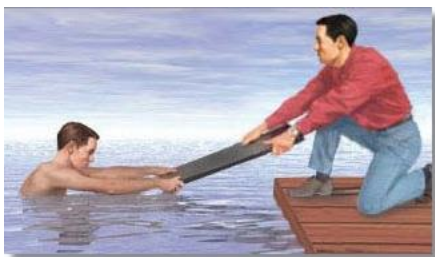


การช่วยเหลือคนตกน้ำจากบนบก

- วิธีนี้ผู้ช่วยเหลือและคนที่ตกน้ำจะต้องอยู่ไม่ไกลกัน สามารถยื่นอุปกรณ์ให้เขาจับ เช่น เสื้อ กางเกง ผ้าขาวม้า ผ้าเช็ดตัว เข็มขัด กระเป๋าสะพาย ท่อนไม้ หรือสิ่งของใกล้เคียงอื่น ๆ ถ้าหาอะไรไม่ได้ก็ใช้มือหรือขาของคุณแทนก็ได้ แต่ต้องระวังอย่าให้เขาดึงคุณตกน้ำไปด้วยอีกคน ควรหาหลักยึดหรือใช้มืออีกข้างเหนี่ยวพื้งไว้ให้มั่นคง หรือจับมือกับคนอื่นเพื่อเพิ่มระยะให้คุณเอื้อมลงไปถึงคนที่ตกน้ำ

- หากไม่สามารถหาวัตถุที่ยาวพอได้ หรือหากผู้ที่ตกน้ำอยู่ไกลจนเอื้อมไม่ถึง ตัวคุณเองก็ว่ายน้ำไม่เป็น วิธีการช่วยเหลือคือโยนของให้เขาเกาะ โดยกะระยะและทิศทางให้ใกล้คนที่ตกน้ำมากที่สุด วัตถุนั้นต้องมีคุณสมบัติเบา ลอยน้ำ แต่แข็งแรงพอที่จะพยุงตัวเขาไว้ได้ เช่น ห่วงชูชีพ ยางในรถยนต์ ถังพลาสติกปิดฝา ขอนไม้ ลูกมะพร้าว ลูกบอล โดยใช้เชือกผูกวัตถุนั้นเอาไว้เพื่อดึงเขากลับเข้าฝั่ง



การช่วยเหลือโดยอยู่บนเรือ

หากคุณอยู่บนเรือหรือมีเรืออยู่แถวนั้น ก็สามารถใช้เรือพายหรือเรือยนต์เข้าไปช่วยได้ หากเป็นเรือเล็กควรดึงผู้ที่ตกน้ำขึ้นมาทางด้านหัวเรือแทนที่จะเป็นกราบเรือ เพื่อไม่ให้เรือพลิกคว่ำ การ

ดึงขึ้นทางหัวเรือที่มีความสูงมากกว่ากราบเรือนั้น ให้นอนราบลง แล้วใช้เท้าชกกับที่นั่งเอาไว้ จากนั้นโน้มตัวให้ศีรษะและไหล่ทาบอยู่บนหัวเรือ จับข้อมือของคนตกน้ำเอาไว้ บอกให้เขาจับข้อมือของคุณเอาไว้ด้วยเช่นกัน แล้วออกแรงดึงเขาขึ้นมา แต่การช่วยเหลือแบบนี้ไม่เหมาะกับในทะเลที่มีคลื่นลมแรง เพราะอาจพลัดตกน้ำไปด้วยกัน



การช่วยเหลือโดยผู้ช่วยเหลือต้องลงไปในน้ำ

กรณีที่น้ำตื้นเย็นถึง แต่คนที่ตกน้ำเป็นเด็กหรือตัวเตี้ยเท่าหยั่งไม่ถึง ผู้ช่วยเหลือสามารถลุยน้ำออกไปช่วยได้ ควรถอดเสื้อผ้าหรือเครื่องประดับที่เป็นตัวถ่วงออกก่อน หรืออาจใช้คนหลายคนเกี่ยวแขนต่อกัน แล้วเอื้อมมือไปดึงคนตกน้ำขึ้นมา

กรณีที่น้ำลึก และคนที่ตกน้ำอยู่ไกล วิธีการช่วยเหลือก็คือ ว่ายน้ำออกไปและใช้วัตถุที่ลอยน้ำได้เป็นตัวช่วย เช่น ห่วงยาง ยางในรถยนต์ ถังน้ำมันเก่า ขอนไม้ เมื่อว่ายน้ำเข้าไปจนจะถึงตัวคนที่ตกน้ำ ให้หยุดอยู่ห่างๆ แล้วโยนหรือโยนอุปกรณ์ให้เขาเกาะ แล้วจึงไปลากเขาเข้ามา

วิธีนี้ให้ใช้เป็นทางเลือกสุดท้าย และต้องระมัดระวังอย่างมาก ผู้ช่วยเหลือจะต้องว่ายน้ำแข็ง ร่างกายแข็งแรง และมีประสบการณ์ หรือผ่านการอบรมวิธีช่วยเหลือคนตกน้ำหรือจมน้ำมาแล้ว เพราะคนที่ตกน้ำจะตกใจกลัว เมื่อมีอะไรที่จะทำให้รอดชีวิตก็จะเกาะแน่นไม่ยอมปล่อย หลายครั้งที่ผู้ช่วยเหลือต้องเสียชีวิตเพราะถูกจมน้ำไปด้วยกัน



การช่วยเหลือคนตกน้ำ และวิธีปฐมพยาบาล



แจ้ง 075-520428

สำนักปลัด

องค์การบริหารส่วนตำบลนาเขลียง

ข้อควรปฏิบัติบางประการในการช่วยคนตกน้ำ

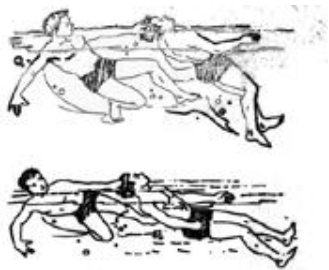
การช่วยเหลือต้องเข้าทางด้านหลังของคนที่ตกน้ำเสมอ

หากเขาโผล่มาจะกดเรา ให้ดำน้ำหนีก่อน และเพื่อความปลอดภัยควรมีคนอื่นอยู่แถวนั้นด้วย จะช่วยคุณอีกแรงหากเกิดเหตุสุดวิสัยขึ้น หากผู้ที่จมน้ำว่ายน้ำเป็น แต่แค่หมดแรงหรือเป็นตะคริว และไม่ตื่นตกใจ การช่วยเหลือจะทำได้ง่ายและไม่ค่อยมีอันตราย

ส่วนการช่วยคนจมน้ำที่ตื่นตระหนกตกใจ จะต้องใช้ท่า

กอดไขว้หน้าอก (Cross Chest) โดยผู้ช่วยเหลือเข้าทางด้านหลังของผู้จมน้ำ เอาจกั๊วหรือเสื้อชูชีพมาคล้องคอผู้จมน้ำ แล้วพาตัวผู้จมน้ำไปจับขอบรั้วหรืออีกด้าน อีกวิธีคือใช้มือข้างหนึ่งจับผมของผู้จมน้ำไว้ให้แน่น แล้วว่ายน้ำด้วยท่า Side Stroke คือใช้มืออีกข้างพุ้ยน้ำ และถีบเท้าทั้งสองเพื่อให้ลอยตัวและเคลื่อนที่ไป ซึ่งเป็นท่าที่เหนื่อย นึกแรง และมีอันตรายมาก หากผู้จมน้ำหมดสติ ต้องประคองใบหน้าให้ปากและจมูกพ้นน้ำ เพื่อให้หายใจได้ อีกวิธีคือผู้ช่วยเหลือเข้าทางด้านหลังของผู้จมน้ำ ใช้มือทั้งสองข้างจับขากรรไกรของเขา โดยให้ใบหน้าของเขาลอยเหนือผิวน้ำ แล้วใช้เท้าถีบเพื่อลอยตัวและเคลื่อนที่ไป

หากจมน้ำเนื่องจากการกระโดดน้ำหรือเล่นกระดานโต้คลื่น อาจมีกระดูกหัก ให้เคลื่อนย้ายผู้จมน้ำด้วยความระมัดระวัง โดยเมื่อนำผู้จมน้ำมาถึงบริเวณน้ำตื้นพอที่ผู้ช่วยเหลือจะยืนได้สะดวกแล้ว ให้ใช้ไม้กระดานสอดใต้น้ำรองรับตัวผู้จมน้ำ แล้วใช้ผ้ารัดตัวให้ติดกับไม้ไว้



การปฐมพยาบาลคนจมน้ำก่อนนำส่งแพทย์

-หากหยุดหายใจ คล้ำซีพจรไม่ได้ หรือหัวใจหยุดเต้น ให้ทำการกู้ชีพทันที โดยการนวดหัวใจสลับกับการเป่าปาก จัดทำให้คนจมน้ำนอนศีรษะต่ำ ปลายเท้าสูงเล็กน้อย



-การเอาน้ำออกจากปอดและกระเพาะโดยแบกร่างคนจมน้ำพาตัวแล้วเขย่าหรือวิ่ง ไปนั้น ไม่ช่วยให้ดีขึ้น เสียเวลา ไม่ทันการณ์ และไม่ได้ผล หากเป็นไปได้ควรลงมือกู้ชีพตั้งแต่ก่อนขึ้นฝั่ง เช่น พาขึ้นบนเรือ หรือพาเข้าที่ตื้นๆ หากรู้สึกลำบากเข้าปอดได้ไม่เต็มที่เนื่องจากมีน้ำอยู่เต็มท้อง ให้จับผู้ป่วยนอนคว่ำ ใช้มือทั้งสองข้างสอดใต้ท้องผู้ป่วย แล้วยกขึ้นและลง หรือจัดท่าให้นอนตะแคง แล้วกดท้องดันมาทางยอดอก วิธีนี้จะช่วยไล่ให้น้ำไหลออกมาได้ แต่ก็ไม่ควรเสียเวลานานนัก จากนั้นจับผู้ป่วยพลิกหงายและกู้ชีพต่อไป

หากผู้ป่วยยังหายใจเองได้ หรือช่วยเหลือจนหายใจได้แล้ว ควรจับผู้ป่วยนอนตะแคงข้าง เซยคางให้ศีรษะเงยขึ้นเพื่อให้น้ำไหลออกทางปาก ใช้ผ้าห่มคลุมตัวผู้ป่วยเพื่อให้ความอบอุ่นป้องกันอาการช็อค อย่าให้รับประทานอาหารและดื่มน้ำ จากนั้นนำผู้ป่วยส่งโรงพยาบาลไม่ว่าจะมีอาการมากน้อยเพียงใด ในรายที่หมดสติ และหยุดหายใจ ให้กู้ชีพไปตลอดทาง อย่าหยุดให้การช่วยเหลือ



ด้วยความห่วงใยจาก

สำนักปลัด

องค์การบริหารส่วนตำบลนาเขียง