ง เกิดขึ้นโดยไม่มีสิ่งบอกเหตุล่วงหน้า แต่มีสาเหตุและส่งผลกระทบที่สามารถชี้วัดได้ อุบัติเหตุเป็นผลเชิงลบของความเป็นไปได้อย่างหนึ่ง ซึ่งควรจะหลีกเลี่ยงหรือป้องกันไว้แต่แรก โดยพิจารณาจากปัจจัยสาเหตุต่าง ๆ อันที่จะนำไปสู่การเกิดอุบัติเหตุ

ในเรื่องของกำหนดการและการวางแผน อุบัติเหตุอาจหมายถึง เหตุการณ์หรือผลของเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นโดยไม่ได้มีการวางแผนรองรับมาก่อน หรือวางแผนไม่ครอบคลุม ซึ่งจะส่งผลกระทบต่อระบบและกำหนดการโดยรวมเมื่ออุบัติเหตุเกิดขึ้น

ในอีกความหมายหนึ่ง อุบัติเหตุอาจหมายถึง เหตุการณ์ทางกายภาพที่เมื่อเกิดขึ้นแล้วทำให้เกิดการบาดเจ็บหรือเสียชีวิตของมนุษย์ อาทิ รถชน ตกตึก มีดบาด ไฟลวก ไฟช็อต โดนพิษ ฯลฯ หรือหมายถึงเหตุการณ์ที่ไม่ใช่ทางกายภาพเช่น การลืมนของการลืมนัดหมาย ความเผอเรอ หรือการเปิดเผยความลับ เป็นต้น ซึ่งทั้งหมดก็ไม่ได้ตั้งใจให้เกิดเหตุการณ์เช่นนี้ !!

# อุบัติเหตุป้องกันได้

**อุบัติเหตุ** เป็นเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นโดยไม่คาดคิด หรือไม่ได้ระมัดระวังมาก่อน อุบัติเหตุอาจเกิดขึ้นได้ตลอดเวลาและทุกสถานที่ เมื่อเกิดอุบัติเหตุขึ้นจะทำให้เสียทรัพย์สินและอาจเสียชีวิตได้

**พฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการเกิดอุบัติเหตุ เกิดจากหลายสาเหตุ ดังนี้**

๑. ความประมาท

๒. ความคึกคะนอง

๓. ขาดความรู้ความชำนาญ

๔. เครื่องมือชำรุด

๕. ไม่ปฏิบัติตามกฎ ระเบียบ

๖. อื่น ๆ

# อุบัติเหตุป้องกันได้

## อุบัติเหตุในบ้าน

อุบัติเหตุในบ้าน เป็นภัยที่เกิดจากการกระทำที่ประมาทของสมาชิกในบ้านหรือเกิดจากสภาพบ้านและบริเวณบ้านที่อาจก่อให้เกิดอันตรายได้

อุบัติเหตุในบ้านนั้นเกิดจากสาเหตุหลายประการ ดังนี้

๑. หลัดตกจากบันไดหรือที่สูง
๒. เล่นกับไฟ น้ำร้อนลวก ไฟไหม้ จุกธูปเทียนทิ้งไว้
๓. จมน้ำในสระน้ำหรือในแม่น้ำลำคลองใกล้บ้าน
๔. ถูกของมีคมทิ่มแทงหรือบาดเจ็บ
๕. กินยาผิด ดมหรือกินสารเคมี



# อุบัติเหตุป้องกันได้

## ข้อควรปฏิบัติในการป้องกันอุบัติเหตุในบ้าน

๑. ไม่วิ่งเล่นขณะขึ้นหรือลงบันได
๒. ใช้อุปกรณ์และเครื่องมือ เครื่องใช้อย่างระมัดระวัง และเก็บไว้ในที่ปลอดภัย
๓. ไม่จุดไม้ขีดไฟเล่น และดับไฟทุกครั้งหลังใช้งานเสร็จแล้ว
๔. ถอดปลั๊กเครื่องใช้ไฟฟ้าทุกครั้งเมื่อใช้เสร็จแล้ว
๕. ไม่วิ่งเล่นในบริเวณที่มีหญ้าขึ้นรก เพราะอาจถูกสัตว์มีพิษกัดต่อยได้

## อุบัติเหตุป้องกันได้

๖. ไม่ควรหยิบยากินเอง ควรให้ผู้ใหญ่หยิบยามาให้
๗. ไม่ปีนต้นไม้หรือที่สูง เพราะพลัดตกลงมาได้
๘. ไม่ทิ้งเศษกระเบื้องหรือของมีคมไว้ตามทาง เพราะอาจถูกบาดเท้าได้
๙. เมื่อพบสิ่งของในบ้านชำรุด ควรแจ้งให้พ่อแม่ทราบทันที
๑๐. ถ้าบ้านอยู่ใกล้แม่น้ำลำคลองควรฝึกว่ายน้ำให้เป็น



# อุบัติเหตุป้องกันได้

## อุบัติเหตุในโรงเรียน

อุบัติเหตุในโรงเรียน อาจเกิดขึ้นจาก  
ความประมาทและความคึกคะนองของตัว  
นักเรียนเอง หรือเกิดจากสภาพแวดล้อมของ  
โรงเรียน เช่น โต๊ะและเก้าอี้ชำรุด อาคารเรียน  
ทรุดโทรม สนามของโรงเรียนมีหญ้าขึ้นรก  
เป็นต้น ดังนั้น เราจึงควรเรียนรู้ข้อควรป้องกัน  
ตนเองจากการเกิดอุบัติเหตุในโรงเรียน



# อุบัติเหตุป้องกันได้



ข้อควรปฏิบัติในการป้องกันอุบัติเหตุในโรงเรียน

๑. ไม่เล่นรุนแรงกับเพื่อน
๒. ปฏิบัติตามกฎหมาย ระเบียบของโรงเรียน เช่น ไม่ห้อยโหนประตูหรือหน้าต่าง
๓. เก็บเครื่องมือหรืออุปกรณ์ ที่ใช้เสร็จแล้วให้เรียบร้อย
๔. ถ้าหากพบอุปกรณ์หรือเครื่องมือเครื่องใช้ชำรุด ต้องรีบแจ้งให้ครูทราบทันที

# อุบัติเหตุป้องกันได้

## อุบัติเหตุในการเดินทาง

อุบัติเหตุในการเดินทาง เป็นอุบัติเหตุที่อาจเกิดขึ้นได้ จากการเดินทางบน  
เดินทางโดยรถยนต์ หรือเดินทางทางน้ำ อุบัติเหตุในการเดินทางอาจทำให้เรา  
เสียชีวิตได้ ดังนั้น เราจึงควรรู้ข้อควรปฏิบัติในการป้องกันอุบัติเหตุจากการเดินทาง  
ดังนี้

๑. ข้ามถนนตรงทางข้าม เช่น ทางม้าลาย สะพานลอย ทางข้ามที่มีสัญญาณไฟจราจร
๒. ก่อนข้ามถนนควรมองขวา มองซ้าย และมองขวาอีกครั้งจึงข้ามถนน

## อุบัติเหตุป้องกันได้

๓. ควรเดินบนทางเท้า ไม่วิ่งหรือเล่นกันขณะเดินถนน
๔. ใส่เสื้อผ้าสีสว่างในขณะเดินทางตามถนนในตอนกลางคืน
๕. ไม่ควรแย่งกันขึ้นรถประจำทาง
๖. ไม่ห้อยโหนอยู่ที่ประตูรถโดยสารประจำทาง
๗. รอขึ้นหรือลงเรือเมื่อจอดเทียบท่าหรือริมฝั่งเรียบร้อยแล้ว
๘. ปฏิบัติตามกฎหมายหรือระเบียบของการนั่งเรือ เช่น ไม่นั่งบนกราบเรือ



# อุบัติเหตุจากการเดินทางทางบก



อุบัติเหตุที่เกิดขึ้นในการจราจรทางบกนั้น เกิดขึ้นได้จากหลายสาเหตุด้วยกัน จากสถิติของกรมทางหลวง พบว่า สาเหตุการเกิดอุบัติเหตุทางหลวงมากที่สุด คือการขับรถเร็ว รองลงมาคือการขับรถระยะกระชั้นชิด อุบัติเหตุที่เกิดขึ้นในการจราจรทางบกนั้น มักเกิดขึ้นจากสาเหตุที่สำคัญ 3 ประการดังนี้

1. บุคคล

2. สิ่งแวดล้อม

3. กฎหมาย

# อุบัติเหตุจากการเดินทางทางบก

## 1. บุคคล

สาเหตุเกิดจากผู้ขับขี่ยานพาหนะ ผู้โดยสาร คนเดินทาง หรือ สัตว์เลี้ยงต่าง ๆ ซึ่งมีสาเหตุดังนี้

### 1. สาเหตุจากผู้ขับขี่ยานพาหนะ

1.1 มีความบกพร่องทางด้านร่างกาย เช่น ร่างกายอ่อนเพลีย ง่วงนอน หรือหลับใน สุขภาพไม่ดี มีโรคประจำตัว โรคลมชัก ตาบอดสี ตาพร่า น้ำตาล ในเลือดต่ำ

1.2 มีความบกพร่องทางจิตใจและอารมณ์ เช่น มีความกลัดกลุ้มใจ วิตกกังวล อารมณ์หงุดหงิด จุนเจียว มีความตึงเครียดทางอารมณ์

# อุบัติเหตุจากการเดินทางทางบก



1.3 ขาดความรู้ความชำนาญ และประสบการณ์ในการใช้ถนน เช่น ขาดความรู้เรื่องความเร็วกับรถ คาดคะเนความเร็ว หรือระยะทางไม่ถูกต้อง ไม่มีความรู้ความชำนาญ ในเรื่องลักษณะของยานพาหนะที่ใช้ขับ ไม่รู้กฎจราจร เป็นต้น

1.4 ไม่ปฏิบัติตามกฎระเบียบหรือข้อบังคับ เช่น ขับรถเร็ว ขับรถตัดหน้ารถอื่น ระยะกระชั้นชิด ขับรถล้ำช่องทางเดินรถ ขับรถแซงซ้าย หรือแซงขวาในที่คับขัน ขับรถตามหลังคนอื่นอย่างกระชั้นชิด ฝ่าฝืนป้ายหยุดขณะออกจากทางร่วม ขับรถย้อนศรทางเดินรถ ขับรถฝ่าฝืนเครื่องหมายจราจร หยุดรถโดยกระชั้นชิด ฯลฯ

## อุบัติเหตุจากการเดินทางทางบก



1.5 ไม่รู้จักป้องกันตนเอง เช่น ขับรถด้วยความประมาท ขาดความระมัดระวัง ความเร่งรีบในการเดินทาง เสพยากระตุ้นประสาท ดื่มสุราขณะขับรถ ฯลฯ สำหรับเรื่องการดื่มสุรานั้น จากสถิติของสถาบันนิติเวชวิทยา กรมตำรวจ ปี พ.ศ. 2532 พบว่าผู้เสียชีวิตด้วยอุบัติเหตุจากการจราจร มีประวัติการดื่มสุราจำนวน 288 คน ซึ่งคิดเป็นร้อยละ 77.12

# อุบัติเหตุจากการเดินทางทางบก



## 2. สาเหตุจากผู้โดยสาร คนเดินเท้า หรือสัตว์เลี้ยง

2.1 การขาดความระมัดระวัง เช่น ผู้โดยสารขึ้นหรือลงรถโดยไม่ระมัดระวัง ในการปิด-เปิดประตูลูกบิด เดินถนนโดยไม่ระมัดระวัง ขาดยานวิ่งตัดหน้ารถ การวิ่งเล่นบนถนน สิ้นหกล้ม ลังเลใจในการข้ามถนน ฯลฯ

2.2 การไม่ปฏิบัติตามกฎจราจร เช่น ห้อยโหนรถโดยสารรถประจำทาง ไม่ขึ้นหรือลงขณะรถหยุด หรือที่ป้ายจอด ไม่ข้ามถนนตรงทางข้าม, สัญญาณ หรือสะพานลอย ไม่เดินถนนตามบาทวิถีหรือทางเท้า

## อุบัติเหตุจากการเดินทางทางบก



2.3 ความรู้เท่าไม่ถึงการณ์ เช่น ข้ามถนนโดยออกจากหน้า หรือท้ายรถขณะที่รถยังจอดอยู่ สัตว์เลี้ยงเดินข้ามถนนหรือวิ่งตัดหน้ารถ ฯลฯ

2.4 ความไม่สมบูรณ์ของร่างกายและจิตใจ เช่น สภาพร่างกายที่อ่อนเพลียการดื่มสุราขณะเดินทาง เป็นต้น

# อุบัติเหตุจากการเดินทางทางบก



## 2. สิ่งแวดล้อม

สาเหตุจากสิ่งแวดล้อม ที่เป็นสาเหตุให้เกิดอุบัติเหตุ ได้แก่ สภาพของรถ สภาพถนนและดินฟ้าอากาศ

### 1. สาเหตุจากสภาพของรถ

1.1 ยางระเบิดหรือยางแตก ทำให้รถเสียการทรงตัว พลิกคว่ำได้ง่าย โดยเฉพาะรถที่กำลังแล่นด้วยความเร็วสูง และถนนลื่น

1.2 เบรกแตก เบรกลื่น ทำให้รถไม่สามารถหยุดหรือชะลอความเร็วลงได้ตามความต้องการ

# อุบัติเหตุจากการเดินทางทางบก



# อุบัติเหตุจากการเดินทางทางบก



1.3 **เพลาลุดหรือเพลาชาด** ทำให้รถหมดกำลังในการขับเคลื่อน รถจะไม่แล่น แม้ว่าจะเหยียบคันเร่งอย่างไรก็ตาม ทำให้ยากแก่การควบคุมความเร็ว และง่ายต่อการเกิดอุบัติเหตุ

1.4 **คันส่งลุด** ทำให้พวงมาลัยใช้การไม่ได้ ไม่สามารถควบคุมรถได้

1.5 **อุปกรณ์ประจำรถชำรุดหรือขัดข้อง** เช่น ไม่มีไฟหน้า-หลัง ไฟใหญ่มีข้างเดียว หรือไม่มีเลย ไฟเลี้ยวชำรุด ไม่ได้ซ่อมแซมหรือแก้ไข พวงมาลัยสั่นขณะขับ เป็นต้น

1.6 **การเปลี่ยนแปลงสภาพรถ** เช่น การเพิ่มแรงเครื่อง ทำให้ผู้ขับขี่เกิดความคะนองและขับเร็ว การแปลงสภาพรถตามความพอใจ โดยไม่คำนึงถึงสภาพรถที่ได้รับการออกแบบมา

# อุบัติเหตุจากการเดินทางทางบก



## 2. สาเหตุจากบริเวณที่เกิดอุบัติเหตุ สภาพถนนและสภาพแสงสว่าง

2.1 บริเวณที่เกิดอุบัติเหตุ ได้แก่ ทางแยก ทางโค้ง ทางตรง ทางเบี่ยง สะพาน วงเวียน ทางตัดทางรถไฟ ทางลาดชัน/เนินเขา ทางเข้าออกทางด่วน ทางเชื่อมโยงทางแยก ทางเชื่อมอาคารที่พักอาศัย ฯลฯ ซึ่งบริเวณที่มักเกิดเหตุบ่อยที่สุดคือ ทางตรง โดยสภาพเส้นที่ตีเรียบ มักทำให้ผู้ขับขี่ขาดความระมัดระวังและขับรถด้วยความเร็วสูง นอกจากนี้จะพบว่าถนน 3 ช่องทางจะเกิดอุบัติเหตุมากกว่าถนน 2 ช่องทาง และถนน 4 ช่องทาง และถนนสี่แยกจะอันตรายกว่าสามแยก

# อุบัติเหตุจากการเดินทางทางบก



# อุบัติเหตุจากการเดินทางทางบก



2.2 สภาพถนนที่เป็นหลุมเป็นบ่อ มีโคลนตม มีเครื่องกีดขวางมาก ๆ หรือถนนที่แคบ ถนนที่ลื่น มีส่วนทำให้เกิดอุบัติเหตุขึ้นได้

2.3 สภาพแสงสว่างบนถนน เช่น แสงสว่างที่ส่องจากรถคันที่สวนมาโดยการเปิดไฟสูงและมีความสว่างสูง ทำให้ตามัวมองไม่ชัดเจน หรือไม่มีไฟส่องสัญญาณทางแยก บนท้องถนนมืดไม่มีไฟฟ้า ไม่มีแสงสว่าง ทำให้มองไม่เห็นทาง หรือมองไกลไม่ได้ ย่อมเป็นอันตรายต่อการขับรถ อย่างไรก็ตามแสงสว่างในเวลากลางวัน หรือความสว่างของ ถนนก็มักทำให้เกิดอุบัติเหตุสูงกว่าเวลากลางคืน แต่ความรุนแรงจะเกิดในเวลากลางคืนมากกว่า

# อุบัติเหตุจากการเดินทางทางบก



จะเลือกใช้  
หลอดไฟเพื่อถนน  
อย่างไรดี?

การเลือกหลอดไฟเพื่อให้เหมาะกับการ  
ใช้งานนั้น แน่นอนว่าตนเองต้องทราบ  
เสียก่อนว่า หลอดไฟนั้นมีเอาไว้เพื่ออะไร  
และลำดับเรื่องความสำคัญได้เสียก่อนว่า  
จะให้อะไรเป็นประเด็นที่สำคัญ

# อุบัติเหตุจากการเดินทางทางบก



## 3. สาเหตุจากดินฟ้าอากาศ

3.1 ฝนตกหนัก น้ำท่วม ทำให้ถนนเป็นหลุมเป็นบ่อ เป็นหล่มโคลน ถนนลื่น ทำให้รถตกถนน พลิกคว่ำ

3.2 การเกิดพายุหรือหมอกลงจัด ทำให้มีควันปกคลุมมองไม่เห็นทาง เกิดอุบัติเหตุได้ง่าย

3.3 พายุหิมะ ในต่างประเทศอาจมีพายุหิมะ ทำให้ถนนลื่นมองไม่เห็นทาง

3.4 สภาพดินฟ้าอากาศที่ดี อุบัติเหตุมักเกิดจากสภาพดินฟ้าอากาศที่ดีเสมอ ทั้งนี้เพราะผู้ขับขี่ขับรถด้วยความเร็วสูง และขาดความระมัดระวังอันตราย

# อุบัติเหตุจากการเดินทางทางบก



# อุบัติเหตุจากการเดินทางทางบก



## 3. กฎหมาย

สาเหตุจากกฎหมาย กฎหมายมีส่วนเกี่ยวข้องกับการเกิดอุบัติเหตุ ดังนี้

1. การขาดการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์ ให้ประชาชนทุกคนทราบ กฎระเบียบ ข้อบังคับ และบทลงโทษ ในการฝ่าฝืนกฎต่าง ๆ ทำให้ประชาชน ขาดจิตสำนึกและฝ่าฝืนกฎระเบียบต่าง ๆ ซึ่งมีผลให้เกิดอุบัติเหตุได้
2. บทลงโทษหรือค่าปรับยังไม่เหมาะสม ทำให้มีการฝ่าฝืนก้ำจราจร หรือ กฎระเบียบต่าง ๆ อยู่เสมอ

# อุบัติเหตุจากการเดินทางทางบก

3. การที่กฎหมายมิได้กำหนดเพศ อายุสูงสุดของผู้ขับขี่ รวมทั้งการศึกษาขั้นต่ำของผู้ขับขี่ยานพาหนะ ถึงแม้ว่าผู้ขับขี่จะสอบผ่าน และได้รับใบอนุญาตขับขี่มาแล้ว ก็อาจทำผิดกฎจราจร และทำให้เกิดอุบัติเหตุได้
4. การขาดการกวดขัน จับกุม หรือยังไม่จริงจังหรือเข้มงวดในการพิจารณาดำเนินคดีหรือจับกุม ผู้กระทำผิดเป็นสาเหตุให้ขับรถหรือใช้รถใช้ถนนอย่างเสรี ตามอำเภอใจ ซึ่งมักทำให้เกิดอุบัติเหตุ



# อุบัติเหตุจากการเดินทางทางบก



การป้องกันอุบัติเหตุในการจราจรทางบก

อุบัติเหตุในการจราจรทางบก สามารถป้องกันได้ดังต่อไปนี้

ด้านบุคคล      2. ด้านสิ่งแวดล้อม      3. ด้านกฎหมาย

**การป้องกันด้านบุคคล** การป้องกันอุบัติเหตุในการจราจรทางบกด้านบุคคลนั้น ควรพิจารณาในเรื่องสุขภาพ การศึกษา และความปลอดภัยในการขับขี่ การโดยสาร และการเดินเท้า ซึ่งมีวิธีการป้องกันดังต่อไปนี้

# อุบัติเหตุจากการเดินทางทางบก



1. **เรื่องสุขภาพ** ผู้ขับขี่รถ ผู้โดยสารและผู้เดินเท้า ควร มีสภาพร่างกาย และจิตใจที่ แข็งแรงสมบูรณ์ และเป็น ปกติอยู่เสมอ ทั้งในช่วงก่อน เดินทาง ขณะเดินทาง และ หลังการเดินทาง

2. **การศึกษา** การป้องกันอุบัติเหตุที่สำคัญประการ หนึ่งคือ การศึกษาหาความรู้และการถ่ายทอด หรือ ให้ความรู้แก่ทุกคน ในเรื่องความปลอดภัยใน การจราจร การจัดการเรียนการสอนสวัสดิศึกษา การอบรมมารยาทในการขับขี่รถยนต์ยาน แก่ผู้ใช้ ยรถยนต์ ผู้โดยสาร และผู้เดินเท้า การแนะนำ ประชาชน ผู้ใช้รถใช้ถนน ให้รู้จักระมัดระวังในการ เดินทาง

# อุบัติเหตุจากการเดินทางทางบก



3. ความปลอดภัยในการขับขี่  
ยวดยานพาหนะ การขับขี่ยวดยาน  
พาหนะไม่ว่าจะเป็นรถยนต์  
รถจักรยาน รถจักรยานยนต์  
รถบรรทุก หรือรถประจำทางก็  
ตาม ผู้ขับขี่จะต้องปฏิบัติตามเพื่อ  
ความปลอดภัย

# อุบัติเหตุจากการเดินทางทางบก

## ๑) ข้อควรปฏิบัติขณะเดินทางตามถนน ควรปฏิบัติ ดังนี้

- เดินบนทางเท้าชิดด้านใน แต่ถ้าไม่มีทางเท้า ควรเดินชิดไหล่ทางด้านขวา เพื่อให้เห็นรถที่สวนมา
- สวมใส่เสื้อผ้าสีขาวหรือสีสว่างขณะเดินบนถนนกลางคืนเพื่อให้ผู้ขับขี่รถสามารถเห็นได้ชัดเจน
- ไม่วิ่งเล่นหรือผลักรถเพื่อนขณะเดินทางตามถนน



# อุบัติเหตุจากการเดินทางทางบก

- ควรเดินข้ามถนนตรงบริเวณทางข้าม  
ได้แก่ ทางม้าลายสะพานลอย และก่อน  
ข้ามถนนมองถนนให้แน่ใจ โดยมอง  
ขวา มองซ้าย มองขวา ว่าปลอดภัย  
แล้วจึงข้าม



# อุบัติเหตุจากการเดินทางทางบก

๒) ข้อควรปฏิบัติขณะเดินทางด้วยรถโดยสารประจำทางหรือรถไฟ  
ควรปฏิบัติ ดังนี้

- ยืนคอยรถโดยสารต่าง ๆ ที่ป้ายหยุด  
รถโดยสารบนทางเท้าและห่างขอบทาง  
เข้าไปด้านใน
- ถ้าเป็นรถไฟฟ้าควรยืนรอหลังเส้นเหลือง  
ที่พื้นชานชลา



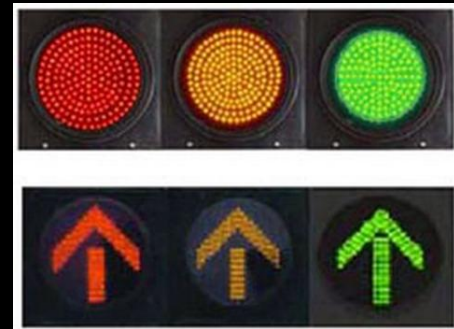
## อุบัติเหตุจากการเดินทางทางบก



- เมื่อรถโดยสารมาจอดขิดขอบทางและจอดสนิท ควรรอให้ผู้โดยสารลงจากรถก่อน แล้วจึงขึ้นไป
- ขึ้นหรือลงรถให้เป็นระเบียบ ไม่ควรผลักกัน
- เมื่อขึ้นรถแล้ว ควรหาที่นั่ง แต่ถ้ารถไม่มีที่ว่าง ควรจับราวหรือพนักพิงให้มั่นคง
- ไม่ควรยืนใกล้ประตูรถหรือยืนห้อยโหนอยู่ที่ประตูรถ

# อุบัติเหตุจากการเดินทางทางบก

- ถ้าพบคนชรา ควรให้คนชราขึ้นรถก่อน หรือลุกให้นั่ง
- ถ้าต้องการลงจากรถโดยสารควรกดเครื่องให้สัญญาณกับพนักงานขับรถแล้วไปยืนคอยที่ประตูรถ
- ลงรถเมื่อรถจอดชิดขอบทางและหยุดสนิทก่อน
- ถ้าโดยสารรถไฟหรือรถไฟฟ้า ห้ามลงไปบนรางรถไฟ



# อุบัติเหตุจากการเดินทางทางบก

## ๓) ข้อควรปฏิบัติในการขับขี่รถ ควรปฏิบัติ ดังนี้



(๑) ปฏิบัติตามกฎหมายจราจรเพื่อความปลอดภัย

๑ สัญญาณไฟ เป็นสัญญาณที่ใช้ควบคุมการจราจรโดยมีโคมสัญญาณอย่างน้อย ๓ ดวง คือ สัญญาณสีแดง สีเหลืองอำพัน และสีเขียว ซึ่งแต่ละดวงมีความหมาย ดังนี้

|               |         |                      |
|---------------|---------|----------------------|
| สีแดง         | หมายถึง | รถทุกคันต้องหยุด     |
| สีเหลืองอำพัน | หมายถึง | รถทุกคันเตรียมจะหยุด |
| สีเขียว       | หมายถึง | รถทุกคันผ่านไปได้    |

# อุบัติเหตุจากการเดินทางทางบก

- (๒) สวมหมวกกันน็อกและคาดเข็มขัดนิรภัยขณะขับซึ่รถ
- (๓) ให้สัญญาณมือหรือสัญญาณไฟเลี้ยวก่อนเลี้ยวทุกครั้ง
- (๔) ไม่ขับซึ่ตัดหน้าคันอื่นอย่างกระชั้นชิดหรือแข่งสวนเลน
- (๕) ไม่ดื่มสุรา หรือเสพสารเสพติดขณะขับซึ่รถ



# อุบัติเหตุจากการเดินทางทางน้ำ

อุบัติเหตุจากการเดินทางทางน้ำมีหลายอย่าง เช่น เรือล่ม ผู้โดยสารจมน้ำ เป็นต้น ซึ่งเกิดจากหลายสาเหตุ เช่น เรือชนกัน เรือมีการบรรทุกคนหรือสิ่งของเกินอัตรา เรือรั่วหรือชำรุด เป็นต้น



# อุบัติเหตุจากการเดินทางทางน้ำ

อุบัติเหตุทางน้ำอาจเกิดจากสาเหตุที่สำคัญ 2 ประการดังนี้

1. ตัวบุคคล

2. สภาพแวดล้อม



# อุบัติเหตุจากการเดินทางทางน้ำ



## ตัวบุคคล

สาเหตุของอุบัติเหตุทางน้ำ มักเกิดจากผู้ขับเรือ และผู้โดยสารดังนี้

### ผู้ขับเรือ

1. ขาดความรู้ความสามารถ หรือความเชี่ยวชาญในการขับเรือ อาจทำให้หลงทาง คาดการณ์ล่วงหน้าผิด
2. ขาดความระมัดระวังในการขับเรือ หรือขับเรือด้วยความคึกคะนอง
3. ฝ่าฝืนกฎหมาย เช่น ขับเรือด้วยความเร็ว ขับเรือตัดหน้าเรือลำอื่น

# อุบัติเหตุจากการเดินทางทางน้ำ



4. ผู้ขับเรือมีสุขภาพไม่สมบูรณ์ หรือพิการ หรือมีการเจ็บป่วย เช่น เป็นโรคหัวใจ โรคลมบ้าหมู ความผิดปกติทางหู ความผิดปกติทางตา เป็นไขเป็นหวัด
5. ผู้ขับเรือเมาสุราหรือเสพสิ่งเสพติดเข้าไป ขณะขับเรือ ทำให้เกิดอุบัติเหตุขึ้นได้
6. สภาพจิตใจที่ไม่เป็นปกติของผู้ขับเรือ ทำให้เกิดอุบัติเหตุได้ เช่น ความวิตกกังวล ความเครียด

# อุบัติเหตุจากการเดินทางทางน้ำ

## ผู้โดยสารทางเรือ

1. ผู้โดยสารเรือขาดความระมัดระวังในการขึ้น-ลง หรือโดยสารเรือ
2. ผู้โดยสารเรือหยอกล้อกันเล่นขณะโดยสารเรือ
3. ผู้โดยสารเรือไม่นั่งประจำที่ หรือไปนั่งที่กัปเรือ ลุกเดินไป - มา ขณะที่เรือกำลังแล่นอยู่
4. ผู้โดยสารมีสภาพร่างกาย และจิตใจไม่สมบูรณ์ เช่น โรคลมบ้าหมู เป็นลม วิงเวียนศีรษะ หงุดหงิด
5. ผู้โดยสารเรือดื่มสุรา มึนเมา และส่งเสียงเอะอะโวยวาย หรือก่อความไม่สงบให้แก่ผู้ขับเรือ และผู้โดยสารอื่น ๆ

# อุบัติเหตุจากการเดินทางทางน้ำ

## สภาพแวดล้อม

สภาพแวดล้อมเป็นปัจจัยสำคัญ ที่ทำให้เกิดอุบัติเหตุทางน้ำได้ดังนี้

1. **สภาพของเรือ** เรือที่มีสภาพใช้งานไม่ได้ ขาดทรุดโทรม เรือรั่ว เรือที่มีอายุการใช้งานยาวนาน และไม่มีการตรวจสอบ สภาพของเรือ หรือเครื่องจักรกล ที่ใช้งานไม่ได้ ย่อมมีส่วนทำให้เกิดอุบัติเหตุได้เสมอ
2. **สภาพดินฟ้าอากาศ** สภาพภูมิอากาศที่ไม่แน่นอน ฝนตกหนัก หมอกลงจัด พายุ ลมใต้ฝุ่น หากผู้ขับเรือ ขาดความระมัดระวัง หรือใช้เรือในขณะที่ เกิดภัยธรรมชาติ ย่อมเสี่ยงต่อการเกิดอุบัติเหตุ

# อุบัติเหตุจากการเดินทางทางน้ำ



3. สภาพของแม่น้ำลำคลอง ทะเล หรือมหาสมุทร ไม่เอื้ออำนวยต่อการเดินทาง และมีผลให้เกิด อุบัติเหตุขึ้นได้ เช่น น้ำไหลเชี่ยว คลื่นแรง มีคลื่นใต้น้ำ มีตอ หรือหินโสโครกใต้น้ำ

4. การบรรทุกเรือ การบรรทุกคนโดยสาร หรือสิ่งของที่เกินอัตรา ที่กำหนดไว้ หรือบรรทุกไม่ถูกต้อง ตามกฎเกณฑ์ ย่อมก่อให้เกิดอุบัติเหตุ เช่น การบรรทุกคน หรือสิ่งของบนหลังเรือ หรือบนดานฟ้า การบรรทุก สิ่งของจำพวก โลหะ หรือหินซึ่งมีน้ำหนักมาก

# อุบัติเหตุจากการเดินทางทางน้ำ



## ข้อควรปฏิบัติเมื่อประสบอุบัติเหตุเรือล่ม

1. ควรตั้งสติ และทำจิตใจให้สงบ ไม่ตื่นเต้น ตกใจจนเกินไป
2. ถอดเสื้อผ้า หรือเครื่องนุ่งห่มที่ทำให้ไม่สะดวกในการว่ายน้ำออกให้หมด เก็บสิ่งของ หรือของมีค่าที่สำคัญจริง ๆ ไว้ติดตัวไปด้วยเท่านั้น
3. ผู้ที่ว่ายน้ำไม่เป็น หรือว่ายน้ำไม่แข็ง ต้องพยายามหาสิ่งของลอยได้ไว้เกาะพยุงตัว เช่น เบาะ หรือพนักรองนั่ง ลูกมะพร้าว มาลัยชูชีพ กระเป๋าสื่อผ้าที่ทำด้วยหนัง หรือพลาสติก และจะต้องบอกผู้อื่น ให้ทราบด้วยว่าตนว่ายน้ำไม่เป็น

## อุบัติเหตุจากการเดินทางทางน้ำ



4. หากเรือล่มไม่ไกลฝั่งนัก ควรรีบว่ายน้ำเข้าหาฝั่ง และอาจหาสิ่งของลอยได้ไว้เกาะ เพื่อช่วยให้ว่ายน้ำได้เร็วขึ้น
5. ถ้าเรือล่มอยู่ไกลฝั่งมาก ให้พยายามเกาะเรือไว้ก่อนจนกว่าจะมีคนมาช่วยเหลือ และพยายามส่งสัญญาณ หรือเครื่องหมายต่าง ๆ ให้เรือยามฝั่ง หรือหน่วยกู้ภัยทราบ
6. หากบริเวณเรือล่ม มีสัตว์น้ำดุร้ายอาศัยอยู่ จะต้องต่อสู้เพื่อเอาชีวิตรอดด้วยวิธีการต่าง ๆ เช่น ใช้อาวุธ (ถ้ามี) หรือทำให้ตัวอยู่ในแนวตั้ง เพื่อไม่ให้สัตว์ทำอันตรายได้ง่าย

# อุบัติเหตุจากการเดินทางทางน้ำ



## ข้อควรปฏิบัติขณะเดินทางทางน้ำ

- (๑) ขณะรอลงเรือควรรอที่ฝั่งหรือบนท่า
- (๒) ขณะขึ้นลงเรือควรรอให้เรือจอดเทียบท่าเรียบร้อยก่อน
- (๓) เมื่อลงเรือแล้วควรเดินเข้าไปในตัวเรือ ไม่ควรนั่งที่กราบเรือ
- (๔) ถ้าโดยสารเรือทางไกล ควรสวมเสื้อชูชีพทุกครั้ง
- (๕) ผู้ที่โดยสารเรือเป็นประจำ ควรมีทักษะในการว่ายน้ำ
- (๖) ไม่ควรโดยสารเรือที่บรรทุกน้ำหนักเต็มอัตราแล้ว

# อุบัติเหตุจากการเดินทางทางอากาศ

อุบัติเหตุจากการเดินทางทางอากาศ เช่น เครื่องบินตก อาจเกิดจากหลายสาเหตุ ได้แก่ สภาพเครื่องบินที่ชำรุด สภาพอากาศที่มีพายุ



# อุบัติเหตุจากการเดินทางทางอากาศ



อุบัติเหตุจากการเดินทางโดยทางอากาศ อาจเกิดจากสาเหตุที่สำคัญ คือ

## ตัวบุคคล

1. ความบกพร่องทางด้านร่างกาย และจิตใจของนักบิน หรือเจ้าหน้าที่ผู้เกี่ยวข้อง เช่น สุขภาพไม่แข็งแรง ความเหนื่อยอ่อน ความวิตกกังวล ความเครียด
2. การขาดประสบการณ์ หรือขาดความเชี่ยวชาญ ในการขับเครื่องบิน

## อุบัติเหตุจากการเดินทางทางอากาศ



3. การขาดความรับผิดชอบ ของผู้ขับเครื่องบิน เช่น ขับเครื่องบินด้วยความเร็วไม่เกินกำหนด ไม่บินตามเส้นทางที่กำหนด หรือเสียวินัยการบิน มีความประมาทเลินเล่อ

4. การเสียวินัยการบินของนักบิน เช่น ไม่บินตามเส้นทางที่กำหนด

5. ผู้โดยสารเครื่องบิน ไม่ปฏิบัติตามกฎระเบียบ ของการโดยสารเครื่องบิน เช่น สูบบุหรี่ หรือติดก้นบุหรี่ โดยขาดการระมัดระวัง การก่อความไม่สงบในขณะโดยสารเครื่องบิน เป็นต้น

# อุบัติเหตุจากการเดินทางทางอากาศ

## สภาพแวดล้อม



1. เครื่องบินหรือตัวปรับอากาศยานเสื่อมคุณภาพ และไม่ได้รับการตรวจสอบ ซ่อม หรือดูแลอย่างละเอียดถี่ถ้วน ก่อนการนำไปใช้
  2. สภาพเครื่องยนต์ขัดข้อง น้ำมันหมดกลางทาง หาที่ลงไม่ได้
  3. สนามบินมีเครื่องกีดขวาง หรือสภาพทางวิ่ง ทางขับไม่ดี
  4. ทักษะวิสัยไม่ดี เช่น ฝนตก หมอกหรือหิมะลงจัด พายุจัด พายุผ่า
- การป้องกันอุบัติเหตุจากการเดินทางโดยทางอากาศ

# อุบัติเหตุจากการเดินทางทางอากาศ

ข้อควรปฏิบัติขณะโดยสารเครื่องบิน

- (๑) ปฏิบัติตามกฎหมาย ระเบียบ ของการขึ้นเครื่องบินอย่างเคร่งครัด
- (๒) คาดเข็มขัดประจำที่นั่งขณะเครื่องบินกำลังบินขึ้นหรือบินลง
- (๓) ถ้ามีปัญหา ควรขอความช่วยเหลือจากพนักงานบนเครื่องบิน



# การสื่อสารเพื่อขอความช่วยเหลือ

เมื่อคนเราต้องพบเจอกับอุบัติเหตุต่าง ๆ ทั้งเกิดกับตัวเองและผู้อื่นเราจึงต้องมีการขอความช่วยเหลือจากผู้อื่น ดังนี้

- ๑) ร้องขอความช่วยเหลือ ด้วยคำว่า ช่วยด้วย ๆ เพื่อให้ผู้ที่อยู่ใกล้เคียงช่วยเหลือ
- ๒) ทำสัญญาณท่าทาง เช่น โบกมือ ประบมือ กระแทกเท้า เป็นต้น
- ๓) โทรศัพท์แจ้งเหตุ โทรศัพท์ไปที่หน่วยงานที่เกี่ยวข้องโดยแจ้งลักษณะที่เกิดขึ้น สถานที่เกิดเหตุ

# การสื่อสารเพื่อขอความช่วยเหลือ

ถ้าเกิดอุบัติเหตุ เราควรปฏิบัติ ดังนี้

๑. รีบแจ้งให้พ่อแม่ ครู หรือผู้ใหญ่ที่ไว้ใจได้ทราบ โดยบอกรายละเอียดทั้งหมดเกี่ยวกับสาเหตุและอาการที่เกิดขึ้น
๒. ถ้าผู้ที่เกิดอุบัติเหตุอยู่ในที่ที่ผู้ช่วยเหลือมองไม่เห็นให้ผู้ที่เกิดอุบัติเหตุร้องตะโกนขอความช่วยเหลือเป็นระยะ ๆ หรือทำสัญญาณเสียง เช่น เคาะพื้น เคาะประตู เพื่อให้ผู้ช่วยเหลือรับรู้
๓. นักเรียนควรรู้และจดชื่อ ที่อยู่ เบอร์โทรศัพท์ของผู้ที่จะขอความช่วยเหลือเมื่อเกิดอุบัติเหตุ เช่น ชื่อและที่อยู่ของพ่อแม่ เบอร์โทรศัพท์ของสถานีดารวจ เบอร์โทรศัพท์โรงพยาบาล เป็นต้น

# การสื่อสารเพื่อขอความช่วยเหลือ

เมื่อเกิดเหตุที่ไม่ปลอดภัยต่อตนเองหรือผู้อื่น นักเรียนอาจ  
ขอความช่วยเหลือจากหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เช่น สถานีตำรวจ  
โรงพยาบาลหน่วยดับเพลิง ที่ว่าการอำเภอ หน่วยกู้ภัย เป็นต้น

เบอร์โทรศัพท์แจ้งเหตุฉุกเฉิน

เหตุด่วนเหตุร้าย แจ้ง ๑๙๑

ไฟไหม้ ( กรุงเทพฯ ) แจ้ง ๑๙๙

# การสื่อสารเพื่อขอความช่วยเหลือ



สายด่วน  
โทร. 1669

**เจ็บป่วยฉุกเฉิน**

เบอร์เดียวทั่วไทย บริการฟรี 24 ชั่วโมง

[www.emit.go.th](http://www.emit.go.th)

PR Numpeung