

## หน่วยที่ 14 การปฐมพยาบาลในสถานประกอบการ

**การปฐมพยาบาลในสถานประกอบการ** เป็นการให้ความช่วยเหลือเบื้องต้นแก่ผู้ปฏิบัติงานที่ได้รับบาดเจ็บหรือเจ็บป่วย ป้องกันภาวะแทรกซ้อนต่างๆ เพื่อให้ฟื้นตัวได้เร็ว ก่อนที่จะส่งไปยังตรงพยาบาลหรือสถานบริการทางการแพทย์เพื่อรับการรักษาต่อไป

### ความสำคัญของการปฐมพยาบาล

1. ช่วยรักษาชีวิตผู้ป่วย
2. ช่วยป้องกันไม่ให้ผู้ป่วยได้รับอันตรายมากขึ้น
3. ช่วยบรรเทาอาการเจ็บป่วย
4. ช่วยให้ผู้ป่วยฟื้นตัวและกลับคืนสู่สภาพเดิมโดยเร็ว

### ขั้นตอนการปฐมพยาบาลประกอบการ

1. ประเมินสภาพผู้ป่วย
2. ประเมินสภาพแวดล้อม
3. ดำเนินการปฐมพยาบาล
4. บันทึกรายละเอียดเหตุการณ์
5. นำผู้ป่วยส่งต่อเพื่อรับการรักษา

**การเคลื่อนย้ายผู้ป่วย** จะทำในกรณีจำเป็นเพื่อความปลอดภัยของผู้ป่วยและผู้ปฐมพยาบาล โดยการเคลื่อนย้ายจะแบ่งเป็น 2 ประเภท คือ การเคลื่อนย้ายโดยไม่ใช้อุปกรณ์ และการเคลื่อนย้ายโดยใช้อุปกรณ์ ได้แก่ เก้าอี้ ผ้าห่ม เปลหาม

- การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยโดยวิธีอุ้มกอดด้านหน้าเหมาะกับกรณีผู้บาดเจ็บที่มีบาดแผลที่เท้า
- วิธีลากด้วยคอ เหมาะกับเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บหมดสติอยู่ในกองเพลิง
- การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยด้วยวิธีพยุงเดินด้วย 2 คนเหมาะกับกรณี ผู้บาดเจ็บรู้สึกตัวดีแต่รูปร่างใหญ่

**ขั้นตอนการปฏิบัติการกู้ชีพ (CPR)** จะทำในผู้ป่วยที่มีภาวะหยุดหายใจและหัวใจหยุดเต้น ซึ่งมี

**3 ขั้นตอน** คือ การเปิดทางเดินหายใจหรือการฟายปอดโดยการเป่าปากหรือเป่าจมูก และการช่วยการไหลเวียนเลือดโดยการนวดหัวใจ ซึ่งในการปฏิบัติการกู้ชีพอาจทำเพียงคนเดียวหรือสองคนก็ได้

**1. A (Airway)** คือการเปิดทางเดินหายใจให้โล่ง 2 วิธี คือ

- วิธีกอดหน้าผากและคางคางขึ้น (Head tilt-chin lift) เป็นวิธีที่ทำให้ทางเดินหายใจเปิดได้ดีที่สุด
- วิธียกกระดูกขากรรไกร (Jaw thrust)

**2. B (Breathing)** คือ การช่วยหายใจ 2 วิธี คือ

- การช่วยหายใจด้วยวิธีเป่าปาก (Mouth to mouth)
- การช่วยหายใจด้วยวิธีเป่าจมูก (Mouth to nose)

**3. C (Circulation)** คือการช่วยการไหลเวียนเลือด เป็นการช่วยการไหลเวียนเลือดหลังจากที่หัวใจหยุดเต้นโดยการกดหน้าอกภายนอก หรือเรียกว่า การนวดหัวใจ อัตรา 60 ครั้ง/นาที

## การปฐมพยาบาลผู้ที่ได้รับอันตรายจากสิ่งมีพิษ

หลักการปฐมพยาบาลผู้ที่ได้รับสารพิษเข้าสู่ร่างกาย ทั้ง 3 ทาง คือ ทางการหายใจทำได้โดยให้การนำผู้ป่วยออกมาสู่ที่ที่มีอากาศถ่ายเทได้สะดวกเพื่อให้ได้รับออกซิเจนอย่างเพียงพอ ทางปากทำได้โดยการทำให้สารพิษเจือจาง รับประทานผู้ป่วยส่งโรงพยาบาลภายใน 15 นาที การทำให้อาเจียน การใช้สารดูดซับสารพิษในระบบทางเดินอาหารทางผิวหนังโดยการล้างบริเวณที่ถูกสารพิษด้วยน้ำไหลผ่านจำนวนมาก

**สารพิษ (Poisons)** หมายถึง สารเคมีที่มีสภาพเป็นของแข็ง ของเหลว หรือก๊าซ ซึ่งเข้าสู่ร่างกายทางปาก ทางเดินหายใจหรือทางผิวหนัง แล้วทำให้เกิดอันตรายต่อโครงสร้างและหน้าที่ของร่างกายด้วยปฏิกิริยาทางเคมี โดยอันตรายที่เกิดขึ้นจะมากหรือน้อยขึ้นอยู่กับคุณสมบัติ ปริมาณ และทางเข้าสู่ร่างกาย

แบ่งตามลักษณะการออกฤทธิ์ได้ 4 ชนิดคือ

1. ชนิดกัดเนื้อ ไหม้พอง กรด ด่าง
2. ชนิดทำให้ระคายเคือง ปวดแสบปวดร้อน
3. ชนิดกระบบประสาท หมดสติ หลับ
4. ชนิดกระตุ้นประสาท เพื่อคลั่ง ตื่นเต้น

- เมื่อกินสารพิษพวกทินเนอร์เข้าไป รับประทานส่งโรงพยาบาลและห้ามทำให้อาเจียน

- ถ้าสารละลายโซเดียมไฮดรอกไซด์หรือกรดเข้มข้นเข้าสู่ผู้ปฏิบัติงานที่สวมคอนแทคเลนส์ ห้ามถอดคอนแทคเลนส์ออก แต่ให้รีบล้างตาด้วยน้ำสะอาดไหลผ่านอย่างน้อย 20 นาที

## การปฐมพยาบาลผู้ที่ได้รับอันตรายจากสัตว์

สัตว์มีพิษที่พบบ่อยในสถานประกอบการ ได้แก่ ผึ้ง ต่อ แตน ให้ทำการปฐมพยาบาลโดยการรัดเหนือแผลที่ถูกต่อยแล้วดึงเอาเหล็กไนออก แมงป้องกันและตะขาบ ให้ทำการปฐมพยาบาลโดยรัดเหนือแผลแล้วประคบเย็นเพื่อบรรเทาอาการปวดและบวม ุงพิษ ให้ทำการปฐมพยาบาลโดยให้ผู้ป่วยพักอยู่นิ่ง รัดเหนือแผลที่ถูกกัด แล้วรับประทานผู้ป่วยส่งโรงพยาบาลทันที สุนัขกัด ให้ทำการปฐมพยาบาลโดยห้ามเลือดล้างบาดแผลให้สะอาด และนำผู้ป่วยส่งโรงพยาบาลเพื่อรับการฉีดวัคซีนป้องกันโรคพิษสุนัขบ้าและบาดทะยัก

## การปฐมพยาบาลผู้ที่ได้รับอันตรายจากพืช

ผู้ปฏิบัติงานจะได้รับอันตรายจากพืชมีพิษ เช่น เห็ดพิษ ผักหวานป่า โดยการรับประทานเข้าไป การปฐมพยาบาลทำได้โดยการ ทำให้อาเจียน ทำให้สารพิษเจือจางด้วยการดื่มนมหรือน้ำ การให้รับประทานผงถ่านเพื่อดูดซับสารพิษ

ประเภทของสารพิษจากพืช จำแนกตามการออกฤทธิ์ทางเภสัชวิทยา เป็น 4 ประเภท

1. สารพิษจากพืชที่ทำให้เกิดการระคายเคืองต่อระบบทางเดินอาหาร
2. สารพิษจากพืชที่ออกฤทธิ์ต่อระบบประสาทส่วนกลางและจิตใจ
3. สารพิษจากพืชที่มีฤทธิ์ต่อระบบหมุนเวียนโลหิต
4. สารพิษจากพืชที่มีอันตรายต่อดับและอวัยวะอื่นๆ

## ลักษณะของเห็ดพิษ

- มีวงแหวนที่ต้นเห็ดตรงตำแหน่งต่ำกว่าหมวกเห็ดเล็กน้อย
- หมวกเห็ดมีลักษณะไม่เรียบ
- บนหมวกเห็ดมีผงหยาบๆ
- หมวกเห็ดมักจะเปราะแตกง่ายเมื่อแตะเบาๆ

- บางชนิดเมื่อหักก้านเห็ดด้านที่ติดดิน จะเห็นน้ำลักษณะเป็นยางเหนียวเยิ้มที่ก้านเห็ด

### หลักปฏิบัติโดยทั่วไปในการปฐมพยาบาลผู้ที่รับประทานพืชที่มีพิษเข้าไป

1. ทำให้อาเจียนในกรณีที่ผู้ป่วยรู้สึกตัวดี เพื่อเอาสารพิษออกจากร่างกาย
2. ให้ดื่มนมเพื่อช่วยเจือจางสารพิษและเคลือบกระเพาะอาหาร แต่ถ้าไม่มีนม ให้ดื่มน้ำมากๆ เพื่อช่วยเจือจางสารพิษ
3. ให้ผู้ป่วยรับประทานผงถ่านเพื่อช่วยดูดซับสารพิษในระบบทางเดินอาหาร
4. ให้การปฐมพยาบาลตามอาการ เช่น หากมีภาวะหายใจลำบากต้องช่วยการหายใจ หรือถ้าหัวใจหยุดเต้นต้องรีบนำตัวส่งโรงพยาบาลทันที
5. รีบนำผู้ป่วยส่งโรงพยาบาลทันที

### การปฐมพยาบาลผู้ที่ได้รับบาดเจ็บจากอุบัติเหตุ

#### การปฐมพยาบาลผู้ที่มีบาดแผลฟกช้ำและบาดแผลฉีกผิวหนังฉีกขาด

บาดแผลแบ่งออกเป็น 2 ชนิดคือบาดแผลฟกช้ำหรือบาดแผลเปิด ซึ่งให้การปฐมพยาบาลโดยให้ประคบเย็นเพื่อลดอาการปวดและบวมแล้วประคบร้อน เพื่อคลายก้อนเลือดที่คั่งใต้ผิวหนัง บาดแผลฉีกขาดหรือบาดแผลเปิด คือบาดแผลถลอก ถูกตัด ฉีกขาด ถูกแทง ซึ่งให้การปฐมพยาบาลโดยการล้างทำความสะอาดบาดแผล ถ้ามีวัตถุขนาดใหญ่ปักคาแผลห้ามดึงออก ทำการห้ามเลือด และทำความสะอาดบาดแผลด้วยแอลกอฮอล์ แล้วปิดแผลไว้ก่อนนำส่งโรงพยาบาล

**หลักการปฐมพยาบาลบาดแผลไหม้พอง** โดยถ้าเป็นแผลลึกระดับที่ 1 และแผลมีขนาดเล็ก ให้ใช้ความเย็นประคบบริเวณบาดแผลเพื่อลดอาการปวดแสบปวดร้อนและลด ความร้อนที่จะทำลายที่เนื้อเยื่อ ถ้าแผลมีคุ่มพองห้ามเจาะแต่ให้ปิดแผลไว้ด้วยผ้าสะอาด ถ้ามีอาการช็อกให้รีบปฐมพยาบาลอาการช็อก และถ้าหยุดหายใจและหัวใจหยุดเต้นให้ทำการกู้ชีพแล้วรีบนำส่งโรงพยาบาลทันที

**บาดแผลไหม้พองระดับที่ 1** ผิวหนังเป็นสีคล้ำ ให้ประคบเย็นลดอาการปวดแสบปวดร้อน ทาด้วยวุ้นวุ้นหางจรเข้ได้

**บาดแผลไหม้พองระดับที่ 2** แผลไม่ใหญ่มากโดยกว้างไม่เกิน 3 ฝ่ามือ

**บาดแผลไหม้พองระดับที่ 3** เป็นบาดแผลที่รุนแรงและอันตรายมาก การช่วยเหลือคลุมด้วยผ้าบางที่สะอาดแล้วนำส่งโรงพยาบาล

#### การปฐมพยาบาลผู้ที่ได้รับบาดเจ็บที่กระดูก ข้อ และกล้ามเนื้อ

หลักสำคัญของการปฐมพยาบาลผู้ป่วยกระดูกหัก คือ

1. ให้ส่วนที่หักอยู่นิ่งๆ โดยเข้าเฝือกชั่วคราวหรือการพันผ้ายืดให้นิ่ง
2. หากต้องเคลื่อนย้ายผู้ป่วยให้ทำด้วยความระมัดระวัง โดยเฉพาะผู้ป่วยที่กระดูกสันหลังหัก
3. หากกระดูกหักชนิดเปิด มีบาดแผลและมีเลือดออกมากให้ห้ามเลือดโดยใช้ผ้าสะอาดกดที่บาดแผล ปฐมพยาบาลบาดแผลเหมือนกับบาดแผลฉีกขาด แล้วรีบนำผู้ป่วยส่งโรงพยาบาลทันที

### หลักสำคัญในการปฐมพยาบาลผู้ที่ได้รับบาดเจ็บที่ข้อ คือ

1. งดการใช้อวัยวะนั้นเพื่อให้ข้ออยู่นิ่ง
2. ประคบเย็นเพื่อลดบวมและลดความเจ็บปวด
3. ยึดพยุงอวัยวะนั้นด้วยการใช้ผ้าพัน
4. รับนำผู้ป่วยส่งโรงพยาบาลทันที

### หลักสำคัญในการปฐมพยาบาลผู้ที่ได้รับบาดเจ็บที่กล้ามเนื้อ คือ

1. หยุดพักการใช้กล้ามเนื้อนั้นทันที
2. ยกบริเวณที่บาดเจ็บให้สูง เพื่อลดการบวม
3. ประคบเย็นบริเวณที่บาดเจ็บเพื่อลดอาการปวด บวม
4. ใช้ผ้ายึดพันบริเวณที่บาดเจ็บเพื่อให้เลือดหยุดคั่งและจำกัดการเคลื่อนไหว

### การปฐมพยาบาลผู้ที่ถูกกระแสไฟฟ้า

#### ผลของกระแสไฟฟ้าที่ทำอันตรายต่อร่างกาย คือ

- กล้ามเนื้อกระตุกหรือเกิดการหดตัว
- ระบบประสาทชะงักหรือเป็นอัมพาตชั่วคราว
- หัวใจเกิดการเต้นกระตุกหรือเต้นถี่เร็ว
- หัวใจหยุดทำงานทันที
- เนื้อเยื่อและเซลล์ภายในร่างกายถูกทำลาย

#### หลักการสำคัญในการปฐมพยาบาลผู้ที่ถูกกระแสไฟฟ้า

- ห้ามสัมผัสผู้ที่ถูกกระแสไฟฟ้าดูดหรือ ช็อตอยู่
- ตัดกระแสไฟฟ้าหรือใช้วิธีการที่ปลอดภัยในการช่วยเหลือผู้ป่วยออกมาจากการเป็นส่วนหนึ่งของวงจรไฟฟ้า
- เคลื่อนย้ายผู้ป่วยออกจากที่เกิดเหตุอย่างปลอดภัย
- ถ้ามีการหยุดหายใจหรือหัวใจหยุดเต้นให้ทำการกู้ชีพทันทีแล้วรับนำผู้ป่วยส่งโรงพยาบาล

### หลักสำคัญของการปฐมพยาบาลผู้ที่จมน้ำ

1. หลังจากช่วยเหลือผู้ป่วยขึ้นมาจากน้ำได้แล้ว ให้ตรวจการหายใจและการเต้นของหัวใจ ถ้าผู้ป่วยหยุดหายใจหรือหัวใจหยุดเต้น ให้รีบทำการกู้ชีพทันที
2. ให้ความอบอุ่นกับร่างกายผู้ป่วย
3. ปฐมพยาบาลตามอาการบาดเจ็บ เช่น มีบาดแผล เลือดออก กระดูกหัก
4. รับนำผู้ป่วยส่งโรงพยาบาล