

# การจมน้ำในเด็กเล็กวัยเตาะแตะ อายุต่ำกว่า 5 ปี เกิดจาก 3 สาเหตุ



ตัวเด็กเอง เด็กเล็กอายุต่ำกว่า 5 ปี เป็นวัยเริ่มเรียนรู้ เริ่มสนใจสิ่งรอบข้าง หัดคลานหัดเดิน การทรงตัวยังไม่ดี ภาชนะที่มีระดับน้ำสูงเพียง 1-2 นิ้ว ก็ทำให้เด็กเล็ก เสียชีวิตจากการจมน้ำได้

พ่อ-แม่ ผู้ดูแลเด็ก ส่วนใหญ่ทำงาน ไม่มีเวลา ดูแลเด็กตลอดเวลา ฝากเด็กอยู่กับผู้สูงอายุ ญาติ หรือให้พี่ดูแลน้องตามลำพัง การจมน้ำเกิดในขณะ ที่ ผู้ดูแลเด็กทำกิจกรรมอื่น เช่น คุยโทรศัพท์ ดูโทรทัศน์ ทำงานบ้าน หรือเข้าห้องน้ำ



## แหล่งน้ำในบ้านและรอบๆบ้าน



## การป้องกัน



เทน้ำทิ้ง หลังใช้งานทุกครั้ง



ปิดฝาทุ่ม บ่อน้ำ ถังน้ำ



ล้อมรั้วรอบแหล่งน้ำ



# การป้องกันการจมน้ำในเด็กเล็ก วัยเตาะแตะอายุน้อยกว่า 5 ปี

ผู้ดูแลเด็ก ต้องจำ 2 ไม่ คือ ไม่ประมาท และ ไม่ปล่อยเรอ

เด็กเล็ก ต้องสอน 2 รู้ คือ **รู้จัก** และ **รู้หลีกเลี่ยง**

แหล่งน้ำเสี่ยงภายในบ้าน และรอบๆบ้าน ด้วย 3 ย.

## อย่าใกล้

อย่าเข้าไปใกล้  
แหล่งน้ำ



## อย่าเก็บ

อย่าเก็บสิ่งของหรือ  
ของเล่นที่อยู่ในน้ำ



## อย่าก้ม

อย่าก้มไปดูน้ำ  
ในแหล่งน้ำ



พ่อ-แม่ ผู้ดูแลเด็ก ต้อง 2 ไม่ คือ ไม่ทำกิจกรรมอื่น  
ขณะดูแลเด็ก ไม่ให้มีแหล่งน้ำเสี่ยงในบ้านและรอบๆบ้าน



ใช้คอกกั้นเด็กทุกครั้ง ขณะทำกิจกรรมอื่น  
แม้จะเป็นเวลาเพียงไม่กี่วินาที  
และไม่นำภาชนะใส่น้ำไว้ในคอกกั้นเด็ก

# สาเหตุการจมน้ำในเด็กวัยเรียน

## วัยชน อายุมากกว่า 5 ปี



**ตัวเอง** ส่วนใหญ่เกิดจากการเล่นน้ำ โดยไม่มีผู้ใหญ่อยู่ด้วย หรือทำกิจกรรมอื่นที่ใกล้แหล่งน้ำ เช่น ตกปลา ฆมหอย เล่นหยอกล้อกันใกล้บริเวณแหล่งน้ำ ตีไม้เครื่องตีมีนเมา หรือมีโรคประจำตัว เช่น ลมชัก

**แหล่งน้ำเสี่ยง** เป็นแหล่งนํ้านอกบ้าน ใกล้ชุมชน เช่น บ่อ-สระขุดทางการเกษตร แหล่งน้ำสาธารณะ (แม่น้ำ คลอง บึง น้ำตก ลำห้วย อ่าง-ฝายเก็บน้ำ) รวมถึงแหล่งท่องเที่ยวทางน้ำ



เด็กอาจเดินหรือเล่นใกล้แหล่งน้ำทำให้พลัดตกเล่นได้



เด็กมักลงเล่นน้ำโดยไม่ทราบสภาพใต้น้ำว่ามีน้ำเชี่ยว น้ำวน



บ่อขุดการเกษตรมีความลึกและชัน ตกน้ำแล้วไม่สามารถขึ้นเองได้



**จัดการป้องกันแหล่งน้ำให้มีความปลอดภัย**  
ผู้ดูแลเด็กและชุมชนต้องมีส่วนร่วมป้องกันดังนี้

- ☐ ค้นหาแหล่งน้ำเสี่ยงสาธารณะในหมู่บ้าน ติดป้ายคำเตือน สร้างแนวกัน ร้วกัน ลดการเข้าถึงแหล่งน้ำเสี่ยง
- ☐ จัดให้มีอุปกรณ์ช่วยเหลือนักตกน้ำ บริเวณแหล่งน้ำ เช่น ถังแกลลอนพลาสติก ขวดน้ำพลาสติก ไม้ เชือก

# การป้องกันการจมน้ำในเด็ก

วัยเรียน วัยชน อายุมากกว่า 5 ปี ต้องสอน 2 ทักษะ

สอนให้รู้และมี ทักษะความปลอดภัยทางน้ำ

1. เลี่ยงไม่ลงน้ำ ถ้าว่ายน้ำไม่เป็น
2. มีทักษะลอยตัว เพื่อช่วยตนเองเมื่อตกน้ำ สอนให้อย่าตื่นกลัว และพยายามลอยตัวอยู่ในน้ำให้นานที่สุด เพื่อรอการช่วยเหลือ



ทักษะช่วยเหลือคนตกน้ำ ด้วยการ “ตะโกน โยน ยื่น”



เมื่อพบคนตกน้ำ  
ไม่ให้กระโดดลงไปช่วย  
ให้ตะโกนเรียกผู้ใหญ่



โยนอุปกรณ์ที่ลอยน้ำได้  
เช่น ถังแกลอนเปล่า  
ขวดพลาสติก เพื่อเกาะลอยตัว



ยื่นอุปกรณ์ให้จับ  
เช่น เชือก  
กิ่งไม้ เพื่อดึงเข้าฝั่ง

- ข้อควรจำ
1. ไม่เพิกเฉย รีบแจ้งผู้ปกครองเมื่อพบเด็กเล่นน้ำ
  2. เด็กจมน้ำไม่ว่าอาการหนักหรือเบา รู้สีกตัวหรือไม่

ต้องส่งโรงพยาบาล **ทุกราย**



1. โทรศัพท์แจ้ง 1669  
ตะโกนเรียกให้คนช่วย



3. นวดหัวใจสลับเป่าปาก  
จนรถพยาบาลมา



2. จับนอนพื้นราบแข็ง  
ตรวจว่ารู้สึกตัวหรือไม่



ห้าม จับอุ้มพาดบ่า กอดท้อง  
จับห้อยหัวเข่า เพื่อเอาน้ำออก