

A
E
D

ช็อค



คู่มือ ปั๊มหัวใจ
ฉบับ ประชาชนทั่วไป

S
c
e
n
e
S
a
f
e
t
y
C
h
e
s
t
M
o
v
e

รอบๆปลอดภัย



ดู การหายใจ



U
S
E
A
E
D
P
A
D

ใช้แผ่น AED



C
h
e
c
k
R
e
s
p
o
n
s
e

ปลุกเรียก คุณๆ



C
P
R

ปั๊มหัวใจ



A
E
D

ช็อก



C
A
L
L
H
E
L
P
1
6
6
9

โทรเรียก 1669



B
r
e
a
t
h

เป่าปาก



S
U
R
V
I
V
E

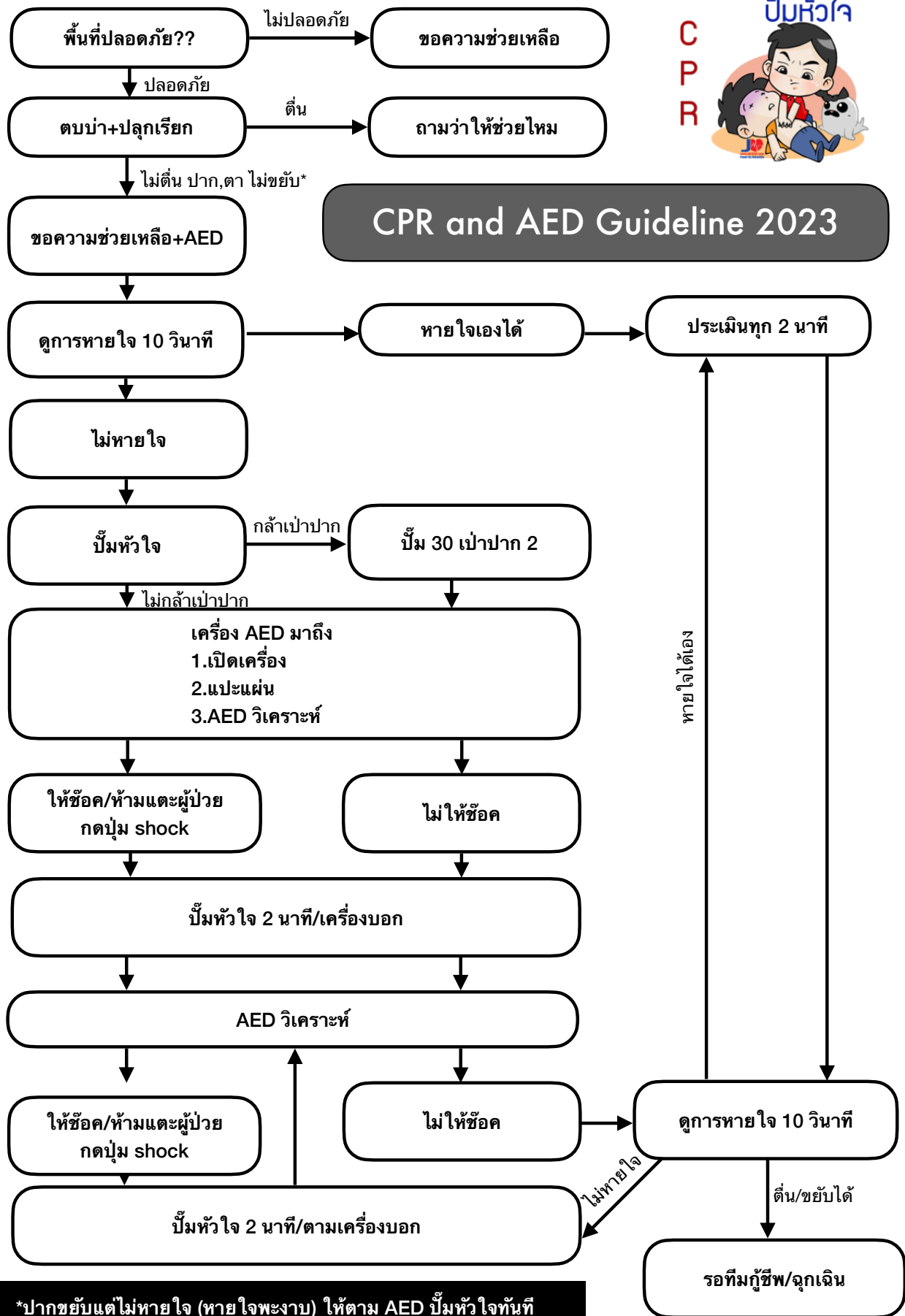
รอดแล้ว



ห่วงโซ่ของการรอดชีวิต : สิ่งสำคัญต่อการรอดชีวิตของคนไทย

การช่วยชีวิตผู้ป่วยมีขั้นตอนสำคัญ ถ้าปฏิบัติในแต่ละขั้นตอนถูกต้องและเหมาะสมจะช่วยให้ผู้ป่วยรอดชีวิตได้ โดยมีขั้นตอนสำคัญดังนี้

1. การปลุกผู้หมดสติ พร้อมกับขอความช่วยเหลืออย่างรวดเร็ว
2. การช่วยฟื้นคืนชีพอย่างมีประสิทธิภาพ
3. การใช้เครื่องช็อกไฟฟ้าอย่างรวดเร็ว
4. ทีมการแพทย์ฉุกเฉินเข้าไปรับช่วงต่อได้อย่างรวดเร็วและมีประสิทธิภาพ
5. การช่วยชีวิตขั้นสูงต่อและดูแลภาวะหัวใจหยุดเต้นที่ โรงพยาบาล



*ปากขยับแต่ไม่หายใจ (หายใจจะงาบ) ให้ตาม AED ปั๊มหัวใจทันที

การช่วยชีวิตผู้ใหญ่ขั้นพื้นฐาน

S
c
e
n
e
S
a
f
e
t
y

รอบๆปลอดภัย



(Adult Basic Life Support)

ขั้นตอนที่ 1 ดูความพร้อมและความปลอดภัยก่อน เข้าช่วยเหลือ

ผู้ช่วยเหลือประเมินที่เกิดเหตุว่าปลอดภัยหรือไม่ โดยการประเมินบริเวณรอบๆ ถึงอันตราย เช่น สารพิษ กระแสไฟฟ้า ระเบิด และอื่นๆ ถ้าไม่ปลอดภัยควรเคลื่อนย้ายผู้ป่วย หรือ ตามทีมช่วยเหลือมาช่วย

ประเมินตัวท่านเองว่าพร้อมช่วยผู้อื่นหรือไม่ เช่น พบผู้ประสบภัยที่จมน้ำแต่ท่านว่ายน้ำไม่เป็น เป็นต้น

C
h
e
c
k
R
e
s
p
o
n
s
e

ปลุกเรียก คุณๆ



ขั้นตอนที่ 2 ประเมินการตอบสนองของผู้ป่วย

ประเมินโดยการตบเบาพร้อมกันกับตะโกนว่า “คุณ...คุณ...เป็นยังไงบ้าง” แล้วดูที่หน้า ถ้าไม่ตอบคำถาม ไม่ขยับตัว ไม่ส่งเสียงคราง ไม่ขยับใบหน้า และมุมปาก แสดงว่าผู้ป่วยไม่ตอบสนอง

หากผู้ป่วยตอบสนองให้ประเมินต่อไปว่าต้องตามหน่วยฉุกเฉินหรือไม่ และประเมินซ้ำเป็นระยะๆ

หมายเหตุ ในกรณีที่สงสัยว่ามีการบาดเจ็บศีรษะและคอ อย่าพยายามขยับตัวผู้หมดสติ เพราะการขยับจะทำให้ผู้ป่วยที่สันหลังบาดเจ็บ จะกระตุ้นให้เป็นอัมพาตได้

C
A
L
L
H
E
L
P
1
6
6
9

โทรเรียก 1669



ขั้นตอนที่ 3 ขอความช่วยเหลือ

ตะโกนขอความช่วยเหลือจากผู้ที่อยู่บริเวณใกล้เคียง หรือ ใช้โทรศัพท์มือถือโทรขอความช่วยเหลือจากระบบบริการการแพทย์ฉุกเฉิน (รถพยาบาล) โดยกด หมายเลข 1669 แล้วเปิดลำโพงโทรศัพท์แล้วจึงวางข้างตัวผู้ป่วย โดยต่อสายไว้ตลอดเวลา จนกว่าเจ้าหน้าที่จะให้วางสาย โดยเจ้าหน้าที่จะให้ข้อมูลที่จำเป็นต่อการช่วยเหลือทั้งหมด

- เตรียมเครื่องกระตุกหัวใจด้วยไฟฟ้าอัตโนมัติ(AED)
- ฟังคำแนะนำจากหน่วยฉุกเฉิน 1669 ตลอดเวลา
- ถ้าอยู่ลำพังและไม่มีโทรศัพท์มือถือ ให้ตามหน่วยฉุกเฉิน หรือ รถพยาบาลก่อน

หมายเหตุ ฟังคำแนะนำจากหน่วยฉุกเฉิน 1669 ตลอดเวลา ห้ามวางสายก่อนเด็ดขาด

ขั้นตอนที่ 4 จัดทำให้ผู้ป่วยหมดสติลง

ถ้าผู้ป่วยหมดสติอยู่ในท่านอนคว่ำให้พลิกผู้ป่วยมาอยู่ในท่านอนหงายบนพื้นราบ เรียบ และ แข็ง
แขนทั้งสองข้างนอนเหยียดอยู่ข้างลำตัว

C
h
e
s
t
M
o
v
e

ดู การหายใจ



ขั้นตอนที่ 5 ประเมินการหายใจภายใน 10 วินาที

ประเมินการหายใจผู้ป่วยโดยมองที่หน้าอกของผู้หมดสติ หากผู้หมดสติใส่เสื้อผ้าอยู่ให้ถอดจนกว่า
จะเห็นหน้าอกชัดเจน โดยมองเป็นเวลาอย่างน้อย 10 วินาที

หากขยับปกติ ให้สังเกตอาการทุกๆ 2 นาที และรอจนกว่าทีมฉุกเฉิน 1669 จะมาถึง

หากไม่ขยับ ให้เริ่มกดหน้าอกทันทีและช่วยหายใจ โดยกดหน้าอก 30 ครั้ง สลับกับช่วยหายใจ 2
ครั้งและใช้ เครื่องช็อกหัวใจด้วยไฟฟ้าอัตโนมัติ

หมายเหตุ หากปากขยับแต่หน้าอกไม่ขยับ ใน 10 วินาที ให้เริ่มกดหน้าอกและช่วยหายใจทันที



ขั้นตอนที่ 6 กดหน้าอก

1. วางฝ่ามือซ้าย(สันมือ)บนหน้าอกบริเวณระหว่างหัวนมหรือ กลางกระดูกหน้าอก ของผู้ประสบภัย แล้ววางฝ่ามือขวาทับมือข้างซ้าย ตรึงข้อศอกให้นิ่ง แขนเหยียดตรง ห้ามงอแขน โน้มตัวให้หัวไหล่อ้อยู่เหนือผู้หมดสติ โดยทิศทางของแรงกดตั้งตั้งฉากลงสู่กระดูกหน้าอก
2. กดบนหน้าอกผู้ประสบภัยตรงๆลึกอย่างน้อย 2 นิ้ว หรือ 5 ซม. ถึง 2.4 นิ้ว หรือ 6 ซม. เร็ว 100-120 ครั้งต่อนาที ด้วยวิธีการนับ “ หนึ่ง สอง สาม สี่ ห้า หก เจ็ด แปด เก้า สิบ สิบเอ็ด สิบสอง ... ยี่สิบ ยี่สิบเอ็ด ยี่สิบสอง... ยี่สิบเก้า สามสิบ ”
3. จังหวะแดงกลับให้หน้าอกแดงกลับตำแหน่งเดิมทุกครั้ง อย่าคาน้ำหนักไว้เพราะจะทำให้หัวใจคลายตัวไม่เต็มที่

หมายเหตุ

- การกดหน้าอกอย่างมีประสิทธิภาพต้องกดเร็ว กดลึกไม่หยุด
- การหยุดกดหน้าอก เท่ากับการไหลเวียนเลือดหยุดลง
- หากหยุดนานกว่า 10 วินาที ทำให้ผู้ป่วยโอกาสรอดน้อยลงมาก

B r e a t h

เป่าปาก



ขั้นตอนที่ 7 เปิดทางเดินหายใจ

ในผู้ที่หมดสติ หัวใจหยุดเต้น สมองจะขาดเลือด ทำให้สูญเสียการควบคุมกล้ามเนื้อ ทำให้ล้มตกล้มไปออกจก้นทางเดินหายใจ ต้องช่วยโดยการยกขากรรไกรล่างขึ้น เพื่อให้ลิ้นที่ติดกับขากรรไกรล่างถูกยกขึ้น ทำให้ทางเดินหายใจโล่ง ด้วยวิธีดันหน้าผาก และ เขยคาง Head Tilt-Chin Lift

1. ใช้มือวางบนหน้าผาก แล้วใช้มืออีกข้างจับบริเวณกระดูกของคาง
2. กดศีรษะลง แล้วเขยคางขึ้น

หมายเหตุ

- หลีกเลี่ยงการกดที่เนื้อคางเพราะจะทำให้ปิดทางเดินหายใจ
- หลีกเลี่ยงการกดคางแรงจนปิดปาก

ขั้นตอนที่ 8 การเป่าลมเข้าปอด

1. เปิดทางเดินหายใจ แล้วบีบจมูกทั้งสองข้างโดยการจับที่ปีกจมูก
2. ให้ลมหายใจโดยการเป่าจากปากสู่ปาก เป่าแรงๆซ้ำๆ
3. ให้ลมหายใจทั้งหมด 2 ครั้ง (อย่างน้อยครั้งละ 1 วินาที)
4. สังเกต การขยับของหน้าอก

ปั๊มหัวใจ

C
P
R



เป่าปาก

B
r
e
a
t
h



ขั้นตอนที่ 9 ปั๊มหัวใจ 30 ครั้ง สลับ ช่วยหายใจ 2 ครั้ง จนกว่า

1. ผู้ป่วยจะเคลื่อนไหว หายใจ หรือ ไอ
2. เครื่องฟื้นคืนคลื่นหัวใจด้วยไฟฟ้าอัตโนมัติจะมาถึง
3. หน่วยกู้ภัย รถพยาบาล ทีม1669 จะมาถึง

หมายเหตุ ในกรณีที่มีผู้ช่วยชีวิต มาช่วยเพิ่มขึ้น ควรสลับหน้าที่ของผู้ที่กดหน้าอกกับผู้ทำการช่วยหายใจ ทุก 2 นาที(5 รอบ)



เครื่องฟื้นคืนคลื่นหัวใจด้วยไฟฟ้าแบบอัตโนมัติ(AED) หรือ เออีดี

การใช้เครื่อง เออีดี เป็นอีกขั้นตอนที่มีความสำคัญมากในห่วงโซ่แห่งการรอดชีวิต เครื่องเออีดี หรือ เครื่องช็อคไฟฟ้าอัตโนมัติ เป็นอุปกรณ์ที่สามารถ “อ่าน วิเคราะห์ และช่วยรักษาด้วยไฟฟ้า” ได้อย่างแม่นยำ มีประสิทธิภาพ โดยจะทำให้คลื่นไฟฟ้าหัวใจกลับมาเป็นภาวะปกติได้ และ หัวใจจะสามารถสูบฉีดเลือดไปเลี้ยงร่างกายได้ตามปกติ

1. เปิดเครื่อง ถอดเสื้อของผู้ประสบภัยออก(หากถอดไม่ได้ให้ใช้กรรไกรตัดเสื้อผู้ป่วยออกได้)
2. แปะแผ่น บนหน้าอกผู้ประสบภัยตามคำแนะนำ โดยแปะให้แนบสนิทกับหน้าอกผู้ป่วย แผ่นแรกติดที่ใต้กระดูกไหปลาร้าด้านบน และอีกแผ่นติดที่ใต้ราวนมซ้ายข้างลำตัว
3. ให้เครื่องเออีดี วิเคราะห์คลื่นไฟฟ้าหัวใจ ระหว่างนั้นห้ามสัมผัสตัวผู้ป่วยโดยเด็ดขาด
4. ห้ามแตะต้องตัวผู้ป่วย ถ้าเครื่องพบคลื่นไฟฟ้าที่สามารถรักษาได้ จะให้กดปุ่ม SHOCK โดยให้ตะโกนดังๆว่า “ฉันทอย คุณถอย และ ทุกคนถอย” แล้วจึงกดปุ่ม SHOCK
5. รอทำตามคำสั่งที่ได้ยินจากเครื่องต่อไป



ตำแหน่งวางแผ่นช็อคไฟฟ้าหัวใจ

นอกจากตำแหน่งที่แนะนำยังมีอีก 3 ตำแหน่งที่แนะนำคือ

1. กลางหน้าอกด้านหน้า และ กลางหน้าอกด้านหลัง
2. ใต้ราวนมซ้ายด้านหน้า และ ใต้สะบักด้านซ้าย
3. ใต้ไหหลำด้านขวา และ ใต้สะบักด้านซ้าย

โดยมีประสิทธิภาพในการรักษาหัวใจเต้นผิดจังหวะเท่ากัน

การช็อคไฟฟ้าในผู้ป่วยที่ฝังเครื่องช็อคไฟฟ้าภายใน

ส่วนมาก จะฝังเครื่อง ช็อคไฟฟ้าภายในไว้ ที่หน้าอกบนซ้าย หากแปะแผ่นช็อคไฟฟ้าบริเวณที่ใกล้กับ เครื่อง จะทำให้เครื่อง เออีดี ไม่ทำงานเพราะจะไปอ่านจังหวะหัวใจจากเครื่องช็อคไฟฟ้าภายใน ดังนั้นจึงควรแปะ ให้ห่างจากตัวเครื่อง Internal Pacemakers ประมาณ 8-10 ซม.



รอดแล้ว

จะหยุด ปั๊มหัวใจ ก็ต่อเมื่อ

1. ทีมฉุกเฉิน รถพยาบาล หรือ ทีมกู้ชีพจะมาถึง
2. ผู้ป่วยหายใจได้เอง หน้าอกขยับ
3. ผู้ป่วยขยับได้เอง รู้สึกตัว

Tip

- ให้เปิดเครื่อง AED ไว้ แล้ว ตรวจสอบการหายใจซ้ำทุกๆ 2 นาที ตามเครื่องบอก จนกว่าทีมช่วยเหลือมา
- หากผู้ป่วยตื่นรู้สึกตัวให้ปิดเครื่อง AED และจะเปิดอีกครั้งเมื่อผู้ป่วยหมดสติไปอีกครั้ง
- หากผู้ป่วยหายใจแต่ยังไม่รู้สึกตัว ให้จัดทำนอนตะแคงกึ่งคว่ำตาม รูปด้านบน



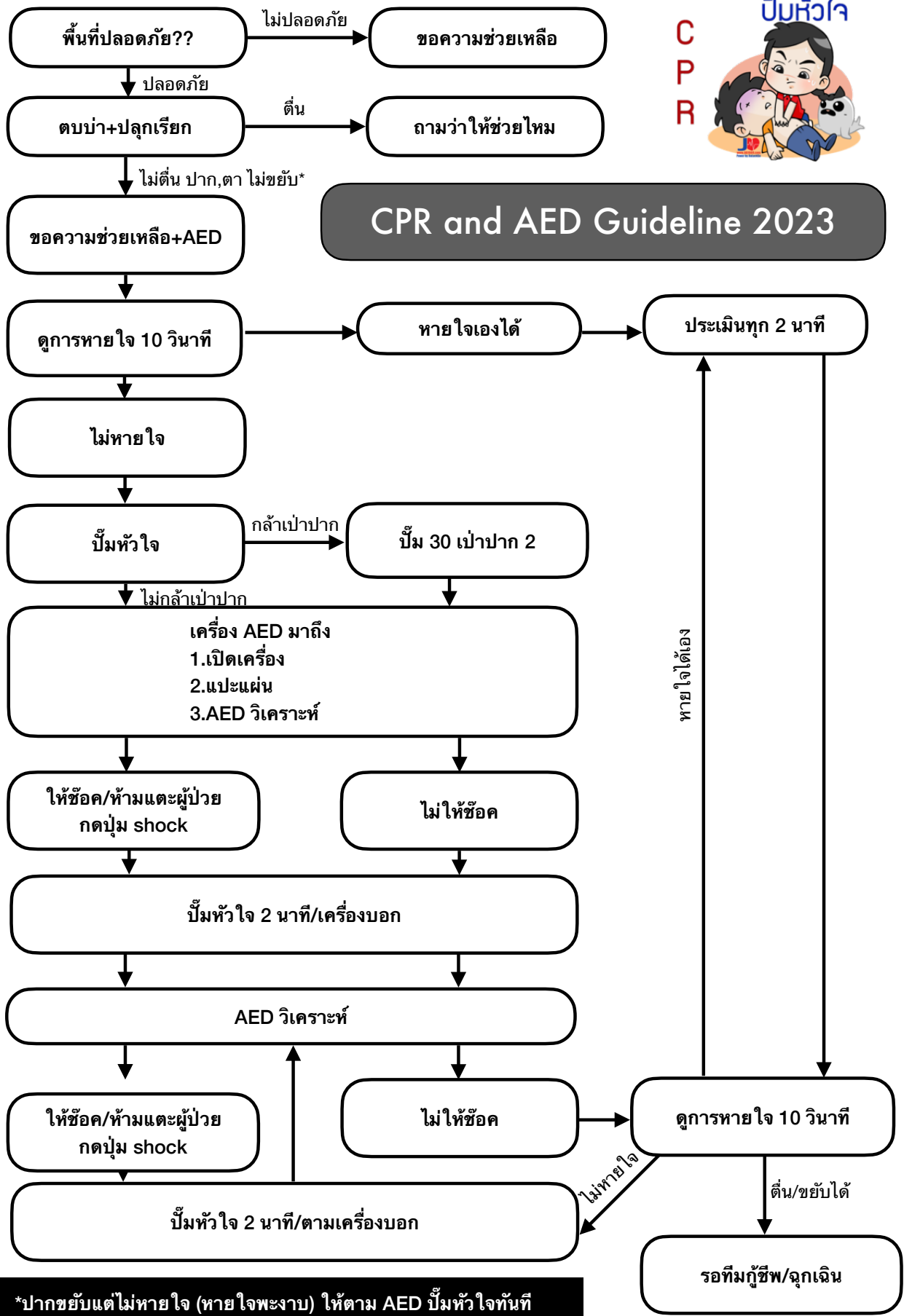


การใช้เครื่อง เออีดี ในสถานการณ์พิเศษ

1. กรณีผู้ป่วยมีขนหน้าอกมาก : ขนหน้าอกจะเป็นตัวขัดขวางไม่ให้ แผ่นนำไฟฟ้าแนบสนิทกับหน้าอก จึงควรโกนขนหน้าออกก่อนจะติดแผ่นนำไฟฟ้าทุกครั้ง
2. กรณีผู้ป่วยเปียกน้ำ : ควรนำผู้ป่วยออกจากบริเวณที่เปียกน้ำ แล้วจึงใช้ผ้าขนหนูเช็ดบริเวณหน้าอกผู้ป่วยให้แห้งก่อนแปะแผ่นนำไฟฟ้า
3. กรณี ผู้ป่วยติดแผ่นให้ยาทางผิวหนังที่หน้าอก: ให้ดึงแผ่นยาออก เช็ดบริเวณนั้นให้แห้งแล้วจึงค่อยติดแผ่นนำไฟฟ้า ของเครื่อง เออีดี
4. กรณีที่ ผู้ป่วยใส่เสื้อหรือชุดที่ไม่สามารถถอดได้ ให้ใช้กรรไกรในชุด AED kit set ตัดออกเพื่อแปะแผ่นนำไฟฟ้าบริเวณหน้าอกเปลือยผู้ป่วยได้
5. หากมีเลือดหรือสารคัดหลั่งเปื้อน เต็มหน้าอกผู้ป่วย ให้ผู้ช่วยเหลือใส่ถุงมือ แล้ว จึงนำผ้าไปเช็ดบริเวณ เลือด/สารคัดหลั่งก่อน แปะแผ่นนำไฟฟ้า
6. เมื่อใช้ แผ่นแปะนำไฟฟ้า ถุงมือ กรรไกร มีดโกน ผ้า แผ่นเป่าปาก แล้ว ให้ใส่ลงในถุงแดงเพื่อนำไปทำลายให้ถูกสุขลักษณะ ต่อไป



CPR and AED Guideline 2023



*ปากขยับแต่ไม่หายใจ (หายใจพะงาบ) ให้ตาม AED ปั๊มหัวใจทันที

Heimlich's
Manuever

ช่วย
สำลัก



กดหน้าอก
C
h
e
s
t
r
u
s
t



B
a
c
k
B
l
o
w

ตบหลัง



ชีพจร
C
h
e
c
k
P
u
l
s
e




www.JiA1669.com
Power by JiaLuckSa

ใส่ท่อช่วยหายใจ
i
n
t
u
b
a
t
i
o
n



E
T
T
u
b
e

ฉีดยา
i
n
j
e
c
t
i
o
n



ช่วยหายใจ
V
e
n
t
i
l
a
t
i
o
n
C
a
p
n
o
g
r
a
p
h



A
E
D
ช็อค



เตรียมพบกับ
เล่มใหม่ เร็วๆนี้
WWW.JiA1669.COM
fb.com/JiA1669

