

การช่วยชีวิตขั้นพื้นฐาน

B_{asic} L_{ife} S_{upport}

- ทำไมต้อง CPR?
- CPR ทำอย่างไร?

หัวใจหยุดเต้นเฉียบพลัน (Sudden cardiac arrest) คือ ?



M ข้าวใบพระราชสำนัก การเมือง เศรษฐกิจ ต่างประเทศ ในประเทศ การศึกษา ไลฟ์สไตล์ กีฬา คลิป บันเทิง

เกาะกระแสนโซเซียล

ชาวเน็ตชื่นชม 'หมอ-ลูกเรือการบินไทย' ช่วยชีวิตผู้ป่วยหยุดหายใจ!! ฟันคั่นชีพอีกครั้ง





สุขภาพ

ภาวะหัวใจหยุดเต้นเฉียบพลัน ภัยเงียบใกล้ตัว!

กรมการแพทย์ เผย ภาวะหัวใจหยุดเต้นเฉียบพลัน ทำให้เสียชีวิตกะทันหัน ภัยเงียบใกล้ตัว
ปราศจากสัญญาณเตือน



<https://www.ejan.co/health/ภาวะหัวใจหยุดเต้นเฉียบพลัน-ภัยเงียบใกล้ตัว>



📅 3 ธ.ค. 2565 10:51 น.

**ระทึก ทีมแพทย์สนามบินเชียงใหม่ ช่วยชาวอเมริกัน
หมดสติบนเครื่องบินก่อนลงจอด**

ภาวะหัวใจหยุดเต้นเฉียบพลัน (Sudden Cardiac Arrest)

- เกิดได้กับคนทุกเพศทุกวัย
- ไม่มีสัญญาณเตือนล่วงหน้า
- ต้องช่วยเหลือ (CPR) ทันที

4 นาที หลังหัวใจหยุดเต้น

สมองขาดออกซิเจน

70% ของภาวะหัวใจหยุดเต้นเฉียบพลัน

เกิดขึ้นที่ **บ้าน**

One Family - One Rescuer



การช่วยชีวิตฉุกเฉิน



6 ป

ปลอดภัย - **ป**ลูก - **ป**ระกาศ - **ป**ัฒ - **ป**เภา - **ป**ะ



1 ปกป้องภัย

หากผู้เจ็บป่วยอยู่ในสถานที่ที่ไม่ปลอดภัย เช่น น้ำ กองไฟ หรือกลางถนน ฯลฯ
ให้ทำการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยด้วยความระมัดระวัง โดยห้ามเคลื่อนย้ายผู้ป่วยหากไม่จำเป็น

1. ปลอดภัย

ตรวจสอบความปลอดภัยโดยรอบพื้นที่ที่จะเข้าช่วยเหลือ เช่น:

- ไฟฟ้ารั่ว
- จมน้ำ
- เพลวเพลิง
- รถวิ่งผ่าน



2 ปลุก

ตรวจดูว่าผู้ป่วยรู้สึกตัวหรือไม่ โดยการใช้มือทั้งสองข้างจับบริเวณไหล่ เขย่าให้แรงพอสมควร พร้อมเรียกผู้ป่วยดัง ๆ หากไม่รู้สึกตัวให้เปิดทางเดินหายใจโดยการกดหน้าผากลงและเขยคางขึ้น



2. ปลุก

- ใช้มือตีที่ไหล่ทั้ง 2 ข้าง
- เรียกผู้ป่วยด้วยเสียงดัง:
“คุณ คุณ เป็นอะไรหรือเปล่า”



1669



3

ประกาศ

หากผู้ป่วยมีตอบสนอง ให้เรียกขอความช่วยเหลือจากคนรอบข้าง ขอเครื่อง AED (เครื่องกระตุกหัวใจด้วยไฟฟ้าอัตโนมัติ : Automated External Defibrillator) และโทรศัพท์ขอความช่วยเหลือผ่านหมายเลข 1669 ให้เร็วที่สุด

3. ประกาศ

1. โทรศัพท์แจ้งเหตุเจ็บป่วยฉุกเฉิน

แจ้งข้อมูล:

1. ชื่อ เบอร์โทรผู้แจ้ง
2. อาการผู้ป่วย
3. สถานที่เกิดเหตุ



3. ประกาศ

2. หากมี AED อยู่ในบริเวณใกล้เคียงให้นำมาใช้กับผู้ป่วย





4

ปั๊ม

จัดให้ผู้ป่วยนอนหงายบนพื้นแข็ง ผู้ช่วยเหลือนั่งคุกเข่าอยู่ทางด้านข้างของผู้ป่วย วางส้นมือลงไปที่ตั้งฉากขนานกับแนวกึ่งกลางหน้าอก (กึ่งกลางระหว่างหัวนมทั้งสองข้างของผู้ป่วย) ยึดแขนตรง แล้วนำมืออีกข้างมาประสาน ใช้นิ้วมือล็อคมือทั้งสองข้างไว้ด้วยกัน จากนั้นโน้มตัวมาด้านหน้า ออกแรงกดหน้าอกโดยใช้แรงจากหัวไหล่ ใช้สะโพกเป็นจุดหมุนร่างกาย โดยออกแรงกดให้ยุบลงไปประมาณ 2 นิ้ว (5 เซนติเมตร) ด้วยความเร็ว 110 - 120 ครั้งต่อนาที ทุกครั้งให้ปล่อยหน้าอกขยายกลับมาตำแหน่งเดิมก่อนจึงทำการปั๊มใหม่ โดยส้นมือต้องสัมผัสอยู่กับหน้าอกตลอดเวลา

ใช้เวลาปั๊มจนมือเพียงข้างเดียว
กดลงประมาณ 0.5 - 1 นิ้ว

4. ป้ม

- จัดทำผู้ป่วยนอนหงาย บนพื้น **ราบ แบริ่ง**
- ประเมินว่าผู้ป่วย “หายใจเป็นปกติ” หรือไม่ โดยการ:
 - สังเกตที่หน้าอกและท้อง
 - ผู้ช่วยเหลือเอามือวางที่ท้องของผู้ป่วย

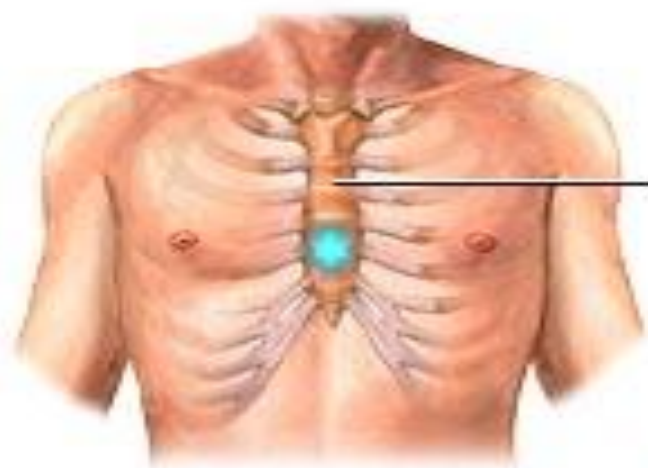
มีการเคลื่อนไหวของหน้าอก/ท้อง หรือไม่

- ถ้าไม่หายใจ หรือหายใจผิดปกติ ให้เริ่ม ป้มหัวใจ

หายใจเอือก
หายใจพะงาบ
หายใจอ่อน
หายใจแผ่ว

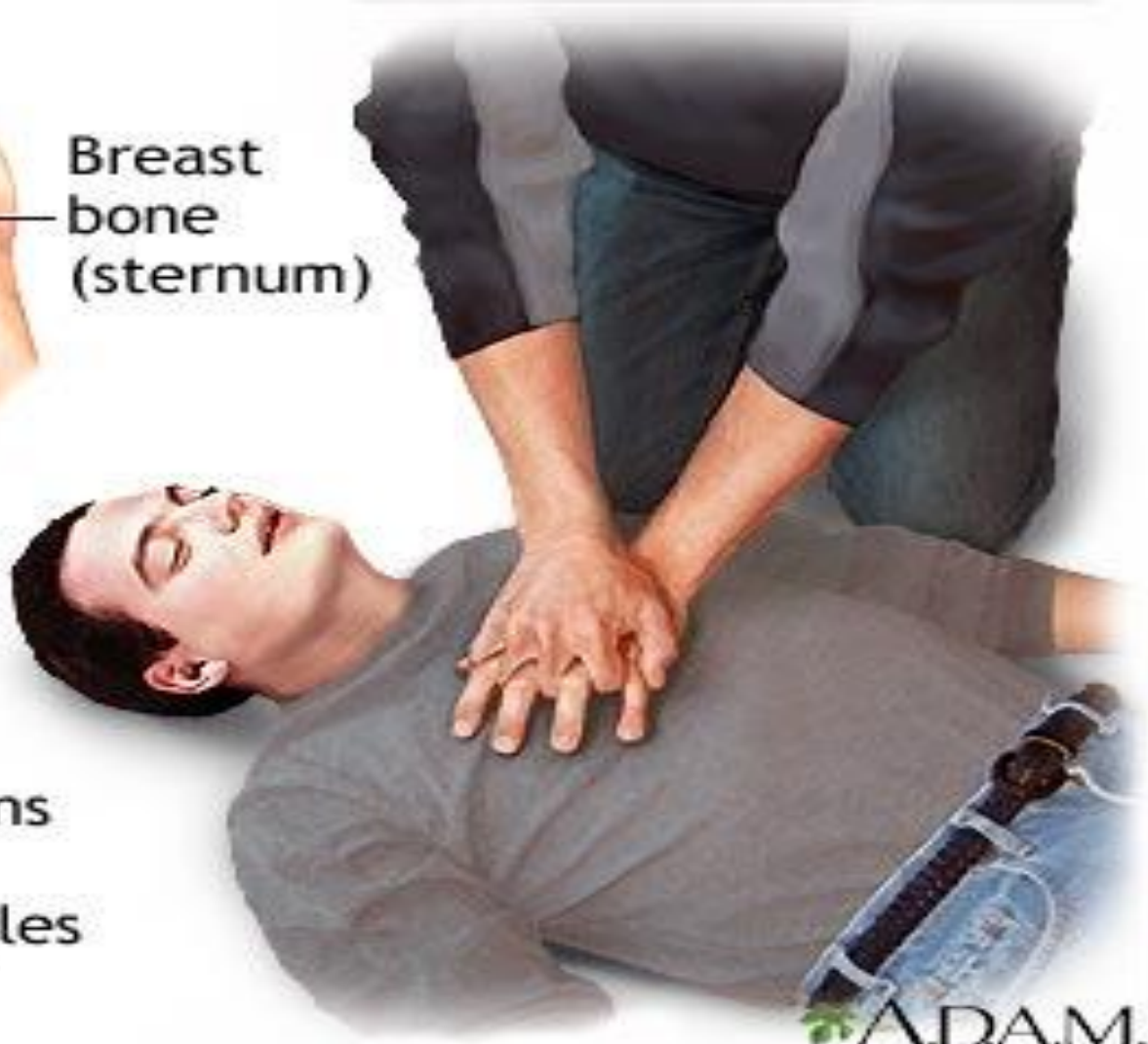
=

ไม่หายใจ



Breast
bone
(sternum)

Chest compressions
are performed
between the nipples



ADAM.

ปั๊ม

1. แรงลึก

กดลึก อย่างน้อย 5 เซนติเมตร

2. เร็ว 100

100-120 ครั้ง/นาที

3. ปลอ่ยสุด

ถอนมือขึ้นให้สุด

4. หยุดไม่ได้

หยุด CPR ให้น้อย และสั้นที่สุด



5 เป่า

กรณีผู้ป่วยเป็นญาติสนิทและมั่นใจว่าไม่เป็นโรคติดต่อ ให้ช่วย**การหายใจ 2 ครั้ง**
ทุกการปั๊ม 30 ครั้ง ทำได้โดยการนำปากครอบปากผู้ป่วยแบบแนบสนิท ปิดจมูก
แล้วเป่าลมเข้าไปทางปาก การเป่าแต่ละครั้งให้เป่านานประมาณ 1 วินาที
โดยสังเกตว่าหน้าอกของผู้ป่วยมีการยกขึ้น จากนั้นปล่อยให้ยุบลงมา
ในตำแหน่งเดิม ก่อนจะมีการเป่าครั้งที่สอง

5. เป่า: ช่วยหายใจ - ผายปอด

- พิจารณาปฏิบัติ กรณีไม่มีความเสี่ยงโรคติดต่อ
 - กรณีไม่ปฏิบัติ ให้ทำการปั๊มหัวใจอย่างเดียว
- ใช้ข้างหนึ่งเชยคางผู้ป่วยขึ้น
- มืออีกข้างบีบจมูกผู้ป่วย
- ผู้ช่วยเหลือใช้ปากประกบปากของผู้ป่วย
- เป่าลมหายใจออกเข้าไปในทางเดินหายใจของผู้ป่วย (ยาวประมาณ 1 วินาที)
- เป่า 2 ครั้ง สลับกับทุกๆการ ปั๊ม 30 ครั้ง (30:2)



6. แปะ

หากสามารถหาเครื่อง AFD ได้ ให้ทำการแปะเครื่อง AFD เข้ากับตัวผู้ป่วย และปฏิบัติตามการให้สัญญาณของเครื่องอย่างเคร่งครัดจนกว่า ทีมช่วยเหลือจะมาถึง

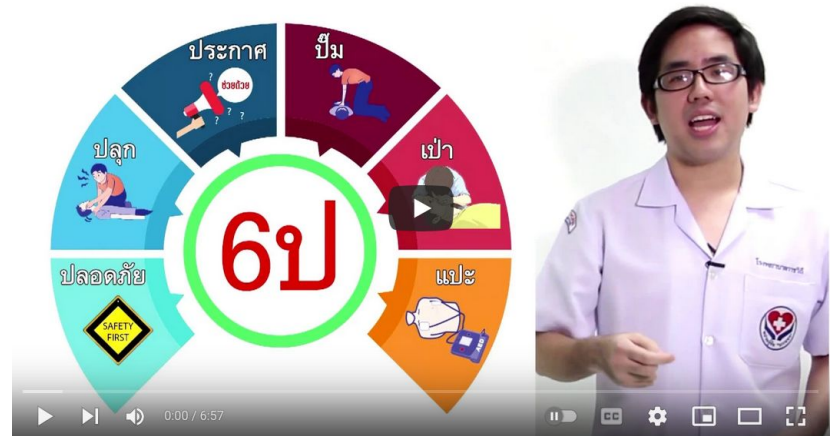
6. แพะ: AED

- AED (Automated External Defibrillator)
- เครื่องช่วยฟื้นคืนไฟฟ้าหัวใจ แบบอัตโนมัติ



ขั้นตอนการใช้งาน AED

- เปิดเครื่อง
- เปิดเสื้อผู้ป่วย แปะแผ่นติดหน้าอก เข้ากับผู้ป่วย ใต้กระดูกไหปลาร้าด้านขวา และชายโครงด้านซ้าย ตามตำแหน่งระบุที่แผ่น
- ปฏิบัติตามคำแนะนำของเครื่อง AED
- กดหน้าอกต่อทันที หลังทำการช็อกไฟฟ้าหัวใจด้วยเครื่อง AED



คู่มือ
กู้ชีพองค์รวม
(ก.อ.ร.)

สำหรับอาสาสมัครและประชาชนทั่วไป



สมาคมเวชศาสตร์ฉุกเฉินแห่งประเทศไทย

คู่มือการช่วยชีวิตขั้นพื้นฐาน
และเครื่องช็อกไฟฟ้าหัวใจอัตโนมัติ
(เออีดี:AED) สำหรับประชาชน
พ.ศ. 2561



- จัดทำโดย
- ศูนย์ฝึกอบรมโรงพยาบาลและสุขภาพอนามัย สภากาชาดไทย
 - คณะกรรมการมาตรฐานการช่วยชีวิต
 - สมาคมแพทย์โรคหัวใจแห่งประเทศไทยในพระบรมราชูปถัมภ์

Environment



Dialog



Conclusion





Let's Learn CPR

training@narenthorn.or.th