

# การป้องกัน การจมน้ำในเด็กเล็ก



อย่าใกล้

อย่าเก็บ

อย่าก้ม

## ข้อควรรู้

ในแต่ละปีมีเด็กไทยอายุต่ำกว่า 5 ปี

# จมน้ำตาย

# มากกว่า 400 คน

ถังน้ำ กะละมัง ตุ่มน้ำ อ่างน้ำ บ่อเลี้ยงปลา  
เป็นแหล่งน้ำเสี่ยงของเด็กเล็ก

เด็กเล็กปลอดภัย ใส่ใจกำหนดพื้นที่เล่น  
สอนเด็กให้รู้และเน้นไว้

“ อย่าใกล้ อย่าเก็บ อย่าก้ม ”



องค์การบริหารส่วนตำบลบางครก  
BANGKROK SUBDISTRICT ADMINISTRATIVE ORGANIZATION  
อำเภอบ้านแหลม จังหวัดเพชรบุรี

Website : <http://www.bangkrok.go.th/site/>

Facebook: องค์การบริหารส่วนตำบลบางครก

E-mail : [bangkrok.bangkrok123@gmail.com](mailto:bangkrok.bangkrok123@gmail.com)

E-mail : [saraban\\_06760706@dla.go.th](mailto:saraban_06760706@dla.go.th)

เลขที่ 123 หมู่ที่ 4 ตำบลบางครก อำเภอบ้านแหลม

จังหวัดเพชรบุรี 76110

โทรศัพท์ 0-3270-6121 : โทรสาร 0-3240-9021

งานป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย

# การป้องกัน



## อย่าใกล้

เมื่อเจอแหล่งน้ำ อย่าเข้าไปใกล้  
เพราะอาจลื่นพลัดตกลงไปในน้ำ



## อย่าเก็บ

เมื่อเห็นสิ่งของตกลงไปในน้ำ  
อย่าเก็บเอง ต้องให้ผู้ใหญ่ช่วยเก็บให้



## อย่าก้ม

อย่าก้ม หรือชะโงกลงไปใต้อ่างน้ำ ตุ่มน้ำ  
ถังน้ำ เพราะอาจจะหัวที่มลงไปในภาชนะ

## ข้อแนะนำสำหรับผู้ปกครอง/ผู้ดูแลเด็ก

■ ผู้ปกครองดูแลอย่างใกล้ชิด ไม่ปล่อยให้เด็กคลาดสายตาแม้เพียงชั่วขณะ  
เช่น ขณะทำงานบ้าน คอยโทรศัพท์ เปิด-ปิดประตูบ้าน



■ จัดการแหล่งน้ำที่เด็กสามารถเข้าถึงได้ เช่น  
การเทน้ำทิ้งหลังจากใช้งาน ปิดฝาทุ่ม/ถังน้ำ  
ที่บรรจุน้ำไว้ ล้อมรั้วบ่อน้ำ สร้างประตูกัน

■ กำหนดพื้นที่เล่นให้เด็ก และใช้คอกกัน  
เพื่อไม่ให้เด็กออกไปในจุดอันตรายต่างๆ

# ข้อควรรู้

## การใช้อุปกรณ์ช่วยเหลือนักตกน้ำ

**1** โยนอุปกรณ์ที่ไม่มีเชือกผูก  
เช่น ขวดน้ำพลาสติก ดึงแกลลอน

- โยนอุปกรณ์หลาย ๆ ใบ
- โยนอุปกรณ์ให้ตกลงหน้าผู้ประสบภัย
- การใส่หน้าเล็กน้อยในอุปกรณ์ จะทำให้อุปกรณ์มีน้ำหนักสามารถโยนได้แม่นยำมากขึ้น

**2** โยนอุปกรณ์ที่มีเชือกผูก  
เช่น ดึงแกลลอนผูกเชือก ดุงเชือก

- โยนอุปกรณ์ให้ข้ามศีรษะผู้ประสบภัย เพื่อให้เชือกตกลงไปกระทบตัวผู้ประสบภัย
- เชือกที่ใช้ต้องมีความอ่อนตัว ไม่บิดเป็นเกลียว

**3** ยื่นอุปกรณ์ เช่น ไม้

ย่นตัวลงต่ำ เพื่อไม่ให้ถูกผู้ประสบภัยดึงตกน้ำ  
ยื่นอุปกรณ์ไปด้านข้างของผู้ประสบภัย  
แล้วจึงวางอุปกรณ์เข้าไปหาตัวผู้ประสบภัย  
(เพื่อหลีกเลี่ยงไม่ให้อุปกรณ์โดนหน้าผู้ประสบภัย)

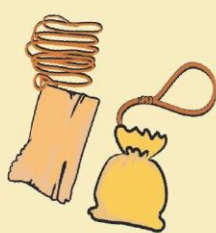
## อุปกรณ์ช่วยเหลือนักตกน้ำ



ขวดน้ำพลาสติก



ดึงแกลลอนผูกเชือก  
(หลีกเลี่ยงสิ่งที่มีลักษณะทรงกลม เพราะจะทำให้ผู้ประสบภัยจับยาก)



ดุงเชือก

# การช่วยเหลือ



## 1 ตะโกน

ตะโกน... “ช่วยด้วย มีคนตกน้ำ”  
(เพื่อขอความช่วยเหลือ)

## 2 โยน

โยน... อุปกรณ์ที่ลอยน้ำได้  
ให้คนตกน้ำจับ  
เช่น ดึงแกลลอนพลาสติกเปล่า  
ห่วงชูชีพ

## 3 ยื่น

หรือยื่น... อุปกรณ์ให้คนตกน้ำจับ  
เช่น ไม้ เชือก เลื่อย กางเกง  
ผ้าขาวม้า เข็มขัด

## 4

ล่าวไม้ดึงคนตกน้ำเข้าหาฝั่ง

# การปฐมพยาบาล



โทรค้นที่แจ้งหมายเลข 1669  
หรือหน่วยงานใกล้เคียงโดยเร็วที่สุด



**ห้าม** จับผู้ประสบภัยอุ้มผาดปา กระทบตบ  
หรือวิ่งรอมสนาม เพื่อเอาหน้าออก



จับคนจมน้ำนอนบนพื้นราบ  
แห้ง และแข็ง



**ตรวจดูว่ารู้สึกตัวหรือไม่**  
โดยใช้มือทั้ง 2 ข้างจับไหล่เบาๆ พร้อมเรียกดัง,



**กรณีรู้สึกตัว:**

เปิดตัวให้แห้ง เปลี่ยนเสื้อผ้า  
และห่มผ้าเพื่อให้ความอบอุ่นแก่ร่างกาย  
และนำส่งโรงพยาบาลทุกราย



**กรณีไม่รู้สึกตัว ไม่ตอบสนอง:**

**1 ช่วยหายใจ** ทำดังนี้  
- เปิดทางเดินหายใจ โดยการกดหน้ามาก เขยคาง  
- เป่าปากโดยวางปากครอบปากผู้ป่วย นิมจมูก  
เป่าลมเข้า ให้หน้าอกผู้ป่วยยกขึ้น (เป่าปาก 2 ครั้ง)



**2 กดนวดหัวใจ** ทำดังนี้

- วางสันมือขวาบนแนวกึ่งกลางหน้าอก  
(กึ่งกลางหว่างนมทั้ง 2 ข้าง) ประสานมือ (ตามภาพ)  
บนตั้งฉาก  
- กดหน้าอกให้ยุบประมาณ 1 ใน 3 ของความหนา  
ของหน้าอก ความเร็ว 100 ครั้งต่อนาที  
- นวดหัวใจ 30 ครั้ง สลับกับเป่าปาก 2 ครั้ง  
ทำไปจนกว่าผู้ประสบภัยจะรู้สึกตัวและหายใจได้เอง



**จับผู้ป่วยนอนตะแคงข้าง**

ศีรษะหงายไปข้างหลัง เพื่อให้หน้าไหลออกทางปาก  
ใช้ผ้าท่อมคลุมผู้ป่วยเพื่อให้เกิดความอบอุ่น  
จนกว่าจะอาหาร และ นำส่งโรงพยาบาลทุกราย