

การช่วยเหลือนักตกน้ำจากบนบก

- วิธีนี้ผู้ช่วยเหลือและคนที่ตกน้ำจะต้องอยู่ไม่ไกลกัน สามารถยื่นอุปกรณ์ให้เขาจับ เช่น เสื้อ กางเกง ผ้าขาวม้า ผ้าเช็ดตัว เข็มขัด กระเป๋าสะพาย ท่อนไม้ หรือสิ่งของใกล้ตัวอื่นๆ ถ้าหาอะไรไม่ได้ก็ใช้มือหรือขาของคุณแทนก็ได้ แต่ต้องระวังอย่าให้เขาดึงคุณตกน้ำไปด้วยอีกคน ควรหาหลักยึดหรือใช้มืออีกข้างเหนี่ยวฝั่งไว้ให้มั่นคงหรือจับมือกับคนอื่นเพื่อเพิ่มระยะให้คุณเอื้อมลงไปถึงคนที่ตกน้ำ

- หากไม่สามารถหาวัตถุที่ยาวพอได้ หรือหากผู้ที่ตกน้ำอยู่ไกลจนเอื้อมไม่ถึง ตัวคุณเองก็ว่ายน้ำไม่เป็น วิธีการช่วยเหลือคือโยนของให้เขาเกาะ โดยกระยะและทิศทางให้ใกล้คนที่ตกน้ำมากที่สุด วัตถุนั้นต้องมีคุณสมบัติเบา ลอยน้ำ แต่แข็งแรงพอที่จะพยุงตัวเขาไว้ได้ เช่น ห่วงชูชีพ ยางในรถยนต์ ถังพลาสติกปิดฝา ขอนไม้ ลูกมะพร้าว ลูกบอล โดยใช้เชือกผูกวัตถุนั้นเอาไว้เพื่อดึงเขากลับเข้าฝั่ง



การช่วยเหลือนักตกน้ำโดยอยู่บนเรือ

หากคุณอยู่บนเรือหรือมีเรืออยู่แถวนั้น ก็สามารถใช้อุปกรณ์หรือเรือยนต์เข้าไปช่วยได้ หากเป็นเรือเล็กควรดึงผู้ที่ตกน้ำขึ้นมาจากด้านหัวเรือแทนที่จะเป็นกราบเรือ เพื่อไม่ให้เรือพลิกคว่ำ การ

ดึงขึ้นทางหัวเรือที่มีความสูงมากกว่ากราบเรือนั้น ให้นอนราบลงแล้วใช้เท้าชกกับที่นั่งเอาไว้ จากนั้นโน้มตัวให้ศีรษะและไหล่ทาบอยู่บนหัวเรือ จับข้อมือของคนตกน้ำเอาไว้ บอกให้เขาจับข้อมือของคุณเอาไว้ด้วยเช่นกัน แล้วออกแรงดึงเขาขึ้นมา แต่การช่วยเหลือนี้นี้ไม่เหมาะกับในทะเลที่มีคลื่นลมแรง เพราะอาจพลัดตกน้ำไปด้วยกัน



การช่วยเหลือนักตกน้ำโดยผู้ช่วยเหลือต้องลงไปน้ำ

กรณีที่น้ำตื้นเย็นถึง แต่คนที่ตกน้ำเป็นเด็กหรือตัวเตี้ยทำหยังไม่ถึง ผู้ช่วยเหลือสามารถลุยน้ำออกไปช่วยได้ ควรถอดเสื้อผ้าหรือเครื่องประดับที่เป็นตัวถ่วงออกก่อน หรืออาจใช้คนหลายคนเกี่ยวแขนต่อกัน แล้วเอื้อมมือไปดึงคนที่ตกน้ำขึ้นมา

กรณีที่น้ำลึก และคนที่ตกน้ำอยู่ไกล วิธีการช่วยเหลือนักตกน้ำคือว่ายน้ำออกไปและใช้วัตถุที่ลอยน้ำได้เป็นตัวช่วย เช่น ห่วงยาง ยางในรถยนต์ ถังน้ำมันเก่า ขอนไม้ เมื่อว่ายน้ำเข้าไปจนจะถึงตัวคนที่ตกน้ำ ให้หยุดอยู่ห่างๆ แล้วยื่นหรือโยนอุปกรณ์ให้เขาเกาะ แล้วจึงไปลากเขาเข้ามา

วิธีนี้ให้ใช้เป็นทางเลือกสุดท้าย และต้องระมัดระวังอย่างมาก ผู้ช่วยเหลือจะต้องว่ายน้ำแข็งแรง ร่างกายแข็งแรง และมีประสบการณ์หรือผ่านการอบรมวิธีช่วยเหลือนักตกน้ำหรือจมน้ำมาแล้ว เพราะคนที่ตกน้ำจะตกใจกลัว เมื่อมีอะไรที่จะทำให้รอดชีวิตก็จะเกาะแน่นไม่ยอมปล่อย หลายครั้งที่ผู้ช่วยเหลือต้องเสียชีวิตเพราะถูกดึงจมไปด้วยกัน



การช่วยเหลือนักตกน้ำ และวิธีปฐมพยาบาล



แจ้ง 032-739424 ต่อ 106

087-1573587, 0811785674, 0989426153,
0989078355 , 0925837769, 0843189356

งานป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย
องค์การบริหารส่วนตำบลแก้มอัน

ข้อควรปฏิบัติบางประการในการช่วยคนตกน้ำ

การช่วยเหลือต้องเข้าทางด้านหลังของคนที่ตกน้ำเสมอ

หากเขาโผล่มาจะกอดเรา ให้ดำน้ำหนีก่อน และเพื่อความปลอดภัยควรมีคนอื่นอยู่แถวนั้นด้วย จะได้ช่วยคุณอีกแรงหากเกิดเหตุสุดวิสัยขึ้น หากผู้ที่จมน้ำว่ายน้ำเป็น แต่แค่หมดแรงหรือเป็นตะคริว และไม่ตื่นตกใจ การช่วยเหลือจะทำได้ง่ายและไม่ค่อยมีอันตราย

ส่วนการช่วยคนจมน้ำที่ตื่นตระหนกตกใจ จะต้องใช้ท่ากอดไขว้หน้าอก (Cross Chest) โดยผู้ช่วยเหลือเข้าทางด้านหลังของผู้จมน้ำ เอารักแร้เราหนีบบนบ่าเขา แขนพาดผ่านหน้าอกไปจับซอกรักแร้อีกด้าน อีกวิธีคือใช้มือข้างหนึ่งจับผมของผู้จมน้ำไว้ให้แน่น แล้วว่ายน้ำด้วยท่า Side Stroke คือใช้มืออีกข้างพยุงน้ำ และถีบเท้าทั้งสองเพื่อให้ลอยตัวและเคลื่อนที่ไป ซึ่งเป็นท่าที่เหนื่อย นึกแรง และมีอันตรายมาก หากผู้จมน้ำหมดสติ ต้องประคองใบหน้าให้ปากและจมูกพ้นน้ำ เพื่อให้หายใจได้ อีกวิธีคือผู้ช่วยเหลือเข้าทางด้านหลังของผู้จมน้ำ ใช้มือทั้งสองข้างจับขากรรไกรของเขา โดยให้ใบหน้าของเขาลอยเหนือผิวน้ำ แล้วใช้เท้าถีบเพื่อลอยตัวและเคลื่อนที่ไป

หากจมน้ำเนื่องจากภาวะกระโดดน้ำหรือเล่นกระดานโต้คลื่น อาจมีกระดูกหัก ให้เคลื่อนย้ายผู้จมน้ำด้วยความระมัดระวัง โดยเมื่อนำผู้จมน้ำมาถึงบริเวณน้ำตื้นพอที่ผู้ช่วยเหลือจะยืนได้สะดวกแล้ว ให้ใช้ไม้กระดานสอดใต้น้ำรองรับตัวผู้จมน้ำ แล้วใช้ผ้ารัดตัวให้ติดกับไม้ไว้



การปฐมพยาบาลคนจมน้ำก่อนนำส่งแพทย์

- หากหยุดหายใจ คลำชีพจรไม่ได้ หรือหัวใจหยุดเต้น ให้ทำการกู้ชีพทันที โดยการนวดหัวใจสลับกับการเป่าปาก จัดทำให้ออนตะแคงนอนศีรษะต่ำ ปลายเท้าสูงเล็กน้อย



- การเอาหน้าออกจากปอดและกระเพาะโดยแบกร่างคนจมน้ำ พาดบ่าแล้วเขย่าหรือวิ่ง ไปนั้น ไม่ช่วยให้ดีขึ้น เสียเวลา ไม่ทันการณณ์ และไม่ได้ผล หากเป็นไปได้ควรลงมือกู้ชีพตั้งแต่ก่อนขึ้นฝั่ง เช่น พาชั๊นบนเรือ หรือพาเข้าที่ตื้นๆ หากรู้สึกวาลมเข้าปอดได้ไม่เต็มทีเนื่องจากมีน้ำอยู่เต็มท้อง ให้จับผู้พวอนอนคว่ำ ใช้มือทั้งสองข้างสอดใต้ท้องผู้พววย แล้วยกขึ้นและลง หรือจัดทำให้ออนตะแคง แล้วกดท้องดันมาทางยอดอก วิธีนี้จะช่วยไล่น้ำให้ไหลออกมาได้ แต่ก็ไม่ควรเสียเวลามากนัก จากนั้นจับผู้พววยพลิกหงายและกู้ชีพต่อไป

หากผู้พววยยังหายใจเองได้ หรือช่วยเหลือจนหายใจได้แล้ว ควรจับผู้พววยนอนตะแคงข้าง เซยคางให้ศีรษะเงยขึ้นเพื่อให้ น้ำไหลออกทางปาก ใช้ผ้าห่มคลุมตัวผู้พววยเพื่อให้ความอบอุ่นป้องกันอาการช็อก อย่าให้รับประทานอาหารและดื่มน้ำ จากนั้นนำผู้พววยส่งโรงพยาบาลไม่ว่าจะมีอาการมากน้อยเพียงใด ในรายที่หมดสติ และหยุดหายใจ ให้กู้ชีพไปตลอดทาง อย่าหยุดให้การช่วยเหลือ

