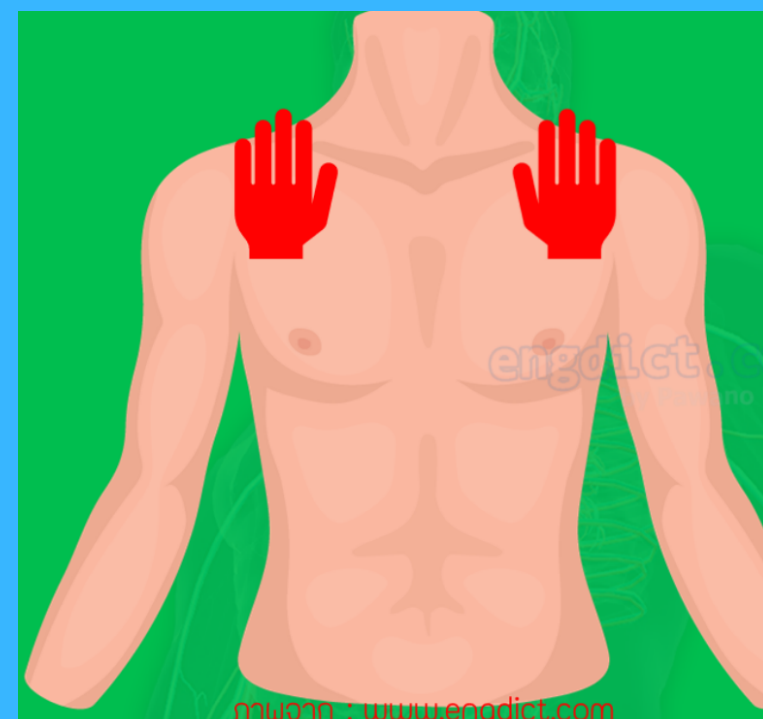


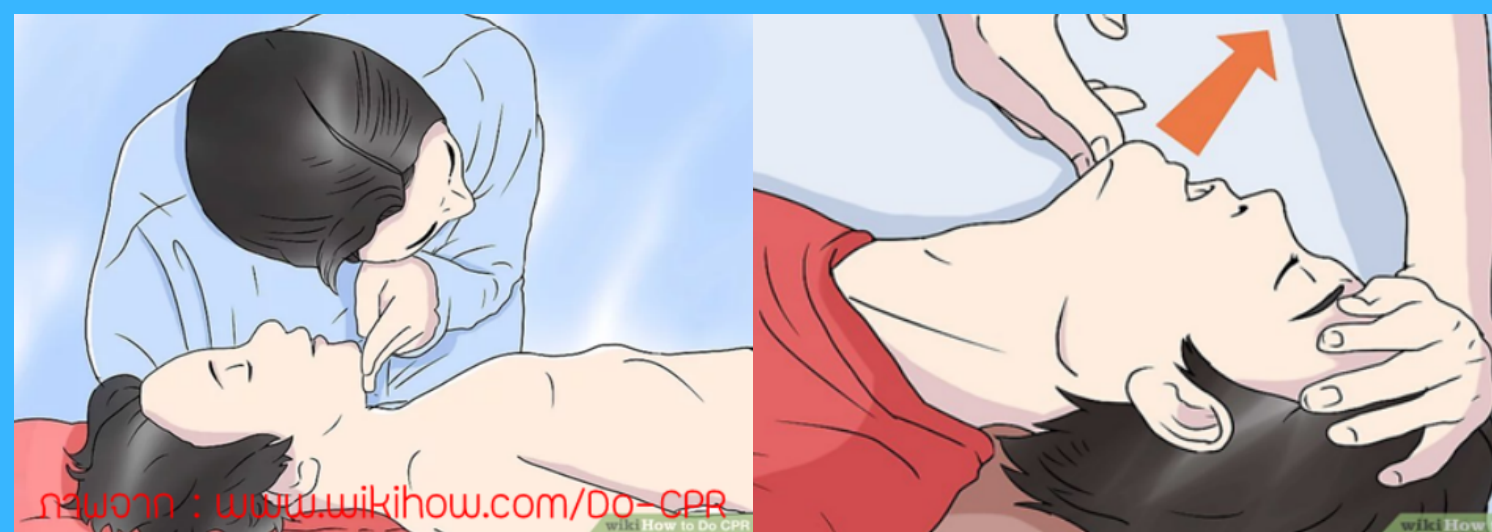
## ขั้นตอนในการช่วยเหลือคนจมน้ำ

**1.** หากคนที่มีโทรศัพท์แถวนั้นแล้วโทร **1669** แจ้งสถานที่แล้วก็แจ้งสภาพอาการของคนที่ยจมน้ำ

**2.** ปลุกเรียกผู้ป่วยใช้มือทั้งสองข้างตบไปตรงกระดูกไหปลาร้า **2** ชุดชุดละ **3** ครั้ง พร้อมเรียกชื่อ



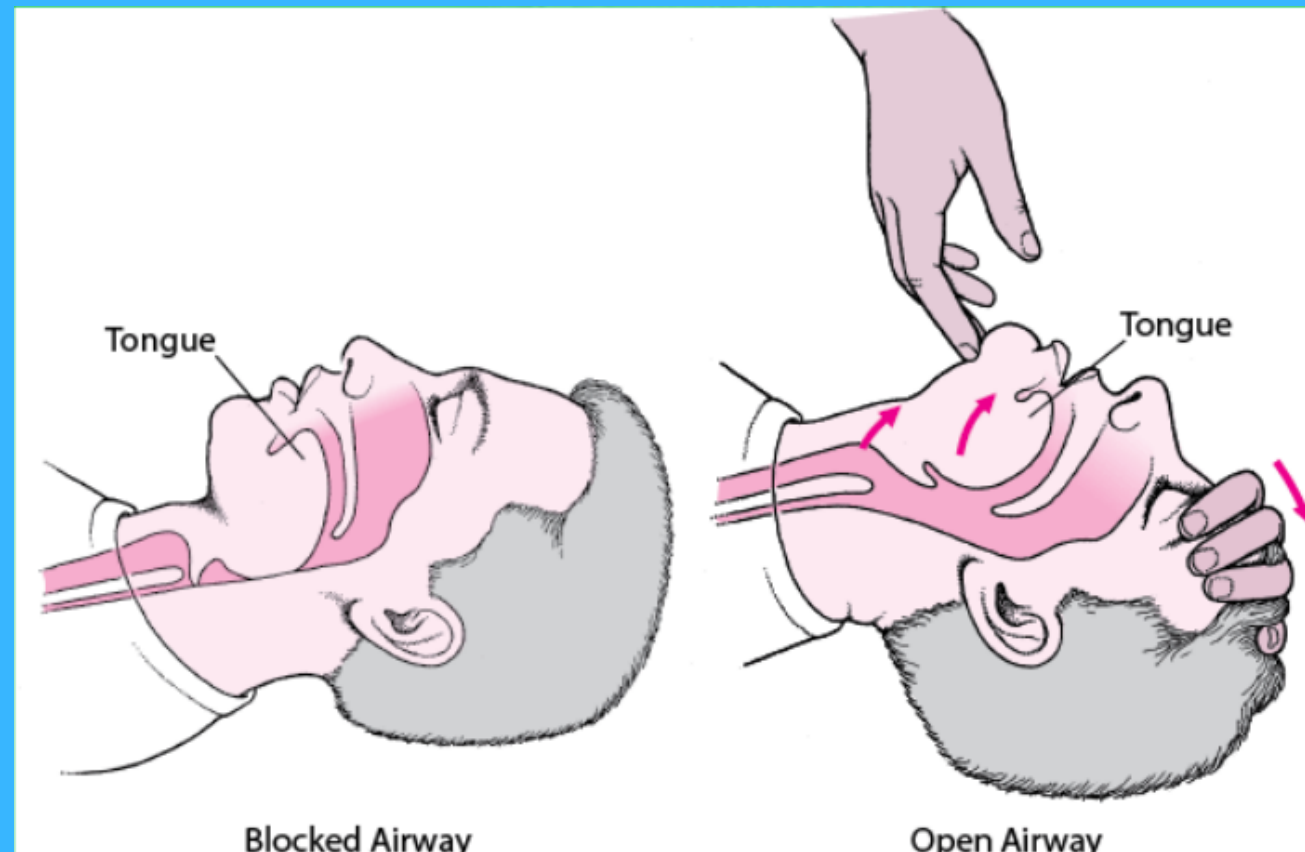
**3.** ตรวจสอบอาการหายใจมือข้างหนึ่งทำการเปิดทางเดินหายใจอีกข้างวางไว้ที่หน้าท้องสังเกตที่หน้าอกว่ามีอาการขยับขึ้นลงไหมเป็นเวลา **8** วิ



### วิธีการเปิดทางเดินหายใจ

**1.** ใช้มือค้ำศีรษะของผู้ป่วย

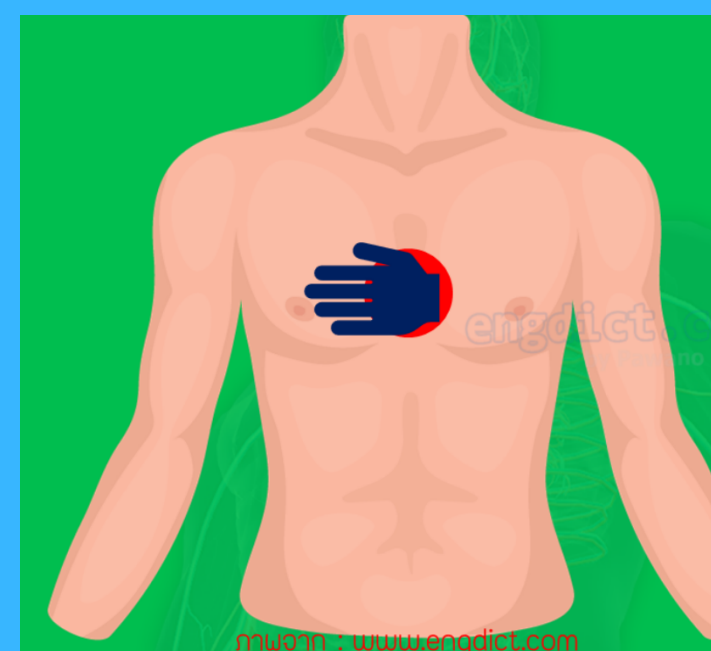
**2.** ใช้มือค้ำลำตัวของผู้ป่วยนิ้วชี้และกลางเชยคางของผู้ป่วยขึ้น



### 4. จะเป็นการ CPR

**1.** จัดท่าผู้ป่วยให้นอนราบบนพื้นที่ยราบและแข็ง

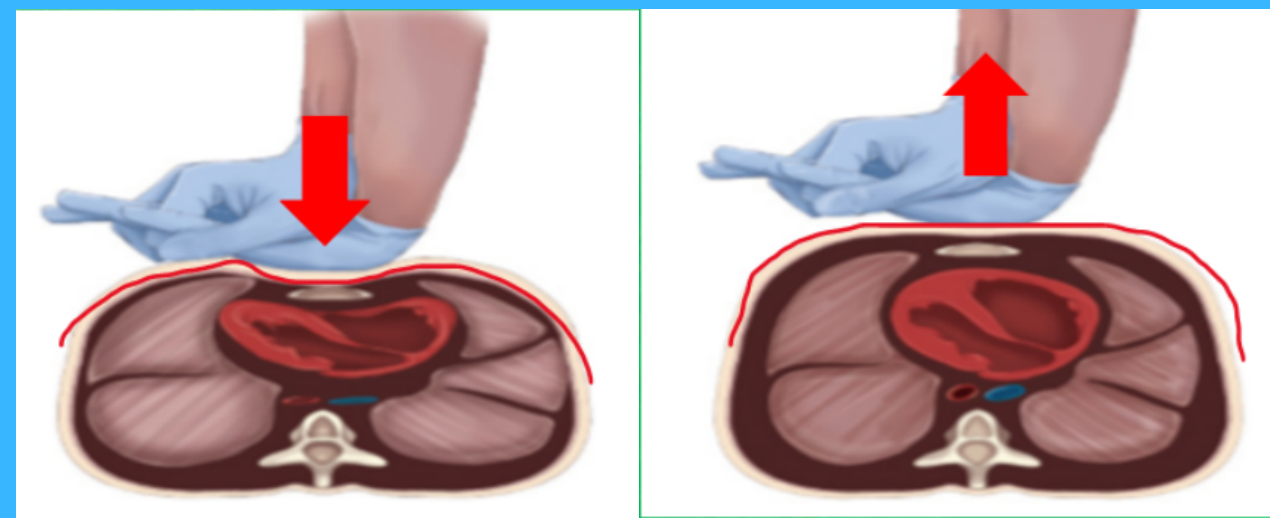
**2.** วางสันมือลงตรงกลางระหว่างหัวนม



3. ทำการกดหน้าอกโดยกดลึก 2-2.4 นิ้ว กดหน้าอก 100-120 ครั้งต่อนาทีที่ปล่อยคืนตัวหน้าอกให้สุด อย่าหยุดกดหน้าอกเกิน 10 วิ



ทำการกดหน้าอกอย่างต่อเนื่องจนครบ 2 นาทีแล้วถ้าผู้ช่วยยังไม่ตอบสนองให้ทำต่อไปจนกว่ารถกู้ชีพหรือรถกู้ภัยมาถึง



จะหยุดทำการ **CPR** ตอนไหน

- เมื่อผู้ช่วย กระพืบตา โอแซนชาขยับ หายใจปกติ
- รถกู้ชีพกู้ภัยมาถึง
- เหนื่อยจนไม่สามารถช่วยเหลือต่อได้
- แพทย์สั่งให้ยุติการช่วยชีวิต

