



การจมน้ำ เป็นสาเหตุอันดับ 1 ของการเสียชีวิตของเด็กไทย(เฉลี่ยราว 1,513 รายต่อปี) การช่วยเหลือเด็กจมน้ำนั้น เรามีเวลาช่วยเหลือเพียง 4-5 นาที ช้ากว่านั้นเด็กจะเสียชีวิตเพราะขาดอากาศหายใจ หรือเกิดภาวะสมองตายไม่อาจฟื้นกลับได้ คุณพ่อคุณแม่จึงต้องไม่ให้เด็กๆไปเล่นใกล้แหล่งน้ำ โดยเฉพาะช่วงปิดเทอมที่อากาศร้อนอบอ้าว เด็กๆ อาจแอบไปลงเล่นน้ำในคูคลองหนองบึง ในช่วงเวลาที่ผู้ปกครองเผลอปล่อยให้ขาดการดูแลจากผู้ใหญ่ และอาจทำให้ได้รับอันตรายจากการจมน้ำ นำมาซึ่งการสูญเสียชีวิตได้



ระวัง! เด็กจมน้ำเสียชีวิตช่วงปิดเทอม

องค์การอนามัยโลกรายงานว่า การตกน้ำ จมน้ำ เป็นสาเหตุการเสียชีวิต 10 อันดับแรกในกลุ่มเด็ก แต่ละปีมีรายงานเด็กอายุต่ำกว่า 15 ปีทั่วโลกเสียชีวิตจากการตกน้ำ จมน้ำ 135,585 ราย เฉลี่ยวันละ 372 ราย ส่วนในไทยพบว่าการจมน้ำเป็นสาเหตุให้เด็กไทยอายุต่ำกว่า 15 ปี เสียชีวิตเป็นอันดับ 1 เมื่อเทียบกับทุกสาเหตุ มากกว่าอุบัติเหตุการจราจร 2 เท่าตัว มากกว่าไขเลือดออก 24 เท่าตัว ในปี 2555 มีรายงานการเสียชีวิตรวม 1,049 ราย เฉลี่ยวันละ 3 ราย ส่วนใหญ่เป็นเด็กชาย และยังมีเด็กอายุต่ำกว่า 7 ขวบ ดิมแอลกอฮอล์ เล่นน้ำและจมน้ำได้รับบาดเจ็บรุนแรง เด็กที่ตกน้ำเกือบร้อยละ 50 จะเสียชีวิตเพราะว่ายน้ำไม่เป็น ซึ่งเป็นปัญหาใหญ่ของเด็กไทย โดยผลสำรวจล่าสุดในกลุ่มเด็กอายุต่ำกว่า 15 ปีรวมประมาณ 13 ล้านคน ว่ายน้ำเป็นเพียงร้อยละ 16 หรือมีเด็กที่ว่ายน้ำไม่เป็นมากถึง 11 ล้านคน กระทรวงสาธารณสุขตั้งเป้าหมายลดการเสียชีวิตจากการตกน้ำ จมน้ำของเด็กอายุต่ำกว่า 15 ปี ให้น้อยกว่า 900 คน ภายในปี 2560 หากพบเด็กจมน้ำ วิธีการช่วยเหลือเบื้องต้นคือ ท้องคาถาแห่งความปลอดภัยคือ ตะโกน-โยน-ยื่น

1. ตั้งสติอย่าวู่วาม ไม่ควรลงไปในน้ำเพื่อช่วยคนจมน้ำในทันที ควรหาอุปกรณ์ใกล้ตัวเช่น ไม้ เชือก หรืออุปกรณ์ที่ช่วยให้ผู้ช่วยเหลือและคนจมน้ำลอยตัวได้ โยนหรือยื่นให้คนจมน้ำแล้วลากเข้าฝั่งโดยที่คนช่วยเหลืออยู่บนฝั่ง หากจำเป็นจะต้องลงน้ำไปช่วยเหลือต้องมั่นใจว่าว่ายน้ำเป็นและควรต้องมีอุปกรณ์ช่วยเหลือนำติดตัวไปด้วยเพื่อยื่นให้คนจมน้ำจับแล้วลากเข้าฝั่ง ไม่ควรสัมผัสตัวคนจมน้ำโดยตรงเพราะอาจทำให้เกิดอันตรายจากการกอดและกอดตัวผู้ช่วยเหลือ

2. กรณีช่วยเหลือคนจมน้ำด้วยตนเองไม่ได้ หรือไม่มีอุปกรณ์ ให้ตะโกนร้องขอความช่วยเหลือจากผู้อื่น

3. เมื่อช่วยคนจมน้ำได้แล้ว ห้ามจับคนจมน้ำอุ้มพาตบแล้วกระโดดหรือวิ่งไปมาเพื่อให้สำลักน้ำ เนื่องจากน้ำที่ออกมาจะเป็นน้ำจากกระเพาะไม่ใช่ปอด ทำให้คนจมน้ำขาดอากาศหายใจนานยิ่งขึ้น ซึ่งอาจทำให้เสียชีวิตได้ วิธีที่ถูกต้องคือรีบเป่าปากและนวดหัวใจ ถ้าเป็นไปได้ควรลงมือเป่าปากตั้งแต่ก่อนขึ้นฝั่ง หากคลำชีพจรไม่ได้หรือหัวใจหยุดเต้นให้นวดหัวใจทันที ถ้าพบว่ายังหวายใจเองได้ ให้จับผู้จมน้ำนอนตะแคงข้าง ศีรษะหงายไปข้างหลังเพื่อให้น้ำไหลออกจากทางปาก ใช้ผ้าห่มคลุมผู้ป่วยให้ความอบอุ่น อย่าให้กินอาหารและดื่มน้ำทางปาก รีบส่งผู้ป่วยไปรักษาที่โรงพยาบาลที่ใกล้ที่สุด หากผู้ป่วยที่หมดสติ หยุดหายใจ ต้องผายปอดด้วยวิธีเป่าปากไปตลอดทาง หรือโทรศัพท์ขอความช่วยเหลือด้านการแพทย์ฉุกเฉินได้ที่สายด่วน 1669

ผู้ปกครอง ผู้ดูแลเด็ก ต้องดูแลเด็กอย่างใกล้ชิด ไม่ทิ้งเด็กเล็กไว้ตามลำพัง ไม่ให้เด็กเล่นใกล้แหล่งน้ำ หรือไม่ปล่อยให้เด็กเล่นน้ำคนเดียว ไม่ให้ลงเล่นน้ำต่อนกกลางคืน และควรพาเด็กไปเรียนว่ายน้ำเพื่อให้เด็กสามารถช่วยเหลือตัวเองได้เมื่อเกิดภาวะคับขัน

ที่มา : http://dpc9.ddc.moph.go.th/crd/news/tv/2554_08_28_

<http://www.thaipost.net/sunday/030313/70358>

เขียนโดย รัตนา ภาละกาล
เรียบเรียงโดย สิริรัสมิภา การะนนท์
บรรณาธิการ ภัทรรร เอี่ยมอุทุมมะ