



มูลนิธิชัยอนันต์
CHAIANAN FOUNDATION

Choking First Aid

การปฐมพยาบาลเมื่อสำลักอาหาร
หรือสิ่งแปลกปลอม

สนับสนุนผู้ให้ เพื่อสังคมที่ยั่งยืน

www.chaianan.or.th
มูลนิธิชัยอนันต์
@Chaianan



ภาวะทางเดินหายใจถูกอุดกั้น (Choking)

ไอหรือพูดได้
ร่างกายจะ
ขยับดันสิ่ง
แปลกปลอม
ให้หลุดออกมา



อุดกั้นแบบไม่สมบูรณ์



อุดกั้นแบบสมบูรณ์

สิ่งแปลกปลอม
ปิดกั้นทางเดิน
หายใจ หายใจ
ไม่ได้ ร่างกาย
และสมองขาด
ออกซิเจน

การแก้ไขทางเดินหายใจถูกอุดกั้นในผู้ใหญ่ และ เด็กโต

- 1. ยืนด้านหลัง สอดเข้าระหว่างขาเพื่อรับน้ำหนักผู้ป่วย
- 2. ใช้มือข้างหนึ่งกำมัดเก็บนิ้วหัวแม่มือไว้ในกำปั้น แล้ววางกำปั้นไว้เหนือสะดือใต้ลิ้นปี่



- 3. ใช้มืออีกข้างจับกำปั้นไว้ ออกแรงกระตุกแขนเข้าหาลำตัวก่อนไปด้านบน อย่างเร็วและแรง
- 4. รัดกระตุก 5 ครั้งติดต่อกันจนกว่าสิ่งแปลกปลอมจะหลุดออกมา

การแก้ไขทางเดินหายใจอุดกั้นในทารก

- 1. จับทารกนอนคว่ำบนแขน ให้ศีรษะต่ำกว่าลำตัว



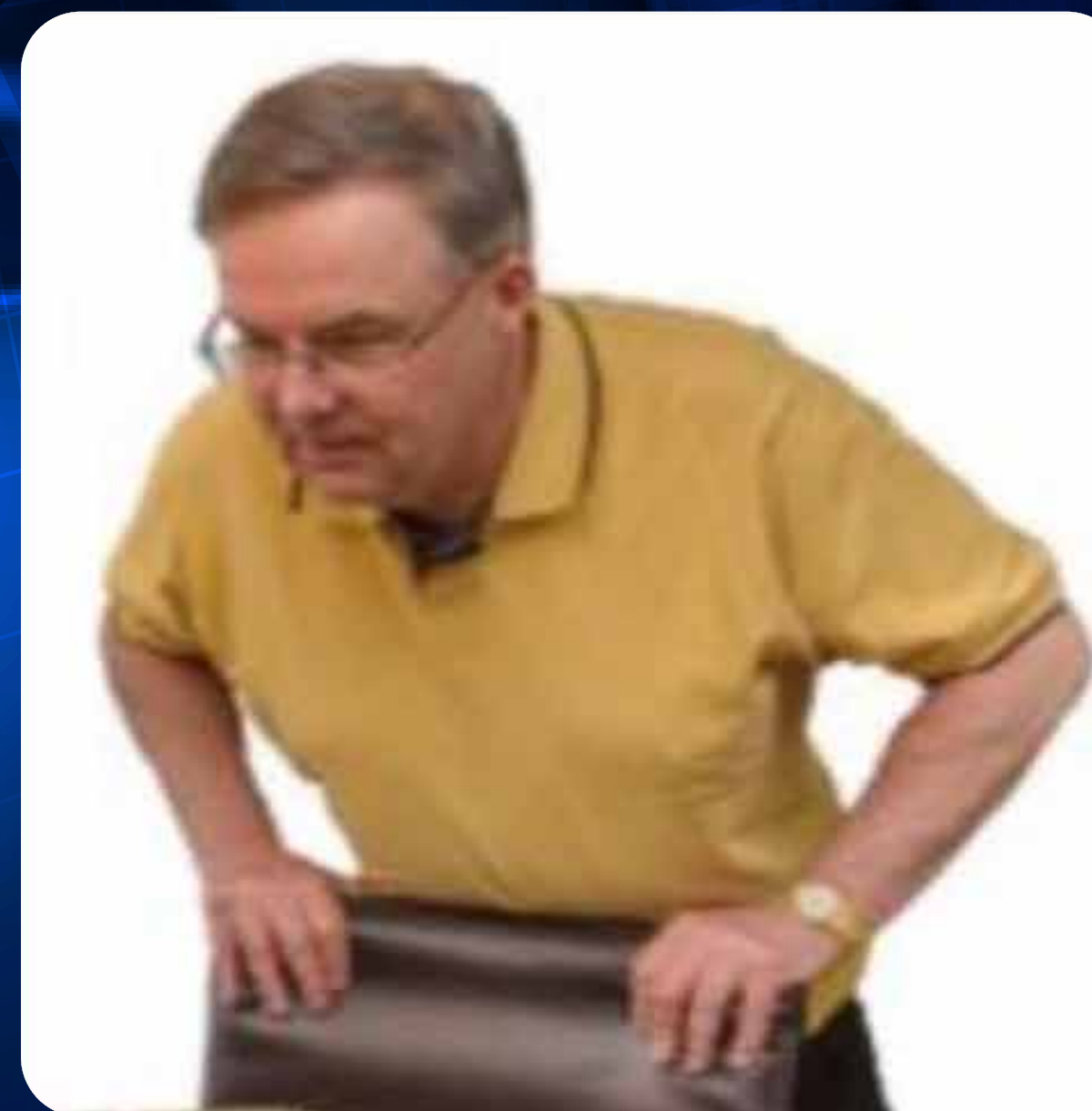
- 3. พลิกตัวทารกหงายขึ้นให้ศีรษะต่ำกว่าลำตัว



- 2. ใช้สันมือตบกลางหลัง ระหว่างสะบัก 2 ข้างของทารก 5 ครั้งติดต่อกัน
- 4. ใช้นิ้วชี้กับนิ้วกลาง กดหน้าอกบริเวณกึ่งกลางระหว่างหัวนม 5 ครั้งติดต่อกัน

การแก้ไขทางเดินหายใจอุดกั้น **ด้วยตัวเอง**

- หาก้าอี้ที่มีพนักพิงที่**แข็งแรง** ที่อยู่ใกล้เตียง
- วางท้องบริเวณ**เหนือสะดือ** ใต้ล้นปี
ลงบนพนักเก้าอี้
- **กระแทกตัวลงไป** ต่อเนื่อง 5 ครั้ง หรือ
จนกว่าเศษอาหารจะออก



การแก้ไขทางเดินหายใจถูกอุดกั้น **ผู้ป่วยนั่งบนรถเข็น**

- นำรถเข็นไป**ชิดผนัง**ห้อง
- **ล็อกล้อ**ทั้งสองข้าง
- ใช้สองมือประสานกันแล้ววาง**ระหว่างสะดือกับลิ้นปี่**
- ดันหน้าท้อง**ในแนวแรงเฉียงขึ้น**ด้านบน 5 ครั้งต่อเนื่อง

ถ้าผู้ป่วยหมดสติให้นำลงมาจากรถ
แล้วทำ CPR ทันที



การจัดทำพักฟื้นผู้ป่วย ระหว่างรอรถพยาบาล

- 1. ให้ผู้ป่วยนอนราบ วางแขนข้างหนึ่งตั้งฉากกับลำตัว



- 3. พับเข้าข้างที่อยู่ด้านบนขึ้น 90 องศา



- 2. นำมืออีกข้างมาวางข้างแก้ม เพื่อรองศีรษะขณะตะแคง



- 4. ใช้มือจับที่หัวไหล่และสะโพก พลิกตัวผู้ป่วย



#เพราะการช่วยเหลือชีวิตเป็นหน้าที่ของทุกคน