

ใบความรู้ที่ ๒ เรื่องการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย

หน่วยการเรียนรู้ที่ ๓ แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๕ เรื่อง การปฐมพยาบาลและเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย
รายวิชา สุขศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑

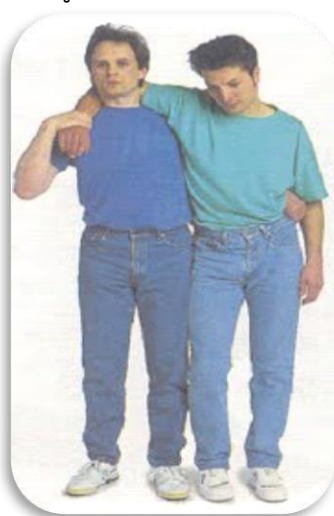
.....

การเคลื่อนย้ายผู้ป่วย

๑. การเคลื่อนย้ายโดยผู้ช่วยเหลือคนเดียว

วิธีที่ ๑ พยุงเดิน เหมาะสำหรับผู้ป่วยที่รู้สึกตัวดี แต่แขนหรือขาข้างใดข้างหนึ่งเจ็บ (เฉพาะส่วนล่าง)

วิธีเคลื่อนย้าย ผู้ช่วยเหลือยืนเคียงข้างผู้ป่วย หันหน้าไปทางเดียวกัน แขนข้างหนึ่งของผู้ป่วยพาดคอ ผู้ช่วยเหลือจับมือผู้ป่วยไว้ ส่วนแขนอีกข้างหนึ่งของผู้ช่วยเหลือโอบเอวและพยุงเดิน



ภาพ การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยโดยวิธีพยุงเดิน

วิธีที่ ๒ การอุ้ม วิธีนี้ใช้กับผู้บาดเจ็บที่มีน้ำหนักตัวน้อย หรือในเด็กซึ่งไม่มีบาดแผลรุนแรง หรือกระดูกหัก โดยการซ้อนใต้เข่าและประคองด้านหลัง หรืออุ้มทาบหลังก็ได้



ภาพ การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยด้วยวิธีอุ้ม

วิธีที่ ๓ วิธีลาก เหมาะที่จะใช้ในกรณีฉุกเฉิน เช่น เกิดไฟไหม้ ถังแก๊สระเบิด หรือตึกถล่ม จำเป็นต้องเคลื่อนย้ายออกจากที่เกิดเหตุให้เร็วที่สุด อาจปฏิบัติได้หลายวิธี

ผู้ช่วยเหลืออาจจะลากโดยใช้มือสอดใต้รักแร้ลากถอยหลัง หรือจับข้อเท้าลากถอยหลังก็ได้ ไม่ควรลากไปด้านข้างของผู้บาดเจ็บ ต้องระวังไม่ให้ส่วนของร่างกายโค้งงอ โดยเฉพาะส่วนของคอและลำตัว การลากจะลดอันตรายลงถ้าใช้ผ้าห่มหรือเสื่อ หรือ แผ่นกระดานรองลำตัวผู้บาดเจ็บ



ภาพ การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยด้วยวิธีการลาก

๒. การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยโดยผู้ช่วยเหลือสองคน

วิธีที่ ๑ อุ้มและยก เหมาะสำหรับผู้ป่วยรายในรายที่ไม่รู้สึกตัว แต่ไม่ควรใช้ในรายที่มีการบาดเจ็บของลำตัวหรือกระดูกหัก



ภาพ การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยด้วยวิธีอุ้มและยก

วิธีที่ ๒ นั้งบนมือทั้งสองที่จับประสานกันเป็นแคร่ เหมาะสำหรับผู้ป่วยในรายที่ขาเจ็บแต่รู้สึกดีและสามารถใช้แขนทั้งสองข้างได้

วิธีเคลื่อนย้าย ผู้ช่วยเหลือทั้งสองคนใช้มือขวากำข้อมือซ้ายของตนเอง ขณะเดียวกันก็ใช้มือซ้ายกำมือขวาซึ่งกันและกัน ให้ผู้ป่วยใช้แขนทั้งสองยันตัวขึ้นนั่งบนมือทั้งสองที่จับประสานกันเป็นแคร่ แขนทั้งสองของผู้ป่วยโอบคอผู้ช่วยเหลือ จากนั้นวางผู้ป่วยบนเก้าอี้เป็นจังหวะที่หนึ่ง และอุ้มยืนเป็นจังหวะที่สอง แล้วจึงเดินไปพร้อมๆกัน



ภาพ การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยด้วยวิธีนั่งบนมือทั้งสองที่ประสานกันเป็นแคร่

วิธีที่ ๓ การพยุงเดิน วิธีนี้ใช้ในรายที่ไม่มีบาดแผลรุนแรง หรือกระดูกหักและผู้ป่วยเจ็บยังรู้สึกตัวดี



ภาพ การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยด้วยวิธีพยุงเดิน

๓. การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยโดยผู้ช่วยเหลือสามคน

วิธีที่ ๑ อุ้มสามคนเรียง เหมาะสำหรับผู้ป่วยในรายที่ไม่รู้สึกตัว ต้องการอุ้มขึ้นวางบนเตียงหรืออุ้มผ่านทางแคบๆ

วิธีเคลื่อนย้าย ผู้ช่วยเหลือทั้งสามคนคุกเข่าเรียงกันในท่าคุกเข่าข้างเดียว ทุกคนสอดมือเข้าใต้ตัวผู้ป่วย และอุ้มพยุงไว้ตามส่วนต่าง ๆ ของร่างกายดังนี้

คนที่ ๑สอดมือทั้งสองเข้าใต้ตัวผู้ป่วยตรงบริเวณคอและหลังส่วนบน

คนที่ ๒สอดมือทั้งสองเข้าใต้ตัวผู้ป่วยตรงบริเวณหลังส่วนล่างและก้น

คนที่ ๓สอดมือทั้งสองเข้าใต้ขา

ผู้ช่วยเหลือคนที่อ่อนแอที่สุดควรเป็นคนที่ ๓เพราะรับน้ำหนักน้อยที่สุด เมื่อจะยกผู้ป่วยผู้ช่วยเหลือทั้งสามคน จะต้องทำงานพร้อมๆ กัน โดยให้คนใดคนหนึ่งเป็นออกคำสั่ง ขึ้นแรก ยกผู้ป่วยพร้อมกันและวางบนเตียงจากท่านี้เหมาะสำหรับจะยกผู้ป่วยขึ้นวางบนเปลฉุกเฉินหรือบนเตียง แต่ถ้าจะอุ้มเคลื่อนที่ผู้ช่วยเหลือทั้งสามคน จะต้องประคองตัวผู้ป่วยในท่านอนตะแคง และอุ้มยื่น เมื่อจะเดินจะก้าวเดินไปทางด้านข้างพร้อมๆ กัน และถ้าจะวาง ผู้ป่วยให้ทำเหมือนเดิมทุกประการ คือ คุกเข่าลงก่อนและค่อย ๆ วางผู้ป่วยลง



ภาพ การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยด้วยวิธีอุ้มสามคนเรียง

วิธีที่ ๒ การใช้คน ๓ คน วิธีนี้ใช้ในรายที่ผู้บาดเจ็บนอนหงาย หรือ นอนคว่ำก็ได้ ให้คางของผู้บาดเจ็บยกสูงเพื่อเปิดทางเดินหายใจ

๑. ผู้ปฐมพยาบาล ๒ คนคุกเข่าข้างลำตัวผู้บาดเจ็บข้างหนึ่ง อีกข้างหนึ่งผู้ปฐมพยาบาลอีก ๑ คน คุกเข่าข้างลำตัวผู้บาดเจ็บ

๒. ผู้ปฐมพยาบาลคนที่ ๑ ประคองที่ศีรษะและไหล่ผู้บาดเจ็บ มืออีกข้างหนึ่งรองส่วนหลังผู้บาดเจ็บ

๓. ผู้ปฐมพยาบาลคนที่ ๒ อยู่ตรงข้ามคนที่ ๑ ใช้แขนข้างหนึ่งรองหลังผู้บาดเจ็บ เอามือไปจับมือคนที่ ๑ อีกมือหนึ่งรองใต้สะโพกผู้บาดเจ็บ

๔. ผู้ปฐมพยาบาลคนที่ ๓ มือหนึ่งอยู่ใต้ต้นขาเหนือมือคนที่ ๒ ที่รองใต้สะโพก แล้วเอามือไปจับกับมือคนที่ ๒ ที่รองใต้สะโพกนั้น ส่วนมืออีกข้างหนึ่งรองที่ขาใต้เข่า

๕. มือคนที่ ๑ และคนที่ ๒ ควรจับกันอยู่ระหว่างกึ่งกลางลำตัวส่วนบนของผู้บาดเจ็บ ผู้ปฐมพยาบาลจะต้องให้สัญญาณลุกขึ้นยืนพร้อม ๆ กัน



ภาพ การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยด้วยวิธีใช้คน ๓ คน

การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยโดยใช้ผ้าห่ม

ใช้กรณีที่ไม่มีเปลหามแต่ไม่เหมาะกับผู้ป่วยที่ได้รับบาดเจ็บบริเวณหลัง

วิธีเคลื่อนย้าย พับผ้าห่มตามยาวทบกันเป็นชั้นๆ ๒ – ๓ ทบ โดยวิธีการพับผ้าห่มพับเช่นเดียวกับการพับกระดาษทำพัด วางผ้าห่มขนานชิดตัวผู้ป่วยทางด้านข้าง ผู้ช่วยเหลือคูกเข่าลงข้างตัวผู้ป่วยอีกข้างหนึ่งจับผู้ป่วยตะแคงตัวเพื่อให้นอนบนผ้าห่ม แล้วดึงชายผ้าห่มทั้งสองข้างออก เสร็จแล้วจึงม้วนเข้าหากัน จากนั้นช่วยกันยกตัวผู้ป่วยขึ้น ผู้ช่วยเหลือคนหนึ่งต้องประคองศีรษะผู้ป่วย โดยเฉพาะผู้ป่วยที่สงสัยว่า ได้รับบาดเจ็บที่คอหรือหลัง

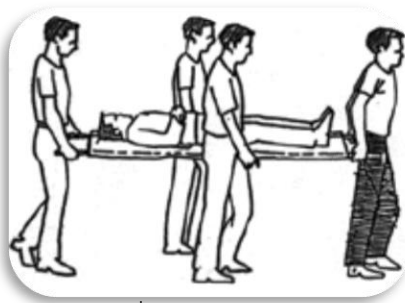


การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยโดยใช้เปลหาม

เปลหรือแคร่มีประโยชน์ในการเคลื่อนย้ายผู้ป่วย อาจทำได้ง่ายโดยดัดแปลงวัสดุ การใช้เปลหามจะสะดวกมากแต่ยุ่งยากบ้างขณะที่จะอุ้มผู้ป่วยวางบนเปลหรืออุ้มออกจากเปล

วิธีการเคลื่อนย้าย

เริ่มต้นด้วยการอุ้มผู้ป่วยนอนราบบนเปล จากนั้นควรให้ผู้ช่วยเหลือคนหนึ่งเป็นคนออกคำสั่งให้ยกและหามเดิน เพื่อความพร้อมเพรียงและนุ่มนวล ถ้ามีผู้ช่วยเหลือสองคน คนหนึ่งหามทางด้านศีรษะ อีกคนหามทางด้านปลายเท้าและหันหน้าไปทางเดียวกัน ซึ่งหมายความว่าผู้ช่วยเหลือที่หามทางด้านปลายเท้าจะเดินนำหน้า หากมีผู้ช่วยเหลือ ๔ คน ช่วยหาม อีก ๒ คน จะช่วยหามทางด้านข้างของเปลและหันหน้าเดินไปทางเดียวกัน



ภาพ การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยโดยใช้เปลหาม

วัสดุที่นำมาดัดแปลงทำเปลหาม

๑. บานประตูไม้
๒. ผ้าห่มและไม้ยาวสองอัน วิธีทำเปลผ้าห่ม ปูผ้าห่มลงบนพื้น ใช้ไม้ยาวสองอัน ยาวประมาณ ๒.๒๐ เมตร
 - อันที่ ๑ สอดในผ้าห่มที่ได้พับไว้แล้ว
 - อันที่ ๒ วางบนผ้าห่ม โดยให้ห่างจากอันที่ ๑ ประมาณ ๖๐ ซม. จากนั้นพับชายผ้าห่มทับไม้อันที่ ๒ และอันที่ ๑ ตามลำดับ



ภาพ การใช้ผ้าห่มมาดัดแปลงทำเปลหามผู้ป่วย

ขอขอบคุณข้อมูลจาก : <https://sites.google.com/site/wwwsamrongtairescuecom/kar-kheluxn-yay-phu-bad-ce>

ใบงานที่ ๒ เรื่อง การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย
หน่วยการเรียนรู้ที่ ๓ แผนการจัดการเรียนรู้ที่ ๑๕
รายวิชา สุขศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑

ชั้น ม.๑/.....กลุ่ม.....

คำชี้แจง นักเรียนแต่ละกลุ่มอธิบายวิธีปฏิบัติควบคู่ไปกับการฝึกปฏิบัติการปฐมพยาบาลและเคลื่อนย้ายผู้ป่วย
แบบต่างๆ ในรูปแบบสถานี /ฐาน