

บทที่ 1

การปฐมพยาบาล

ความหมายของการปฐมพยาบาล

การปฐมพยาบาล ตามลักษณะของตัวอักษรหมายถึงการพยาบาลเบื้องต้น หรือ การพยาบาลในขั้นแรกต่อผู้ป่วย หรือผู้ที่ได้รับอุบัติเหตุ ในปัจจุบันการปฐมพยาบาลมีชื่อเรียกแตกต่างกันออกไปบ้างตามความนิยมหรือความรู้สึกนึกคิดของผู้ ผู้เชี่ยวชาญแต่ละท่าน อาทิ เช่น การปฐมพยาบาล (First Aid) การพยาบาลฉุกเฉิน (Emergency Nursing) และปัจจุบันพยาบาล ซึ่งล้วนแล้วแต่มีความหมายโดยสรุปที่เหมือนกัน ดังนั้น คำ 3 คำนี้จึงใช้แทนกันได้ ท่านผู้เชี่ยวชาญใดให้ความหมายของการปฐมพยาบาลไว้ดังต่อไปนี้

รองศาสตราจารย์ จรินทร์ ชานีรัตน์ การปฐมพยาบาลหมายถึง "วิชาประกอบโรคคือปแขนงหนึ่ง" ซึ่งเป็นวิชาว่าด้วยการรักษาพยาบาลผู้ป่วยที่ได้รับอุบัติเหตุโดยกระทันหัน กล่าวถึงการบำบัดรักษาเป็นพิเศษก่อนที่จะปรึกษาแพทย์ หรือนำผู้ป่วยส่งโรงพยาบาลเพื่อให้ผู้ป่วยพ้นอันตราย หรือลดอันตรายให้น้อยลงก่อนที่จะแพทย์จะรักษาในขั้นต่อไป

รองศาสตราจารย์ พงษ์ เกิกแก้ว การปฐมพยาบาลหมายถึงการรักษาพยาบาลผู้ป่วยที่ได้รับอุบัติเหตุ หรือเกิดการเจ็บป่วยโดยกระทันหันในเบื้องต้น เป็นการแก้ปัญหาเฉพาะหน้าก่อนที่ผู้ป่วยจะได้รับการรักษาพยาบาลอย่างสมบูรณ์จากแพทย์ ด้วยเครื่องมือที่พอจะหาได้ในขณะนั้น เพื่อช่วยให้ผู้ป่วยอยู่ในสภาพที่ไม่เป็นอันตรายมากเกินไปที่แพทย์จะรักษาได้ทันห่วงที หรือเพื่อเป็นการลดอัตราความเจ็บป่วยหรือพิษต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นจากภาวะการเจ็บป่วยอย่างกระทันหันนั้น ๆ

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ประนอม โอทกานนท์ การพยาบาลฉุกเฉินหมายถึง การให้ความช่วยเหลือแก่ผู้ที่ได้รับบาดเจ็บหรือป่วยกระทันหันในทันทีทันใด โดยมากมักจะเป็นการให้ความช่วยเหลือ ณ สถานที่เกิดเหตุ ก่อนที่จะนำผู้บาดเจ็บไปพบแพทย์หรือก่อนที่จะนำผู้บาดเจ็บส่งโรงพยาบาล

กล่าวโดยสรุป

การปฐมพยาบาลหมายถึงการให้ความช่วยเหลือ (การรักษาพยาบาล) ผู้ป่วยที่ได้รับอุบัติเหตุ หรือเกิดการเจ็บป่วยอย่างกะทันหัน ณ สถานที่เกิดเหตุในระยะเริ่มแรก ก่อนที่จะนำผู้ป่วยไปหาแพทย์ หรือก่อนที่แพทย์จะมาถึง เพื่อให้ผู้ป่วยพ้นวิกฤตอันตราย หรือช่วยลดอันตรายให้น้อยลง การให้การปฐมพยาบาลที่ถูกต้องจะช่วยลดอาการเจ็บป่วย และอาการแทรกซ้อนให้น้อยลง รวมทั้งช่วยป้องกันความพิการบางอย่างไม่ให้เกิดขึ้น

ดังนั้น จึงขอจะสรุปความมุ่งหมายของการปฐมพยาบาลได้ดังนี้¹

1. เป็นการช่วยชีวิตผู้ป่วยไว้ก่อน
2. เป็นการป้องกันการลุกลามของอาการ และบาดเจ็บ
3. เป็นการช่วยบรรเทาความเจ็บปวดและความทรมานให้ลดน้อยลง
4. ถ้าจำเป็นต้องเคลื่อนย้ายผู้ป่วยไปสู่คลินิก หรือโรงพยาบาลก็กระทำโดย

ลักษณะที่ถูกต้อง

การปฐมพยาบาล (First Aid) อาจแบ่งได้เป็น 2 ประการคือ

1. การช่วยเหลือตนเอง (self - help)
2. การช่วยเหลือจากผู้อื่น (first - help)

Self - help หมายถึงอุบัติเหตุที่เกิดขึ้นกับตัวเราเองและตัวเราสามารถช่วยเหลือพยาบาลตัวเองได้ (ในเบื้องต้น) โดยไม่ต้องพึ่งพาอาศัยบุคคลอื่น

ตัวอย่างเช่น

1. ในขณะที่เราอยู่บ้านคนเดียว เกิดอุบัติเหตุกระดูกขาอ่อนแอหัก จะมีปัญหาเฉพาะหน้าอยู่ 2 ประการคือ

¹ ฟอง เกิดแก้ว, สวัสดิศึกษาและการปฐมพยาบาล, (พระนคร: วัฒนาพานิช, 2515), หน้า 113.

1.1 จะเริ่มทำอย่างไรกับกระดูกขาที่หัก

1.2 จะให้ผู้อื่นช่วยเหลือได้อย่างไร

เมื่อเกิดเหตุเฉพาะหน้าเช่นนี้ผู้ช่วยต้องรีบช่วยตนเองก่อน โดยนั่งหรือนอนบนพื้น ไขหมอน เบาะ หรือเสื่อผ้า ช่วยพยุงลำงุนขาตอนที่หักไว้ แล้วพยายามโทร ศัพท์เรียกแพทย์ หรือใครคนใดคนหนึ่งที่อยู่ใกล้ให้มาช่วยเหลือ หรือถ้าที่บ้านไม่มีโทรศัพท์ก็ให้ตะโกนร้องขอความช่วยเหลือให้เพื่อนบ้านใกล้เคียงได้ยิน แล้วดำเนินการส่งให้แพทย์ต่อไป

2. กรณีที่มีเลือดไหลออกมา ผู้ป่วยก็สามารถช่วยเหลือตนเองก่อนโดยใช้ผ้าที่สะอาดกดลงบนมากแผลไว้

3. ถ้ารู้สึกว่าจะเป็นลม (feeling of faintness) ก็รีบช่วยเหลือตนเองได้โดยย่อตัวลงนอนในท่าตะแคงแล้ววางเอาสิ่งแปลกปลอมภายในปากออกให้หมด

การช่วยเหลือตนเอง (self - help) ก็คือส่วนสำคัญขั้นตอนหนึ่งของการปฐมพยาบาล (first aid) นั่นเอง

First - help หมายถึงใครคนใดคนหนึ่ง ทำหน้าที่ให้การช่วยเหลือพยาบาลต่อผู้ป่วยที่ได้รับอุบัติเหตุ ก่อนที่จะมอบหมายผู้ป่วยให้อยู่ในความดูแลของแพทย์หรือผู้เชี่ยวชาญต่อไป

เมื่อพูดถึงการปฐมพยาบาลแล้วก็มีคำที่น่าสนใจอีกคำหนึ่ง ซึ่งมีส่วนเกี่ยวข้องกับ การปฐมพยาบาล แต่มีไร้การปฐมพยาบาลโดยตรง คำนั้นก็คือ การช่วยเหลือขั้นต้น

(only • help)

Only - help หมายถึงการช่วยเหลือการบาดเจ็บเล็กน้อย ๆ น้อย ๆ ที่เกิดขึ้นให้เสร็จสิ้นไป โดยไม่ต้องดำเนินการรักษาในชั้นสูงจากนายแพทย์อีก เช่น การที่ร่างกายถูกของมีคมมีบาดแผลปรากฏที่ผิวหนังเล็กน้อย ช่วยเหลือโดยใส่ยาฆ่าเชื้อโรค แล้วใช้ผ้าพันแผลพันให้เรียบร้อย ก็เป็นอันเสร็จสิ้น ไม่ต้องส่งต่อไปให้แพทย์ การช่วยเหลือแบบนี้อาจเรียกได้อีกชื่อว่า การพยาบาลในบ้าน (Home Treatment)

ความแตกต่างระหว่างการปฐมพยาบาลกับการพยาบาลในบ้าน

| | | จุดมุ่งหมายของการรักษา | ควรที่จะนำส่งแพทย์หรือไม่ |
|--|-------------------------------------|---|---|
| การปฐม พยาบาล (First Aid) | 1. Self-help 2. First - help | การพยาบาลช่วยเหลือ ตนเองเมื่อได้รับอุบัติเหตุ ได้รับการปฐมพยาบาล จากบุคคลอื่น ผู้ป่วยจะ ถูกนำส่งแพทย์เพื่อการ รักษาต่อไป | ต้องนำส่งแพทย์ ต้องนำส่งแพทย์ |
| การพยาบาลใน บ้าน (Home Treatment) | 3. Only . help | ช่วยเหลือการบาดเจ็บ เล็กน้อย ๆ โดย ไม่ต้องส่งผู้ป่วยไปให้ แพทย์ | ไม่ต้องนำส่งแพทย์ เว้น เสียแคว่สองสามวันต่อมา อาการของผู้บาดเจ็บยิ่ง เลวร้ายลง |

วิวัฒนาการของการปฐมพยาบาล

เชื่อกันว่าการปฐมพยาบาลเกิดขึ้นพร้อม ๆ กับที่มีมนุษย์มีกำเนิดเกิดขึ้นในโลกของเรา ในเวลาที่มนุษย์ได้รับอุบัติเหตุหรือเกิดการเจ็บป่วยขึ้น มนุษย์ก็จะพยายามหาวิถีทางที่จะทำอะไรสักอย่างกับตัวเองหรือผู้อื่น เพื่อให้ผลของอุบัติเหตุที่เกิดขึ้นนั้นบรรเทาเบาบางลงไปโดยการให้ความช่วยเหลือไปตามมีตามเกิด ตามความเชื่อถือ ตามประเพณีที่ชนบางหมู่ บางเหล่าคิดกันว่าเป็นวิธีที่ดีที่สุด การให้การช่วยเหลือผู้บาดเจ็บของกลุ่มชนบางหมู่ บางพวก อาจจะมีลักษณะผิดแผกแตกต่างกันออกไปบ้าง ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับลัทธิของความเชื่อของกลุ่มชนนั้น ๆ ซึ่งอาจจะผิดบ้าง ถูกบ้าง วิธีการให้ความช่วยเหลือใดที่มีผลต่อความอยู่รอดปลอดภัยของชีวิต วิธีการให้ความช่วยเหลือนั้นก็อาจจะถูกเผยแพร่ไปสู่กลุ่มชนอื่น ๆ อีกด้วย การวิวัฒนาการของการให้ความช่วยเหลือได้สืบทอด ๆ กันมาหลายร้อยหลายพันปี ต่อมาเมื่อมนุษย์มีความฉลาด มีความเจริญมากขึ้น มนุษย์ก็รู้จักทดลอง คัดเลือก สรรหาหลักการที่เห็นว่าเป็นวิธีที่ดีที่สุดเพื่อเป็นแนวทางในการให้ความช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ โดยอาศัยประสบการณ์ที่ผ่าน ๆ มาเป็นบรรทัดฐานในการหาข้อสรุปและข้อเท็จจริง พร้อมทั้งมีการจารึกมันบันทึกไว้เพื่อเป็นแนวทางต่อมวลชนในรุ่นหลังไว้ศึกษาพิจารณาเปรียบเทียบอีกต่อไป

การให้ความช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ที่ได้รับอุบัติเหตุหรือเกิดการเจ็บป่วยที่ถูกวิธี จะถูกเผยแพร่อยู่ในวงจำกัดเฉพาะในวงการแพทย์ การพยาบาล และการสาธารณสุขทั่ว ๆ ไป ต่อมาก็ค่อย ๆ แพร่ขยายไปในหมู่ของผู้บำเพ็ญประโยชน์เพื่อส่วนรวมอื่น ๆ อีก เช่น พวกมิชชันนารี อาสาสมัครเผยแพร่ศาสนา พวกพระ แล้วถ่ายทอดวิชาสืบทอดกันมาสู่ผู้นำในหมู่บ้าน หัวหน้าครอบครัว นายพราน หรือพวกที่มีอาชีพที่เสี่ยงต่ออันตราย ต่อมาก็เริ่มนำเข้ามาเผยแพร่ในหมู่เขาวชน เช่น ลุงเสือ อนุภาซาค (เนครบารี) การให้การปฐมพยาบาลค่อย ๆ พัฒนาขึ้นเป็นลำดับ เพราะยังโลกมีความเจริญก้าวหน้าไปเพียงใด โอกาสที่จะเกิดอุบัติเหตุจากความก้าวหน้านั้นก็เจริญเป็นเงาตามตัวไปไม่หยุดยั้ง โดยเหตุนี้การให้การช่วยเหลือหรือการปฐมพยาบาลจึงจำเป็นต้องแผ่ขยายออกไปในวงกว้าง สมาคม สโมสร หรือหน่วยงานที่รับผิดชอบเกี่ยวกับชีวิตความปลอดภัยของประชาชนได้พยายามจัดฝึกอบรมเกี่ยวกับการให้ความช่วยเหลือเท่าที่จะ

ดำเนินการได้ เพื่อให้ประชาชนทั่ว ๆ ไปได้มีความรู้ที่จะได้นำไปปฏิบัติในชีวิตประจำวันได้เป็นอย่างดี นอกเหนือไปจากนี้ทางกระทรวงศึกษาธิการได้เล็งเห็นความสำคัญของการปฐมพยาบาล จึงได้กำหนดไว้ในหลักสูตรให้เยาวชนได้ศึกษาปฏิบัติกันในโรงเรียนอีกด้วย เพื่อเป็นการปลูกฝังพื้นฐานความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับปฐมพยาบาล ให้เยาวชนได้ทราบถึงปัญหาและความจำเป็นที่จะป้องกัน ตลอดจนเมื่อได้รับอุบัติเหตุแล้วจะมีวิธีการให้ความช่วยเหลือหรือปฏิบัติเกี่ยวกับการปฐมพยาบาลต่อตนเองหรือผู้อื่นอย่างไร

ในประเทศที่เจริญแล้ว การปฐมพยาบาลได้เข้าไปมีบทบาทในโรงงานอุตสาหกรรมอีกด้วย เพราะโรงงานอุตสาหกรรมเป็นแหล่งสำคัญที่มีโอกาสจะเกิดอุบัติเหตุได้มากที่สุดอีกแห่งหนึ่ง จึงมีบทกำหนดตราเป็นกฎหมายเกี่ยวกับการตั้งโรงงานอุตสาหกรรมไว้ดังนี้

1. โรงงานอุตสาหกรรมที่ตั้งขึ้น จะต้องมียุทธศาสตร์ มีเครื่องมือเครื่องใช้ และมีผู้ดำเนินการอย่างครบครัน
2. ขนาดของห้องพยาบาลหรือจำนวนเวชภัณฑ์ต่าง ๆ จะใหญ่โตมากน้อยเพียงไร ก็ขึ้นอยู่กับจำนวนแรงงานของโรงงานอุตสาหกรรมนั้น
3. เครื่องมือ เครื่องใช้ เครื่องเวชภัณฑ์ต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับการปฐมพยาบาล จะได้รับการตรวจสอบจากเจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้องประมาณเดือนละ 1 ครั้ง
4. อุปกรณ์ที่จำเป็นชนิดใดหมด ชำรุด สุกแห้ง จะต้องรีบจัดหาทดแทน
5. เจ้าของโรงงานอุตสาหกรรมใดฝ่าฝืน ละเมิดกฎหมาย ก็จะถูกสั่งปิดโรงงานได้

ความสำคัญของการปฐมพยาบาลในโรงเรียน

โรงเรียนเป็นสถานที่ที่นักเรียนใช้เป็นที่แห่งศึกษาค้นคว้าความรู้ในช่วงเวลาวันหนึ่ง ๆ นักเรียนแต่ละคนจะต้องใช้ชีวิตอยู่ในโรงเรียนไม่น้อยกว่าวันละ 7 ชั่วโมง กิจกรรมทุก ๆ อย่างที่ทางโรงเรียนจัดให้มีขึ้น หรือนักเรียนกระทำไปด้วยตนเองนั้นย่อมเสี่ยงต่ออันตราย (มากหรือน้อย) อยู่ทุกขณะ เช่นการเรียนในห้องเรียน การทดลองในห้องวิทยาศาสตร์ การฝึกปฏิบัติในโรงฝึกงาน การเล่นและการออกกำลังกายกลางแจ้ง รวมทั้งการเล่นกีฬาในโรงพลศึกษา ล้วนแล้วแต่เปิดโอกาสให้เกิดอุบัติเหตุได้ทั้งสิ้น ยิ่งบ้านเมืองพัฒนากิจการต่าง ๆ ให้ก้าวหน้าไปเร็วเท่าใด ก็ดูเหมือนว่าปัญหาทางด้านการปฐมพยาบาลเกี่ยวกับอุบัติเหตุยิ่งเพิ่มขึ้นมากเท่านั้น โรงเรียนมิได้มีหน้าที่แค่เพียงให้การศึกษามอบแก่นักเรียนอย่างเดียว แต่จะต้องมีหน้าที่ความรับผิดชอบต่อปกป้องอันตรายต่าง ๆ มิให้เกิดขึ้น หรือถ้าอันตรายจะพึงเกิดขึ้นโรงเรียนก็ต้องมีภาระรับผิดชอบต่อความเจ็บป่วยของนักเรียนด้วย ทางโรงเรียนจึงต้องเตรียมรับเหตุการณ์ซึ่งอาจจะเกิดขึ้นในช่วงเวลาใดเวลาหนึ่งก็ได้ นั่นก็คือทางโรงเรียนต้องมีการจัดให้มีห้องปฐมพยาบาลในโรงเรียน แล้วแต่ความเหมาะสมและให้เพียงพอกับอัตราส่วนของจำนวนนักเรียนด้วย

ในภาระกิจประจำวันและการสัญจรไป-กลับโรงเรียน โอกาสที่จะเสี่ยงต่ออันตรายย่อมมีมาก ยิ่งในสภาพของโรงเรียนไม่ว่าระดับใด ชีวิตของเด็กนักเรียนเหมือนกับอยู่ในมือครู เพราะครูเป็นผู้ใกล้ชิด ครูอาจจะเป็นคนแรกที่ไต่พบเห็นนักเรียนได้รับอุบัติเหตุ ดังนั้นถ้าทางโรงเรียนมีการปฐมพยาบาลที่ดี มีเครื่องมือเครื่องใช้ที่ทันสมัย มีบุคคลากรที่เชี่ยวชาญในด้านการปฐมพยาบาล แม้เด็กนักเรียนจะประสบอุบัติเหตุแล้วได้รับการปฐมพยาบาลอย่างถูกวิธีอันตรายต่าง ๆ เหล่านั้นก็ลดลงครึ่งหนึ่งแล้ว โยทางตรงกันข้าม หากเด็กนักเรียนไม่ได้รับการช่วยเหลือที่ถูกต้องตามหลักวิธีการ ก็อาจจะถึงขั้นเสียชีวิตได้เช่นกัน

ปัจจุบันการให้บริการปฐมพยาบาลในโรงเรียนในประเทศไทยยังไม่พัฒนาก้าวหน้าไปเท่าที่ควร ทั้งนี้อาจจะเพราะผู้บริหารยังมองไม่เห็นและให้ความสำคัญน้อยมาก จนประมาณค่าใช้จ่ายในค่านี้นั้นน้อยมาก บางโรงเรียนก็เกิดมีเหตุว่าห้องเรียนยังไม่พอที่จะให้นักเรียนแล้วจะจัดห้องปฐมพยาบาลในโรงเรียนได้อย่างไร ถึงเวลาแล้วที่ทางฝ่ายบริหารระดับสูงพึง

เริ่มต้นและเอาจริงเอาจัง โดยจัดเสนองบประมาณให้ทุกโรงเรียนไม่ว่าระดับใดให้มีห้อง
 ปฐมพยาบาลประจำโรงเรียน เหมือนดังคำกล่าวที่ว่า "โรงเรียนจะทำหน้าที่ได้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น
 ถ้าโรงเรียนจะทำหน้าที่รับผิดชอบต่อความเจ็บป่วยของนักเรียนในโรงเรียนด้วย

โรงเรียนควรได้รับความร่วมมือเกี่ยวกับการปฐมพยาบาลในโรงเรียนจากใคร

บ้าง ?

1. จากแพทย์ พยาบาลและผู้ที่เกี่ยวข้องด้านการอบรมการปฐมพยาบาล
2. จากโรงพยาบาลทั้งของรัฐบาลและเอกชน
3. จากศูนย์การแพทย์ อนามัย และสุขภาพ
4. จากสมาคมครูผู้ปกครอง
5. จากบริษัทห้างร้านหรือองค์การ เกษีขกร
6. จากหน่วยราชการอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง เช่น กรมอนามัย กรมการแพทย์
7. จากคณะครูในโรงเรียนทุกคน

ถ้าทางโรงเรียนได้ทำหน้าที่รับผิดชอบต่อการเจ็บป่วยของนักเรียน และให้การ
 ปฐมพยาบาลอย่างถูกต้องวิธีแล้ว จะเป็นเครื่องช่วยผูกมัดสัมพันธ์ระหว่างครูกับนักเรียน และ
 ระหว่างครูกับผู้ปกครองได้เต็มที่ และประการที่สำคัญที่สุดก็คือจะช่วยบรรเทาอันตรายจากการ
 บาดเจ็บให้ลดน้อยลงได้

วัตถุประสงค์ของการศึกษาการปฐมพยาบาล

1. เพื่อนำเอาความรู้ที่ได้ศึกษามาใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อชีวิตของตนเอง
2. เพื่อนำเอาความรู้ไปใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อผู้อื่น
3. ในฐานะที่ผู้ศึกษาจะออกไปประกอบอาชีพครู ก็ควรจะมีวัตถุประสงค์เพิ่มเติมดังต่อไปนี้คือ
 - 3.1 สามารถดำเนินการจัดตั้ง ห้องปฐมพยาบาล (First Aid Room) ในโรงเรียนได้
 - 3.2 เผยแพร่ความรู้และปลุกฝังทัศนคติเกี่ยวกับการปฐมพยาบาลให้กับนักเรียนได้เป็นอย่างดี
 - 3.3 ครูที่ระงับอยู่เสมอว่า คนเป็นบุคคลแรกที่ควรร่วมรับผิดชอบต่อการบาดเจ็บของนักเรียนในโรงเรียน
4. สามารถให้การปฐมพยาบาลในเบื้องต้นได้ถูกต้อง ก่อนที่จะนำผู้บาดเจ็บส่งแพทย์หรือผู้เชี่ยวชาญ
5. จะช่วยบรรเทาอาการบอบช้ำของผู้บาดเจ็บให้ลดน้อยลง
6. ถ้าการให้การช่วยเหลือในเบื้องต้นเป็นไปอย่างถูกวิธี ก็เปรียบเสมือนว่าอันตรายได้ลดลงครึ่งหนึ่งแล้ว

เหตุผลและความจำเป็นสำหรับการให้การปฐมพยาบาล

(Reasons for First Aid)

เหตุผลและความจำเป็นสำหรับการให้การปฐมพยาบาล แบ่งออกได้ดังนี้

1. ความรู้และทักษะเกี่ยวกับการปฐมพยาบาลย่อมหมายถึง
 - 1.1 ความแตกต่างระหว่างการอยู่รอดปลอดภัยของชีวิตและการเสียชีวิต
 - 1.2 ความแตกต่างระหว่างความพิการชั่วคราวในระยะเริ่มแรกและ
ความพิการตลอดชีวิต
 - 1.3 ความแตกต่างระหว่างการช่วยฟื้นชีวิตให้กลับคืนมาอย่างรวดเร็ว
หรือช้าเป็นนาน
2. คุณค่าของการฝึกปฏิบัติในด้านการปฐมพยาบาล ย่อมมีผลตอบสนองในเรื่อง
ของ
 - 2.1 การช่วยป้องกันหรือช่วยรักษา การบาดเจ็บ หรือการเจ็บป่วยอย่าง
กะทันหันของผู้ป่วย
 - 2.2 ภาวะระงับภัยพิบัติที่จะเกิดขึ้นทั้งโดยทางธรรมชาติหรือโดยอุบัติเหตุ
 - 2.3 เป็นการ เตรียมบุคคลที่มีความเกี่ยวข้องกับสถานการณ์ทุก ๆ อย่างให้
มีความพร้อมที่จะให้การช่วยเหลือต่อผู้บาดเจ็บได้
3. ความจำเป็นของการฝึกปฏิบัติในเรื่องการปฐมพยาบาล อาจมีส่วนช่วย
บรรเทาในเรื่องต่อไปนี้
 - 3.1 ผลทางสถิติแสดงให้เห็นว่า การเสียชีวิตจากอุบัติเหตุมีสถิติสูงสุด
เมื่อเปรียบเทียบกับ การเสียชีวิตเพราะเหตุอื่น
 - 3.1.1 ผลเสียหายจากอุบัติเหตุ การสิ้นชีวิต (ซึ่งประมาณค่ามิได้)
ทรัพย์สินเสียหายมีหนึ่ง ๆ คิดเป็นเงินหลายล้านบาท
 - 3.1.2 ผลของอุบัติเหตุทำให้เกิดการเจ็บปวดทุกข์ทรมาน ความ
พิการ-ทุพพลภาพ

- 3.1.3 อุบัติเหตุจากยวดยานพาหนะ และการสืบชีวิตมีจำนวนมากกว่าครึ่งของการเสียชีวิตทั้งหมด
- 3.2 อุบัติเหตุที่เกิดขึ้นมีจำนวนเพิ่มขึ้นมากทุกวัน
- 3.3 แบบฉบับหรือวิธีการรักษาได้วิวัฒนาการ เปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา
- 3.4 ประชากรของโลกมีจำนวนเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว แต่จำนวนแพทย์ - พยาบาล ผู้เชี่ยวชาญยังมีจำนวนน้อย มีอัตราส่วนไม่สมดุลกัน
- 3.5 การให้การช่วยเหลือต่อผู้บาดเจ็บหรือผู้ที่เกิดการเจ็บป่วยอย่างกะทันหันของผู้ที่ผ่านการฝึกปฏิบัติ ผ่านการอบรมจนมีความรู้ ความชำนาญในด้านการปฐมพยาบาลในระยะเริ่มแรก ย่อมมีผลทำให้ชีวิตรอดปลอดภัยมีอัตราเปอร์เซ็นต์สูง
4. การฝึกปฏิบัติการปฐมพยาบาลจะช่วยส่งเสริมให้มีความรู้เกี่ยวกับความปลอดภัยในบ้าน ในสถานที่ทำงาน ในสนามเล่น และบนถนนหนทาง ฯลฯ ความรอบรู้ในเรื่องของการปฐมพยาบาลย่อมมีบทบาทสำคัญในเรื่องต่อไปนี้คือ
- 4.1 สาเหตุของอุบัติเหตุ (Cause)
- 4.2 ผลของอุบัติเหตุ (Effect)
- 4.3 การป้องกันอุบัติเหตุ (Prevention)

สาเหตุของอุบัติเหตุ เมื่อได้ศึกษาเรื่องราว สาเหตุของอุบัติเหตุอย่างถี่ถ้วนแล้ว จะมีผลในการช่วยตัดสินใจว่า อะไรหรือสิ่งใด (WHAT) ควรจะกำจัดทิ้งให้หมดไป สิ่งใดควรดำเนินการควบคุมหรือหลีกเลี่ยงต่อการเสี่ยงอันตรายจากสถานการณ์นั้น

ผลของอุบัติเหตุ เมื่อได้วิเคราะห์ผลของ (อุบัติเหตุ) การบาดเจ็บหรือการเจ็บป่วยอย่างกะทันหันของผู้ป่วยแล้ว จะช่วยให้เร่งการตัดสินใจได้ว่า ทำไม (why) จึงจำเป็นต้องควบคุมหรือหลีกเลี่ยงต่อสถานการณ์นั้น ๆ ที่มีผลจะทำให้ตนเองหรือผู้อื่นได้รับอันตราย

การป้องกันอุบัติเหตุ ความรู้ความเข้าใจในปัญหาต่าง ๆ ของอุบัติเหตุจะช่วยให้เราทราบถึงชนิดของอุบัติเหตุที่เกิดขึ้นรอบ ๆ ตัวเรา และเราจะดำเนินการป้องกันอุบัติเหตุ นั้น ๆ อย่างไร (HOW)

คุณประโยชน์ของการฝึกปฏิบัติการปฐมพยาบาล

(Value of First Aid Training)

การฝึกปฏิบัติการปฐมพยาบาลย่อมก่อประโยชน์ดังต่อไปนี้คือ

1. การช่วยเหลือบุคคลอื่น (Help for others)

ความรู้ความเข้าใจในเรื่องการปฐมพยาบาลจะช่วยให้เรามีโอกาสช่วยเหลือบุคคลอื่นที่ลำบากเจ็บ ช่วยเหลือบุคคลอื่นพันธุกรรมานในเรื่องของความเจ็บปวด รอค้น อันตรายจากการเสียชีวิต

2. เป็นการช่วยเหลือตนเอง (Self - help)

ความรู้ความเข้าใจในเรื่องการปฐมพยาบาล นอกจากจะเป็นการช่วยเหลือบุคคลอื่น ๆ แล้ว ยังเป็นการช่วยเหลือตนเองได้อย่างดีเลิศอีกด้วย ถึงแม้ว่าในภาวะฉุกเฉินที่ตัวเองได้รับอุบัติเหตุอย่างร้ายแรงจนตัวเองไม่สามารถที่จะช่วยเหลือตัวเองได้นั้น แต่เราก็อาจจะสามารถให้คำแนะนำ บอกกล่าวให้บุคคลอื่นที่อยู่ใกล้ซึ่กดำเนินการช่วยเหลือตัวเรากลับคืนตนอย่างถูกวิธีได้

3. เป็นการเตรียมการช่วยเหลือผู้ประสบภัยพิบัติร้ายแรง (Preparation for disaster)

ผู้เข้ารับการฝึกปฏิบัติการปฐมพยาบาล ย่อมมีบทบาทสำคัญยิ่งในโอกาสที่มีภัยพิบัติร้ายแรงเกิดขึ้น ตัวอย่างที่เห็นได้ชัดเจนก็คือ เมื่อเดือนพฤษภาคม 2523 ได้เกิดภัยธรรมชาติร้ายแรงขึ้น คือภูเขาไฟ เซนต์ เฮเลนส์ ในมลรัฐวอชิงตัน ประเทศสหรัฐอเมริกา เกิดระเบิดขึ้น ความอันตรายของการระเบิดและอวาทของภูเขาไฟไค้ไหลท่วมพันไปไกลเป็นระยะทางหลายร้อยไมล์ ทำความเสียหายต่อชีวิตของคนอเมริกันหลายคนทรัพย์สินเสียหายมากมาย หน่วยกู้ภัยของอเมริกันได้ดำเนินการช่วยเหลือผู้ประสบภัยอย่างเร่งด่วน และสามารถช่วยชีวิตผู้ประสบภัยอันตรายไว้ได้หลายคน นี่เป็นตัวอย่างหนึ่งแสดงให้เห็นว่า ความจำเป็นอันในการให้ความช่วยเหลือความรู้ความชำนาญในการให้การปฐมพยาบาล ย่อมมีส่วนช่วยให้ผู้ประสบภัยพิบัติรอดชีวิตได้ ภัย

อุบัติเหตุต่าง ๆ ที่อาจจะเกิดขึ้น ได้แก่ พายุ น้ำท่วม แผ่นดินไหว ภูเขาไฟระเบิด ไฟไหม้ ซึ่งมักจะมีปรากฏขึ้นบ่อย ๆ ในพื้นที่บางส่วนของเรา นี้ ผู้ที่ผ่านการฝึกปฏิบัติการปฐมพยาบาลย่อมมีความชำนาญในการช่วยเหลือว่าอะไรควรทำและอะไรไม่ควรทำ สามารถช่วยป้องกันชีวิต หรือช่วยผู้อื่นอันมีความจำเป็นให้เสียหายได้เป็นอย่างดี

เกณฑ์การให้การปฐมพยาบาลโดยทั่วไป

(General Directions For Giving First - Aid)

ในฐานะที่ท่านอาจจะมีโอกาสเป็นผู้ให้การปฐมพยาบาล (First - Aider) ท่านอาจจะมีอุบัติเหตุต่าง ๆ เกี่ยวกับอุบัติเหตุอันตราย หรือการเจ็บป่วยอย่างกะทันหัน มากมายหลายประเภท การตัดสินใจนับเป็นส่วนสำคัญยิ่งในการดำเนินการให้การช่วยเหลือในระยะเริ่มแรก จำนวนบุคคลที่เกี่ยวข้อง สิ่งแวดล้อมรอบ ๆ คำน วัตถุประสงค์เครื่องมือเครื่องใช้ที่พอจะหยิบฉวยได้ในขณะนั้น การขอความร่วมมือช่วยเหลือจากบุคคลอื่น ๆ โทรพริบ ปฏิญาณ ความรวดเร็วฉับพลัน ย่อมเป็นคุณสมบัติสำคัญที่จะอำนวยความสะดวกอย่างยิ่ง ความรีบเร่ง แค่มิฉะนั้นในการช่วยเหลือต้องรีบดำเนินการทันทีทันใด โดยคำนึงสิ่งต่อไปนี้คือ

1. พยายามตั้งสติให้มั่นคง
2. ถ้าผู้ช่วยมีการบาดเจ็บหลายแห่ง ต้องรีบให้การช่วยเหลือก่อนส่วนที่สำคัญที่สุดก่อน
3. ถ้าเป็นอุบัติเหตุในการจราจร และในเหตุการณ์นั้นมีผู้บาดเจ็บหลายคน เราต้องขอความร่วมมือให้ปฏิบัติดังนี้
 - 3.1 โทรศัทพ์ตามแพทย์ ตำรวจ หรือตำรวจทางหลวงที่อยู่ใกล้สถานที่เกิดเหตุมากที่สุด
 - 3.2 ช่วยจัดการการจราจร
 - 3.3 ครอบงมให้คนมอง
 - 3.4 ถ้าเป็นเวลาดวงคืนต้องมีสัญญาณเตือนภัยให้ทราบ

3.5 เรียกรถพยาบาล (ambulance)

3.6 การโทรศัพท์ตามแพทย์ ตำรวจ รถพยาบาล หน่วยกู้ภัยต่าง ๆ ควรบอกรายละเอียดเกี่ยวกับชนิดของอุบัติเหตุ สถานที่เกิดเหตุและจำนวนผู้ได้รับบาดเจ็บ
เกณฑ์การให้การปฐมพยาบาลโดยทั่วไปแบ่งออกเป็นหัวข้อใหญ่ ๆ ได้ 2 หัวข้อคือ

ก. การให้การช่วยเหลือแบบเร่งด่วน (Urgent care)

ในกรณีที่มีผู้บาดเจ็บอาการสาหัส หรือเกิดการเจ็บป่วยอย่างหนัก ต้องรีบเร่งดำเนินการช่วยเหลืออย่างรวดเร็ว คือ

1. ต้องรีบเร่งลงมือช่วยเหลืออย่างทันทีทันใด ในกรณีที่ผู้ป่วยจมน้ำ ถูกไฟไหม้
สำคัญควันทันที ได้รับความเสียหายในการให้การช่วยเหลืออาจหมายถึงชีวิตได้
2. ผู้ป่วยมีระบบทางเดินหายใจขัดข้อง ต้องรีบช่วยเหลือให้ระบบการหายใจเป็นปกติ โดยใช้วิธีเป่าปากต่อปาก (mouth to mouth)
3. ผู้ป่วยที่มีบาดแผล มีเลือดไหลออกมามาก ต้องรีบห้ามเลือดทันที
4. ผู้ป่วยที่ได้รับอันตรายจากสิ่งมีพิษ อาทิเช่น ยาพิษ สัตว์-แมลง-พิษมีพิษ ต้อง
รีบช่วยเหลืออย่างเร่งด่วน
5. ผู้ป่วยที่หัวใจวายหรือหัวใจล้มเหลว การดำเนินการช่วยเหลือในทันทีทันใด
และถูกวิธี จะช่วยให้กลับฟื้นคืนชีวิตได้

ข้อเตือนใจสำหรับการช่วยเหลือแบบเร่งด่วนก็คือ

----- เวลา คือ ชีวิต -----

ข. ขั้นตอนในการให้การปฐมพยาบาลเพิ่มเติม (Additional first aid

directions)

นอกเหนือไปจากการให้การช่วยเหลือแบบเร่งด่วนตามหัวข้อข้างบนนี้แล้ว ผู้ป่วย
ที่ไม่มีอาการสาหัสมากนัก ผู้ให้การปฐมพยาบาลอาจจะดำเนินการให้การช่วยเหลือผู้ป่วยได้ดังนี้

1. ให้อยู่ในอาการที่สงบ และอย่ารีบควนเคลื่อนย้ายผู้ป่วยโดยไม่จำเป็น
2. ห้ามบุคคลที่ไม่เกี่ยวข้องรบกวนผู้ป่วย
3. อย่าสัมผัสให้ความอบอุ่นร่างกายแก่ผู้ป่วย
4. รีบตัดสินใจหรือตกลงใจว่า สาเหตุของการมากเจ็บหรือการเจ็บป่วยอย่าง
กะทันหันนั้นมีสาเหตุมาจากอะไร โดยสืบหาข้อเท็จจริงได้ดังนี้
 - 4.1 โดยการถามผู้ป่วย (ถ้ายังมีสติ)
 - 4.2 สอบถามผู้ที่อยู่ใกล้เคียงและเห็นเหตุการณ์โดยตลอด
 - 4.3 ถ้าพบผู้ป่วยที่หมดสติ และไม่มีลักษณะอาการภายนอกบ่งให้เห็นชัดว่า
เกิดการมากเจ็บ เช่น ช็อค เมาสูรา เป็นลม หัวใจวาย ฯลฯ ให้พยายามหาข้อมูลเพิ่มเติม
จากเอกสาร ของผู้ป่วยซึ่งอาจจะค้นพบได้ในกระเป๋าเสื้อ กางเกง และกระเป๋าถือ
5. เมื่อทราบสาเหตุแน่ชัดแล้ว ให้ดำเนินการปฐมพยาบาลตามขั้นตอนทันที

ข้อควรระมัดระวัง

การรีบเร่งช่วยเหลือผู้มากเจ็บในกรณีที่อยู่ในเหตุการณ์นั้นเพียงคนเดียว ต้อง
ระมัดระวังและคิดให้รอบคอบเป็นพิเศษ เพราะผู้ให้การปฐมพยาบาลอาจจะถูกกล่าวหาว่าทำ
อันตรายต่อผู้มากเจ็บนั้นได้ เช่นในระหว่างทางที่ขับรถไปตามถนน มังเอิญรถคันหน้าพุ่งชนคน
ที่กำลังข้ามถนนจนได้รับอันตราย แล้วรถคันที่พุ่งชนก็รับชมรถหนีหายไป ผู้ที่ขับรถตามมาและ
เห็นเหตุการณ์มีใจเมตตาธรรม รีบหยุดรถดำเนินการช่วยเหลือทันทีทันใด หรือรีบนำคนเจ็บส่ง
โรงพยาบาล ในกรณีเช่นนี้ผู้ให้การช่วยเหลืออย่างใจบริสุทธิ์ก็อาจจะถูกกล่าวหาว่าเป็นฆาตร-
กรได้ (มีตัวอย่างให้เห็นมาากแล้ว) ซึ่งอาจจะต้องเสียเวลา ถูกสอบสวน เสียเวลาไปให้
การในชั้นศาล ทางที่ดีควรหาประจำที่พยานไว้ด้วย

หลักสำคัญในการปฐมพยาบาล

เมื่อไปพบผู้ป่วยที่ได้รับอุบัติเหตุ หรือเกิดการเจ็บป่วยอย่างกะทันหันให้ดำเนินการ
ปฐมพยาบาลดังต่อไปนี้

1. ผู้ให้การช่วยเหลือต้องตั้งสติให้มั่นคง ไม่ตื่นเต้นตกใจ เพราะการตกใจที่ถูกต้องขึ้นอยู่กับความรู้สึกที่ถูกต้อง
2. ขอร้องมิให้คนมุงดู เพราะต้องการอากาศถ่ายเทได้สะดวก และต้องการแสงสว่างเพียงพอ
3. ถ้าผู้ป่วยมีอาการ ขอร้องเขาให้อยู่ในอาการที่สงบ พยายามพูดในทางที่ส่งเสริมกำลังใจ
4. สิ่งแวดล้อมรอบ ๆ คัน จะช่วยให้ทราบถึงลักษณะของอุบัติเหตุที่เกิดขึ้นได้ สิ่งที่มีความน่ากลัว ขวดยาพิษ ยาฆ่าแมลง ถ้าเป็นกรณีฆาตกรรมควรเรียกหาตำรวจหาพยาน ผู้ให้ความช่วยเหลือต้องระมัดระวังเกี่ยวกับรูปคดีและหลักฐานด้วย
5. บ่อนคลายเสื้อผ้าและเครื่องรัด เช่น เข็มขัด เนคไท ออกอย่างระมัดระวัง
6. อย่าได้พยายามรีบเคลื่อนย้ายผู้ป่วยทันทีทันใด จนกว่าจะทราบว่าอุบัติเหตุเกิดขึ้น ณ ส่วนใดของร่างกายเสียก่อน
7. ถ้าผู้ป่วยไม่หมดสติให้ไต่ถามหาสาเหตุหรือไต่ถามจากผู้เห็นเหตุการณ์
8. ต้องรีบให้การปฐมพยาบาลแก่ส่วนของร่างกายที่เป็นอันตรายมากที่สุดก่อน

เช่น

- การช่วยการหายใจ (Breathing)
- การห้ามเลือด (Bleeding)
- กระดูกหัก (Broken bones)

นิยมเรียกส่วนที่เป็นอันตรายนี้ว่า 3 B's

9. ถ้าเป็นไปได้ควรจกจำหรือบันทึกอาการของผู้ป่วยทุกระยะ ทั้งนี้เพื่อให้แพทย์ได้รับความสะดวกและจัดการให้การรักษารับขั้นตอนต่อไปได้ถูกต้อง
10. ถ้าผู้ป่วยอาเจียน หรือมีสิ่งของอยู่ในปาก ต้องรีบฉว่งออกพร้อมทั้งให้เอียงศีรษะไปทางข้างใดข้างหนึ่ง เพื่อป้องกันมิให้เศษอาหาร (หรือฟันปลอม) หลุดเข้าไปในหลอดลม
11. ควรตรวจสอบชีพจรของผู้ป่วย (ที่ข้อมือ หรือบริเวณลำคอใกล้หลอดเลือด) หมั่นสังเกตสีหน้า ผิวเนื้อ ริมฝีปาก ดวงตาซึ่งจะช่วยบอกอาการมากหรือน้อยของผู้ป่วยได้

12. ตรวจสอบปากแฉกบริเวณแขน ขา รอยฟกช้ำ หรือกระดูกแตกหักที่ฝังแทง
ส่วนใดในร่างกาย ถ้ามีให้ปฐมพยาบาลในส่วนนั้นก่อน
13. ตรวจสอบบริเวณลำคอเพื่อเป็นการช่วยตัดสินใจได้ว่าผู้ป่วยมีปัญหาเกี่ยวกับ
ระบบการหายใจหรือไม่
14. ถ้าสงสัยว่าผู้ป่วยได้รับบาดเจ็บหรือสิ่งของมีพิษให้ตรวจดูรอยเปื้อนหรือรอย
ไหม้บริเวณริมฝีปาก และตรวจดูบริเวณรอบ ๆ ผู้ป่วยอาจจะพบยาเม็ด ชวดยา สดากยาและ
เคมีภัณฑ์อันตรายบางชนิด
15. ถ้าผู้ป่วยหมดสติให้ทำการนวดปอดเพื่อช่วยการหายใจทันที โดยวิธีเป่าปาก
ทอปาก (mouth to mouth)
16. หวังระลึกอยู่เสมอว่า การให้ความช่วยเหลือบางชนิดต้องอยู่ภายในขอบเขต
จำกัดตามความสามารถของตนเอง เพราะอุบัติเหตุบางชนิดต้องได้รับการรักษาจากผู้เชี่ยวชาญ
เท่านั้น
17. อย่าพยายามวิเคราะห์หรือวิจารณ์ถึงอาการของผู้ป่วยกับผู้ที่อยู่ใกล้เคียง
เพราะหาประโยชน์อันใดไม่ได้เลย
18. คำเนิการให้การปฐมพยาบาลจนกว่าแพทย์ พยาบาลจะมาถึงหรือจนกว่า
จะนำผู้ป่วยส่งโรงพยาบาล

ประโยชน์ของการปฐมพยาบาล

ถ้าพิจารณาประโยชน์ของการปฐมพยาบาลในแง่ของชีวิต และความทุกข์ทรมานอัน
อาจแยกกล่าวได้² 3 ประเภทคือ

1. การปฐมพยาบาลช่วยรักษาชีวิต

² ประนอม โสทนานนท์, การพยาบาลฉุกเฉิน, (กรุงเทพมหานคร :
โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2521), หน้า 2 - 3.

การปฐมพยาบาลสามารถรักษาชีวิตผู้บาดเจ็บได้ ตัวอย่างเช่น การช่วยเหลือนายพลอกผู้ป่วยที่หยุดหายใจและการช่วยกระตุ้นหัวใจในผู้ป่วยที่หัวใจหยุดทำงาน การช่วยเหลือนักกอล์ฟ เช่นนี้ทำให้ผู้ป่วยซึ่งหยุดหายใจแล้วมีโอกาสฟื้นคืนมาและมีชีวิตรอดอยู่ได้ จึงเรียกว่าเป็นการช่วยรักษาชีวิต ตัวอย่างอุบัติเหตุที่ทำให้ผู้ป่วยมีการหยุดหายใจและหัวใจหยุดเต้น อาจพบได้ในหลาย ๆ กรณี อาทิเช่น ถูกไฟฟ้าช็อต จมน้ำ ชัก หัวใจวาย เป็นต้น

ความรวดเร็วของการปฐมพยาบาลโดยเฉพาะในเรื่องของการหยุดหายใจมีความสำคัญมาก กอร์ดอน (Gordon) โค้กล่าวไว้ในหนังสือ "Emergency Care" ว่า "ผู้ป่วยที่หยุดหายใจนานเกิน 8 นาทีขึ้นไป ไม่ว่าจะมาจากสาเหตุใดก็ตาม ไม่มีโอกาสฟื้นคืนชีวิต คือตายอย่างแน่นอน" ดังนั้นถ้าผู้ช่วยเหลือนายพลอกผู้บาดเจ็บและผู้ช่วยเหลือนักกอล์ฟมีความรู้ความสามารถในการช่วยเหลือน ผู้ป่วยก็อาจจะมีชีวิตกลับคืนมาได้ โดยสรุปแล้วเมื่อมีอุบัติเหตุเกิดขึ้น ความรวดเร็วย่อมมีความสำคัญยิ่ง ความรีบด่วนของการช่วยเหลือนักกอล์ฟมาก เปรียบได้ว่า เวลาคือชีวิต นั่นเอง

2. การปฐมพยาบาลช่วยป้องกันไม่ให้ผู้บาดเจ็บมีสภาพหนักกว่าเท่าที่ควรจะเป็น

การปฐมพยาบาลอย่างถูกวิธีจะช่วยป้องกันอันตรายแทรกซ้อนภายหลังการเกิดอุบัติเหตุได้ ตัวอย่างเช่น ป้องกันอาการอัมพาตซึ่งจะเกิดมากขึ้นในรายที่กระดูกสันหลังตัก การป้องกันลักษณะนี้คือ ทำการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยให้ถูกวิธี

3. การปฐมพยาบาลช่วยบรรเทาอาการเจ็บปวดและทรมาณ

เมื่อเกิดอุบัติเหตุ ผู้ป่วยกระดูกหัก ข้อมเจ็บปวดอย่างแสนสาหัส การเข้าเฝ้ารถชั่วคราว เพื่อเตรียมเคลื่อนย้ายไปสู่โรงพยาบาล เป็นการช่วยบรรเทาอาการเจ็บปวดและทรมาณ การพันผ้าในรายที่ข้อเท้าพลงก็เป็นอีกตัวอย่างหนึ่งที่ช่วยบรรเทาอาการเจ็บปวดได้

คุณลักษณะของบุคคลที่จะทำการปฐมพยาบาลได้

โดยลักษณะธรรมชาติของมนุษย์เมื่อไปประสบอุบัติเหตุได้รับอุบัติเหตุ มีอาการบาดเจ็บ ก็อยากจะเข้าไปช่วยเหลือน แต่การอยากช่วยเหลือนั้นบางครั้งบางครั้งอาจจะเป็นภัยก่อ

ผู้ช่วยเพิ่มมากขึ้นอีก ถ้าผู้ประสงค์จะเข้าไปช่วยเหลือนั้นไม่มีความรู้ความชำนาญในเรื่องการปฐมพยาบาลเลย บุคคลแต่ละคนย่อมมีทักษะความชำนาญในแต่ละเรื่องแต่ละสิ่ง แยกต่างกันไป บางคนมีจิตใจกล้าหาญ เข้มแข็ง อุดม แต่บางคนกลับอ่อนแอ คนเรามางคนเมื่อพบเห็นผู้อื่นได้รับอุบัติเหตุร้ายแรง ก็ไม่สะทกสะท้าน ไม่ประหวั่นพรั่นพรึง มีใจกล้า และรู้สึกเฉย ๆ ธรรมดา ๆ ทอเหตุการณณ์รุนแรงนั้น ๆ แต่บางคนแม้เพียงพบเห็นอุบัติเหตุเล็ก ๆ น้อย ๆ ที่มีโลหิตไหลออกมาก็มีคเป็นหน้าหนีเสียแล้ว หรือไม่มีอาการคล้ายจะเป็นลมล้มพับ ใจเต้น ใจสั่น ตกอกตกใจ ประหม่า หยิบฉวยอะไรไม่ถูก ความแตกต่างของบุคคลเหล่านี้แหละที่จะมีผลต่อการช่วยเหลือ ปฐมพยาบาลผู้บาดเจ็บ โดยสรุปแล้วการที่เราจะตัดสินใจว่าบุคคลประเภทใดที่สามารถทำการช่วยเหลือปฐมพยาบาลได้คั้น บอมน้องมีสิ่งต่อไปนี้ เป็นเครื่องพิจารณา กล่าวคือ

1. บุคคลนั้นต้องมีสามัญสำนึกดี
2. ต้องไม่ประหม่า หรือตกใจได้ง่าย
3. รู้จักการตัดสินใจที่ถูกต้องว่าสิ่งใดควรทำหรือควรงด
4. รู้จักคัดแปลงสิ่งแวดล้อมรอบ ๆ คำนให้เกิดประโยชน์ได้
5. ต้องได้รับการฝึกปฏิบัติหรือผ่านการอบรมมาอย่างดี การรู้จริงช่วยให้กล้า

ทำ กล้าช่วยเหลือ

6. ต้องมีความรู้เกี่ยวกับกายวิภาคและสรีรวิทยาของร่างกายด้วย
7. ต้องเป็นนักสังเกต และสามารถประเมินสภาพแวดล้อมของอุบัติเหตุที่เกิดขึ้นได้ถูกต้อง

ขึ้นได้ถูกต้อง

8. สามารถจับลำดับความสำคัญของปัญหาผู้บาดเจ็บได้ว่า อะไรควรช่วยก่อน

ช่วยหลัง

9. สามารถให้ความมั่นใจแก่ผู้บาดเจ็บและญาติพี่น้องของผู้บาดเจ็บได้