



ชุดการสอนการช่วยฟื้นคืนชีพ ขั้นพื้นฐานสำหรับประชาชน

ผศ.ดร.นายแพทย์บวร วิทย์ชำนาญกุล และคณะ
ภาควิชาเวชศาสตร์ฉุกเฉิน คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่



ชุดการสอนการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐานสำหรับประชาชน

ภายใต้โครงการสร้างพื้นฐานการช่วยฟื้นคืนชีพให้ฝังรากลึกในระดับประชาชน
(Basic life support implementation for lay rescuer)

ISBN:	978-616-398-519-4
ผู้แต่ง/พัฒนา:	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นายแพทย์บวร วิทย์ชำนาญกุล แพทย์หญิงมาริสาทองนอก แพทย์หญิงธนพรธม วงษา แพทย์หญิงประภา บุตรดี หทัยกาญจน์ การกะสัง ปริญญาลักษณ์ ไตรสัตยกุล อาจารย์ นายแพทย์ชานนท์ ช่างรัตน์กร นายแพทย์ชโนดม เพ็ญกุล วีรพล แก้วแบ่งจันทร์ รัตเกล้า สายหรั่ง
บรรณาธิการ:	รองศาสตราจารย์ ดร.วราภรณ์ บุญเชียง สุรณี ทานเคหาสน์ สุณิสา เสนาหวาน
ออกแบบและพิมพ์:	อรุณวดี กรรมสิทธิ์
เจ้าของและผู้จัดพิมพ์:	หน่วยบริหารจัดการและส่งเสริมผลิตภัณฑ์ (ODU) คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ 239 ถ.ห้วยแก้ว ต.สุเทพ อ.เมือง จ.เชียงใหม่ โทรศัพท์ 0 5394 2504
พิมพ์ครั้งแรก:	ธันวาคม 2563
พิมพ์ที่:	บริษัทสยามพิมพ์นานา จำกัด โทรศัพท์ 0 5321 6962
สนับสนุนโดย:	สำนักงานการวิจัยแห่งชาติ (วช.)

คำนำ

คู่มือ “ชุดการสอนการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐานสำหรับประชาชน” ฉบับนี้เป็นคู่มือที่จัดทำขึ้นโดยโครงการย่อย “โครงการสร้างพื้นฐานการช่วยฟื้นคืนชีพให้ฝังรากลึกในระดับประชาชน (Basic life support implementation for lay rescuer)” มีวัตถุประสงค์เพื่อให้ผู้ที่สนใจได้ใช้เป็นแนวทางพัฒนาการสอนการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐานสำหรับประชาชน และศักยภาพบุคคลในการถ่ายทอดความรู้เกี่ยวกับการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน โดยเนื้อหาในหลักสูตรประกอบด้วย 1) คู่มือการสอนการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน 2) สื่อประกอบสอน และ 3) แบบประเมินผลออนไลน์

ทั้งนี้ โครงการฯ ขอขอบคุณนักวิจัยภายใต้โครงการฯ ทุกท่านและผู้ที่เกี่ยวข้องที่ได้มีส่วนในการจัดทำ รวมทั้งให้คำปรึกษา ชี้แนะแนวทาง และข้อเสนอแนะในประเด็นต่าง ๆ เพื่อให้คู่มือฉบับนี้มีความสมบูรณ์มากขึ้น และขอขอบคุณสำนักงานการวิจัยแห่งชาติ(วช.) และคณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ในการสนับสนุนทุนวิจัยเพื่อดำเนินโครงการฯ ภายใต้โครงการพัฒนาระบบบริการเพื่อการดูแลภาวะฉุกเฉินด้านการแพทย์และสาธารณสุขอย่างครบวงจร (พบฉ.) มา ณ ที่นี้ด้วย

นายแพทย์บวร วิทย์ชำนานุกุล
และหน่วยจัดการและส่งมอบผลลัพธ์ (ODU)

ธันวาคม 2563

ชุดการสอนการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐานสำหรับประชาชน

โครงการสร้างพื้นฐานการช่วยฟื้นคืนชีพให้ฝังรากลึกในระดับประชาชน (Basic life support implementation for lay rescuer) มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาชุดการสอนการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐานสำหรับประชาชน และศักยภาพบุคคลในการถ่ายทอดความรู้เกี่ยวกับการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐานในชุมชนในพื้นที่ 6 อำเภอ ในจังหวัดเชียงใหม่ ได้พัฒนาชุดการสอนการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐานสำหรับประชาชน ประกอบด้วย

1. คู่มือการสอนการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน
2. สื่อประกอบสอน ได้แก่ วิดีทัศน์ในการฝึกปฏิบัติการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน วิดีทัศน์การใช้เครื่องช็อกไฟฟ้าหัวใจอัตโนมัติ และ PowerPoint
3. แบบประเมินผลออนไลน์ ได้แก่ ประเมินความรู้เกี่ยวกับการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน แบบประเมินทักษะในการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน และแบบประเมินความพึงพอใจ

1.คู่มือการสอนการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน

1. คู่มือการสอนการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน

เป็นคู่มือที่ใช้สำหรับการสอนเพื่อถ่ายทอดความรู้และทักษะการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐานสำหรับประชาชนสู่ประชาชน โดยออกแบบเนื้อหาเพื่อใช้สำหรับการสอนในระยะเวลา 120 นาที ซึ่งมีเนื้อหาสาระสำคัญ 4 องค์ประกอบ ได้แก่

1. การประเมิน ฌ ที่เกิดเหตุและการใช้เครื่อง AED
 2. วิธีการช่วยชีวิตขั้นพื้นฐาน
 3. วิธีการใช้อุปกรณ์การสอน ได้แก่ การสาธิตวิธีการกดหน้าอกโดยใช้หุ่นสาธิตการช่วยฟื้นคืนชีพ และการใช้เครื่อง AED ในสถานการณ์ต่าง ๆ
 4. การฝึกปฏิบัติการช่วยชีวิตขั้นพื้นฐาน โดยเน้นให้ผู้อบรมได้ฝึกการกดหน้าอกกับหุ่นสาธิตการช่วยฟื้นคืนชีพ และสามารถใช้เครื่อง AED ได้ถูกต้องทุกคน
- ทั้งนี้กลยุทธ์ที่ใช้ในการสอน คือ การแลกเปลี่ยนประสบการณ์ระหว่างผู้สอนและผู้เข้าอบรม

คู่มือการสอนการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน

เป็นคู่มือที่ใช้สำหรับการสอนเพื่อถ่ายทอดความรู้และทักษะการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐานสำหรับประชาชนสู่ประชาชน ใช้ระยะเวลา 120 นาที ซึ่งมีเนื้อหาสาระสำคัญในแต่ละกิจกรรม ดังนี้

ระยะเวลา	เนื้อหาสาระ	กิจกรรม	สื่อ/อุปกรณ์
30 นาที	วิธีการช่วยชีวิตขั้นพื้นฐาน	<ol style="list-style-type: none">1. วิทยากรชี้แจงวัตถุประสงค์ของการจัดกิจกรรม2. บรรยายการเกี่ยวกับการช่วยชีวิตขั้นพื้นฐานสำหรับประชาชน ซึ่งประกอบด้วย<ol style="list-style-type: none">2.1 การประเมินความปลอดภัยของผู้ป่วยที่จุดเกิดเหตุ และการใช้เครื่อง AED ได้แก่<ul style="list-style-type: none">- การประเมินความปลอดภัยของผู้ป่วยที่จุดเกิดเหตุ- การประเมินความรู้สึกตัวของผู้ป่วย- การขอความช่วยเหลือจากคนรอบข้าง- การเรียกใช้บริการการแพทย์ฉุกเฉินด้วยการโทร 1669- การหาเครื่อง AED ที่ใกล้ที่สุดและนำมาใช้กับผู้ป่วย- วิธีการกดหน้าอกและการใช้เครื่อง AED	<ul style="list-style-type: none">- PowerPoint- Video clip

ระยะเวลา	เนื้อหาสาระ	กิจกรรม	สื่อ/อุปกรณ์
	วิธีการช่วยชีวิตขั้นพื้นฐาน (ต่อ)	2.2 วิธีการช่วยชีวิตขั้นพื้นฐาน ได้แก่ <ul style="list-style-type: none"> - การสังเกตการณ์หายใจของผู้ป่วย - ตำแหน่งในการกดหน้าอก - วิธีการกดหน้าอกที่ถูกต้อง - ความถี่ในการกดหน้าอก - ระยะเวลาในการกดหน้าอก - วิธีการใช้เครื่อง AED สลับกับการกดหน้าอก - การปฏิบัติตนเมื่อทีมแพทย์ฉุกเฉินมาถึง 	<ul style="list-style-type: none"> - PowerPoint - Video clip
60 นาที	การฝึกปฏิบัติการช่วยชีวิตขั้นพื้นฐาน	3. วิทยากรแบ่งผู้เข้าร่วมอบรมเป็นกลุ่ม กลุ่มละ 6 คน เพื่อให้เข้าฐานฝึกปฏิบัติ โดยแต่ละฐานแบ่งได้ ดังนี้ <ul style="list-style-type: none"> ฐานที่ 1 การกดหน้าอก ฐานที่ 2 การใช้เครื่อง AED ฐานที่ 3 การปฏิบัติการช่วยฟื้นคืนชีพในสถานการณ์ต่าง ๆ (แต่ละฐานมีเวลา 20 นาที แล้วให้สลับกันจนครบทุกฐาน) 	<ul style="list-style-type: none"> - เครื่อง AED - ฟუნสาดิตการช่วยฟื้นคืนชีพ

ระยะเวลา	เนื้อหาสาระ	กิจกรรม	สื่อ/อุปกรณ์
	การฝึกปฏิบัติการ ช่วยชีวิตขั้นพื้นฐาน (ต่อ)	4. วิทยากรแต่ละฐานทำการสอนและสาธิตการกดหน้าอกโดยใช้หุ่น สาธิตการช่วยฟื้นคืนชีพและการใช้เครื่อง AED ร่วมกับการ แลกเปลี่ยนประสบการณ์ระหว่างวิทยากรและผู้เข้าร่วมอบรม 5. เข้าอบรมจับคู่เพื่อฝึกปฏิบัติกดหน้าอกกับหุ่นสาธิตการช่วยฟื้นคืนชีพ การเป่าปาก การสลับการกดหน้าอก การใช้เครื่อง AED การโทรขอ ความช่วยเหลือจาก 1669 โดยวิทยากรจะเป็นผู้กำหนดสถานการณ์ ต่าง ๆ เพื่อให้ผู้เข้าร่วมอบรมได้ฝึกปฏิบัติเสมือนอยู่ในสถานการณ์ จริง	- เครื่อง AED - หุ่นสาธิตการช่วย ฟื้นคืนชีพ
30 นาที	ทดสอบความรู้ หลังจากเข้ารับการ อบรม	6. สอบข้อเขียน 7. สอบปฏิบัติ	

2. สื่อประกอบการสอนการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน

2. สื่อประกอบการสอนการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน

ในชุดการสอนการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐานสำหรับประชาชน ประกอบด้วยสื่อที่ใช้ประกอบการสอน ดังต่อไปนี้

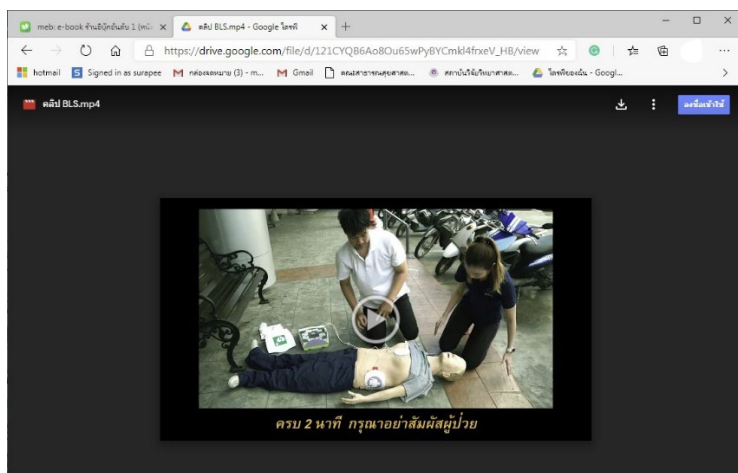
1. คู่มือการช่วยชีวิตขั้นพื้นฐานและเครื่องช็อกไฟฟ้าหัวใจอัตโนมัติ (เออีดี:AED) สำหรับประชาชน พ.ศ. 2561 โดยสามารถ download เอกสารได้ฟรี ผ่าน application meb ทางเว็บไซต์ <https://www.mebmarket.com/>

The screenshot shows a web browser window displaying the mebmarket.com website. The page title is "คู่มือการช่วยชีวิตขั้นพื้นฐานและเครื่องช็อกไฟฟ้าหัวใจอัตโนมัติ (เออีดี:AED) สำหรับประชาชน พ.ศ. 2561". The page content includes a book cover image, a 5.00 rating, and a price of 0 Baht. The author is Sandwhale056. The page also shows the number of reviews (4) and the number of downloads (23).

ประเภทไฟล์	pdf
วันที่วางขาย	23 ตุลาคม 2563
ความยาว	44 หน้า (~ 8,097 คำ)
ราคาปก	0 บาท (ประหยัด 100%)

2. วิดีทัศน์ในการฝึกปฏิบัติการช่วยคืนชีพขั้นพื้นฐาน มีข้อแนะนำเกี่ยวกับขั้นตอนในการช่วยเหลือหากพบเหตุการณ์บุคคลหมดสติ เช่น การประเมินสถานที่เกิดเหตุว่ามีอันตรายต่อผู้ป่วยหรือไม่ การประเมินความรู้สึกผู้ป่วย การขอความช่วยเหลือ การโทรหมายเลขฉุกเฉิน 1669 การหาเครื่อง AED ที่ใกล้ที่สุด การประเมินการหายใจของผู้ป่วย การกดหน้าอก การใช้เครื่อง AED เป็นต้น

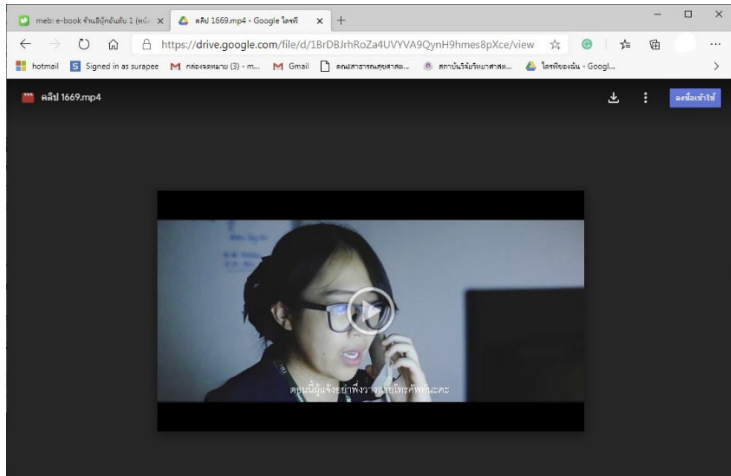
2.1 วิดีทัศน์ในการฝึกปฏิบัติการช่วยคืนชีพขั้นพื้นฐาน มีข้อแนะนำเกี่ยวกับขั้นตอนในการช่วยเหลือหากพบเหตุการณ์บุคคลหมดสติ เช่น การประเมินสถานที่เกิดเหตุว่ามีอันตรายต่อผู้ป่วยหรือไม่ การประเมินความรู้สึกผู้ป่วย การขอความช่วยเหลือ การหาเครื่อง AED ที่ใกล้ที่สุด การประเมินการหายใจของผู้ป่วย การกดหน้าอก การใช้เครื่อง AED เป็นต้น



สามารถดาวน์โหลดคลิปวิดีโอที่

https://drive.google.com/file/d/121CYQB6Ao8Ou65wPyBYCmkl4frxEV_HB/view?usp=sharing

- 2.2 วิดีทัศน์การเรียกใช้บริการการแพทย์ฉุกเฉิน (1669) มีข้อเสนอแนะสำหรับ
ผู้โทรแจ้งเหตุ เช่น การตอบคำถามเกี่ยวกับอาการของผู้ป่วย สถานที่เกิดเหตุ
ชื่อและหมายเลขโทรศัพท์ของผู้แจ้งเหตุและหมายเลขโทรศัพท์ของผู้แจ้งเหตุ



สามารถดาวน์โหลดคลิปวิดีโอได้ที่

<https://drive.google.com/file/d/1BrDBJrhRoZa4UVYVA9QynH9hmes8pXce/view?usp=sharing>

3. สไลด์สื่อการสอน (PowerPoint) เรื่อง “การช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน (Basic Life Support for Lay Rescuer)” มีเนื้อหาเกี่ยวกับขั้นตอนในการช่วยเหลือผู้ป่วยที่มี
ภาวะหัวใจหยุดเต้นเฉียบพลันว่าควรปฏิบัติตนอย่างไร วิธีการกดหน้าอก วิธีการใช้
เครื่อง AED รวมทั้งระบุสถานที่ที่มีเครื่อง AED ในจังหวัด เชียงใหม่ และการโทร
1669 เพื่อแจ้งเหตุ

สามารถดาวน์โหลดได้ที่

https://drive.google.com/file/d/11raA-j8lvJ0DNyOCTP5vUOq8g2x_YwIW/view

3.แบบประเมินผลออนไลน์

3. แบบประเมินผลออนไลน์

แบบประเมินผลออนไลน์ใช้สำหรับประเมินความรู้ และทักษะในการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐานของผู้เข้ารับการอบรม ประกอบด้วย

- 3.1 แบบประเมินความรู้เกี่ยวกับการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน
- 3.2 แบบประเมินทักษะในการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน
- 3.3 แบบประเมินความพึงพอใจการอบรม "การช่วยชีวิตขั้นพื้นฐานสำหรับผู้เรียนการช่วยชีวิตเพื่อนำไปถ่ายทอดต่อ (ครู ข)"

3.1 แบบประเมินความรู้เกี่ยวกับ การช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน

3.1 แบบประเมินความรู้เกี่ยวกับการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน

ให้ผู้เข้ารับการอบรมทำแบบประเมินความรู้เกี่ยวกับการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน (Basic Life Support for Lay Rescuer) ก่อนและหลังการอบรม โดยทำแบบประเมินด้วยตนเองแบบออนไลน์ ตาม link ต่อไปนี้

1. แบบทดสอบก่อนการอบรม สามารถทำข้อสอบออนไลน์ได้ที่

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSc2wq3XqOG3t_1oSpAgK7zK6sHoiv_VgSzh7pHOomd80CiuHA/viewform

แบบทดสอบก่อนเรียน BLS

ส่วนที่ 1 จาก 4

แบบทดสอบก่อนเรียน Basic Life Support for Lay Rescuer

ส่วนที่ 1 : โปรดกรอกข้อมูลของท่านให้ครบถ้วน ก่อนเริ่มเรียนทำข้อสอบ
ส่วนที่ 2 : จดสอบ Basic Life Support for Lay Rescuer จำนวน 10 ข้อ โปรดทำข้อสอบให้สมบูรณ์ที่สุด

ต่อจากส่วนที่ 1 ไปยังส่วนถัดไป

2. แบบทดสอบหลังการอบรม สามารถทำข้อสอบออนไลน์ได้ที่

<https://docs.google.com/forms/d/1vA6i2DZ0IAxvJdIXfaEFq6j5Slg6W2DV4ko-30PI4SM/edit?usp=sharing>

แบบทดสอบหลังเรียน BLS

ส่วนที่ 1 จาก 3

แบบทดสอบหลังเรียน Basic Life Support for Lay Rescuer

ส่วนที่ 1 : โปรดกรอกข้อมูลของท่านให้ครบถ้วน ก่อนเริ่มเรียนทำข้อสอบ
ส่วนที่ 2 : จดสอบ Basic Life Support for Lay Rescuer จำนวน 10 ข้อ โปรดทำข้อสอบให้สมบูรณ์ที่สุด

ต่อจากส่วนที่ 1 ไปยังส่วนถัดไป

แบบประเมินความรู้เกี่ยวกับการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน (Basic Life Support for Lay Rescuer)

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของท่าน

คำชี้แจง โปรดกรอกข้อมูลของท่านให้ครบถ้วน ก่อนเริ่มต้นทำข้อสอบ

1. เลขประจำตัวประชาชน
2. ชื่อ..... นามสกุล
3. อายุ.....ปี
4. ตำแหน่งของท่าน.....
5. ที่อยู่หน่วยงานของท่าน.....
6. ส่วนมากท่านอาศัยในอำเภออะไร หากไม่ใช่เชียงใหม่กรุณาระบุจังหวัดด้วย
 - กัลปยามณีวัฒนา จอมทอง
 - แม่แจ่ม เชียงดาว
 - แม่แตง แม่ริม
 - สะเมิง ฝาง
 - แม่อาาย พร้าว
 - สันป่าตอง สันกำแพง
 - สันทราย หางดง
 - ฮอด ดอยเต่า
 - อมก๋อย สารภี
 - ไชยปราการ แม่วาง
 - แม่ฮอน ดอยหล่อ
 - เมืองเชียงใหม่ ดอยสะเก็ด
 - เวียงแหง อื่น ๆ ระบุ.....
7. อีเมล (หากมีโปรดระบุ).....

ส่วนที่ 2 ข้อสอบ Basic Life Support for Lay Rescuer

คำชี้แจง ข้อสอบมีจำนวน จำนวน 10 ข้อ โปรดทำข้อสอบให้ครบทุกข้อ

1. ประชาชนทั่วไปควรมีส่วนร่วมในการช่วยชีวิตขั้นพื้นฐานตั้งแต่ขั้นตอนใดเป็นอันดับแรก?
 - ก. หลังจากท่านได้ตามรถฉุกเฉิน (EMS 1669)
 - ข. หลังจากปล่อยกระแสไฟฟ้าช็อกไฟฟ้าจากเครื่องเออีดีที่ได้ติดแผ่นไว้แล้ว
 - ค. เมื่อทีมฉุกเฉินได้มาถึงที่เกิดเหตุ
 - ง. **เมื่อท่านพบผู้ป่วยที่แน่นิ่งไม่หายใจ**

ตอบ ง

2. ผู้ป่วยรายใดต่อไปนี้ต้องได้รับการปั๊มหัวใจ ?
 - ก. **ผู้ป่วยที่ไม่ตอบสนอง ไม่หายใจ**
 - ข. ผู้ป่วยไม่ตอบสนอง แต่ยังหายใจได้อย่างพอเพียง
 - ค. ผู้ป่วยที่รู้ตัว แต่มีภาวะสำคัญสิ่งแปลกปลอม
 - ง. ผู้ป่วยที่มีอาการแน่นหน้าอก เหมือนอาหารไม่ย่อย

ตอบ ก

3. ในการกดหน้าอกผู้ใหญ่ แนะนำให้กดหน้าอกด้วยความลึกอย่างน้อยเท่าใด ?
 - ก. อย่างน้อย 1 นิ้ว (2.5 เซนติเมตร)
 - ข. **อย่างน้อย 2 นิ้ว (5.0 เซนติเมตร)**
 - ค. อย่างน้อย 3 นิ้ว (7.5 เซนติเมตร)
 - ง. อย่างน้อย 4 นิ้ว (10 เซนติเมตร)

ตอบ ข

4. อัตราส่วนในการกดหน้าอกต่อการช่วยหายใจ ในการทำปั๊มหัวใจคือ ?

ก. 5 : 1	ข. 15 : 2
ค. 20 : 2	ง. 30 : 2

ตอบ ง

5. ระหว่างการบีมหัวใจเมื่อมีผู้นำเครื่องเออีตีมาถึง ขั้นตอนแรกในการเริ่มใช้เครื่องเออีตี คืออะไร?
- ก. ช่วยหายใจ 2 ครั้งก่อนเริ่มใช้เครื่องเออีตี
 - ข. กดหน้าอกและช่วยหายใจให้ครบ 5 รอบก่อนเริ่มใช้เครื่องเออีตี
 - ค. ตัดแผ่นช็อกไฟฟ้าเออีตีบนผนังหน้าอกผู้ป่วย
 - ง. **เปิดสวิตช์เครื่องเออีตี**

ตอบ ง

6. ตำแหน่งที่เหมาะสมของการทำการกดหน้าอกคือ
- ก. ออกด้านซ้าย
 - ข. กระดูกสันปี่
 - ค. **กึ่งกลางด้านล่างของกระดูกอก**
 - ง. กลางกระดูกหน้าอก

ตอบ ค

7. เหตุผลใดที่ท่านต้องโทร 1669 เมื่อพบผู้ไม่รู้สีกตัว
- ก. เพื่อร้องขอเออีตี
 - ข. เพื่อให้การช่วยเหลือโดยขอคนบริเวณใกล้เคียงมาช่วยเพิ่ม
 - ค. เพื่อแจ้งให้ทราบเพื่อให้โรงพยาบาลเตรียมรับเคส
 - ง. **เพื่อจะได้ให้คำแนะนำและส่งความช่วยเหลือทางการแพทย์มายังที่เกิดเหตุ**

ตอบ ง

8. ด้วยเหตุใดท่านถึงจะพิจารณาเคลื่อนย้ายผู้ป่วยที่มีความจำเป็นต้องทำการบีมหัวใจ ?
- ก. เมื่อต้องใช้เวลาเดินทางจากจุดเกิดเหตุไปถึงสถานพยาบาลที่จะให้ความช่วยเหลือใช้เวลามากกว่า 15 นาที
 - ข. **เมื่อผู้ป่วยอยู่ในสภาพแวดล้อมที่เป็นอันตรายต่อผู้ป่วย (และผู้ให้การช่วยเหลือ)**
 - ค. ย้ายไปจุดที่มีเครื่องเออีตีกรณีที่ไม่ม่ีเครื่องเออีตีอยู่ที่จุดเกิดเหตุ
 - ง. เคลื่อนย้ายเร็วที่สุดเท่าที่จะทำได้ หลังจากพบว่าผู้ป่วยมีหัวใจหยุดเต้น

ตอบ ข

9. ความสำคัญของการรดน้ำอกคืออะไร ?

ก. ให้เลือดยังคงไปเลี้ยงอวัยวะต่าง ๆ

ข. เพิ่มอากาศไหลเวียนไปปอด

ค. ทำให้หัวใจได้พักการทำงานหนักยาวนานขึ้น

ง. กระตุ้นให้ผู้ป่วยหายใจได้เอง

ตอบ ก

10. ท่านจะทำการรดปุ่มปล่อยกระแสไฟฟ้าเพื่อช็อกไฟฟ้าจากเครื่องเออีดีเมื่อใด ?

ก. หลังทำการประเมินว่าหมดสติ

ข. หลังจากเครื่องแจ้งว่ากำลังวิเคราะห์คลื่นไฟฟ้าหัวใจ

ค. หลังทำการรดน้ำอกและช่วยหายใจไปแล้ว

ง. สั่งให้ทุกคนถอยและเครื่องเออีดีสั่งให้กดปุ่มเพื่อช็อกไฟฟ้า

ตอบ ง

3.2 แบบประเมินทักษะในการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน

3.2 แบบประเมินทักษะในการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน

แบบประเมิน Basic life support 2015 : Lay 2-rescuer (2017) จับคู่สลับกันทำ

ผู้สอบ ก BLS → AED ชื่อผู้ถูกประเมิน..... เลขที่ ผ่าน ไม่ผ่าน

ผู้สอบ ข AED → BLS ชื่อผู้ถูกประเมิน..... เลขที่ ผ่าน ไม่ผ่าน
ผู้ควบคุม.....

กิจกรรม	ปฏิบัติ		ไม่ปฏิบัติ	หมายเหตุ	SC
	ถูกต้อง	ไม่ถูกต้อง			
ผู้สอบ ก ประเมินความปลอดภัยของที่เกิดเหตุว่าสามารถทำการช่วยเหลือนผู้ป่วยได้อย่างปลอดภัย					
ผู้สอบ ก ประเมินว่าหมดสติจริง - ตะโกนเรียกเสียงดัง ๆ ตบหัวไหล่ผู้ป่วย เพื่อตรวจสอบการตอบสนอง					
- สังเกตการหายใจว่าไม่หายใจ หายใจเอือก หายใจผิดปกติหรือไม่					
- เรียกขอความช่วยเหลือ และ โทร 1669					
- เรียกเครื่อง AED					

กิจกรรม	ปฏิบัติ		ไม่ปฏิบัติ	หมายเหตุ	SC
	ถูกต้อง	ไม่ถูกต้อง			
ผู้สอบ ก การกดนวดหัวใจ อย่างมีประสิทธิภาพ - วางมือที่ตำแหน่ง Lower half ของ sternum (กึ่งกลางหน้าอก) - แขนเหยียดตรง ตั้งฉากกับตัวผู้ป่วย - กดโดยใช้สันมือ ลึกอย่างน้อย 5 ซม - กดในอัตราเร็วอย่างน้อย 100-120ครั้ง/นาที - กดหน้าอกอย่างต่อเนื่องเป็นเวลา 2 นาที หรือจนกว่าเครื่อง AED จะมา					
ผู้สอบ ข เครื่องช็อกไฟฟ้า อัตโนมัติ การทำต้องไม่รบกวน การทำ chest compression เกิน 10 วินาที - เปิดเครื่อง AED และทำตามที่เครื่องบอก - เปิดเสื้อแล้วติดแผ่นอิเล็กโทรด (ติด pads กับผู้ป่วย) ในตำแหน่งที่ถูกต้อง					

กิจกรรม	ปฏิบัติ		ไม่ปฏิบัติ	หมายเหตุ	SC
	ถูกต้อง	ไม่ถูกต้อง			
โดยที่หน้าอกผู้ป่วยต้องแห้ง หากมีสิ่งแปลกปลอมบนหน้าอกให้นำออก ห้ามติด pad โดยตรงในตำแหน่งของ pacemaker					
- ห้ามแตะต้องผู้ป่วยขณะเครื่องทำการวิเคราะห์ (ต้องพูดและมองไปรอบ ๆ ด้วย)					
- เตรียมทำการช็อก โดยยก/โบกมือห้ามสัมผัสผู้ป่วยเพื่อ Clear ผู้ป่วย “หนึ่งฉับถอย สองเธอดถอย สามทุกคนถอย และมองไปรอบ ๆ ผู้ป่วย ก่อน กดปุ่ม shock หลังจากนั้นกดปุ่ม shock					
- ให้เริ่มกลับมากดหน้าอกทันที โดยผู้ช่วยเหลือที่เป็นคนเอา AED มา					
- เปลี่ยนผู้กดหน้าอกหลังครบ 2 นาที หรือมีสัญญาณแจ้งจากเครื่อง AED					

สลับบทบาทกันก่อนสอบ

กิจกรรม	ปฏิบัติ		ไม่ปฏิบัติ	หมายเหตุ	SC
	ถูกต้อง	ไม่ถูกต้อง			
ผู้สอบ ข ประเมินความปลอดภัยของที่เกิดเหตุว่าสามารถทำการช่วยเหลือผู้ป่วยได้อย่างปลอดภัย					
ผู้สอบ ข ประเมินว่าหมดสติจริง - ตะโกนเรียกเสียงดัง ๆ ตบหัวไหล่ผู้ป่วย เพื่อตรวจสอบการตอบสนอง					
- สังเกตการหายใจว่าไม่หายใจ หายใจเหือก หายใจผิดปกติหรือไม่					
- เรียกขอความช่วยเหลือและโทร 1669					
- เรียกเครื่อง AED					
ผู้สอบ ข การกดนวดหัวใจอย่างมีประสิทธิภาพ - วางมือที่ตำแหน่ง Lower half ของ sternum (กึ่งกลางหน้าอก)					
- แขนเหยียดตรง ตั้งฉากกับตัวผู้ป่วย					

กิจกรรม	ปฏิบัติ		ไม่ปฏิบัติ	หมายเหตุ	SC
	ถูกต้อง	ไม่ถูกต้อง			
- กดโดยใช้สันมือ ลึกอย่างน้อย 5 ซม					
- กดในอัตราเร็วอย่างน้อย 100-120ครั้ง/นาที					
- มีการกลับคืนของทรวงอกเต็มที่ทุกครั้ง มือไม่หลุดออกจากอก					
- ไม่หยุดกดหน้าอกโดยไม่จำเป็น					
- กดหน้าอกอย่างต่อเนื่องเป็นเวลา 2 นาที หรือจนกว่าเครื่อง AED จะมา					
ผู้สอบ ก เครื่องช็อกไฟฟ้าอัตโนมัติ การทำต้องไม่รบกวนการทำ chest compression เกิน 10 วินาที					
- เปิดเครื่อง AED และทำตามที่เครื่องบอก					
- เปิดเสื้อแล้วติดแผ่นอิเล็กโทรด (ติด pads กับผู้ป่วย) ในตำแหน่งที่ถูกต้อง โดยที่หน้าอกผู้ป่วยต้องแห้งหากมีสิ่งแปลกปลอมบนหน้าอก					

กิจกรรม	ปฏิบัติ		ไม่ปฏิบัติ	หมายเหตุ	SC
	ถูกต้อง	ไม่ถูกต้อง			
ให้นำออกห้ามติด pad โดยตรง ในตำแหน่งของ pacemaker					
- ห้ามแตะต้องผู้ป่วยขณะ เครื่องทำการวิเคราะห์ (ต้องหยุดและมองไปรอบ ๆ ด้วย)					
- เตรียมทำการช็อก โดยยก/ โบกมือห้ามสัมผัสผู้ป่วยเพื่อ Clear ผู้ป่วย “หนึ่งฉันทอย สองเธอดอย สามทุกคนดอย และมองไปรอบ ๆ ผู้ป่วย ก่อน กดปุ่ม shock) หลังจากนั้นกด ปุ่ม shock					
- ให้เริ่มกลับมากดหน้าอกทันที โดยผู้ช่วยเหลือที่เป็นคนเอา AED มา					
- เปลี่ยนผู้กดหน้าอกหลังครบ 2 นาที หรือมีสัญญาณแจ้งจาก เครื่อง AED					
กดหน้าอกอย่างต่อเนื่องเป็นเวลา 2 นาที หรือจนกว่าเครื่อง AED จะมา					

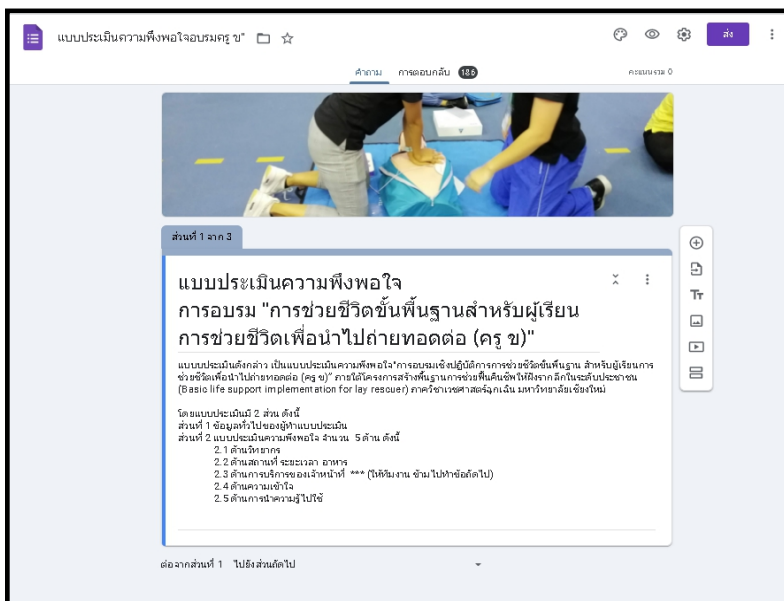
3.3 แบบประเมินความพึงพอใจการอบรม
"การช่วยชีวิตขั้นพื้นฐานสำหรับผู้เรียนการช่วยชีวิต
เพื่อนำไปถ่ายทอดต่อ (ครู ข)"

3.3 แบบประเมินความพึงพอใจการอบรม "การช่วยชีวิตขั้นพื้นฐานสำหรับผู้เรียนการช่วยชีวิตเพื่อนำไปถ่ายทอดต่อ (ครู ข)"

ให้ผู้เข้ารับการอบรมทำแบบประเมินความพึงพอใจการอบรม "การช่วยชีวิตขั้นพื้นฐานสำหรับผู้เรียนการช่วยชีวิตเพื่อนำไปถ่ายทอดต่อ (ครู ข)" หลังการอบรม โดยทำแบบประเมินด้วยตนเองแบบออนไลน์ ตาม link ต่อไปนี้

สามารถทำแบบประเมินความพึงพอใจออนไลน์ได้ที่

<https://docs.google.com/forms/d/1mYOTSWNI9HrypGw8Mb4cKK9oscd6PQxlc3KS6oz7OCA/edit?usp=sharing>



**แบบประเมินความพึงพอใจการอบรม "การอบรมเชิงปฏิบัติการการช่วยชีวิต
ขั้นพื้นฐาน สำหรับผู้เรียนการช่วยชีวิตเพื่อนำไปถ่ายทอดต่อ (ครู ข)"**

ภายใต้โครงการสร้างพื้นฐานการช่วยฟื้นคืนชีพให้ฝังรากลึกในระดับประชาชน (Basic life support implementation for lay rescuer) ของภาควิชาเวชศาสตร์ฉุกเฉิน มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ทำแบบประเมิน

1. ท่านมีส่วนเกี่ยวข้องกับงานอย่างไร

- เป็นผู้เข้าอบรม เป็นทีมงานจัดอบรม

ส่วนที่ 2 แบบประเมินความพึงพอใจ

	ระดับความพึงพอใจ				
	พอใจ อย่างมาก	พอใจ มาก	ปาน กลาง	ไม่ พอใจ	ไม่พอใจ อย่างมาก
2.1 ด้านวิทยากร					
2.2 ด้านสถานที่ ระยะเวลา อาหาร					
2.3 ด้านการให้บริการของ เจ้าหน้าที่ *** (ให้ทีมงาน ข้ามไปทำข้อถัดไป)					
2.4 ด้านความเข้าใจ					
2.5 ด้านการนำความรู้ไปใช้					

ท่านมีความคิดเห็นเพิ่มเติมเกี่ยวกับการจัดงานในครั้งนี้หรือไม่ อย่างไร ?

(ถ้ามี โปรดระบุ)

ท่านมีข้อเสนอแนะในครั้งต่อไปหรือไม่ อย่างไร ?

(ถ้ามี โปรดระบุ)

ภาคผนวก

ตัวอย่างใบประกาศนียบัตรรับรอง
การเป็นครูผู้สอนการช่วยชีวิตขั้นพื้นฐานและการใช้เครื่องกระตุกหัวใจไฟฟ้า เอ.อี.ดี



สไลด์สื่อการสอน (PowerPoint)
“การช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน (Basic Life Support for Lay Rescuer)”

การช่วยชีวิตขั้นพื้นฐาน



Basic Life Support



ภาวะหัวใจหยุดเต้นเฉียบพลัน

- เมื่อหัวใจหยุดเต้นผู้ป่วยหมดสติภายในเวลา 10 วินาที
- หากไม่ช่วยเหลือในระยะเวลา 4 นาที **สมองจะเริ่มตาย**



ช่วยเร็วเพิ่มโอกาสรอด

1. ประเมินความปลอดภัยของสถานที่
2. ประเมินการตอบสนอง
3. ขอความช่วยเหลือ + ไปเอาAED
4. การช่วยกดหน้าอก
5. ใช้ AED

หากไม่ปลอดภัย

ขอความช่วยเหลือหรือพิจารณาเคลื่อนย้ายผู้ป่วย





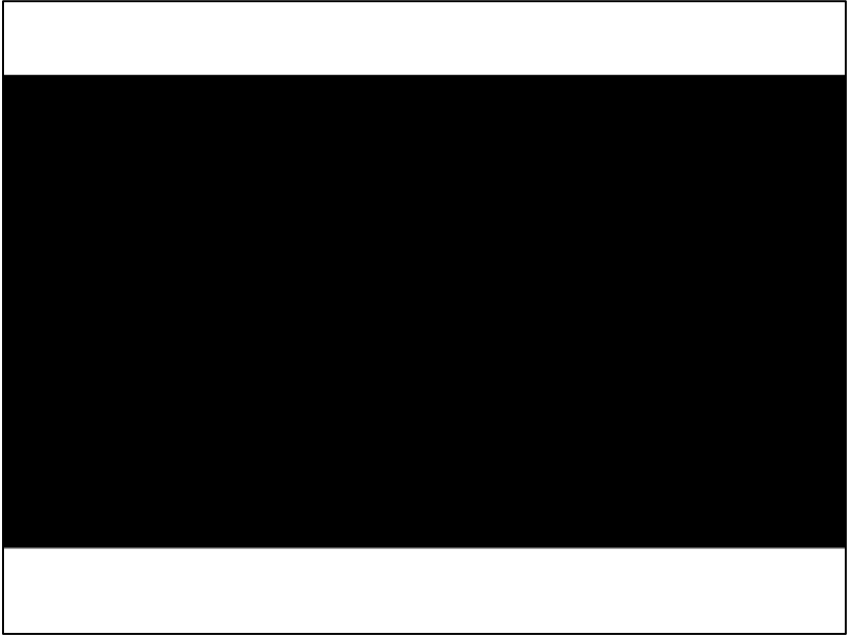
ประเมินความรู้สึกตัว

หาก...

- หมดสติ
- ไม่หายใจ
- หายใจเฮือก
- หายใจผิดปกติ
- มีความผิดปกติอื่น ๆ



1669



ไม่รู้สีกตัว

+

ไม่หายใจ/หายใจเฮือก

=



AED



CPR





การกดหน้าอก

- ✓ กดแรง > 5 ซม
- ✓ กดเร็ว 100-120 /นาที
- ✓ ปล่อยสุด
- ✓ ต่อเนื่อง



การช่วยหายใจไม่จำเป็นเสมอไป

ผู้ป่วยส่วนมากที่หัวใจหยุดเต้น

มักไม่ได้เกิดจากการขาดอากาศ

สามารถให้การ**ช่วยชีวิต**โดยการกดหน้าอกเพียงอย่างเดียว

HAND
ONLY



CAN SAVE LIFE



เครื่องช็อกไฟฟ้าหัวใจอัตโนมัติ : AED





เครื่องช็อกไฟฟ้าหัวใจอัตโนมัติ : AED

- ศาลากลางจังหวัดเชียงใหม่
- สนามบินเชียงใหม่
- วัดพระธาตุดอยสุเทพ
- ไนท์ซาฟารี
- ศูนย์ประชุมนานาชาติ
- มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
- ก้าวแม่ปาน ดอยอินทนนท์



5 ขั้นตอนการใช้เครื่อง AED

- 1 **เปิด** เครื่อง AED
- 2 **แปะ** แผ่นนำไฟฟ้าที่หน้าอก
- 3 **วิเคราะห์** คลื่นไฟฟ้าหัวใจ
- 4 **เคลียร์** คนโดยรอบให้ห่างจากผู้ป่วย
- 5 **ช็อก** ตามที่เครื่องแนะนำ



1 เปิด



ระหว่างใช้เครื่องควรรกดหน้าอกอย่างต่อเนื่อง



2 แปะ



ระหว่างใช้เครื่องควรรกดหน้าอกอย่างต่อเนื่อง



3 4 5 วิเคราะห์ – เคลียร์ – ช็อก



6 ขั้นตอนการช่วยชีวิตขั้นพื้นฐาน

- 1 สํารวจความปลอดภัย
- 2 ตรวจสอบความรู้สึกตัว
- 3 ขอความช่วยเหลือ โทร 1669 และ ตามเครื่อง AED
- 4 กดหน้าอก
- 5 ใช้เครื่อง AED ทันทีที่มาถึง
- 6 กดนวดทรวงอกทันที สลับกับการใช้ AED ทุก 2 นาที



กดหน้าอกอย่างต่อเนื่องจนกระทั่ง

- ✓ ผู้ป่วยมีการเคลื่อนไหว หายใจ หรือ ไอ
- ✓ มีบุคลาการทางการแพทย์มาดูแลต่อ



YOU CAN BE A HERO

คนใช้รายต่อไปจะเป็นคน**โชคดี**
ที่ได้พบ**คุณ**

เอกสารสำหรับผู้จัดการอบรม

ผู้จัดการอบรมสามารถดาวน์โหลดเอกสารได้ที่ link ดังต่อไปนี้

สไลด์สื่อการสอน (PowerPoint)

https://drive.google.com/file/d/11raA-j8lvJ0DNyOCTP5vUOq8g2x_YwW/view

Video การทำ CPR

https://drive.google.com/file/d/121CYQB6Ao8Ou65wPyBYCmkl4frxeV_HB/view?usp=sharing

Video การใช้ 1669

<https://drive.google.com/file/d/1BrDBJrhRoZa4UVYVA9QynH9hmes8pXce/view?usp=sharing>

เอกสารคู่มือการสอน (ข้อสอบ)

https://drive.google.com/drive/folders/1JlhjBRBcu_NBh9vWtc74wru-NF495vzA?usp=sharing

แบบทดสอบก่อนเรียน (Pre-test) - online

<https://docs.google.com/forms/d/194EB16SrKeidWCO4TqmEjW8aWhPoS-hOmuma6kAkexQ/edit>

แบบทดสอบหลังเรียน (Post-test) – online

<https://docs.google.com/forms/d/1vA6i2DZ0IAxvJdIXfaEFq6j5Slg6W2DV4ko-30PI4SM/edit?usp=sharing>

แบบรายงานผลคะแนน Pre-Post Test

https://docs.google.com/spreadsheets/d/1wh8xKc1W1sGw1eh_p4WUtMDcdwqxcyrk1LXcy3M8MX8/edit?usp=sharing

แบบประเมินความพึงพอใจ

<https://docs.google.com/forms/d/1mYOTSWNI9HrypGw8Mb4cKK9oscd6PQxlc3KS6oz7OCA/edit?usp=sharing>

แบบรายงานความพึงพอใจ

https://docs.google.com/spreadsheets/d/1RUC4TPC5FDDt2_TZcoigKCFuGYAyUelFaBCBFCF4B4/edit?usp=sharing

