

## บทที่ 5

### การช่วยเหลือขั้นต้นและแนวการช่วยเหลือที่ถูกต้อง (Priorities and The Systematic Approach)

การให้ความช่วยเหลือขั้นต้น เป็นสิ่งที่สำคัญมาก อันอาจหมายถึงความอยู่รอด หรือการเสียชีวิตของผู้ป่วยได้ ในกรณีที่เราไปพบผู้ป่วยที่ได้รับอุบัติเหตุหรือเจ็บป่วยอย่างกะทันหัน โดยที่เราไม่ทราบสาเหตุ ความรีบร้อนในการช่วยเหลือหรือความล่าช้าต่อการปฏิบัติผู้ป่วย อาจทำให้ผู้ป่วยมีอาการหนักกว่าเดิมจนถึงขั้นเสียชีวิตได้ การปฏิบัติช่วยเหลือผู้ป่วยในขั้นต้นมีข้อควรพิจารณาที่สำคัญ 2 ประการคือ

1. ปฏิบัติการให้การปฐมพยาบาลเบื้องต้นอย่างถูกต้อง (correct actions)
2. จัดอันดับการปฐมพยาบาลได้อย่างถูกต้อง (correct order) หมายถึง การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยหรือการติดต่อแพทย์เพื่อให้ผู้ป่วยได้รับการรักษาพยาบาลจากแพทย์ต่อไป

สิ่งสำคัญทั้ง 2 ประการนี้เป็นสิ่งที่จำเป็นต่อการให้การช่วยเหลือเบื้องต้นซึ่งจะมีผลทำให้ผู้ป่วยมีอาการทุเลาลงได้ เราควรจะรู้ว่าเราสามารถช่วยเหลืออะไรได้ และควรจะช่วยเหลืออย่างไรในหลาย ๆ กรณีอาจจะมีความแตกต่างกันออกไป การตัดสินใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับการที่จะลงมือปฏิบัติอะไรก่อนเป็นสิ่งสำคัญยิ่ง อย่ามัวเสียเวลาเกี่ยวกับการปฐมพยาบาลสิ่งเล็ก ๆ น้อย ๆ อยู่เลย

#### หลักการช่วยเหลือผู้ป่วยขั้นต้น

การช่วยเหลือผู้ป่วยในขั้นต้นมีหลักการโดยสังเขปดังนี้

1. สำหรับเหตุการณ์นั้น ๆ ถ้าหากอันตรายยังมีอยู่ อย่ารีบควนช่วยเหลือเป็นอันขาด เพราะอันตรายอาจจะเกิดกับผู้ที่ให้การช่วยเหลืออีกด้วย
2. ท้องทิ้งระเบิดระวังเกี่ยวกับการ ชนัชชขาย เคลื่อนย้ายผู้ป่วย
3. ตรวจสอบว่าผู้ป่วยหายใจหรือไม่ ถ้าผู้ป่วยไม่หายใจ ให้ปฏิบัติดังนี้

3.1 ตรวจดูระบบทางเดินหายใจว่าอะไรรักร่อง ถ้ามีพันปลอม เศษอาหาร เสมหะ ก้อนเลือด ต้องล้างออกให้หมดแล้วจับศีรษะผู้ป่วยให้เอนไปทางด้านหลัง ทั้งนี้เพื่อให้ระบบทางเดินหายใจเปิดโล่งขึ้น

3.2 ถ้าผู้ป่วยยังไม่หายใจอีก ต้องรีบผายปอดทันที

4. ถ้ามีเลือดไหลออกมาก ต้องรีบห้ามเลือดโดยเร็ว
5. ถ้าผู้ป่วยยังหายใจอยู่ แต่หมดความรู้สึก (unconscious) ให้จับผู้ป่วยนอนคว่ำหน้าแล้วเอียงหน้าไปข้างใดข้างหนึ่งเบาหรือคบหน้าเบา ๆ เพื่อเรียกความรู้สึก
6. ถ้ามีบาดแผล ให้ใช้ผ้าสะอาดปกปิดบาดแผลให้มิดชิด
7. อย่ามัวเสียเวลาในการปฐมพยาบาลสิ่งมาเจ็บเล็ก ๆ น้อย ถ้าผู้ป่วยมีอาการหนักมาก ต้องรีบนำส่งแพทย์โดยเร็ว

การรีบดำเนินการให้การช่วยเหลือผู้ได้รับอุบัติเหตุ มาเจ็บสาหัสเป็นสิ่งที่ถูกที่ควร ไม่ควรเมินเฉย ละเลย อย่าคิดว่าไม่ใช่หน้าที่หรือไม่ใช่ แต่ก่อนที่จะตัดสินใจจะช่วยเหลือใคร ควรคิดให้รอบคอบเสียก่อนว่า เหตุการณ์นั้นยังจะเป็นอันตรายต่อตนเองหรือเปล่า ความฉะฉานยอมสอให้เห็นถึงการตัดสินใจว่าควรเสี่ยงต่ออันตรายหรือไม่ ความโง่เขลาเบาปัญญายอมเปิดโอกาสให้ทำอะไรผิดพลาดเพื่อความอวดฉลาดได้เสมอ ๆ ตัวอย่างเช่น ไปพบเห็นคนที่กำลังจมน้ำ การตัดสินใจกระโดดลงไปช่วยเหลือโดยที่ตนเองก็ว่ายน้ำไม่เป็น ก็ยิ่งทำให้เพิ่มจำนวนคนตายมากขึ้นอีก ดังนั้นการตัดสินใจจะช่วยเหลือใครควรจะคิดให้รอบคอบก่อนว่า สภาพการณ์นั้น ๆ ยังจะเป็นอันตรายมาถึงตนเองหรือเปล่า ถ้ายังมีอยู่ ควรรีบตัดสินใจว่าจะดำเนินการช่วยเหลืออย่างไร คนเองและผู้ป่วยจึงจะปลอดภัย อาทิเช่น คนที่กำลังจะจมน้ำ คนที่ถูกไฟฟ้าช็อต เป็นต้น

#### การขอความช่วยเหลือทันที

ภายหลังจากที่เราดำเนินการให้การปฐมพยาบาลผู้ป่วยในขั้นต้นเท่าที่จำเป็นแล้ว และจำเป็นต้องส่งผู้ป่วยไปให้แพทย์หรือผู้เชี่ยวชาญทำการรักษาในขั้นต่อไป หรือจำเป็นต้องขอ

ความร่วมมือจากบุคคลอื่น ๆ คำรวจ รถพยาบาล เราต้องให้รายละเอียดต่าง ๆ ดังต่อไปนี้

- มีผู้บาดเจ็บกี่คน
- ผู้บาดเจ็บแต่ละคนได้รับบาดเจ็บจากอะไร
- ผู้บาดเจ็บต้องการช่วยเหลือในลักษณะใดบ้าง
- สถานที่เกิดเหตุอยู่ที่ไหน
- เบอร์โทรศัพท์ที่สามารถติดต่อซึ่งกันและกันได้

#### ตัวอย่างลักษณะการช่วยเหลือ

สมมติว่า นาย ก. ไปพบนาย ข. นอนคว่ำหน้าแน่นิ่งอยู่ริมถนน ซึ่งเกิดอุบัติเหตุขึ้นที่  
สี่แยกวงกลม และไม่หายใจ คุณลักษณะภายนอกทั่ว ๆ ไปคล้ายกับว่าเสียชีวิตแล้ว

#### ลักษณะการช่วยเหลือที่ผิด

นาย ก. เป็นสังเกตุอยู่ด้วย (นาย ข) ครู่หนึ่ง แล้วจึงตัดสินใจโทรศัพท์เรียกรถ  
พยาบาล แล้วขึ้นเข้าคู่อู่ใกล้ ๆ โดยไม่ได้ทำอะไรเลย แสดงว่า นาย ก. ไม่ได้เป็นผู้ให้การ  
ช่วยเหลือพยาบาล เป็นการให้การช่วยเหลือเบื้องต้นที่ผิด เพราะความเป็นจริง กว่ารถพยาบาล  
จะมาถึง ยังสถานที่เกิดเหตุและนำผู้ป่วยไปส่งโรงพยาบาล ก็อาจจะเสียเวลาเกินกว่า 10 นาที  
ก็จะสายเกินแก้ ผู้ป่วยอาจจะสิ้นชีวิตไปเสียก่อน ถึงแม้ว่าเราจะได้ยินคำพูดที่เรามากจะได้ยินคำพูดที่  
ผู้บาดเจ็บพูดขึ้นมาแต่ไม่ไหว เสียชีวิตขณะนำส่งโรงพยาบาล

#### ลักษณะการช่วยเหลือที่ถูกต้อง

ในกรณีดังตัวอย่างข้างต้น นาย ก. ควรจะปฏิบัติต่อ นาย ข. ดังนี้

- คิดพิจารณาสิ่งแวดล้อมรอบ ๆ ด้านให้รอบคอบ
- จับผู้ป่วยให้อยู่ในท่านอนหงาย
- จับคางให้ตั้งขึ้น ใบหน้าหงายไปทางด้านหลัง
- ล้วงเอาสิ่งแปลกปลอมที่อยู่ภายในปาก ในลำคอออกให้หมด
- ระวังไม่ให้อื่นไปกันทางเค้นหายใจ

- พยายามทำให้ทางเดินหายใจเปิดโล่ง
- ริมช่วยปฐมพยาบาลการหายใจ ช่วยขยายปอด วิธีเป่าปากต่อปาก (mouth to mouth) **ที่ดีที่สุด**
- ถ้ามีคนข้างเคียงพอที่จะช่วยเหลือได้ ก็ควรขอร้องให้เขาช่วยโทรศัพท์เรียก ตำรวจ รถพยาบาล แพทย์ เพื่อจะได้รีบดำเนินการรักษาในชั้นต่อไป
- ระหว่างรอรถพยาบาล ให้ช่วยขยายปอดต่อไป อย่าได้หยุดหากการช่วยเหลือ จนกว่ารถพยาบาลหรือแพทย์จะมาถึง
- ในกรณีที่มีรถส่วนบุคคลยินดีช่วยเหลือนำผู้ป่วยส่งโรงพยาบาล ให้จัดผู้ป่วยนั่งหรือนอนในท่าที่สบาย อย่าให้คอหุ้ม (ทางเดินหายใจจะตีบตัน หายใจไม่สะดวก) ช่วยขยายปอดต่อไปเรื่อย ๆ จนกว่าผู้ป่วยจะถึงมือแพทย์

### ข้อเตือนใจ

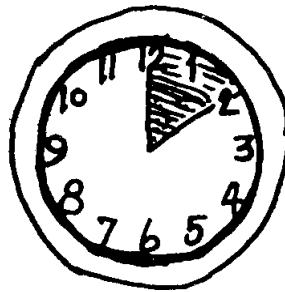
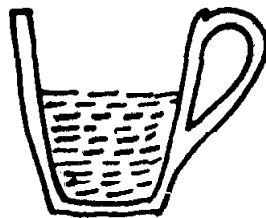
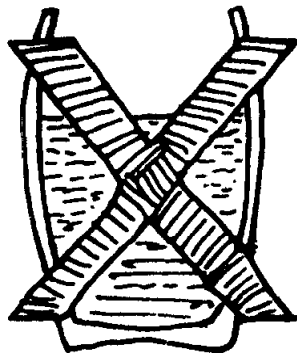
ถ้าผู้ป่วยได้รับอุบัติเหตุอย่างร้ายแรง อย่าให้ผู้ป่วยทานอาหารหรือคิมน้ำเป็นอันขาด ยกเว้น ผู้ป่วยที่ถูกไฟไหม้และพอมีสติ อนุญาตให้คิมน้ำได้บ้างเล็กน้อย เพื่อจะได้ช่วยรดเชยน้ำ และน้ำเหลืองที่เสียไป ส่วนผู้ป่วยที่คิมบาศิษเข้าไป เห็นสมควรให้คิมน้ำได้มาก ๆ เพื่อจะได้ช่วยให้ยาพิษเจือจางลง

### ข้อพึงระวังในการให้น้ำให้อาหารต่อผู้ป่วย

1. ผู้ป่วยที่หมดสติ หรือผู้ป่วยที่ได้รับการบาดเจ็บทางทรวงอก หน้าท้อง ห้ามให้น้ำ ให้อาหารเด็ดขาด เพราะจะทำให้เกิดการสำลักได้
2. ผู้ป่วยอาจจะต้องได้รับยาระงับความรู้สึก (anaesthetic) จากแพทย์หลังจากนำส่งโรงพยาบาลแล้ว ถ้าห้องว่างจะออกฤทธิ์ได้เร็ว ดังนั้นจึงควรงดน้ำ งดอาหาร
3. ผู้ป่วยที่ถูกไฟไหม้หรือน้ำร้อนลวก ร่างกายจะเสียน้ำ และน้ำเหลืองไปมาก อาจทำให้เกิดอาการรุนแรงถึงขั้นช็อคได้ ดังนั้นผู้ป่วยที่ยังพอมีสติให้คิมน้ำครั้งละถ้วยแก้วทุก ๆ 10 นาที ส่วนผู้ป่วยที่หมดสติต้องงดน้ำ งดอาหารอย่างเด็ดขาด

4. ผู้ป่วยที่กินของมีพิษเข้าไป ต้องรีบทำให้อาเจียนออก พร้อมทั้งให้น้ำ นม หรือน้ำมะนาวอย่างใดอย่างหนึ่ง 2 - 3 แก้ว ทั้งนี้เพื่อให้อินของยาที่ยังหลงเหลืออยู่เจือจาง

ฉง



## แนวการช่วยเหลือที่ถูกคอง (The Systematic Approach)

เมื่อเราไปพบผู้ป่วยที่ได้รับอุบัติเหตุหรือเจ็บป่วยอย่างกะทันหัน มีสิ่งที่จะต้องคำนึง  
การตามขั้นตอนในการแก้ปัญหา ดังนี้

<p>1. เริ่มแรกที่พบผู้ป่วย (Approach)</p> <p style="text-align: center;">↓</p>	<p>สนใจอารมณ์ไว้ มีความมั่นใจ ประกาศยืนยันว่าเราสามารถให้การปฐมพยาบาลได้</p>
<p>2. การประเมินสถานการณ์ (Appraisal of the situation)</p> <p style="text-align: center;">↓</p>	<p>อันตรายร้ายแรงหรือไม่ มีผู้มากเจ็บกี่คน ต้องการความช่วยเหลือหรือไม่ จะเรียกให้คนอื่นช่วยได้อย่างไร นานเท่าไรกว่าแพทย์จะมาถึง ใช้เวลานานเท่าใดที่จะไปถึงโรงพยาบาล มีสิ่งรอบ ๆ ข้างใดบ้างที่จะช่วยพยาบาลได้</p>
<p>3. สิ่งที่ต้องรีบเร่งช่วยเหลือ (Quick appraisal of casualty)</p> <p style="text-align: center;">↓</p>	<p>จะช่วยเหลืออะไรก่อน</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- การหายใจ (Breathing)</li> <li>- เลือดออก (Bleeding)</li> <li>- หมดสติ (Unconscious)</li> </ul>
<p>4. ศึกษารายละเอียด (Detailed appraisal of casualty)</p> <p style="text-align: center;">↓</p>	<p>สอบถามผู้ป่วยว่าเกิดอะไรขึ้น สอบถามความรู้สึกที่ผิดปกติ (ถ้าผู้ป่วยมีสติ) สังเกตสิ่งแวคล้อมรอบ ๆ ด้าน ทดสอบความรู้สึก ถ้าผู้ป่วยหมดสติให้สอบถามผู้ที่อยู่ใกล้เคียง เปรียบเทียบความผิดปกติแขน ขา วามวม ช้ำมากน้อยแค่ไหน</p>
<p>5. การวิเคราะห์เหตุการณ์ (Diagnosis)</p> <p style="text-align: center;">↓</p>	<p>สรุปเรื่องราวว่าผู้ป่วยเป็นอะไร</p>

<p>↓</p> <p>6. ให้ความปฐมพยาบาล (First - aid to prevent worsening)</p> <p>↓</p> <p>7. การช่วยเหลือขั้นสุดท้าย (Removal)</p>	<p>ให้ความปฐมพยาบาลเท่าที่จำเป็น เพื่อให้ผู้ป่วยปลอดภัย</p> <p>นำผู้ป่วยส่งโรงพยาบาล เพื่อให้แพทย์รักษาต่อไป</p>
---	--