

# 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”



ด้วยความปรารถนาดีจาก

งานป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย  
สำนักปลัดเทศบาล  
เทศบาลตำบลสถาน

โทรศัพท์ ๐๕๓ - ๗๙๑๖๐๘

โทรสาร ๐๕๓ - ๗๙๑๖๐๗

# การป้องกัน



## อย่าใกล้

เมื่อเจอแหล่งน้ำ อย่าเข้าไปใกล้  
เพราะอาจลื่นลัดตกลงไปในน้ำ



## อย่าเก็บ

เมื่อเห็นสิ่งของตกลงไปในน้ำ  
อย่าเก็บเอง ต้องให้ผู้ใหญ่ช่วยเก็บให้



## อย่าก้ม

อย่าก้ม หรือชะโงกลงไปในห้องน้ำ ตุ่มน้ำ  
ถึงน้ำ เพราะอาจจะหัวที่มลงไปในภาชนะ

## คำแนะนำสำหรับผู้ปกครอง/ผู้ดูแลเด็ก

- ผู้ปกครองดูแลอย่างใกล้ชิด ไม่ปล่อยให้เด็กคลาดสายตาแม้เพียงชั่วขณะ  
เช่น ขณะทำงานบ้าน คุยโทรศัพท์ เปิด-ปิดประตูบ้าน



- จัดการแหล่งน้ำที่เด็กสามารถเข้าถึงได้ เช่น  
การเทน้ำทิ้งหลังจากใช้งาน ปิดฝาทุ่ม/ถังน้ำ  
ที่บรรจุน้ำไว้ ล้อมรั้วบ่อน้ำ สร้างประตูกัน
- กำหนดพื้นที่เล่นให้เด็ก และใช้คอกกัน  
เพื่อไม่ให้เด็กออกไปในจุดอันตรายต่างๆ



# ข้อควรรู้

## การใช้อุปกรณ์ช่วยเหลือคนตกน้ำ

1 โยนอุปกรณ์ที่ไม่มีมือจับผูก  
เช่น ขวดน้ำพลาสติก ดึงเกลลอน

- โยนอุปกรณ์หลาย ๆ ใบ
- โยนอุปกรณ์ให้ตกลงตรงหน้าผู้ประสบภัย
- การใส่น้ำเล็กน้อยในอุปกรณ์ จะทำให้อุปกรณ์มีน้ำหนัก สามารถโยนได้แม่นยำมากขึ้น

2 โยนอุปกรณ์ที่มีมือจับผูก  
เช่น ดึงเกลลอนผูกเชือก ถุงเชือก

- โยนอุปกรณ์ให้ข้ามศีรษะผู้ประสบภัย เพื่อให้เชือกตกลงไป กระแทกตัวผู้ประสบภัย
- เชือกที่ใช้ต้องมีความอ่อนตัว ไม่เป็นเกลียว

3 ยื่นอุปกรณ์ เช่น ไม้  
ย่อดึงตัว เพื่อไม่ให้ถูกผู้ประสบภัยดึงตกน้ำ  
ยื่นอุปกรณ์ไปด้านข้างของผู้ประสบภัย  
แล้วจึงวาดอุปกรณ์เข้าหาตัวผู้ประสบภัย  
(เพื่อหลีกเลี่ยงไม่ให้อุปกรณ์โดนหน้าผู้ประสบภัย)

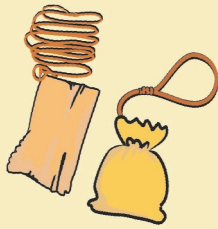
## อุปกรณ์ช่วยเหลือคนตกน้ำ



ขวดน้ำพลาสติก

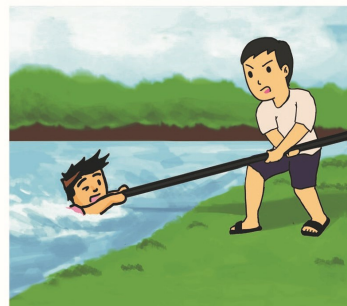
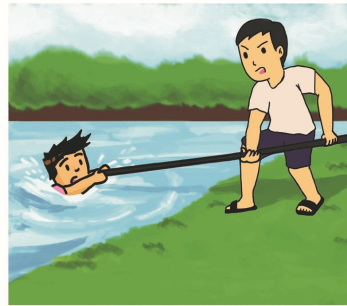


ดึงเกลลอนผูกเชือก  
(หลีกเลี่ยงที่มีลักษณะทรงกลม เพราะจะทำให้ผู้ประสบภัยจับยาก)



ถุงเชือก

# การช่วยเหลือ



## 1 ตะโกน

ตะโกน... “ช่วยด้วย มีคนตกน้ำ”  
(เพื่อขอความช่วยเหลือ)

## 2 โยน

โยน... อุปกรณ์ที่ลอยน้ำได้  
ให้คนตกน้ำจับ  
เช่น ดึงเกลลอนพลาสติกเปล่า  
ห่วงชูชีพ

## 3 ยื่น

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

## 4

ล่าวไม่ถึงคนตกน้ำเข้าหาฝั่ง

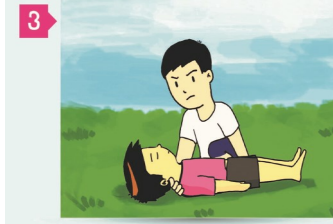
# การปฐมพยาบาล



โทรค้นที่แจ้งหมายเลข 1669  
หรือหน่วยพยาบาลใกล้เคียงโดยเร็วที่สุด



ห้าม จับผู้ประสบภัยอุ้มพาดบ่า กระโดด  
หรือวิ่งรอบสนาม เพื่อเอาน้ำออก



จับคนจมน้ำนอนบนพื้นราบ  
แห้ง และแข็ง

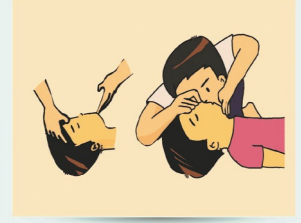


ตรวจดูว่ารู้สึกตัวหรือไม่  
โดยใช้มือทั้ง 2 ข้างจับไหล่ขวา พร้อมเรียกดังๆ



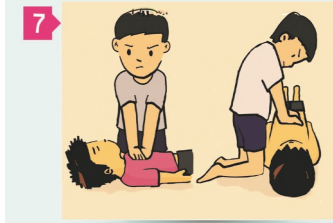
กรณีรู้สึกตัว:

เช็ดตัวให้แห้ง เปลี่ยนเสื้อผ้า  
และห่มผ้าเพื่อให้ความอบอุ่นแก่ร่างกาย  
และนำส่งโรงพยาบาลทุกราย



กรณีไม่รู้สึกตัว ไม่ตอบสนอง:

① ช่วยหายใจ ทำดังนี้  
- เปิดทางเดินหายใจ โดยการกดหน้าผาก เขย่งคาง  
- เป่าปากโดยวางปากครอบปากผู้ป่วย บีบจมูก  
เป่าลมเข้า ให้หน้าอกผู้ป่วยยุบขึ้น (เป่าปาก 2 ครั้ง)



② กดนวดหัวใจ ทำดังนี้

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



จับผู้ป่วยนอนตะแคงข้าง

ศีรษะหงายไปข้างหลัง เพื่อให้น้ำไหลออกจากปาก  
ใช้ผ้าห่มคลุมผู้ป่วยเพื่อให้เกิดความอบอุ่น  
จนกว่าจะได้อาหาร และนำส่งโรงพยาบาลทุกราย