



คู่มือการใช้งาน

นวัตกรรมแพลตฟอร์มหลักสูตรและกระบวนการขยายผล
การเรียนรู้ด้านการแพทย์ฉุกเฉิน สำหรับสถาบันการศึกษา
ในจังหวัดเชียงใหม่

อาจารย์ ดร.ศักดา สวาทะนันท์
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่



นวัตกรรมการแพลตฟอร์มหลักสูตรและกระบวนการขยายผลการเรียนรู้
ด้านการแพทย์ฉุกเฉิน สำหรับสถาบันการศึกษาในจังหวัดเชียงใหม่

ภายใต้โครงการพัฒนานวัตกรรมการแพลตฟอร์มหลักสูตรและกระบวนการขยายผลการเรียนรู้
ด้านการแพทย์ฉุกเฉินสำหรับสถาบันการศึกษาในจังหวัดเชียงใหม่

ISBN:	978-616-398-816-4
ผู้แต่ง/พัฒนา:	อาจารย์ ดร.ศักดา สวาทยานันท์ รองศาสตราจารย์ ดร.สมเกียรติ อินทสิงห์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.น้ำผึ้ง อินทะเนตร ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.กนกวรรณ อังกสิทธิ์
บรรณาธิการ:	รองศาสตราจารย์ ดร.วราภรณ์ บุญเชียง สุรณี ทานเคหาสน์ สุนิสา เสนาหวาน
ออกแบบและพิมพ์:	อรุณวดี กรรมสิทธิ์
จัดทำโดย:	หน่วยบริหารจัดการและส่งเสริมผลลัพธ์ (ODU) คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ 239 ถ.ห้วยแก้ว ต.สุเทพ อ.เมือง จ.เชียงใหม่ โทรศัพท์ 0 5394 2504
พิมพ์ครั้งแรก:	มกราคม 2566
พิมพ์ที่:	บริษัทสยามพิมพ์นานา จำกัด โทรศัพท์ 0 5321 6962
สนับสนุนโดย:	สำนักงานการวิจัยแห่งชาติ (วช.)

คำนำ

โครงการวิจัยเรื่อง การพัฒนานวัตกรรมแพลตฟอร์มหลักสูตรและกระบวนการขยายผลการเรียนรู้ด้านการแพทย์ฉุกเฉิน สำหรับสถาบันการศึกษาในจังหวัดเชียงใหม่ มีวัตถุประสงค์ คือ 1) เพื่อการพัฒนานวัตกรรมแพลตฟอร์มหลักสูตรและกระบวนการขยายผลการเรียนรู้ด้านการแพทย์ฉุกเฉินสำหรับสถาบันการศึกษาในจังหวัดเชียงใหม่ และ 2) เพื่อศึกษาประสิทธิผลของนวัตกรรมแพลตฟอร์มหลักสูตรและกระบวนการขยายผลการเรียนรู้ด้านการแพทย์ฉุกเฉิน สำหรับสถาบันการศึกษาในจังหวัดเชียงใหม่ ได้รับการสนับสนุนทุนการวิจัยจากคณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ และสำนักงานการวิจัยแห่งชาติ (วช.) โดยนวัตกรรมแพลตฟอร์มที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นนี้ประกอบ 9 แพลตฟอร์ม ได้แก่ 1) หลักสูตรฝึกอบรมครูแกนนำในสถานศึกษาและการขยายผลจากครูแกนนำสู่ครูผู้สอนในโรงเรียน 2) ชุดการเรียนการสอนในรายวิชาสุขศึกษา 3) ชุดการเรียนการสอนสำหรับครูประจำชั้น 4) แผนการจัดการเรียนรู้แบบบูรณาการองค์ความรู้ด้านการแพทย์ฉุกเฉินในรายวิชาวิทยาศาสตร์ คณิตศาสตร์ การงานอาชีพ และภาษาไทย 5) กิจกรรมทักษะชีวิต : กิจกรรมลูกเสือเนตรนารีหรือผู้บำเพ็ญประโยชน์ 6) กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน : กิจกรรมแนะแนว 7) กิจกรรมลดเวลาเรียน เพิ่มเวลารู้ 8) เว็บไซต์รวบรวมสื่อการเรียนรู้ แผนการจัดการเรียนรู้ สำหรับครูผู้สอน และ 9) กระบวนการขยายผลที่บูรณาการผสมผสานเข้าไปในหลักสูตรขยายผลจากครูแกนนำสู่ครูผู้สอนในโรงเรียนที่เหมาะสมตามสภาพและบริบทของสถาบันการศึกษาในระดับการศึกษาขั้นพื้นฐานและอาชีวศึกษา

คณะผู้วิจัยหวังเป็นอย่างยิ่งว่านวัตกรรมแพลตฟอร์มหลักสูตรและกระบวนการขยายผลการเรียนรู้ด้านการแพทย์ฉุกเฉิน สำหรับสถาบันการศึกษาในจังหวัดเชียงใหม่ จะเป็นประโยชน์สำหรับผู้บริหาร คณะครูและบุคลากรทางการศึกษาในจัดประสบการณ์เสริมให้กับผู้เรียนได้เรียนรู้ความรู้พื้นฐานด้านการแพทย์ฉุกเฉิน โดยเฉพาะการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน (CPR) และการใช้เครื่อง AED อนึ่งการจัดทำนวัตกรรมแพลตฟอร์มครั้งนี้ อาจพบข้อผิดพลาดอยู่บ้าง คณะผู้วิจัยน้อมรับนำข้อบกพร่องดังกล่าวไปปรับปรุง แก้ไข และพัฒนาต่อไป

คณะผู้วิจัย

นวัตกรรมแพลตฟอร์มหลักสูตรและกระบวนการขยายผลการเรียนรู้ ด้านการแพทย์ฉุกเฉิน สำหรับสถาบันการศึกษาในจังหวัดเชียงใหม่

โครงการการพัฒนา นวัตกรรมแพลตฟอร์มหลักสูตรและกระบวนการขยายผลการเรียนรู้ด้านการแพทย์ฉุกเฉินสำหรับสถาบันการศึกษาในจังหวัดเชียงใหม่ มีวัตถุประสงค์เพื่อการพัฒนา นวัตกรรมแพลตฟอร์มหลักสูตรและกระบวนการขยายผลการเรียนรู้ด้านการแพทย์ฉุกเฉิน สำหรับสถาบันการศึกษาในจังหวัดเชียงใหม่ และเพื่อศึกษาประสิทธิผลของ นวัตกรรมแพลตฟอร์มหลักสูตรและกระบวนการขยายผลการเรียนรู้ด้านการแพทย์ฉุกเฉิน สำหรับสถาบันการศึกษาในจังหวัดเชียงใหม่ ซึ่งได้พัฒนา นวัตกรรมแพลตฟอร์มหลักสูตรทั้งหมด 9 แพลตฟอร์ม รายละเอียด ดังนี้

1. แพลตฟอร์มที่ 1 หลักสูตรฝึกอบรมครูแกนนำในสถานศึกษาและการขยายผลจากครูแกนนำสู่ครูผู้สอนในโรงเรียน
2. แพลตฟอร์มที่ 2 แนวทางการจัดการเรียนรู้ในรายวิชาสุขศึกษา
3. แพลตฟอร์มที่ 3 แนวทางการจัดการเรียนรู้สำหรับครูประจำชั้น
4. แพลตฟอร์มที่ 4 แผนการจัดการเรียนรู้แบบบูรณาการองค์ความรู้ด้านการแพทย์ฉุกเฉินในรายวิชาวิทยาศาสตร์ คณิตศาสตร์ การงานอาชีพ และภาษาไทย
5. แพลตฟอร์มที่ 5 กิจกรรมทักษะชีวิต : กิจกรรมลูกเสือเนตรนารีหรือผู้บำเพ็ญประโยชน์
6. แพลตฟอร์มที่ 6 กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน: กิจกรรมแนะแนว
7. แพลตฟอร์มที่ 7 กิจกรรมลดเวลาเรียน เพิ่มเวลารู้
8. แพลตฟอร์มที่ 8 เว็บไซต์รวบรวมสื่อการเรียนรู้และแผนการจัดการเรียนรู้สำหรับครูผู้สอน
9. แพลตฟอร์มที่ 9 กระบวนการขยายผลที่บูรณาการผสมผสานเข้าไปในหลักสูตรขยายผลจากครูแกนนำสู่ครูผู้สอนในโรงเรียน

แพลตฟอร์มที่ 1
หลักสูตรฝึกอบรมครูแกนนำในสถานศึกษา
และการขยายผลจากครูแกนนำสู่ครูผู้สอนในโรงเรียน

แพลตฟอร์มที่ 1

หลักสูตรฝึกอบรมครูแกนนำในสถานศึกษาและการขยายผลจากครูแกนนำ สู่ครูผู้สอนในโรงเรียน

คำอธิบายแพลตฟอร์ม

หลักสูตรฝึกอบรมครูแกนนำในสถานศึกษาและการขยายผลจากครูแกนนำสู่ครูผู้สอนในโรงเรียนเป็นหลักสูตรฝึกอบรม จำนวน 1 วัน จำนวน 6 ชั่วโมง เน้นให้ความรู้แก่ครูผู้สอน ฝึกทักษะการ CPR และใช้ชุด AED รวมทั้งการสร้างเครือข่ายเพื่อขยายผล

ผลลัพธ์การเรียนรู้ของกลุ่มเป้าหมายของแพลตฟอร์มหลักสูตร

1. ครูผู้สอนสามารถสรุปองค์ความรู้ด้านการแพทย์ฉุกเฉิน
2. ครูผู้สอนสามารถปฏิบัติการปฐมพยาบาลฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน (CPR) และใช้อุปกรณ์ AED ได้
3. ครูผู้สอนสามารถออกแบบวิธีการสร้างเครือข่ายการขยายผลความรู้ด้านการแพทย์ฉุกเฉิน

ระยะเวลา

จำนวน 6 ชั่วโมง

รายละเอียดกำหนดการฝึกอบรม

เวลา	รายการกิจกรรม
8.30 – 8.45 น.	ลงทะเบียน
8.45 – 9.00 น.	พิธีเปิด โดย ผู้บริหารสถานศึกษา
9.00 – 10.30 น.	กิจกรรมที่ 1 การบรรยายเกี่ยวกับความรู้ด้านการแพทย์ฉุกเฉินและการทำ CPR และ AED โดย ทีมวิทยากร
10.30 – 10.45 น.	พักรับประทานอาหารว่าง
10.45 – 12.15 น.	กิจกรรมที่ 2 การฝึกปฏิบัติการทำ CPR และการใช้เครื่อง AED โดย ทีมวิทยากร
12.15 – 13.00 น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน
13.00 – 14.30 น.	กิจกรรมที่ 2 (ต่อ) การฝึกปฏิบัติการทำ CPR และการใช้เครื่อง AED (ต่อ) โดย ทีมวิทยากร
14.30 – 14.45 น.	พักรับประทานอาหารว่าง
14.45 – 16.15 น.	กิจกรรมที่ 3 การระดมสมองเพื่อสร้างเครือข่ายการขยายผลการแพทย์ฉุกเฉิน โดย ทีมวิทยากร
16.15 – 16.30 น.	พิธีปิด โดย ผู้บริหารสถานศึกษา

หลักสูตรฝึกอบรมครูแกนนำในสถานศึกษาและการขยายผลจากครูแกนนำสู่ครูผู้สอนในโรงเรียนด้านการแพทย์ฉุกเฉิน สำหรับสถาบันการศึกษาในจังหวัดเชียงใหม่ มีทั้งสิ้น 10 องค์กรประกอบ และมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

1. หลักการของหลักสูตรฝึกอบรม

หลักสูตรฝึกอบรมครูแกนนำในสถานศึกษาและการขยายผลจากครูแกนนำสู่ครูผู้สอนในโรงเรียนด้านการแพทย์ฉุกเฉิน สำหรับสถาบันการศึกษาในจังหวัดเชียงใหม่ มุ่งการให้ความรู้และฝึกทักษะการปฏิบัติการช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR) ขั้นพื้นฐานและการใช้เครื่องมือ AED ผ่านบรรยายและกิจกรรมลงมือปฏิบัติในสถานการณ์จำลอง (Simulation) ให้ครูสามารถนำเอาองค์ความรู้และทักษะที่ได้ไปสู่การจัดการเรียนการสอนให้กับผู้เรียนของตนเองได้อย่างเหมาะสม รวมทั้งขยายผลไปยังครูผู้สอนท่านอื่นและเครือข่ายได้

2. วัตถุประสงค์ของหลักสูตรฝึกอบรม

1. เพื่อให้ครูผู้สอนสามารถสรุปองค์ความรู้ด้านการแพทย์ฉุกเฉินได้
2. เพื่อให้ครูผู้สอนสามารถปฏิบัติการปฐมพยาบาลฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน (CPR) และใช้อุปกรณ์ AED ได้อย่างถูกต้อง
3. เพื่อให้ครูผู้สอนสามารถออกแบบวิธีการสร้างเครือข่ายการขยายผลความรู้ด้านการแพทย์ฉุกเฉินได้

3. สาระการเรียนรู้ของการฝึกอบรม

3.1 องค์ความรู้ในการฝึกอบรม

- 1) ความรู้ด้านการแพทย์ฉุกเฉินเบื้องต้น
- 2) ความรู้เกี่ยวกับการปฐมพยาบาลฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน (CPR)
- 3) ความรู้เกี่ยวกับการใช้อุปกรณ์ AED

3.2 ทักษะในการฝึกอบรม

- 1) ทักษะการปฐมพยาบาลฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน (CPR)
- 3) ทักษะการใช้อุปกรณ์ AED

4. กิจกรรมการฝึกอบรม

กิจกรรมที่ 1 ความรู้ด้านการแพทย์ฉุกเฉิน และการทำ CPR และเครื่อง AED

การแพทย์ฉุกเฉิน

การแพทย์ฉุกเฉิน (Emergency medical service) มีความหมายตามราชกิจจานุเบกษาได้ให้ความไว้ คือ การปฏิบัติการฉุกเฉิน การศึกษา การฝึกอบรม การค้นคว้า และการวิจัยเกี่ยวกับการประเมินการจัดการ การบำบัดรักษาผู้ป่วยฉุกเฉิน และการป้องกันการบาดเจ็บที่เกิดขึ้นฉุกเฉิน (ราชกิจจานุเบกษา เล่มที่ 125 ตอนที่ 44 ก หน้า 1)

การช่วยฟื้นคืนชีพ (Cardio Pulmonary Resuscitation: CPR) คือ การช่วยให้เกิดการไหลเวียนของเลือดในร่างกายเพื่อป้องกันภาวะสมอง หัวใจ และเนื้อเยื่อของอวัยวะสำคัญขาดออกซิเจน ด้วยการกดหน้าอกและการช่วยหายใจในช่วงที่ผู้ป่วยหยุดหายใจและหัวใจหยุดเต้น การช่วยฟื้นคืนชีพด้วยการกดหน้าอกจะช่วยให้ผู้ป่วยรอดชีวิตได้ร้อยละ 3 – 5 กรณีที่ใช้เครื่องฟื้นคืนคลื่นหัวใจด้วยไฟฟ้าแบบอัตโนมัติ หรือเครื่อง เออีดี (Automated External Defibrillator: AED) ร่วมด้วยจะช่วยเพิ่มอัตราการรอดชีวิตให้สูงขึ้นถึงร้อยละ 45-50 ปัจจุบันมักพบเครื่องเออีดี ติดตั้งอยู่ตามสถานที่สำคัญต่าง ๆ เพื่อให้สามารถนำไปใช้ในการช่วยชีวิตผู้ป่วยได้อย่างทันท่วงที การช่วยฟื้นคืนชีพ การใช้เครื่องเออีดี และการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน จึงเป็นความรู้ขั้นพื้นฐานที่ประชาชนคนไทยทุกคนต้องได้รับการอบรม หรือเรียนรู้เพื่อเพิ่มโอกาสรอดของผู้ป่วยผู้บาดเจ็บ

การฟื้นคืนชีพ (Cardio Pulmonary Resuscitation: CPR)

การฟื้นคืนชีพ คือ การช่วยให้เกิดการไหลเวียนของเลือดในร่างกายเพื่อป้องกันภาวะสมอง หัวใจ และเนื้อเยื่อของอวัยวะสำคัญขาดออกซิเจน ด้วยการกดหน้าอกและการช่วยหายใจในช่วงที่ผู้ป่วยหยุดหายใจและหัวใจหยุดเต้นการช่วยฟื้นคืนชีพด้วยการกดหน้าอกจะช่วยให้ผู้ป่วยรอดชีวิตได้ร้อยละ 3 – 5 กรณีที่ใช้เครื่องฟื้นคืนคลื่นหัวใจด้วยไฟฟ้าแบบอัตโนมัติ หรือเครื่อง เออีดี (Automated External Defibrillator: AED) ร่วมด้วยจะช่วยเพิ่มอัตราการรอดชีวิตให้สูงขึ้นถึงร้อยละ 45-50

ในการช่วยเหลือ จำเป็นอย่างยิ่งที่ต้องทำ คือ

1. ประเมินสถานการณ์

ก่อนการเข้าไปให้การช่วยเหลือผู้ป่วย ผู้ช่วยเหลือต้องคำนึงถึงความปลอดภัยของตนเองและบุคคลที่อยู่ ณ จุดเกิดเหตุ โดยการประเมินสถานการณ์ ณ จุดเกิดเหตุว่ามีความปลอดภัย สำหรับตนเองและทีมที่จะเข้าไปให้ความช่วยเหลือหรือไม่ ถ้าไม่ปลอดภัยไม่ควรเข้าไปช่วยเหลือและร้องขอความช่วยเหลือทันที

หลักการที่ถูกต้องในการช่วยชีวิต ผู้ช่วยเหลือควรปฏิบัติตามการช่วยชีวิตอย่างรวดเร็วที่สุด ไม่ควรเคลื่อนย้ายผู้ป่วยจนกว่าจะแน่ใจว่าสามารถเคลื่อนย้ายได้อย่างปลอดภัย ยกเว้น ในกรณีที่ผู้ป่วยหรือผู้บาดเจ็บอยู่ในสถานที่หรือสถานการณ์ที่ไม่เหมาะสมต่อการปฐมพยาบาล และมีความเสี่ยงต่อการเกิดอันตรายต่อทั้งผู้ป่วยและผู้ช่วยเหลือ

2. การประเมินสภาพผู้ป่วยเบื้องต้น

คือ การประเมินอาการของผู้ป่วย เพื่อวางแผนให้การปฐมพยาบาลเบื้องต้น ต้องดำเนินการอย่างรวดเร็ว (ไม่ควรใช้เวลานานเกิน 1 นาที) มุ่งการประเมินภาวะคุกคามต่อชีวิต ได้แก่ ระบบหายใจ ระบบไหลเวียนเลือด กรณีที่ผู้ช่วยเหลือต้องทำการช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR) ผู้ป่วยต้องมีภาวะดังนี้คือ “หมดสติ หยุดหายใจหรือหายใจเฮือก หัวใจหยุดเต้น”

กรณีที่ผู้ช่วยเหลือประเมินสภาพทั่วไปของผู้ป่วย พบภาวะที่ต้องให้การปฐมพยาบาล แต่ไม่ต้องช่วยฟื้นคืนชีพ ได้แก่

- 1) ประเมินสภาพทั่วไปของผู้ป่วย (General impression)
- 2) ประเมินระดับความรู้สึกตัว (Mental status)
- 3) ประเมินทางเดินหายใจ (Airway: A)
- 4) ประเมินการหายใจ (Breathing:
- 5) ประเมินระบบการไหลเวียน (Circulation: C)

3. ห่วงโซ่ของการรอดชีวิต



การตอบสนองอย่างมีประสิทธิภาพต่อภาวะฉุกเฉินของหัวใจ มีความจำเป็นที่จะต้องเข้าใจความหมายของแต่ละห่วงโซ่ของการรอดชีวิต ดังนี้

ห่วงที่ 1. การจดจำอาการและการโทรแจ้งระบบการแพทย์ฉุกเฉิน 1669 ทันที

- ต้องจดจำอาการของผู้ป่วยหัวใจหยุดเต้นให้ได้ว่ามีอาการ ไม่ตอบสนอง ไม่หายใจ หายใจผิดปกติ หรือหายใจเฮือก และไม่มีชีพจร (สำหรับบุคลากรทางการแพทย์)
- ทันทีที่ท่านจดจำอาการได้ว่าผู้ป่วยหัวใจหยุดเต้น ให้โทรแจ้งระบบการแพทย์ฉุกเฉิน 1669 หรือให้คนอื่นไปโทรแจ้ง ไม่นานหน่วยปฏิบัติการฉุกเฉินการแพทย์ก็จะมาถึงและรับผิดชอบ ต่อจากท่าน

ห่วงที่ 2. เริ่มทำการช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR) ทันที โดยเน้นที่การกดหน้าอก

- ถ้าผู้ป่วยหัวใจหยุดเต้น ให้เริ่มทำการกดหน้าอก (CPR) ทันที โดยไม่รอช้า
- การเริ่มทำการช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR) ที่มีคุณภาพสูงภายหลังจากหัวใจหยุดเต้นสามารถเพิ่มโอกาสรอดของผู้ป่วยในห่วงโซ่ของการรอดชีวิตได้เป็นอย่างมาก
- ผู้ที่อยู่ในเหตุการณ์ที่ไม่ได้รับการฝึกการช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR) มาก่อนก็สามารถช่วยได้อย่างน้อยที่สุดก็ช่วยกดหน้าอกได้ การกดหน้าอกสามารถทำได้ถึงแม้จะยังไม่ได้รับการอบรมมาเพราะสามารถทำตามคำแนะนำจากศูนย์สั่งการ (1669) ทางโทรศัพท์ได้
- การกดหน้าอกช่วยให้มีออกซิเจนไปเลี้ยงที่สมอง หัวใจ และอวัยวะที่สำคัญอื่น ๆ ซึ่งจะช่วยให้ผู้ป่วยมีชีวิตรอด จนกว่าจะมีการนำเครื่องเออีดีมาใช้ หรือได้รับการดูแลจากหน่วยแพทย์ขั้นสูง

ห่วงที่ 3. ได้รับการช็อกไฟฟ้าหัวใจอย่างรวดเร็วด้วยเครื่องเออีดี

- การช็อกไฟฟ้าหัวใจอย่างรวดเร็วร่วมกับการกดหน้าอกคุณภาพสูง สามารถเพิ่มโอกาสรอดของผู้ป่วยได้สองถึงสามเท่า ให้หาเครื่องเออีดี มาให้เร็วที่สุดเท่าที่จะทำได้
- เครื่องเออีดี เป็นอุปกรณ์ที่มีน้ำหนักเบาเป็นเครื่องมือที่เคลื่อนย้ายได้ซึ่งสามารถระบุลักษณะของจังหวะการเต้นของหัวใจที่อาจเสียชีวิต และส่งกระแสไฟฟ้าไปช็อกเพื่อหยุด การเต้นของหัวใจที่ผิดปกติและทำให้หัวใจกลับมาเต้นเป็นปกติอีกครั้ง

- เครื่องเออีดี เป็นเครื่องที่ใช้ง่ายและปลอดภัย ปัจจุบันอนุญาตให้บุคลากรทางการแพทย์ และประชาชนทั่วไปก็สามารถใช้ได้

ห่วงที่ 4. การช่วยชีวิตขั้นสูงอย่างมีประสิทธิภาพ (รวมถึงการนำผู้ป่วยขึ้นเปลและนำส่งโรงพยาบาล)

- การช่วยชีวิตขั้นสูง (ALS) เป็นสะพานมาเชื่อมต่อจากการช่วยชีวิตขั้นพื้นฐาน (BLS) เพื่อให้ผู้ป่วยได้รับการดูแลเพิ่มมากขึ้น การช่วยชีวิตขั้นสูงสามารถทำได้หลายที่ (ทั้งในและนอกโรงพยาบาล) ประสิทธิภาพของทีมช่วยชีวิตขั้นสูงอาจจำเป็นต้องจัดหา อุปกรณ์ที่ดูแลผู้ป่วยเพิ่มมากขึ้น เช่น

- o 12 lead electrocardiogram หรือ advance cardiac monitoring
- o Electrical therapy intervention เช่น cardioversion
- o การเปิดเส้นเลือดให้สารน้ำ
- o การให้ยาอย่างเหมาะสม
- o การใส่ท่อช่วยหายใจ

ห่วงที่ 5. การดูแลจากสหสาขาวิชาชีพภายหลังการช่วยฟื้นคืนชีพ

- ทีมที่ทำให้ผู้ป่วยกลับมาที่มีการไหลเวียนเลือดได้เองอีกครั้ง ห่วงโซ่ต่อไปก็คือการได้รับ การดูแลภายหลังจากหัวใจกลับมาเต้นอีกครั้ง

- การดูแลขั้นสูงเป็นการดูแลผู้ป่วยจากทีมสหสาขาวิชาชีพของบุคลากรทางการแพทย์ มุ่งเน้นไปที่การป้องกันการกลับมาของภาวะหัวใจหยุดเต้น และให้การรักษาเฉพาะทาง เพื่อช่วยให้มีโอกาสรอดมากขึ้น

- การดูแลภายหลังจากภาวะหัวใจหยุดเต้น อาจจำเป็นต้องสวนหัวใจหรือรักษาในห้อง ICU

- การได้รับการดูแลอย่างต่อเนื่อง การเฝ้าติดตามอาการ การให้ยา หรือการผ่าตัด เพื่อรักษาโรคประจำตัว และช่วยให้มีชีวิตอยู่ต่อไป

4. การช่วยฟื้นคืนชีพ (Cardiopulmonary Resuscitation: CPR)

ปฏิบัติการช่วยฟื้นคืนชีพ (Cardiopulmonary Resuscitation: CPR) คือ การช่วยเหลือผู้ที่หยุดหายใจและหัวใจหยุดเต้น ทำให้ผู้ป่วยกลับมาหายใจ หรือมีการนำออกซิเจนเข้าสู่ร่างกายและเกิดการไหลเวียนเลือดไปเลี้ยงอวัยวะต่าง ๆ ของร่างกายโดยเฉพาะสมองกับหัวใจ จนกระทั่งระบบต่าง ๆ กลับมาทำหน้าที่ได้ตามปกติ เป็นการป้องกันการเสียชีวิต หรือเนื้อเยื่อได้รับความเสียหายอย่างถาวรจากการขาดออกซิเจน

4.1 ขั้นตอนการช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR)

- 1) ประเมินความปลอดภัย ณ จุดเกิดเหตุ เมื่อพิจารณาว่าปลอดภัยแล้วจึงเข้าไปหาผู้ป่วย
- 2) การประเมินผู้ป่วย โดยการปลุกเรียกผู้ป่วย ถ้ารู้จักชื่อให้เรียกชื่อ แต่ถ้าไม่รู้จักชื่อให้เรียก “คุณ ๆ” ด้วยเสียงดัง พร้อมกับใช้มือตบที่บ่าทั้ง 2 ข้าง 3 ครั้ง 2 รอบ ขณะที่ ตาจ้องมองไปที่ใบหน้าของผู้ป่วย ดูว่าผู้ป่วยมีการกระพริบตาหรือไม่ หากผู้ป่วย ไม่มีอาการตอบสนอง ให้ตะโกนขอความช่วยเหลือ ตามข้อ 3



3) ขอความช่วยเหลือ เรียกขอความช่วยเหลือ โทรศัพท์แจ้ง 1669 และขอเครื่องเออีดี



4) ประเมินการหายใจ โดยการตรวจสอบการหายใจ ให้มองไปที่หน้าอก หน้าท้องว่ามีการขยับขึ้นลงหรือไม่ ใช้เวลาไม่น้อยกว่า 5 วินาที แต่ไม่เกิน 10 วินาที



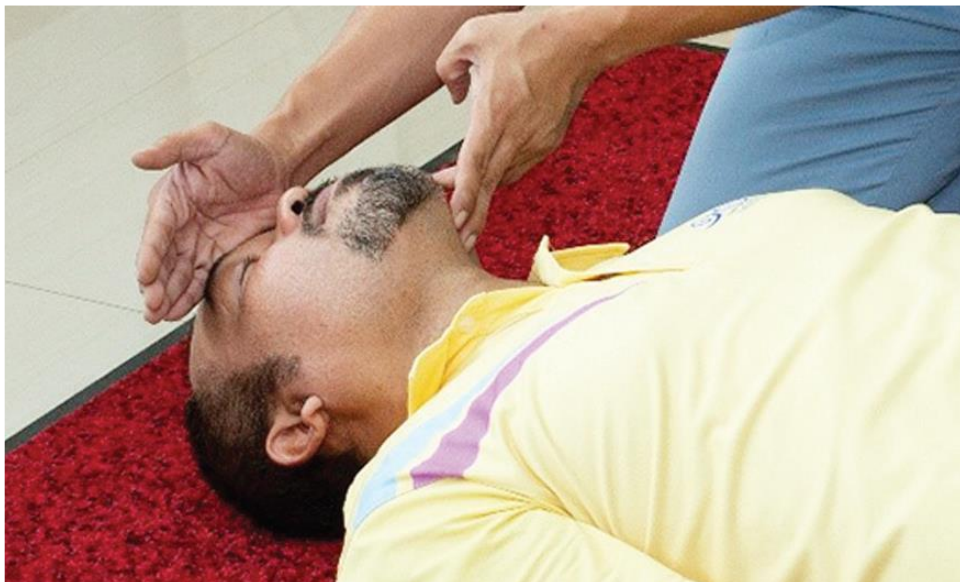
5) การกดหน้าอก วิธีการกดหน้าอก ให้ใช้สันมือข้างหนึ่งวางลงบนกึ่งกลางหน้าอก (กึ่งกลางระหว่างหัวนมทั้งสองข้าง) แล้วใช้มืออีกข้างหนึ่งวางทับด้านบน ใช้นิ้วมือทั้งสองข้างล็อกกันไว้ แขนทั้งสองข้างเหยียดตรง ไหล่ของผู้ช่วยเหลือตั้งฉากกับหน้าอกของผู้ป่วย ให้ใช้น้ำหนักจากไหล่กดลงมา แขนเหยียดตรง กดลงในแนวแรงตั้งฉากกับพื้นใช้ข้อสะโพกเป็นจุดหมุน เวลาในการกดและปล่อยมือขึ้นต้องเท่ากัน แรงและเร็วเป็นจังหวะให้ได้คุณภาพสูง ดังนี้

- กดลึกลงไป 5 - 6 เซนติเมตร หรือ 2 - 2.4 นิ้ว
- อัตราเร็วในการกดหน้าอก 100 - 120 ครั้งต่อนาที
- ชดจังหวะ หรือหยุดกดหน้าอกให้น้อยกว่า 10 วินาที
- ถอนมือขึ้นมาเพื่อให้หน้าอกขยายคืนสู่ตำแหน่งเดิมทุกครั้ง
- ไม่เป่าลมช่วยหายใจโดยเป่าลมเข้ามากเกินไป
- กดหน้าอก 30 ครั้ง สลับกับการเป่าปาก 2 ครั้ง นับเป็นหนึ่งรอบ ประเมินซ้ำทุก 5 รอบ



หมายเหตุ : ในกรณีที่ไม่มีอุปกรณ์ช่วยหายใจ หรือผู้ช่วยเหลือไม่ทำการเป่าปาก ให้กดหน้าอกอย่างเดียว ต่อเนื่อง 200 ครั้ง หรือประมาณ 2 นาที แล้วประเมินซ้ำ

6) การช่วยหายใจ (การเป่าปาก) ผู้ช่วยเหลือมีความเสี่ยงต่อการติดโรคจากการช่วยหายใจ หรือการเป่าปาก เช่น โควิด-19 ไวรัสตับอักเสบบี ผู้ช่วยเหลือจึงสามารถเลือกการช่วยฟื้นคืนโดยการกดหน้าอกอย่างเดียว ในกรณีที่ท่านมั่นใจว่าสามารถช่วยการหายใจได้ครบถ้วนตามหลักการช่วยฟื้นคืนชีพ การช่วยหายใจมีวิธีการ ดังนี้



หลังจากกดหน้าอกครบ 30 ครั้ง แล้วให้เปิดทางเดินหายใจ โดยใช้วิธีการกดหน้าผาก
เขยคาง โดยใช้นิ้วโป้งกับนิ้วชี้ของมือข้างที่กดหน้าผาก บีบจมูกผู้ป่วยให้สนิท ส่วนมือข้างที่เขยคาง ขึ้นมาช่วย
เปิดปาก แล้วก้มลงไปประกบปากผู้ป่วย (ปากต่อปาก) เป่าลมเข้าใช้เวลาครั้งละประมาณ 1 วินาที ขณะเป่า
ลมเข้าให้ชำเลื่องมองไปที่หน้าอกของผู้ป่วย ต้องมองเห็นหน้าอกขยับขึ้นชัดเจน แล้วเงยหน้าขึ้นเพื่อปล่อยให้
ผู้ป่วยหายใจออกทางปาก แล้วเป่าปากซ้ำเป็นครั้งที่ 2

- ถ้าเป่าลมไม่เข้าให้รีบเปิดทางเดินหายใจใหม่ทันที โดยการกดหน้าผากเขยคางให้มากขึ้น
แล้วเป่าปากครั้งที่ 2 (อย่าช่วยหายใจมากกว่า 2 ครั้ง) หลังจากนั้นให้รีบกดหน้าอกต่อทันที
- ไม่เป่าลมช่วยหายใจโดยเป่าลมเข้ามากเกินไป



7) ช่วยฟื้นคืนชีพต่อเนื่อง หลังจากช่วยหายใจแล้ว ให้รีบกลับมากดหน้าอกต่อทันทีอย่าง
ต่อเนื่อง หยุดกดหน้าอกให้น้อยที่สุด ไม่เกิน 10 วินาที โดยให้กดหน้าอก 30 ครั้งสลับกับการเป่าปาก 2 ครั้ง
หรือ 30 : 2 ไปจนครบ 5 รอบแล้วประเมินซ้ำให้ทำการช่วยฟื้นคืนชีพไปจนกว่า

- ผู้ป่วยจะกลับมามีสัญญาณชีพอีกครั้ง (ตากระพริบ ไอ หน้าอกหน้าท้องกระเพื่อมตาม
จังหวะการหายใจ หรือมีการเคลื่อนไหวของแขน ขา)
 - ทีมแพทย์ฉุกเฉินเข้ามาให้การช่วยเหลือ
 - เหนื่อยมากจนทำต่อไปไม่ได้
 - แพทย์วินิจฉัยว่าผู้ป่วยเสียชีวิตแล้ว ให้ยุติการช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR)
- การช่วยฟื้นคืนชีพ หากเป็นไปได้ควรมีผู้ช่วยเหลืออย่างน้อย 2 คน เพื่อสลับกัน กด
หน้าอกและเป่าปาก จะช่วยเพิ่มประสิทธิภาพการช่วยชีวิตให้ได้ผลดีกว่าการมีผู้ช่วยเหลือคนเดียว

4.2 การช่วยฟื้นคืนชีพเด็ก

ผู้ช่วยเหลือดำเนินการตามขั้นตอนเช่นเดียวกับผู้ใหญ่ ปรับวิธีการกดหน้าอกโดยให้ผู้ช่วยเหลือ
วางมือลงตรงกึ่งกลางหน้าอก (กึ่งกลางระหว่างหัวนม) กดลึกลงไปประมาณ 1/3 ของความหนาของหน้าอก

(หรือประมาณ 5 เซนติเมตร หรือ 2 นิ้ว) ในการกดหน้าอกจะใช้มือเพียงมือเดียวหรือสองมือก็ได้ สำหรับเด็กวัยรุ่นให้ใช้ความลึกในการกดเท่ากับผู้ใหญ่ (5 - 7 เซนติเมตร)



4.3 การช่วยฟื้นคืนชีพทารก

ให้กดหน้าอกลึกลงไปประมาณ $\frac{1}{3}$ ของความหนาของหน้าอก (หรือ 4 เซนติเมตร หรือ 1.5 นิ้ว) โดยการใช้ 2 นิ้วมือ หรือ 2 นิ้วโป้ง อัตราเร็วของการกดหน้าอกคือ 100 - 120 ครั้งต่อนาที สลับกับการเป่าปาก 2 ครั้ง หรือ 30 : 2 จนครบ 5 รอบแล้วประเมินซ้ำ (ใช้เวลาในการประเมินไม่เกิน 10 วินาที) ในกรณีที่มีผู้ช่วยเหลือ 2 คน ให้ปรับเปลี่ยนอัตราการกดหน้าอกจาก 30 ครั้ง เป่าปาก 2 ครั้ง มาเป็น กดหน้าอก 15 ครั้ง เป่าปาก 2 ครั้ง แล้วประเมินซ้ำเมื่อครบทุก ๆ 10 รอบ



การกดหน้าอกโดยใช้ 2 นิ้วมือ



การกดหน้าอกโดยใช้ 2 นิ้วโป้ง



การเป่าปาก

5. การใช้เครื่องเออีดี (AED)

เครื่องเออีดี (Automatic External Defibrillator: AED) คือ อุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์ แบบพกพาที่สามารถ **วินิจฉัย** ภาวะหัวใจเต้นผิดปกติที่อันตรายแก่ชีวิต (ชนิด Ventricular Fibrillation หรือหัวใจห้องล่างเต้นแผ่วระรัวที่ไม่มีสัญญาณชีพ และ Ventricular Tachycardia) ได้โดย อัตโนมัติ และสามารถ **ให้การรักษา** โดยปล่อยไฟฟ้าไปช็อก หรือกระตุ้นหัวใจเพื่อยุติภาวะหัวใจเต้นผิดปกตินั้นให้หัวใจกลับมาเต้นใหม่ในจังหวะที่ถูกต้อง

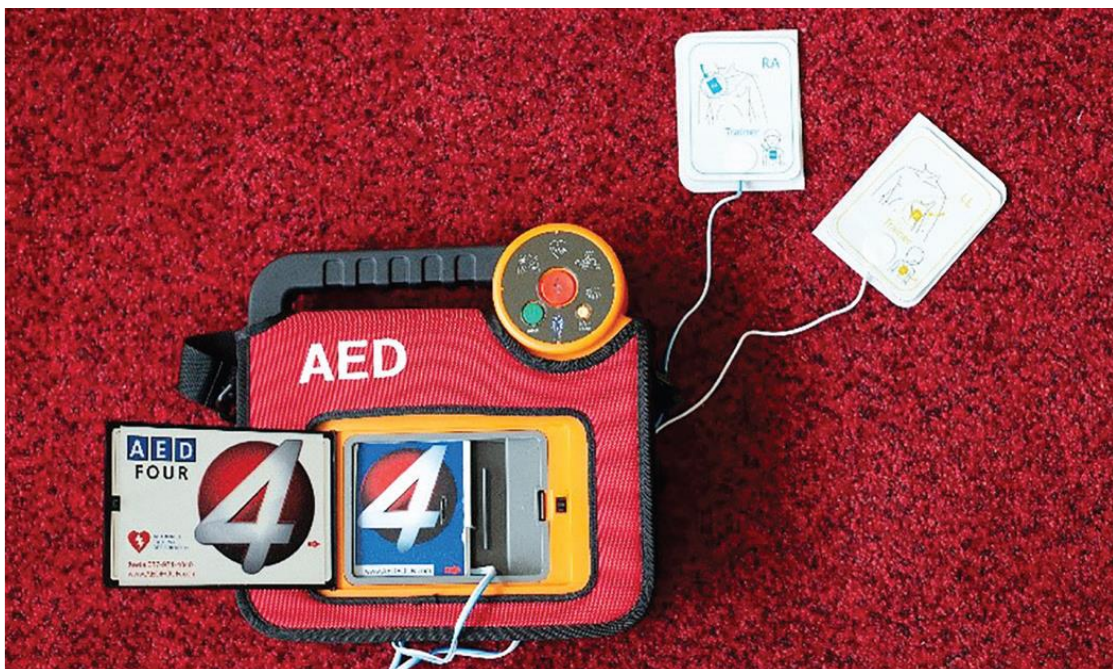
เครื่องเออีดี มักพบติดตั้งในพื้นที่สาธารณะที่มีประชาชน หรือผู้ใช้บริการจำนวนมาก เช่น สถานีรถสาธารณะ โรงพยาบาล โรงเรียน สนามบิน สนามกีฬา ห้างสรรพสินค้า ฯลฯ เพื่อใช้ในการช่วยชีวิตผู้ที่มีอาการหัวใจหยุดเต้นกะทันหันให้รอดชีวิตได้ทันท่วงที ในอนาคต มีแนวโน้มการติดตั้งเครื่องเออีดีเพิ่มมากขึ้น ท่านจะทราบได้ว่าเครื่องเออีดีนั้นติดตั้งอยู่จุดใดได้ โดยสังเกตเห็นสัญลักษณ์



วิธีการใช้เครื่องเออีดี

เครื่องเออีดี มีหลายแบบหลายยี่ห้อ แต่การใช้งานไม่ยุ่งยากและไม่มี ความแตกต่างกันมาก หลักการ ใช้งานของเครื่องเออีดี มีดังนี้

1) เปิดเครื่อง กดปุ่มเปิดเครื่อง ในขณะที่เครื่องเออีดีบางรุ่นจะทำงานทันทีเมื่อเปิดฝาครอบออก เมื่อเปิดเครื่องแล้วจะมีเสียงบอกให้รู้ว่าต้องทำอะไรต่อไป ให้ปฏิบัติตามที่เครื่องสั่งทันที



2) ติดแผ่นนำไฟฟ้าที่หน้าอกของผู้ป่วย ตรวจสอบหน้าอกของผู้ป่วยว่าแห้งสนิท หากพบว่า เปียก น้ำหรือไม่แห้งสนิทให้ใช้ผ้าเช็ดบริเวณหน้าอกของผู้ป่วยให้แห้งก่อน แล้วลอกแผ่นพลาสติกด้านหลังแผ่นนำไฟฟ้าออก แปะแผ่นนำไฟฟ้าแผ่นที่หนึ่งที่ได้กระดุกโหลปรา้ด้านขวา และแปะแผ่นที่สองที่บริเวณใต้แนวราวนมซ้ายด้านข้างลำตัว ตรวจสอบให้แน่ใจว่าสายไฟฟ้าจากแผ่นนำไฟฟ้าต่อเข้ากับตัวเครื่องเรียบร้อย หากผู้ป่วยเป็นเด็กตัวเล็ก หรือทารกอาจจำเป็นต้องแปะแผ่นนำไฟฟ้าที่บริเวณด้านหน้าและด้านหลังของลำตัว (ตามรูป)



3) เครื่องเออีดีทำการวิเคราะห์คลื่นไฟฟ้าหัวใจ เครื่องเออีดี ส่วนมากจะเริ่มวิเคราะห์คลื่นไฟฟ้าหัวใจทันทีเมื่อแปะแผ่นนำไฟฟ้าเสร็จ เครื่องบางรุ่นต้องกดปุ่ม “วิเคราะห์” ก่อน ระหว่างนั้น ห้ามสัมผัสถูกตัวผู้ป่วยให้ร้องเตือนดัง ๆ ว่า “ทุกคนถอย!!!” เครื่องเออีดี จะใช้เวลาสั้น ๆ ประมาณ 5 - 10 วินาที ในการวิเคราะห์ ระหว่างนั้นอาจจะได้ยินเสียงการส่งสัญญาณวิเคราะห์



4) เมื่อเครื่องเออีดี ตรวจสอบคลื่นไฟฟ้าหัวใจที่จำเป็นต้องทำการช็อก เครื่องจะบอกว่า “แนะนำให้ทำการช็อก ถอยออกจากผู้ป่วย กดปุ่ม “ช็อก” แต่ก่อนที่ผู้ช่วยเหลือจะกดปุ่มช็อกต้องตรวจสอบให้แน่ใจว่าไม่มีใครสัมผัสตัวของผู้ป่วย ด้วยการตะโกนบอกดัง ๆ ว่า “ทุกคนถอย!!!” พร้อมกับกางแขนออกเพื่อกันผู้ที่ไม่มีส่วนเกี่ยวข้องเข้ามา มองซ้ำอีกครั้งเพื่อเป็นการตรวจสอบครั้งสุดท้ายว่าไม่มีผู้ใดสัมผัสผู้ป่วยอยู่ แล้วจึงกดปุ่ม “ช็อก”



เมื่อกดปุ่มช็อกแล้วให้เริ่มกดหน้าอกต่อทันที 30 ครั้ง สลับกับช่วยหายใจ (การเป่าปาก) 2 ครั้ง หรือกดหน้าอกอย่างเดียวในกรณีที่ท่านไม่ต้องการที่จะเป่าปาก ไปจนกว่าเครื่องเออีดีจะวิเคราะห์คลื่นไฟฟ้าหัวใจซ้ำอีกครั้งเมื่อครบทุก ๆ 2 นาที ให้ทำการกดหน้าอกและช่วยหายใจหรือกดหน้าอกอย่างเดียวร่วมกับการใช้เครื่องเออีดี ไปจนกว่าผู้ป่วยจะฟื้น หรือหน่วยกู้ชีพจะมาถึงและรับผู้ป่วยส่งไปรักษาต่อที่โรงพยาบาล



วิธีการจัดกิจกรรม

1. บรรยาย เรื่อง การแพทย์ฉุกเฉิน และการทำ CPR และ AED
2. สาธิตการทำ CPR และ การใช้เครื่อง AED

สื่อประกอบการอบรม

1. สไลด์ประกอบการบรรยายให้ความรู้และการปฏิบัติ
2. คลิป VDO เกี่ยวกับระบบการแพทย์ฉุกเฉิน
3. คลิป VDO การสาธิตการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน CPR และ การใช้เครื่อง AED

การประเมินผล

1. การสังเกตการณ์มีส่วนร่วมระหว่างการฝึกอบรม

กิจกรรมที่ 2 การปฏิบัติการทำ CPR และ การใช้เครื่อง AED

ดำเนินการแบ่งกลุ่มครูแกนนำออกเป็น 2 กลุ่มใหญ่ โดยในแต่ละกลุ่มแบ่งออกเป็นกลุ่มย่อย จำนวนละ 10 กลุ่มย่อยเพื่อจะฝึกปฏิบัติการทำ CPR และ ฝึกปฏิบัติการใช้เครื่อง AED

สถานีที่ 1 จำนวน 10 กลุ่ม ฝึกปฏิบัติการทำ CPR

สถานีที่ 2 จำนวน 10 กลุ่ม ฝึกปฏิบัติการใช้เครื่อง AED

โดยใช้เวลาแต่ละกลุ่มประมาณ 30 นาที และ สลับกลุ่มกันเพื่อสามารถฝึกปฏิบัติการทำ CPR และ ฝึกปฏิบัติการใช้เครื่อง AED

อุปกรณ์ที่ใช้ในการฝึกอบรม

- หุ่นฝึก CPR ผู้ใหญ่ จำนวน 10 เครื่อง (อัตราส่วนหุ่น 1 ตัว/ผู้เรียน 4 คน)
- AED training จำนวน 10 เครื่อง (อัตราส่วน AED 1 เครื่อง/ผู้เรียน 4 คน)
- Face shield ครบตามจำนวนผู้เข้าอบรม
- สำลีก้อน 2 แพคใหญ่ (สำหรับเช็ดหุ่น)
- แอลกอฮอล์ 70% ขนาด 500 cc. 2 ขวด (สำหรับเช็ดหุ่น)
- เจลแอลกอฮอล์สำหรับล้างมือ
- หน้ากากที่ใช้ทางการแพทย์(surgical mask) 50 ชิ้น
- ชุดตรวจ ATK จำนวนเท่ากับผู้ที่มาเข้าร่วมอบรมและฝึกปฏิบัติการ

วิธีการจัดกิจกรรม

1. สาธิตการทำ CPR และ การใช้เครื่อง AED
2. การปฏิบัติการทำ CPR และ การใช้เครื่อง AED

สื่อประกอบการอบรม

1. สไลด์ประกอบการปฏิบัติการทำ CPR และ การใช้เครื่อง AED

การประเมินผล

1. การสังเกตการณ์มีส่วนร่วมการปฏิบัติการทำ CPR และ การใช้เครื่อง AED

กิจกรรมที่ 3 การระดมสมองเพื่อสร้างเครือข่ายการขยายผลด้านการแพทย์ฉุกเฉิน

การระดมสมองเพื่อสร้างเครือข่ายการขยายผลด้านการแพทย์ฉุกเฉิน มีวัตถุประสงค์ของกิจกรรม คือ เพื่อสร้างเครือข่ายการขยายผลการแพทย์ฉุกเฉินของสถานศึกษาที่เข้าร่วมโครงการวิจัยฯ และการขยายเครือข่ายไปยังสถานศึกษาทั้งในระดับการศึกษาขั้นพื้นฐานในระดับประถมศึกษาและมัธยมศึกษาในสังกัดรัฐและเอกชนในอนาคต มีขั้นตอนดังนี้

1. แบ่งกลุ่มผู้เข้ารับการอบรมออกเป็น 11 กลุ่ม ตามสังกัด
2. วิทยากรเปิดประเด็นความคิดเห็นเพื่อร่วมสร้างเครือข่ายการขยายผลการแพทย์ฉุกเฉินโดยนำเสนอเค้าโครงการขยายผลที่ผู้วิจัยจัดทำขึ้นให้ผู้เข้ารับการอบรมพิจารณา
3. ผู้เข้ารับการอบรมแต่ละกลุ่มร่วมวิพากษ์ แสดงความคิดเห็น และเติมเต็มกระบวนการขยายผลการเรียนรู้ด้านการแพทย์ฉุกเฉิน
4. ทีมเลขานุการเขียนผลสรุปในรูปแบบของแผนผังความคิด (Mind map)
5. ผู้เข้ารับการอบรมแต่ละกลุ่มนำเสนอต่อทีมวิทยากรและสมาชิกที่เข้ารับการอบรมกลุ่มอื่น

อุปกรณ์ที่ใช้

1. กระดาษบุฟแผ่นใหญ่ จำนวน 11 แผ่น
2. ปากกาเคมี จำนวน 12 แท่ง

สื่อประกอบการอบรม

1. สไลด์ประกอบการนำเสนอเค้าโครงการขยายผลด้านการแพทย์ฉุกเฉิน

การวัดและประเมินผล

1. ประเมินจากผลสรุปจากการระดมสมอง
2. การสังเกตการมีส่วนร่วมจากการร่วมระดมสมอง

สื่อและอุปกรณ์หลักประกอบการฝึกอบรม

- 1) หุ่นจำลองที่ใช้ในการปฐมพยาบาลฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน (CPR)
- 2) เครื่อง AED
- 3) เอกสารประกอบการบรรยาย

แหล่งเรียนรู้เพิ่มเติมในการฝึกอบรม

- 1) คลิป VDO เกี่ยวกับระบบการแพทย์ฉุกเฉิน
- 2) คลิป VDO การสาธิตการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน CPR และการใช้เครื่อง AED
- 3) เว็บไซต์ของสถาบันการแพทย์ฉุกเฉินแห่งชาติ <https://www.niems.go.th/1/Home/Main>

7. บทบาทของวิทยากร

- 1) บรรยายให้ความรู้แก่ผู้เข้ารับการอบรมอย่างเป็นขั้นเป็นตอน
- 2) สาธิตการปฐมพยาบาลฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน (CPR) และการใช้เครื่อง AED
- 3) จัดเตรียมอุปกรณ์และอำนวยความสะดวกให้ผู้เข้ารับการอบรมได้ฝึกปฏิบัติอย่างมีประสิทธิภาพ
- 4) ตอบข้อซักถามในกรณีที่ผู้เข้ารับการอบรมเกิดข้อสงสัยหรือยังปฏิบัติไม่สำเร็จ
- 5) กระตุ้นและหนุนเสริมการขยายผลความรู้ด้านการแพทย์ฉุกเฉินให้กับผู้เข้ารับการอบรม
- 5) ประเมินผลการฝึกปฏิบัติของผู้เข้ารับการอบรมตามแบบประเมินที่จัดเตรียมไว้

8. บทบาทของผู้เข้ารับการอบรม

- 1) สรุปลงความรู้อย่างถูกต้องเกี่ยวกับการแพทย์ฉุกเฉินและการปฐมพยาบาลฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน (CPR)
- 2) ฝึกปฏิบัติการปฐมพยาบาลฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน (CPR) และการใช้เครื่อง AED ตามขั้นตอนที่ถูกต้อง
- 3) ทดสอบความรู้และทักษะในการฝึกปฏิบัติการปฐมพยาบาลฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน (CPR) และการใช้เครื่อง AED
- 4) แสดงความคิดเห็นและเสนอแนะแนวทางการขยายผลความรู้ด้านการแพทย์ฉุกเฉินให้กับครูผู้สอนท่านอื่นและโรงเรียนเครือข่าย

9. การวัดและประเมินผลการฝึกอบรม

- 1) ประเมินโดยใช้แบบทดสอบความรู้ด้านการแพทย์ฉุกเฉิน
- 2) ประเมินโดยใช้แบบประเมินทักษะการ CPR และเครื่อง AED
- 3) บันทึกประเด็นเสนอแนะแนวทางการขยายผลความรู้ด้านการแพทย์ฉุกเฉิน

10. ข้อควรระวังในการจัดฝึกอบรม

- 1) การประเมินสุขภาพและโรคภัยของผู้เข้ารับการอบรมก่อนเข้าร่วมการอบรม
- 2) ความปลอดภัยด้านร่างกายและทรัพย์สินของผู้เข้ารับการอบรมในขณะร่วมฝึกปฏิบัติ

แพลตฟอร์มที่ 2
แนวทางการจัดการเรียนรู้ในรายวิชาสุขศึกษา

แพลตฟอร์มที่ 2

แนวทางการจัดการเรียนรู้ในรายวิชาสุขศึกษา

คำอธิบายแพลตฟอร์ม

การจัดประสบการณ์การเรียนรู้เพื่อบูรณาการองค์ความรู้ด้านการแพทย์ฉุกเฉินเข้าไปในหลักสูตรสถานศึกษาที่มีการเชื่อมโยงกับมาตรฐานการเรียนรู้และตัวชี้วัดในกลุ่มสาระสุขศึกษาและพลศึกษาตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ. 2551 ในระดับมัธยมศึกษา

ผลลัพธ์การเรียนรู้ของกลุ่มเป้าหมายของแพลตฟอร์มหลักสูตร

1. นักเรียนสามารถสรุปองค์ความรู้ด้านการแพทย์ฉุกเฉินเบื้องต้นได้
2. นักเรียนสามารถปฏิบัติการปฐมพยาบาลฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน (CPR) และใช้อุปกรณ์ AED ได้

ระยะเวลา

จำนวน 22 แผนการจัดการเรียนรู้ รวมทั้งสิ้น 22 ชั่วโมง

หลักสูตรกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551

1. ทำไมต้องเรียนสุขศึกษาและพลศึกษา

สุขภาพ หรือ สุขภาวะ หมายถึง ภาวะของมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งทางกาย ทางจิต ทางสังคม และทางปัญญาหรือจิตวิญญาณ สุขภาพหรือสุขภาวะจึงเป็นเรื่องสำคัญ เพราะเกี่ยวข้องกับทุกมิติของชีวิต ซึ่งทุกคนควรจะได้เรียนรู้เรื่องสุขภาพ เพื่อจะได้มีความรู้ ความเข้าใจที่ถูกต้อง มีเจตคติ คุณธรรมและค่านิยมที่เหมาะสม รวมทั้งมีทักษะปฏิบัติด้านสุขภาพจนเป็นกิจนิสัย อันจะส่งผลให้สังคมโดยรวมมีคุณภาพ

2. เรียนรู้อะไรในสุขศึกษาและพลศึกษา

สุขศึกษาและพลศึกษาเป็นการศึกษาด้านสุขภาพที่มีเป้าหมาย เพื่อการดำรงสุขภาพ การสร้างเสริมสุขภาพและการพัฒนาคุณภาพชีวิตของบุคคล ครอบครัว และชุมชนให้ยั่งยืน

สุขศึกษา มุ่งเน้นให้ผู้เรียนพัฒนาพฤติกรรมด้านความรู้ เจตคติ คุณธรรม ค่านิยม และการปฏิบัติเกี่ยวกับสุขภาพควบคู่ไปด้วยกัน

พลศึกษา มุ่งเน้นให้ผู้เรียนใช้กิจกรรมการเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกมและกีฬา เป็นเครื่องมือในการพัฒนาโดยรวมทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม สติปัญญา รวมทั้งสมรรถภาพเพื่อสุขภาพและกีฬา

สาระที่เป็นกรอบเนื้อหาหรือขอบข่ายองค์ความรู้ของกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ประกอบด้วย

การเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์ ผู้เรียนจะได้เรียนรู้เรื่องธรรมชาติของการเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์ ปัจจัยที่มีผลต่อการเจริญเติบโต ความสัมพันธ์เชื่อมโยงในการทำงานของระบบต่าง ๆ ของร่างกายรวมถึงวิถีปฏิบัติตนเพื่อให้เจริญเติบโตและมีพัฒนาการที่สมวัย

ชีวิตและครอบครัว ผู้เรียนจะได้เรียนรู้เรื่องคุณค่าของตนเองและครอบครัว การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ความรู้สึกทางเพศ การสร้างและรักษาสัมพันธภาพกับผู้อื่น สุขปฏิบัติทางเพศ และทักษะในการดำเนินชีวิต

การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล ผู้เรียนได้เรียนรู้เรื่องการเคลื่อนไหวในรูปแบบต่าง ๆ การเข้าร่วมกิจกรรมทางกายและกีฬา ทั้งประเภทบุคคล และประเภททีมอย่างหลากหลายทั้งไทยและสากล การปฏิบัติตามกฎ กติกา ระเบียบ และข้อตกลงในการเข้าร่วมกิจกรรมทางกายและกีฬา และความมีน้ำใจนักกีฬา

การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพ และการป้องกันโรค ผู้เรียนจะได้เรียนรู้เกี่ยวกับหลักและวิธีการเลือกบริโภคอาหาร ผลิตภัณฑ์และบริการสุขภาพ การสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ และการป้องกันโรค ทั้งโรคติดต่อและโรคไม่ติดต่อ

ความปลอดภัยในชีวิต ผู้เรียนจะได้เรียนรู้เรื่องการป้องกันตนเองจากพฤติกรรมเสี่ยงต่าง ๆ ทั้งความเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ ความรุนแรง อันตรายจากการใช้ยาและสารเสพติด รวมถึงแนวทางในการสร้างเสริมความปลอดภัยในชีวิต

3. สารและมาตรฐานการเรียนรู้

สาระที่ 1 การเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์

มาตรฐาน พ 1.1 เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์

สาระที่ 2 ชีวิตและครอบครัว

มาตรฐาน พ 2.1 เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

สาระที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ 3.1 เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

มาตรฐาน พ 3.2 ระวังการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ มีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขันและชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

สาระที่ 4 การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค

มาตรฐาน พ 4.1 เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

สาระที่ 5 ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐาน พ 5.1 ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้จ่ายสารเสพติด และความรุนแรง

4. คุณภาพผู้เรียน

จบชั้นประถมศึกษาปีที่ 3

มีความรู้ และเข้าใจในเรื่องการเจริญเติบโตและการพัฒนาการของมนุษย์ ปัจจัยที่มีผลต่อการเจริญเติบโตและการพัฒนาการ วิธีการสร้างสัมพันธ์ภาพในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน มีสุขนิสัยที่ดีในเรื่องการกิน การพักผ่อนนอนหลับ การรักษาความสะอาดอวัยวะทุกส่วนของร่างกาย การเล่นและการออกกำลังกาย

ป้องกันตนเองจากพฤติกรรมที่อาจนำไปสู่การใช้สารเสพติด การล่องละเมิดทางเพศและรู้จักปฏิเสธในเรื่องที่ไม่เหมาะสม

ควบคุมการเคลื่อนไหวของตนเองได้ตามพัฒนาการในแต่ละช่วงอายุมีทักษะการเคลื่อนไหวขั้นพื้นฐาน และมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางกาย กิจกรรมสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ และเกมได้อย่างสนุกสนาน และปลอดภัย

มีทักษะในการเลือกบริโภคอาหาร ของเล่น ของใช้ที่มีผลดีต่อสุขภาพ หลีกเลี่ยงและป้องกันตนเองจากอุบัติเหตุได้

ปฏิบัติตนได้อย่างถูกต้องเหมาะสมเมื่อมีปัญหาทางอารมณ์ และปัญหาสุขภาพ

ปฏิบัติตามกฎ ระเบียบข้อตกลง คำแนะนำ และขั้นตอนต่าง ๆ และให้ความร่วมมือกับผู้อื่นด้วยความเต็มใจจนงานประสบความสำเร็จ

ปฏิบัติตามสิทธิของตนเองและเคารพสิทธิของผู้อื่นในการเล่นเป็นกลุ่ม

จบชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

เข้าใจความสัมพันธ์เชื่อมโยงในการทำงานของระบบต่าง ๆ ของร่างกาย และรู้จักดูแล้วยวะที่สำคัญของระบบนั้น ๆ

เข้าใจธรรมชาติการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์และสังคม แรงขับทางเพศของชายหญิง เมื่ออย่างเข้าสู่วัยแรกรุ่นและวัยรุ่น สามารถปรับตัวและจัดการได้อย่างเหมาะสม

เข้าใจและเห็นคุณค่าของการมีชีวิตและครอบครัวที่อบอุ่น และเป็นสุข

ภูมิใจและเห็นคุณค่าในเพศของตน ปฏิบัติสุขอนามัยทางเพศได้ถูกต้องเหมาะสม

ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพและการเกิดโรค อุบัติเหตุ ความรุนแรง สารเสพติดและการล่วงละเมิดทางเพศ

มีทักษะการเคลื่อนไหวพื้นฐานและการควบคุมตนเองในการเคลื่อนไหวแบบผสมผสาน

รู้หลักการเคลื่อนไหวและสามารถเลือกเข้าร่วมกิจกรรมทางกาย เกม การละเล่นพื้นเมือง กีฬาไทย กีฬาสากลได้อย่างปลอดภัยและสนุกสนาน มีน้ำใจนักกีฬา โดยปฏิบัติตามกฎ กติกา สิทธิ และหน้าที่ของตนเอง จนงานสำเร็จลุล่วง

วางแผนและปฏิบัติกิจกรรมทางกาย กิจกรรมสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพได้ตามความเหมาะสมและความต้องการเป็นประจำ

จัดการกับอารมณ์ ความเครียด และปัญหาสุขภาพได้อย่างเหมาะสม

มีทักษะในการแสวงหาความรู้ ข้อมูลข่าวสารเพื่อใช้สร้างเสริมสุขภาพ

จบชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

เข้าใจและเห็นความสำคัญของปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อการเจริญเติบโตและพัฒนากายที่มีต่อสุขภาพและชีวิตในช่วงวัยต่าง ๆ

เข้าใจ ยอมรับ และสามารถปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ ความรู้สึกทางเพศ ความเสมอภาคทางเพศ สร้างและรักษาสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่น และตัดสินใจแก้ปัญหาชีวิตด้วยวิธีการที่เหมาะสม

เลือกกินอาหารที่เหมาะสม ได้สัดส่วน ส่งผลดีต่อการเจริญเติบโตและพัฒนากายตามวัย

มีทักษะในการประเมินอิทธิพลของเพศ เพื่อน ครอบครัว ชุมชนและวัฒนธรรมที่มีต่อเจตคติ ค่านิยมเกี่ยวกับสุขภาพและชีวิต และสามารถจัดการได้อย่างเหมาะสม

ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพและการเกิดโรค อุบัติเหตุ การใช้ยา สารเสพติด และความรุนแรง รู้จักสร้างเสริมความปลอดภัยให้แก่ตนเอง ครอบครัว และชุมชน

เข้าร่วมกิจกรรมทางกาย กิจกรรมกีฬา กิจกรรมนันทนาการ กิจกรรมสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ โดยนำหลักการของทักษะกลไกมาใช้ได้อย่างปลอดภัย สนุกสนาน และปฏิบัติเป็นประจำสม่ำเสมอตามความถนัดและความสนใจ

แสดงความตระหนักในความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมสุขภาพ การป้องกันโรค การดำรงสุขภาพ การจัดการกับอารมณ์และความเครียด การออกกำลังกายและการเล่นกีฬากับการมีวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี

สำนึกในคุณค่า ศักยภาพและความเป็นตัวของตัวเอง

ปฏิบัติตามกฎ กติกา หน้าที่ความรับผิดชอบ เคารพสิทธิของตนเองและผู้อื่น ให้ความร่วมมือในการแข่งขันกีฬาและการทำงานเป็นทีมอย่างเป็นระบบ ด้วยความมุ่งมั่นและมีน้ำใจนักกีฬา จนประสบความสำเร็จตามเป้าหมายด้วยความชื่นชม และสนุกสนาน

จบชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6

สามารถดูแลสุขภาพ สร้างเสริมสุขภาพ ป้องกันโรค หลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง และพฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้จ่าย สารเสพติด และความรุนแรงได้อย่างมีประสิทธิภาพด้วยการวางแผนอย่างเป็นระบบ

แสดงออกถึงความรัก ความเอื้ออาทร ความเข้าใจในอิทธิพลของครอบครัว เพื่อน สังคม และวัฒนธรรมที่มีต่อพฤติกรรมทางเพศ การดำเนินชีวิต และวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี

ออกกำลังกาย เล่นกีฬา เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ กิจกรรมสร้างเสริมสมรรถภาพ เพื่อสุขภาพ โดยนำหลักการของทักษะกลไกมาใช้ได้อย่างถูกต้อง สม่่าเสมอด้วยความชื่นชมและสนุกสนาน

แสดงความรับผิดชอบ ให้ความร่วมมือและปฏิบัติตามกฎ กติกา สิทธิ หลักความปลอดภัยในการเข้าร่วมกิจกรรมทางกาย และเล่นกีฬาจนประสบความสำเร็จตามเป้าหมายของตนเองและทีม

แสดงออกถึงการมีมารยาทในการดู การเล่น และการแข่งขัน ด้วยความมีน้ำใจนักกีฬาและนำไปปฏิบัติในทุกโอกาสจนเป็นบุคลิกภาพที่ดี

วิเคราะห์และประเมินสุขภาพส่วนบุคคลเพื่อกำหนดกลวิธีลดความเสี่ยง สร้างเสริมสุขภาพ ดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการจัดการกับอารมณ์และความเครียดได้ถูกต้องและเหมาะสม

ใช้กระบวนการทางประชาสังคม สร้างเสริมให้ชุมชนเข้มแข็งปลอดภัย และมีวิถีชีวิตที่ดี

5. แนวการจัดการเรียนรู้ตามกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา

กระบวนการจัดการเรียนรู้ในกลุ่มสุขศึกษาและพลศึกษา ต้องจัดเป็นกระบวนการที่หลากหลายต่อเนื่องเหมาะสมกับระดับความสามารถ ความต้องการและความสนใจของผู้เรียนเน้นกิจกรรมที่พัฒนาความสามารถในการตัดสินใจ ตั้งแต่การวางแผน การฝึกปฏิบัติ การตรวจสอบ และการประเมินผลให้ครอบคลุมทางกิจกรรมสุขภาพทั้งด้านป้องกัน ส่งเสริม และดำรงสุขภาพ โดยการใช้วิธีการเรียนอย่างมีชีวิตชีวาให้ผู้เรียนฝึกความรับผิดชอบ ฝึกทักษะการคิด ทักษะการจัดการ ทักษะการสื่อสาร ทักษะการเผชิญสถานการณ์ การเรียนรู้จากปัญหา และประยุกต์ความรู้มาใช้ป้องกันและแก้ไขปัญหาในชีวิตจริง หมั่นฝึกฝนและเอาใจใส่ดูแลสุขภาพตนเองและความแข็งแรงของร่างกาย เข้าร่วมในกิจกรรม พลศึกษาและกีฬาทั้งประเภทบุคคล และประเภททีมได้เรียนรู้ถึงความสำคัญของการฝึกฝนตนเองตามกฎ กติกา ระเบียบและหลักการวิทยาศาสตร์ ได้แข่งขันและได้ทำงานร่วมกันเป็นทีม และยอมรับว่าตนเองมีส่วนร่วมหรือเป็นส่วนหนึ่งของสภาวะสุขภาพและความปลอดภัยของผู้อื่นด้วย

6. ตัวชี้วัดและสาระการเรียนรู้แกนกลาง

สาระที่ 1 การเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

มาตรฐาน พ 1.1 เข้าใจธรรมชาติของการเจริญเติบโตและพัฒนาการของมนุษย์

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ป.1	อธิบายลักษณะและหน้าที่ของอวัยวะภายนอก	<ul style="list-style-type: none"> • ลักษณะและหน้าที่ของอวัยวะภายนอกที่มีการเจริญเติบโตและพัฒนาการไปตามวัย - ตา หู คอ จมูก ผม มือ เท้า เล็บ ผิวหนัง ฯลฯ - อวัยวะในช่องปาก (ปาก ลิ้น ฟัน เหงือก)
	อธิบายวิธีดูแลรักษาอวัยวะภายนอก	<ul style="list-style-type: none"> • การดูแลรักษาอวัยวะภายนอก - ตา หู คอ จมูก ปาก ลิ้น ฟัน ผม มือ เท้า เล็บ ผิวหนัง ฯลฯ - อวัยวะในช่องปาก (ปาก ลิ้น ฟัน เหงือก)
ป. 2	อธิบายลักษณะและหน้าที่ของอวัยวะภายใน	<ul style="list-style-type: none"> • ลักษณะ และหน้าที่ของอวัยวะภายในที่มีการเจริญเติบโตและพัฒนาการไปตามวัย (สมอง หัวใจ ตับ ไต ปอด กระเพาะอาหาร ลำไส้ ฯลฯ)
	อธิบายวิธีดูแลรักษาอวัยวะภายใน	<ul style="list-style-type: none"> • การดูแลรักษาอวัยวะภายใน - การระมัดระวังการกระแทก - การออกกำลังกาย - การกินอาหาร
	อธิบายธรรมชาติของชีวิตมนุษย์	<ul style="list-style-type: none"> • ธรรมชาติของชีวิตมนุษย์ตั้งแต่เกิดจนตาย
ป.3	1. อธิบายลักษณะและการเจริญเติบโตของร่างกายมนุษย์	<ul style="list-style-type: none"> • ลักษณะการเจริญเติบโตของร่างกายมนุษย์ที่มีความแตกต่างกันในแต่ละบุคคล - ลักษณะรูปร่าง - น้ำหนัก - ส่วนสูง
	2. เปรียบเทียบการเจริญเติบโตของตนเองกับเกณฑ์มาตรฐาน	<ul style="list-style-type: none"> • เกณฑ์มาตรฐานการเจริญเติบโต ของเด็กไทย
	3. ระบุปัจจัยที่มีผลต่อการเจริญเติบโต	<ul style="list-style-type: none"> • ปัจจัยที่มีผลต่อการเจริญเติบโต - อาหาร - การออกกำลังกาย - การพักผ่อน
ป. 4	อธิบายการเจริญเติบโตและพัฒนาการของร่างกายและจิตใจตามวัย	<ul style="list-style-type: none"> • การเจริญเติบโตและพัฒนาการของร่างกายและจิตใจตามวัย (ในช่วงอายุ 9 – 12 ปี)

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
	อธิบายความสำคัญของกล้ามเนื้อ กระดูกและข้อที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโตและพัฒนาการ	<ul style="list-style-type: none"> • ความสำคัญของกล้ามเนื้อ กระดูกและข้อ ที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโตและพัฒนาการ
	อธิบายวิธีดูแลกล้ามเนื้อ กระดูกและข้อ ให้ทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ	<ul style="list-style-type: none"> • วิธีดูแลรักษากล้ามเนื้อ กระดูกและข้อให้ทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ
ป. 5	1. อธิบายความสำคัญของระบบย่อยอาหาร และระบบขับถ่ายที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโต และพัฒนาการ	<ul style="list-style-type: none"> • ความสำคัญของระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่ายที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโต และพัฒนาการ
	2. อธิบายวิธีดูแลระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่ายให้ทำงานตามปกติ	<ul style="list-style-type: none"> • วิธีดูแลรักษาระบบย่อยอาหารและระบบขับถ่ายให้ทำงานตามปกติ
ป.6	อธิบายความสำคัญของระบบสืบพันธุ์ ระบบไหลเวียนโลหิต และระบบหายใจ ที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโตและพัฒนาการ	<ul style="list-style-type: none"> • ความสำคัญของระบบสืบพันธุ์ ระบบไหลเวียนโลหิต และระบบหายใจที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโตและพัฒนาการ
	อธิบายวิธีการดูแลรักษาระบบสืบพันธุ์ ระบบไหลเวียนโลหิต และระบบหายใจให้ทำงานตามปกติ	<ul style="list-style-type: none"> • วิธีดูแลรักษาระบบสืบพันธุ์ ระบบไหลเวียนโลหิต และระบบหายใจให้ทำงานตามปกติ
ม.1	อธิบายความสำคัญของระบบประสาท และระบบต่อมไร้ท่อที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโต และพัฒนาการของวัยรุ่น	<ul style="list-style-type: none"> • ความสำคัญของระบบประสาท และระบบต่อมไร้ท่อที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโต และพัฒนาการของวัยรุ่น
	อธิบายวิธีดูแลรักษาระบบประสาท และระบบต่อมไร้ท่อให้ทำงานตามปกติ	<ul style="list-style-type: none"> • วิธีดูแลรักษาระบบประสาท และระบบต่อมไร้ท่อให้ทำงานตามปกติ
	3. วิเคราะห์ภาวะการเจริญเติบโตทางร่างกายของตนเองกับเกณฑ์มาตรฐาน	<ul style="list-style-type: none"> • การวิเคราะห์ภาวะการเจริญเติบโตตามเกณฑ์มาตรฐานและปัจจัยที่เกี่ยวข้อง
	4. แสวงหาแนวทางในการพัฒนาตนเองให้เจริญเติบโตสมวัย	<ul style="list-style-type: none"> • แนวทางในการพัฒนาตนเองให้เจริญเติบโตสมวัย
ม. 2	อธิบายการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาในวัยรุ่น	<ul style="list-style-type: none"> • การเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาในวัยรุ่น

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
	ระบุปัจจัยที่มีผลกระทบต่อการเจริญเติบโต และพัฒนาการด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ในวัยรุ่น	<ul style="list-style-type: none"> ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา <ul style="list-style-type: none"> - พันธุกรรม - สิ่งแวดล้อม - การอบรมเลี้ยงดู
ม. 3	เปรียบเทียบการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา แต่ละช่วงของชีวิต	<ul style="list-style-type: none"> การเปลี่ยนแปลง ด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาในแต่ละวัย <ul style="list-style-type: none"> - วัยทารก - วัยก่อนเรียน - วัยเรียน - วัยรุ่น - วัยผู้ใหญ่ - วัยสูงอายุ
	วิเคราะห์อิทธิพลและความคาดหวังของสังคมต่อการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น	<ul style="list-style-type: none"> อิทธิพลและความคาดหวังของสังคมที่มีต่อการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น
	วิเคราะห์ สื่อ โฆษณา ที่มีอิทธิพลต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการของวัยรุ่น	<ul style="list-style-type: none"> สื่อ โฆษณา ที่มีอิทธิพลต่อการเจริญเติบโตและพัฒนาการของวัยรุ่น <ul style="list-style-type: none"> - โทรทัศน์ - วิทยู - สื่อสิ่งพิมพ์ - อินเทอร์เน็ต
ม.4-ม.6	อธิบายกระบวนการสร้างเสริมและดำรงประสิทธิภาพการทำงาน ของระบบอวัยวะต่าง ๆ	<ul style="list-style-type: none"> กระบวนการสร้างเสริมและดำรงประสิทธิภาพการทำงานของระบบอวัยวะต่าง ๆ <ul style="list-style-type: none"> - การทำงานของระบบอวัยวะต่าง ๆ - การสร้างเสริมและดำรงประสิทธิภาพของอวัยวะต่าง ๆ (อาหาร การออกกำลังกาย นันทนาการ การตรวจสุขภาพ ฯลฯ)
	วางแผนดูแลสุขภาพตามภาวะการเจริญเติบโตและพัฒนาการของตนเองและบุคคลในครอบครัว	<ul style="list-style-type: none"> การวางแผนดูแลสุขภาพของตนเองและบุคคลในครอบครัว

สาระที่ 2 ชีวิตและครอบครัว

มาตรฐาน พ 2.1 เข้าใจและเห็นคุณค่าตนเอง ครอบครัว เพศศึกษา และมีทักษะในการดำเนินชีวิต

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ป. 1	ระบุสมาชิกในครอบครัวและความรัก ความผูกพันของสมาชิกที่มีต่อกัน	<ul style="list-style-type: none"> สมาชิกในครอบครัว ความรักความผูกพันของสมาชิกในครอบครัว
	บอกสิ่งที่ชื่นชอบ และภาคภูมิใจในตนเอง	<ul style="list-style-type: none"> สิ่งที่ชื่นชอบและความภาคภูมิใจในตนเอง (จุดเด่น จุดด้อย ของตนเอง)
	บอกลักษณะความแตกต่างระหว่างเพศชาย และเพศหญิง	<ul style="list-style-type: none"> ลักษณะความแตกต่างของเพศชาย เพศหญิง - ร่างกาย - อารมณ์ - ลักษณะนิสัย
ป. 2	ระบุบทบาทหน้าที่ของตนเอง และสมาชิกในครอบครัว	<ul style="list-style-type: none"> บทบาทหน้าที่ของสมาชิกในครอบครัว - ตนเอง - พ่อ แม่ - พี่น้อง - ญาติ
	บอกความสำคัญของเพื่อน	<ul style="list-style-type: none"> ความสำคัญของเพื่อน (เช่น พุดคุย ปรีกษา เล่น ฯลฯ)
	ระบุพฤติกรรมที่เหมาะสมกับเพศ	<ul style="list-style-type: none"> พฤติกรรมที่เหมาะสมกับเพศ - ความเป็นสุภาพบุรุษ - ความเป็นสุภาพสตรี
	อธิบายความภาคภูมิใจในความเป็น เพศหญิง หรือเพศชาย	<ul style="list-style-type: none"> ความภาคภูมิใจในเพศหญิง หรือเพศชาย
ป. 3	อธิบายความสำคัญ และความแตกต่างของครอบครัวที่มีต่อตนเอง	<ul style="list-style-type: none"> ความสำคัญของครอบครัว ความแตกต่างของแต่ละครอบครัว - เศรษฐกิจ - สังคม - การศึกษา
	อธิบายวิธีสร้างสัมพันธ์ภาพในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน	<ul style="list-style-type: none"> วิธีการสร้างสัมพันธ์ภาพในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน
	บอกวิธีหลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่นำไปสู่ การล่วงละเมิดทางเพศ	<ul style="list-style-type: none"> พฤติกรรมที่นำไปสู่การล่วงละเมิดทางเพศ (การแต่งกาย การเที่ยวกลางคืน การคบเพื่อน การเสพสารเสพติด ฯลฯ) วิธีหลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่นำไปสู่การล่วงละเมิดทางเพศ (ทักษะปฏิเสธและอื่น ๆ)
ป. 4	อธิบายคุณลักษณะของความเป็นเพื่อน และสมาชิกที่ดีของครอบครัว	<ul style="list-style-type: none"> คุณลักษณะของความเป็นเพื่อนและสมาชิกที่ดีของครอบครัว

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
	แสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมกับเพศของตนตามวัฒนธรรมไทย	<ul style="list-style-type: none"> พฤติกรรมที่เหมาะสมกับเพศของตนตามวัฒนธรรมไทย
	ยกตัวอย่างวิธีการปฏิเสธการกระทำที่เป็นอันตรายและไม่เหมาะสมในเรื่องเพศ	<ul style="list-style-type: none"> วิธีการปฏิเสธการกระทำที่เป็นอันตรายและไม่เหมาะสมในเรื่องเพศ
ป. 5	อธิบายการเปลี่ยนแปลงทางเพศ และปฏิบัติตนได้เหมาะสม	<ul style="list-style-type: none"> การเปลี่ยนแปลงทางเพศ การดูแลตนเอง การวางตัวที่เหมาะสมกับเพศตามวัฒนธรรมไทย
	อธิบายความสำคัญของการมีครอบครัวที่อบอุ่นตามวัฒนธรรมไทย	<ul style="list-style-type: none"> ลักษณะของครอบครัวที่อบอุ่นตามวัฒนธรรมไทย (ครอบครัวขยาย การนับถือญาติ)
	ระบุพฤติกรรมที่พึงประสงค์ และไม่พึงประสงค์ในการแก้ไขปัญหาความขัดแย้งในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน	<ul style="list-style-type: none"> พฤติกรรมที่พึงประสงค์และไม่พึงประสงค์ในการแก้ไขปัญหาความขัดแย้งในครอบครัว
ป. 6	อธิบายความสำคัญของการสร้างและรักษาสัมพันธภาพกับผู้อื่น	<ul style="list-style-type: none"> ความสำคัญของการสร้างและรักษาสัมพันธภาพกับผู้อื่น ปัจจัยที่ช่วยให้การทำงานกลุ่มประสบความสำเร็จ <ul style="list-style-type: none"> - ความสามารถส่วนบุคคล - บทบาทหน้าที่ของสมาชิกในกลุ่ม - การยอมรับความคิดเห็น และความแตกต่างระหว่างบุคคล - ความรับผิดชอบ
	วิเคราะห์พฤติกรรมเสี่ยงที่อาจนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ การติดเชื้อเอชไอวี และการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร	<ul style="list-style-type: none"> พฤติกรรมเสี่ยงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ การติดเชื้อเอชไอวี และการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร
ม. 1	อธิบายวิธีการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายจิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศอย่างเหมาะสม	<ul style="list-style-type: none"> การเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศ <ul style="list-style-type: none"> - ลักษณะการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศ การยอมรับและการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศ การเบี่ยงเบนทางเพศ
	แสดงทักษะการปฏิเสธเพื่อป้องกันตนเองจากการถูกล่วงละเมิดทางเพศ	<ul style="list-style-type: none"> ทักษะปฏิเสธเพื่อป้องกันการถูกล่วงละเมิดทางเพศ
ม. 2	วิเคราะห์ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศ	<ul style="list-style-type: none"> ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อเจตคติในเรื่องเพศ <ul style="list-style-type: none"> - ครอบครัว - วัฒนธรรม - เพื่อน - สื่อ
	วิเคราะห์ปัญหาและผลกระทบที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน	<ul style="list-style-type: none"> ปัญหาและผลกระทบที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
	อธิบายวิธีป้องกันตนเองและหลีกเลี่ยงจากโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ เอดส์ และการตั้งครรภ์โดยไม่พึงประสงค์	<ul style="list-style-type: none"> • โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ • โรคเอดส์ • การตั้งครรภ์โดยไม่พึงประสงค์
	อธิบายความสำคัญของความเสมอภาคทางเพศ และวางตัวได้อย่างเหมาะสม	<ul style="list-style-type: none"> • ความสำคัญของความเสมอภาคทางเพศ • การวางตัวต่อเพศตรงข้าม • ปัญหาทางเพศ • แนวทางการแก้ไขปัญหาทางเพศ
ม.3	อธิบายอนามัยแม่และเด็ก การวางแผนครอบครัว และวิธีการปฏิบัติตนที่เหมาะสม	<ul style="list-style-type: none"> • องค์ประกอบของอนามัยเจริญพันธุ์ - อนามัยแม่และเด็ก - การวางแผนครอบครัว
	วิเคราะห์ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อการตั้งครรภ์	<ul style="list-style-type: none"> • ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อการตั้งครรภ์ - แอลกอฮอล์ - สารเสพติด - บุหรี่ - สภาพแวดล้อม - การติดเชื้อ - โรคที่เกิดจากภาวะการตั้งครรภ์
	วิเคราะห์สาเหตุ และเสนอแนวทางป้องกัน แก้ไขความขัดแย้งในครอบครัว	<ul style="list-style-type: none"> • สาเหตุความขัดแย้งในครอบครัว • แนวทางป้องกัน แก้ไขความขัดแย้งในครอบครัว
ม.4-ม.6	วิเคราะห์อิทธิพลของครอบครัว เพื่อน สังคม และวัฒนธรรมที่มีผลต่อพฤติกรรมทางเพศและการดำเนินชีวิต	<ul style="list-style-type: none"> • อิทธิพลของครอบครัว เพื่อน สังคม และวัฒนธรรมที่มีต่อพฤติกรรมทางเพศ และการดำเนินชีวิต
	วิเคราะห์ค่านิยมในเรื่องเพศตามวัฒนธรรมไทยและวัฒนธรรมอื่น ๆ	<ul style="list-style-type: none"> • ค่านิยมในเรื่องเพศตามวัฒนธรรมไทย และวัฒนธรรมอื่น ๆ
	เลือกใช้ทักษะที่เหมาะสมในการป้องกัน ลดความขัดแย้งและแก้ปัญหาเรื่องเพศและครอบครัว	<ul style="list-style-type: none"> • แนวทางในการเลือกใช้ทักษะต่าง ๆ ในการป้องกัน ลดความขัดแย้ง และแก้ปัญหาเรื่องเพศ และครอบครัว - ทักษะการสื่อสารและสร้างสัมพันธภาพ - ทักษะการต่อรอง - ทักษะการปฏิเสธ - ทักษะการคิดวิเคราะห์ - ทักษะการตัดสินใจ และแก้ไขปัญหา ฯลฯ
	วิเคราะห์สาเหตุและผลของความขัดแย้งที่อาจเกิดขึ้นระหว่างนักเรียนหรือเยาวชนในชุมชน และเสนอแนวทางแก้ไขปัญหา	<ul style="list-style-type: none"> • ความขัดแย้งที่อาจเกิดขึ้นระหว่างนักเรียนหรือเยาวชนในชุมชน - สาเหตุของความขัดแย้ง - ผลกระทบที่เกิดจากความขัดแย้งระหว่างนักเรียน หรือเยาวชนในชุมชน - แนวทางในการแก้ปัญหาที่อาจเกิดจากความขัดแย้งของนักเรียนหรือเยาวชนในชุมชน

สาระที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ 3.1 เข้าใจ มีทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และกีฬา

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ป.1	เคลื่อนไหวร่างกายขณะอยู่กับที่ เคลื่อนที่และใช้อุปกรณ์ประกอบ	<ul style="list-style-type: none"> • ธรรมชาติของการเคลื่อนไหวร่างกายในชีวิตประจำวัน <ul style="list-style-type: none"> - แบบอยู่กับที่ เช่น นั่ง ยืน ก้มเงย เอียง ซ้าย ขวา - เคลื่อนไหวข้อมือ ข้อเท้า แขน ขา - แบบเคลื่อนที่ เช่น เดิน วิ่ง กระโดด กลิ้งตัว - แบบใช้อุปกรณ์ประกอบ เช่น จับ โยน เตะ เคาะ
	เล่นเกมเบ็ดเตล็ดและเข้าร่วมกิจกรรมทางกายที่ใช้การเคลื่อนไหวตามธรรมชาติ	<ul style="list-style-type: none"> • กิจกรรมทางกายที่ใช้ในการเคลื่อนไหวตามธรรมชาติ - การเล่นเกมเบ็ดเตล็ด
ป. 2	ควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกาย ขณะอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และใช้อุปกรณ์ประกอบ	<ul style="list-style-type: none"> • ลักษณะและวิธีการของการเคลื่อนไหวร่างกายแบบอยู่กับที่ เช่น กระโดด บิดตัว ดึง ผลัก แบบเคลื่อนที่ เช่น กระโดดเขย่ง ก้าวชิดก้าว วิ่งตามทิศทางที่กำหนด และแบบใช้อุปกรณ์ประกอบ เช่น คีบ ขว้าง ตี
	เล่นเกมเบ็ดเตล็ดและเข้าร่วมกิจกรรมทางกายที่วิธีเล่น อาศัยการเคลื่อนไหวเบื้องต้นทั้งแบบอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และใช้อุปกรณ์ประกอบ	<ul style="list-style-type: none"> • การเล่นเกมเบ็ดเตล็ด และเข้าร่วมกิจกรรมทางกายที่วิธีเล่นอาศัยการเคลื่อนไหวเบื้องต้นทั้งแบบอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และใช้อุปกรณ์ประกอบ
ป. 3	ควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกาย ขณะอยู่กับที่ เคลื่อนที่และใช้อุปกรณ์ประกอบอย่างมีทิศทาง	<ul style="list-style-type: none"> • การเคลื่อนไหวร่างกายแบบอยู่กับที่ เช่น ย่อยืด เขย่ง พับตัว เคลื่อนไหวลำตัว การเคลื่อนไหวแบบเคลื่อนที่ เช่น เดินต่อเท้า เดินถอย-หลัง กระโจน และแบบใช้อุปกรณ์ประกอบโดยมีการบังคับทิศทาง เช่น ตีต ขว้าง โยนและรับ • วิธีการควบคุมการเคลื่อนไหวร่างกายแบบต่าง ๆ อย่างมีทิศทาง
	เคลื่อนไหวร่างกายที่ใช้ทักษะการเคลื่อนไหวแบบบังคับทิศทาง ในการเล่นเกมเบ็ดเตล็ด	<ul style="list-style-type: none"> • กิจกรรมทางกายที่ใช้ทักษะการเคลื่อนไหวแบบบังคับทิศทาง ในการเล่นเกมเบ็ดเตล็ด
ป. 4	ควบคุมตนเองเมื่อใช้ทักษะการเคลื่อนไหวในลักษณะผสมผสานได้ ทั้งแบบอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และใช้อุปกรณ์ประกอบ	<ul style="list-style-type: none"> • การเคลื่อนไหวร่างกายแบบผสมผสานทั้งแบบอยู่กับที่ เช่น กระโดดหมุนตัว กระโดด-เหยียดตัว แบบเคลื่อนที่ เช่น ชิกแซ็ก วิ่งเปลี่ยนทิศทาง ควบม้า และแบบใช้อุปกรณ์ประกอบ เช่น บอล เชือก
	ฝึกกายบริหารท่ามือเปล่าประกอบจังหวะ	<ul style="list-style-type: none"> • กายบริหารท่ามือเปล่าประกอบจังหวะ
	เล่นเกมเลียนแบบและกิจกรรมแบบผลัด	<ul style="list-style-type: none"> • เกมเลียนแบบและกิจกรรมแบบผลัด
	4. เล่นกีฬาพื้นฐานได้อย่างน้อย 1 ชนิด	<ul style="list-style-type: none"> • กีฬาพื้นฐาน เช่น แร้บบอล แอนด์บอล ห่วงข้ามตาข่าย

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ป. 5	จัดรูปแบบการเคลื่อนไหวแบบผสมผสาน และควบคุมตนเองเมื่อใช้ทักษะการเคลื่อนไหวตามแบบที่กำหนด	<ul style="list-style-type: none"> การจัดรูปแบบการเคลื่อนไหวร่างกาย แบบผสมผสาน และการปฏิบัติกิจกรรมทางกายทั้งแบบอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และใช้อุปกรณ์ประกอบตามแบบที่กำหนด เช่น การฝึกกายบริหาร ยืดหยุ่นขั้นพื้นฐาน เป็นต้น
	เล่นเกมนำไปสู่กีฬาที่เลือกและกิจกรรมการเคลื่อนไหวแบบผลัด	<ul style="list-style-type: none"> เกมนำไปสู่กีฬาและกิจกรรมแบบผลัดที่มีการตี เชี่ยรับ - ส่งสิ่งของ ขว้าง และวิ่ง
	ควบคุมการเคลื่อนไหวในเรื่องการรับแรง การใช้แรงและความสมดุล	<ul style="list-style-type: none"> การเคลื่อนไหวในเรื่องการรับแรง การใช้แรงและความสมดุล
	แสดงทักษะกลไกในการปฏิบัติกิจกรรมทางกายและเล่นกีฬา	<ul style="list-style-type: none"> ทักษะกลไกที่ส่งผลต่อการปฏิบัติกิจกรรมทางกายและเล่นกีฬา
	เล่นกีฬาไทย และกีฬาสากลประเภทบุคคลและประเภททีมได้อย่างละ 1 ชนิด	<ul style="list-style-type: none"> การเล่นกีฬาไทย เช่น ตะกร้อวง วิ่งชักธง และกีฬาสากล เช่น กรีฑาประเภทลู่ แด่มีนตัน เปตอง ฟุตบอล เทเบิลเทนนิส วายน้ำ
	อธิบายหลักการ และเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ อย่างน้อย 1 กิจกรรม	<ul style="list-style-type: none"> หลักการและกิจกรรมนันทนาการ
ป. 6	แสดงทักษะการเคลื่อนไหวร่วมกับผู้อื่นในลักษณะแบบผลัดและแบบผสมผสานได้ตามลำดับทั้งแบบอยู่กับที่ เคลื่อนที่ และใช้อุปกรณ์ประกอบ และการเคลื่อนไหวประกอบเพลง	<ul style="list-style-type: none"> การเคลื่อนไหวร่วมกับผู้อื่นแบบผลัดในลักษณะผสมผสาน ในการร่วมกิจกรรมทางกาย เช่น กิจกรรมแบบผลัด กายบริหารประกอบเพลง ยืดหยุ่นขั้นพื้นฐานที่ใช้ทำต่อเนื่อง และการต่อตัวท่าง่าย ๆ
	จำแนกหลักการเคลื่อนไหวในเรื่องการรับแรง การใช้แรง และความสมดุลในการเคลื่อนไหวร่างกายในการเล่นกีฬา และนำผลมาปรับปรุง เพิ่มพูนวิธีปฏิบัติของตนและผู้อื่น	<ul style="list-style-type: none"> การเคลื่อนไหวในเรื่องการรับแรง การใช้แรง และความสมดุลกับการพัฒนาทักษะการเคลื่อนไหวในการเล่นกีฬาและกีฬา
	เล่นกีฬาไทย กีฬาสากลประเภทบุคคลและประเภททีมได้อย่างละ 1 ชนิด	<ul style="list-style-type: none"> การเล่นกีฬาไทย กีฬาสากล ประเภทบุคคลและประเภททีม เช่น กรีฑาประเภทลู่ และลานเปตอง วายน้ำ เทเบิลเทนนิส วอลเลย์บอล ฟุตบอล ตะกร้อวง
	ใช้ทักษะกลไก เพื่อปรับปรุงเพิ่มพูนความสามารถของตนและผู้อื่นในการเล่นกีฬา	<ul style="list-style-type: none"> การใช้ข้อมูลด้านทักษะกลไกเพื่อปรับปรุงและเพิ่มพูนความสามารถในการปฏิบัติกิจกรรมทางกายและเล่นกีฬา
	5. ร่วมกิจกรรมนันทนาการอย่างน้อย 1 กิจกรรม แล้วนำความรู้และหลักการที่ได้ไปใช้เป็นการศึกษาหาความรู้เรื่องอื่น ๆ	<ul style="list-style-type: none"> การนำความรู้และหลักการของกิจกรรมนันทนาการไปใช้เป็นการศึกษาหาความรู้

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ม. 1	เพิ่มพูนความสามารถของตนตามหลักการเคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะกลไก และทักษะพื้นฐานที่นำไปสู่การพัฒนาทักษะการเล่นกีฬา	<ul style="list-style-type: none"> หลักการเพิ่มพูนความสามารถในการเคลื่อนไหวที่ใช้ทักษะกลไกและทักษะพื้นฐานที่นำไปสู่การพัฒนาทักษะการเล่นกีฬา
	เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลประเภทบุคคลและทีมโดยใช้ทักษะพื้นฐานตามชนิดกีฬา อย่างละ 1 ชนิด	<ul style="list-style-type: none"> การเล่นกีฬาไทย และกีฬาสากลที่เลือก เช่น กรีฑา ประเภทลู่วิ่งและลาน บาสเกตบอล กระบี่ เทเบิลเทนนิส เทนนิส วายน้ำ
	ร่วมกิจกรรมนันทนาการอย่างน้อย 1 กิจกรรมและนำหลักความรู้ที่ได้ไปเชื่อมโยงสัมพันธ์กับวิชาอื่น	<ul style="list-style-type: none"> การนำความรู้และหลักการของกิจกรรมนันทนาการไปใช้เชื่อมโยงสัมพันธ์กับวิชาอื่น
ม. 2	นำผลการปฏิบัติตนเกี่ยวกับทักษะกลไกและทักษะการเคลื่อนไหวในการเล่นกีฬาจากแหล่งข้อมูลที่หลากหลายมาสรุปเป็นวิธีที่เหมาะสมในบริบทของตนเอง	<ul style="list-style-type: none"> การนำผลการปฏิบัติตนเกี่ยวกับทักษะกลไกและทักษะการเคลื่อนไหวในการเล่นกีฬาจากแหล่งข้อมูลที่หลากหลายมาสรุปเป็นวิธีที่เหมาะสมในบริบทของตนเองในการเล่นกีฬา
	เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลทั้งประเภทบุคคลและทีมได้อย่างละ 1 ชนิด	<ul style="list-style-type: none"> การเล่นกีฬาไทย กีฬาสากลตามชนิดกีฬาที่เลือก เช่น กรีฑาประเภทลู่วิ่งและลาน บาสเกตบอล กระบี่ เทนนิส ตระกร้อลอดบ่วง ฟุตซอล วายน้ำ เทควันโด
	เปรียบเทียบประสิทธิภาพของรูปแบบการเคลื่อนไหวที่ส่งผลต่อการเล่นกีฬา และกิจกรรมในชีวิตประจำวัน	<ul style="list-style-type: none"> ประสิทธิภาพของรูปแบบการเคลื่อนไหวที่ส่งผลต่อการเล่นกีฬาและกิจกรรมในชีวิตประจำวัน
	ร่วมกิจกรรมนันทนาการอย่างน้อย 1 กิจกรรม และนำความรู้และหลักการที่ได้ไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันอย่างเป็นระบบ	<ul style="list-style-type: none"> การนำประสบการณ์จากการร่วมกิจกรรมนันทนาการไปปรับใช้ในชีวิตประจำวัน
ม. 3	1. เล่นกีฬาไทยและกีฬาสากลได้อย่างละ 1 ชนิดโดยใช้เทคนิคที่เหมาะสมกับตนเองและทีม	<ul style="list-style-type: none"> เทคนิคและวิธีการเล่น กีฬาไทยและกีฬาสากลที่เลือก เช่น กรีฑาประเภทลู่วิ่งและลาน วอลเลย์บอล บาสเกตบอล ตาบสองมือ เทนนิส ตระกร้อข้ามตาข่าย ฟุตบอล
	2. นำหลักการ ความรู้และทักษะ ในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬาไปใช้สร้างเสริมสุขภาพอย่างต่อเนื่อง เป็นระบบ	<ul style="list-style-type: none"> การนำหลักการ ความรู้ ทักษะในการเคลื่อนไหว กิจกรรมทางกาย การเล่นเกม การเล่นกีฬาไปใช้เป็นระบบสร้างเสริมสุขภาพอย่างต่อเนื่อง
	3. ร่วมกิจกรรมนันทนาการอย่างน้อย 1 กิจกรรมและนำหลักความรู้วิธีการไปขยายผลการเรียนรู้ให้กับผู้อื่น	<ul style="list-style-type: none"> การจัดกิจกรรมนันทนาการแก่ผู้อื่น

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ม.4-ม.6	วิเคราะห์ความคิดรวบยอดเกี่ยวกับการเคลื่อนไหวรูปแบบต่าง ๆ ในการเล่นกีฬา	<ul style="list-style-type: none"> • ความคิดรวบยอดเกี่ยวกับการเคลื่อนไหวรูปแบบต่าง ๆ ในการเล่นกีฬา • การวิเคราะห์ความคิดรวบยอดเกี่ยวกับการเคลื่อนไหวรูปแบบต่าง ๆ ในการเล่นกีฬา
	ใช้ความสามารถของตน เพื่อเพิ่มศักยภาพของทีม คำนึงถึงผลที่เกิดต่อผู้อื่นและสังคม	<ul style="list-style-type: none"> • การใช้ความสามารถของตนในการเล่นกีฬา เพื่อเพิ่มศักยภาพของทีม โดยคำนึงถึง ผลที่เกิดต่อผู้อื่นและสังคม
	เล่นกีฬาไทย กีฬาสากลประเภทบุคคล / คู่ กีฬาประเภททีมได้อย่างน้อย 1 ชนิด	<ul style="list-style-type: none"> • กีฬาประเภทบุคคล / คู่ ประเภททีม เช่น ฟุตบอล รักบี้ฟุตบอล ยิมนาสติก ลีลาศ ซอฟท์บอล เทนนิส เซปักตะกร้อ มวยไทย กระบี่กระบอง ฟล่อง ง้าว
	4. แสดงการเคลื่อนไหวได้อย่างสร้างสรรค์	<ul style="list-style-type: none"> • การเคลื่อนไหวที่สร้างสรรค์ เช่น กิจกรรมเข้าจังหวะ เซียร์ลีดเดอร์
	5. เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการนอกโรงเรียน และนำหลักการแนวคิด ไปปรับปรุงและพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนและสังคม	<ul style="list-style-type: none"> • การนำหลักการและแนวคิดของกิจกรรมนันทนาการ ไปปรับปรุงและพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนและสังคม

สาระที่ 3 การเคลื่อนไหว การออกกำลังกาย การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล

มาตรฐาน พ 3.2 รักการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการเล่นกีฬา ปฏิบัติเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอมีวินัย เคารพสิทธิ กฎ กติกา มีน้ำใจนักกีฬา มีจิตวิญญาณในการแข่งขัน และชื่นชมในสุนทรียภาพของการกีฬา

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ป.1	ออกกำลังกาย และเล่นเกม ตามคำแนะนำ อย่างสนุกสนาน	<ul style="list-style-type: none"> • การออกกำลังกาย และการเล่นเกมเบ็ดเตล็ด
	ปฏิบัติตามกฎ กติกา ข้อตกลงในการเล่นเกมตามคำแนะนำ	<ul style="list-style-type: none"> • กฎ กติกา ข้อตกลงในการเล่นเกมเบ็ดเตล็ด
ป.2	ออกกำลังกาย และเล่นเกม ได้ด้วยตนเองอย่างสนุกสนาน	<ul style="list-style-type: none"> • การออกกำลังกาย และเล่นเกมเบ็ดเตล็ด • ประโยชน์ของการออกกำลังกายและการเล่นเกม
	ปฏิบัติตามกฎ กติกาและข้อตกลงในการเล่นเกมเป็นกลุ่ม	<ul style="list-style-type: none"> • กฎ กติกา ข้อตกลงในการเล่นเกมเป็นกลุ่ม
ป. 3	เลือกออกกำลังกาย การละเล่นพื้นเมือง และเล่นเกมที่เหมาะสมกับจุดเด่น จุดด้อย และข้อจำกัดของตนเอง	<ul style="list-style-type: none"> • แนวทางการเลือกออกกำลังกาย การละเล่นพื้นเมือง และเล่นเกมที่เหมาะสมกับจุดเด่น จุดด้อยและข้อจำกัดของแต่ละบุคคล
	ปฏิบัติตามกฎ กติกาและข้อตกลงของการออกกำลังกาย การเล่นเกม การละเล่นพื้นเมืองได้ด้วยตนเอง	<ul style="list-style-type: none"> • การออกกำลังกาย เกม และการละเล่นพื้นเมือง • กฎ กติกาและข้อตกลงในการออกกำลังกาย การเล่นเกม และการละเล่นพื้นเมือง
ป. 4	ออกกำลังกาย เล่นเกม และกีฬาที่ตนเองชอบและมีความสามารถในการวิเคราะห์ผลพัฒนาการของตนเองตามตัวอย่างและแบบปฏิบัติของผู้อื่น	<ul style="list-style-type: none"> • การออกกำลังกาย เล่นเกม ตามความชอบของตนเองและเล่นกีฬาพื้นฐานร่วมกับผู้อื่น • การวิเคราะห์ผลพัฒนาการของตนเองในการออกกำลังกาย เล่นเกมและเล่นกีฬา ตามตัวอย่างและแบบปฏิบัติของผู้อื่น • คุณค่าของการออกกำลังกาย เล่นเกม และเล่นกีฬา ที่มีต่อสุขภาพ
	ปฏิบัติตามกฎ กติกาการเล่นกีฬาพื้นฐาน ตามชนิดกีฬาที่เล่น	<ul style="list-style-type: none"> • การปฏิบัติตามกฎ กติกา การเล่นกีฬาพื้นฐานตามชนิดกีฬาที่เล่น
ป. 5	ออกกำลังกายอย่างมีรูปแบบ เล่นเกมที่ใช้ทักษะการคิดและตัดสินใจ	<ul style="list-style-type: none"> • หลักการและรูปแบบการออกกำลังกาย • การออกกำลังกาย และการเล่นเกม เช่น เกมเบ็ดเตล็ด เกมเลียนแบบ เกมนำ และการละเล่นพื้นเมือง
	เล่นกีฬาที่ตนเองชอบอย่างสม่ำเสมอ โดยสร้างทางเลือกในวิธีปฏิบัติของตนเองอย่างหลากหลาย และมีน้ำใจนักกีฬา	<ul style="list-style-type: none"> • การเล่นกีฬาไทย และกีฬาสากลประเภทบุคคลและทีมที่เหมาะสมกับวัยอย่างสม่ำเสมอ • การสร้างทางเลือกในวิธีปฏิบัติในการเล่นกีฬาอย่างหลากหลาย และมีน้ำใจนักกีฬา

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
	ปฏิบัติตามกฎกติกา การเล่นเกม กีฬาไทย และกีฬาสากล ตามชนิด กีฬาที่เล่น	<ul style="list-style-type: none"> กฎ กติกาในการเล่น เกม กีฬาไทยและกีฬาสากล ตามชนิดกีฬาที่เล่น วิธีการรุกและวิธีป้องกันในการเล่น กีฬาไทยและกีฬา สากลที่เล่น
	ปฏิบัติตนตามสิทธิของตนเองไม่ละเมิด สิทธิผู้อื่นและยอมรับในความแตกต่าง ระหว่างบุคคลในการเล่น เกม และกีฬา ไทย กีฬาสากล	<ul style="list-style-type: none"> สิทธิของตนเองและผู้อื่นในการเล่น เกมและกีฬา ความแตกต่างระหว่างบุคคลในการเล่น เกม และกีฬา
ป. 6	อธิบายประโยชน์และหลักการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ สมรรถภาพทางกายและการสร้างเสริมบุคลิกภาพ	<ul style="list-style-type: none"> ประโยชน์และหลักการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ สมรรถภาพทางกายและการสร้างเสริมบุคลิกภาพ
	เล่นเกมที่ใช้ทักษะการวางแผน และสามารถเพิ่มพูนทักษะการออกกำลังกายและเคลื่อนไหวอย่างเป็นระบบ	<ul style="list-style-type: none"> การเล่นเกมที่ใช้ทักษะการวางแผน การเพิ่มพูนทักษะการออกกำลังกายและการเคลื่อนไหวอย่างเป็นระบบ
	เล่นกีฬาที่ตนเองชื่นชอบและสามารถประเมินทักษะการเล่นของตนเป็นประจำ	<ul style="list-style-type: none"> การเล่นกีฬาประเภทบุคคลและประเภททีมที่ชื่นชอบ การประเมินทักษะการเล่นกีฬาของตน
	ปฏิบัติตามกฎ กติกา ตามชนิดกีฬาที่เล่น โดยคำนึงถึงความปลอดภัยของตนเองและผู้อื่น	<ul style="list-style-type: none"> กฎ กติกาในการเล่น กีฬาไทย กีฬาสากลตามชนิด กีฬาที่เล่น
	จำแนกกลวิธีการรุก การป้องกัน และนำไปใช้ในการเล่นกีฬา	<ul style="list-style-type: none"> กลวิธีการรุก การป้องกันในการเล่น กีฬา
	เล่นเกมและกีฬา ด้วยความสามัคคี และมีน้ำใจนักกีฬา	<ul style="list-style-type: none"> การสร้างสามัคคีและความมีน้ำใจนักกีฬาในการเล่น เกมและกีฬา
ม. 1	อธิบายความสำคัญของการออกกำลังกายและเล่นกีฬา จนเป็นวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี ออกกำลังกายและเลือกเข้าร่วมเล่นกีฬาตามความถนัด ความสนใจอย่างเต็มความสามารถ พร้อมทั้งมีการประเมินการเล่นของตนและผู้อื่น	<ul style="list-style-type: none"> ความสำคัญของการออกกำลังกายและเล่นกีฬาจนเป็นวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี การออกกำลังกาย เช่น กายบริหารแบบต่าง ๆ เดิน แอโรบิก โยคะ รำมวยจีน การเล่นกีฬาไทย และกีฬาสากล ทั้งประเภทบุคคลและทีม การประเมินการเล่นกีฬาของตนเองและผู้อื่น
	ปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงตามชนิดกีฬาที่เลือกเล่น	<ul style="list-style-type: none"> กฎ กติกา การเล่นเกมและการแข่งขันกีฬาที่เลือกเล่น
	วางแผนการรุกและการป้องกันในการเล่นกีฬาที่เลือกและนำไปใช้ในการเล่นอย่างเป็นระบบ	<ul style="list-style-type: none"> รูปแบบ วิธีการรุกและป้องกันในการเล่น กีฬาที่เลือก

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
	ร่วมมือในการเล่นกีฬา และการทำงานเป็นทีมอย่างสนุกสนาน	<ul style="list-style-type: none"> • การเล่น การแข่งขันกีฬา และการทำงานเป็นทีม
	วิเคราะห์เปรียบเทียบและยอมรับความแตกต่างระหว่างวิธีการเล่นกีฬาของตนเองกับผู้อื่น	<ul style="list-style-type: none"> • การยอมรับความสามารถและความแตกต่างระหว่างบุคคลในการเล่นกีฬา
ม. 2	อธิบายสาเหตุการเปลี่ยนแปลงทางกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ที่เกิดจากการ ออกกำลังกาย และเล่นกีฬาเป็นประจำจนเป็นวิถีชีวิต	<ul style="list-style-type: none"> • สาเหตุการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา จากการออกกำลังกาย และการเล่นกีฬาอย่างสม่ำเสมอ จนเป็นวิถีชีวิต • การสร้างวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดี โดยการออกกำลังกาย และเล่นกีฬาเป็นประจำ
	เลือกเข้าร่วมกิจกรรม การออกกำลังกาย เล่นกีฬาตามความถนัดและความสนใจพร้อมทั้งวิเคราะห์ความแตกต่างระหว่างบุคคล เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาตนเอง	<ul style="list-style-type: none"> • การออกกำลังกายและการเล่นกีฬาไทย กีฬาสากล ทั้งประเภทบุคคลและประเภททีม • การวิเคราะห์ความแตกต่างระหว่างบุคคลเพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาการร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายและเล่นกีฬา
	มีวินัย ปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงในการเล่นกีฬาที่เลือก	<ul style="list-style-type: none"> • วินัยในการฝึก และการเล่นกีฬา ตามกฎ กติกา และข้อตกลง
	วางแผนการรุกและการป้องกันในการเล่นกีฬาที่เลือกและนำไปใช้ในการเล่นอย่างเหมาะสมกับทีม	<ul style="list-style-type: none"> • รูปแบบ กลวิธีการรุก การป้องกันในการเล่นกีฬาเป็นทีม • ประโยชน์ของการเล่นและการทำงาน เป็นทีม • หลักการให้ความร่วมมือในการเล่น การแข่งขันกีฬา และการทำงานเป็นทีม
	นำผลการปฏิบัติในการเล่นกีฬามาสรุปเป็นวิธีที่เหมาะสมกับตนเองด้วยความมุ่งมั่น	<ul style="list-style-type: none"> • การพัฒนาวิธีเล่นกีฬาที่เหมาะสมกับตนเอง <ul style="list-style-type: none"> - การเลือกวิธีเล่น - การแก้ไขข้อบกพร่อง - การเพิ่มทักษะ • การสร้างแรงจูงใจและการสร้างความมุ่งมั่นในการเล่นและแข่งขันกีฬา
ม. 3	มีมารยาทในการเล่นและดูกีฬาด้วยความมีน้ำใจนักกีฬา	<ul style="list-style-type: none"> • มารยาทในการเล่นและการดูกีฬาด้วยความมีน้ำใจนักกีฬา
	ออกกำลังกายและเล่นกีฬาอย่างสม่ำเสมอและนำแนวคิดหลักการจากการเล่นไปพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนเองด้วยความภาคภูมิใจ	<ul style="list-style-type: none"> • การออกกำลังกายและการเล่นกีฬาประเภทบุคคล และประเภททีม • การนำประสบการณ์ แนวคิดจากการออกกำลังกาย และเล่นกีฬาไปประยุกต์ใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิต
	ปฏิบัติตามตามกฎ กติกา และข้อตกลงในการเล่นตามชนิดกีฬาที่	<ul style="list-style-type: none"> • กฎ กติกาและข้อตกลงในการเล่นกีฬาที่เลือกเล่น

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ม. 3	เลือกและนำแนวคิดที่ได้ไปพัฒนาคุณภาพชีวิต ของตนในสังคม	<ul style="list-style-type: none"> • การประยุกต์ประสบการณ์การปฏิบัติตามกฎ กติกา ข้อตกลงในการเล่นกีฬาไปใช้พัฒนาคุณภาพชีวิตของ ตนในสังคม
	จำแนกกลวิธีการรุก การป้องกัน และ ใช้ในการเล่นกีฬาที่เลือกและตัดสินใจ เลือกวิธีที่เหมาะสมกับทีมไปใช้ได้ตาม สถานการณ์ของการเล่น	<ul style="list-style-type: none"> • วิธีการประยุกต์ใช้กลวิธีการรุกและการป้องกันใน การเล่นกีฬาได้ตามสถานการณ์ของการเล่น
	เสนอผลการพัฒนาสุขภาพของตนเอง ที่เกิดจากการออกกำลังกาย และการ เล่นกีฬาเป็นประจำ	<ul style="list-style-type: none"> • การพัฒนาสุขภาพตนเองที่เกิดจากการออกกำลังกาย และการเล่นกีฬาเป็นประจำ
ม. 4-ม.6	ออกกำลังกายและเล่นกีฬา ที่เหมาะสมกับตนเองอย่างสม่ำเสมอ และใช้ความสามารถของตนเองเพิ่ม ศักยภาพของทีม ลดความเป็นตัวตน คำนี้ถึงผลที่เกิดต่อสังคม	<ul style="list-style-type: none"> • การออกกำลังกายด้วยวิธีที่ชอบ เช่น ฝึกกาย บริหารแบบต่าง ๆ ซี่งจักรยาน การออกกำลังกายจาก การทำงานในชีวิตประจำวัน การรำกระบอง รำมวยจีน • การเล่นกีฬาประเภทบุคคล และประเภททีม • การใช้ความสามารถของตนในการเพิ่มศักยภาพของ ทีมในการเล่นกีฬาและการเล่นโดยคำนึงถึงประโยชน์ ต่อสังคม • การวางแผนกำหนดกิจกรรมการออกกำลังกายและ เล่นกีฬา
	อธิบายและปฏิบัติเกี่ยวกับสิทธิ กฎ กติกา กลวิธีต่าง ๆ ในระหว่างการเล่น การแข่งขันกีฬากับผู้อื่นและนำไป สรุปลงเป็นแนวปฏิบัติและใช้ใน ชีวิตประจำวันอย่างต่อเนื่อง	<ul style="list-style-type: none"> • สิทธิ กฎ กติกาการเล่นกีฬา • กลวิธี หลักการรุก การป้องกันอย่างสร้างสรรค์ใน การเล่นและแข่งขันกีฬา • การนำประสบการณ์จากการเล่นกีฬาไปใช้ใน ชีวิตประจำวัน
	แสดงออกถึงการมีมารยาทในการดู การเล่นและการแข่งขันกีฬา ด้วย ความมีน้ำใจนักกีฬา และนำไปใช้ ปฏิบัติทุกโอกาส จนเป็นบุคลิกภาพที่ดี	<ul style="list-style-type: none"> • การปฏิบัติตนในเรื่องมารยาทในการดู การเล่น การแข่งขัน ความมีน้ำใจนักกีฬา • บุคลิกภาพที่ดี
	ร่วมกิจกรรมทางกายและเล่นกีฬาอย่าง มีความสุข ชื่นชมในคุณค่าและความ งามของการกีฬา	<ul style="list-style-type: none"> • ความสุขที่ได้จากการเข้าร่วมกิจกรรมทางกาย และ เล่นกีฬา • คุณค่าและความงามของการกีฬา

สาระที่ 4 การสร้างเสริมสุขภาพ สมรรถภาพและการป้องกันโรค

มาตรฐาน พ 4.1 เห็นคุณค่าและมีทักษะในการสร้างเสริมสุขภาพ การดำรงสุขภาพ การป้องกันโรค และการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ป.1	ปฏิบัติตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติตามคำแนะนำ	<ul style="list-style-type: none"> • การปฏิบัติตามหลักสุขบัญญัติแห่งชาติ
	บอกอาการเจ็บป่วยที่เกิดขึ้นกับตนเอง	<ul style="list-style-type: none"> • ลักษณะอาการเจ็บป่วยที่เกิดขึ้นกับตนเอง - ปวดศีรษะ - ตัวร้อน - มีน้ำมูก - ปวดท้อง - ผื่นคัน (หนังศีรษะ ผิวหนัง) - ฟกช้ำ ฯลฯ
	ปฏิบัติตามคำแนะนำเมื่อมีอาการเจ็บป่วย	<ul style="list-style-type: none"> • วิธีปฏิบัติตามเมื่อมีอาการเจ็บป่วยที่เกิดขึ้นกับตนเอง
ป. 2	บอกลักษณะของการมีสุขภาพดี	<ul style="list-style-type: none"> • ลักษณะของการมีสุขภาพดี - ร่างกายแข็งแรง - จิตใจ ร่าเริง แจ่มใส - มีความสุข - มีความปลอดภัย
	เลือกกินอาหารที่มีประโยชน์	<ul style="list-style-type: none"> • อาหารที่มีประโยชน์และไม่มีประโยชน์
	ระบุของใช้และของเล่นที่มีผลเสียต่อสุขภาพ	<ul style="list-style-type: none"> • ของใช้และของเล่นที่มีผลเสียต่อสุขภาพ
	อธิบายอาการและวิธีป้องกันการเจ็บป่วย การบาดเจ็บที่อาจเกิดขึ้น	<ul style="list-style-type: none"> • อาการและวิธีป้องกันการเจ็บป่วย - ตาแดง ท้องเสีย ฯลฯ • อาการและวิธีป้องกันการบาดเจ็บ - ถูกของมีคม แมลงสัตว์กัดต่อย ทกล้ม ฯลฯ
	ปฏิบัติตามคำแนะนำเมื่อมีอาการเจ็บป่วยและบาดเจ็บ	<ul style="list-style-type: none"> • วิธีปฏิบัติตามเมื่อเจ็บป่วยและบาดเจ็บ
ป. 3	อธิบายการติดต่อและวิธีการป้องกันการแพร่กระจายของโรค	<ul style="list-style-type: none"> • การติดต่อและวิธีการป้องกันการแพร่กระจายของโรค
	จำแนกอาหารหลัก 5 หมู่	<ul style="list-style-type: none"> • อาหารหลัก 5 หมู่
	เลือกกินอาหารที่หลากหลายครบ 5 หมู่ในสัดส่วนที่เหมาะสม	<ul style="list-style-type: none"> • การเลือกกินอาหารที่เหมาะสม - ความหลากหลายของชนิดอาหารในแต่ละหมู่ - สัดส่วนและปริมาณของอาหาร (ตามธงโภชนาการ)
	แสดงการแปร่งฟันให้สะอาดอย่างถูกวิธี	<ul style="list-style-type: none"> • การแปร่งฟันให้สะอาดอย่างถูกวิธี (ครอบคัลม บริเวณขอบเหงือกและคอฟัน)

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
	สร้างเสริมสมรรถภาพทางกายได้ตามคำแนะนำ	<ul style="list-style-type: none"> การสร้างเสริมสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพ - วิธีการทดสอบสมรรถภาพทางกาย - วิธีการสร้างเสริมสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ โดยการออกกำลังกาย การพักผ่อน และกิจกรรมนันทนาการ
ป. 4	อธิบายความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งแวดล้อมกับสุขภาพ	<ul style="list-style-type: none"> ความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งแวดล้อมกับสุขภาพ การจัดสิ่งแวดล้อมที่ถูกสุขลักษณะและเอื้อต่อสุขภาพ
	อธิบายสภาวะอารมณ์ ความรู้สึกที่มีผลต่อสุขภาพ	<ul style="list-style-type: none"> สภาวะอารมณ์และความรู้สึก เช่น โกรธ หงุดหงิด เครียด เกลียด เสียใจ เศร้าใจ วิตกกังวล กลัว ก้าวร้าว อิจฉา ริษยา เบื่อหน่าย ท้อแท้ ดีใจ ชอบใจ รัก ชื่นชม สนุก สุขสบาย ผลที่มีต่อสุขภาพ ทางบวก : สดชื่น ยิ้มแย้ม แจ่มใส ร่าเริง ฯลฯ ทางลบ : ปวดศีรษะ ปวดท้อง เบื่ออาหาร อ่อนเพลีย ฯลฯ
	วิเคราะห์ข้อมูลบนฉลากอาหารและผลิตภัณฑ์สุขภาพ เพื่อการเลือกบริโภค	<ul style="list-style-type: none"> การวิเคราะห์ข้อมูลบนฉลากอาหารและผลิตภัณฑ์สุขภาพ
	ทดสอบและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการตรวจสอบสมรรถภาพทางกาย	<ul style="list-style-type: none"> การทดสอบสมรรถภาพทางกาย การปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบสมรรถภาพทางกาย
ป. 5	แสดงพฤติกรรมที่เห็นความสำคัญของการปฏิบัติตนตามสุขบัญญัติแห่งชาติ	<ul style="list-style-type: none"> ความสำคัญของการปฏิบัติตนตามสุขบัญญัติแห่งชาติ
	ค้นหาข้อมูลข่าวสารเพื่อใช้สร้างเสริมสุขภาพ	<ul style="list-style-type: none"> แหล่งและวิธีค้นหาข้อมูลข่าวสารทางสุขภาพ การใช้ข้อมูลข่าวสารในการสร้างเสริมสุขภาพ
	วิเคราะห์สื่อโฆษณาในการตัดสินใจเลือกซื้ออาหาร และผลิตภัณฑ์สุขภาพอย่างมีเหตุผล	<ul style="list-style-type: none"> การตัดสินใจเลือกซื้ออาหารและผลิตภัณฑ์สุขภาพ (อาหาร เครื่องสำอาง ผลิตภัณฑ์ดูแลสุขภาพในช่องปาก ฯลฯ)
	ปฏิบัติตนในการป้องกันโรคที่พบบ่อยในชีวิตประจำวัน	<ul style="list-style-type: none"> การปฏิบัติตนในการป้องกันโรคที่พบบ่อยในชีวิตประจำวัน - ไข้หวัด - ไข้เลือดออก - โรคผิวหนัง - ฟันผุและโรคปริทันต์ ฯลฯ
	ทดสอบและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบสมรรถภาพทางกาย	<ul style="list-style-type: none"> การทดสอบสมรรถภาพทางกาย การปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบสมรรถภาพทางกาย

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ป. 6	แสดงพฤติกรรมในการป้องกันและแก้ไขปัญหาสีเขียวสิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อสุขภาพ	<ul style="list-style-type: none"> • ความสำคัญของสิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อสุขภาพ • ปัญหาของสิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อสุขภาพ • การป้องกันและแก้ไขปัญหาสีเขียวสิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อสุขภาพ
	วิเคราะห์ผลกระทบที่เกิดจากระบาดของโรคและเสนอแนวทางการป้องกันโรคติดต่อสำคัญที่พบในประเทศไทย	<ul style="list-style-type: none"> • โรคติดต่อสำคัญที่ระบาดในปัจจุบัน • ผลกระทบที่เกิดจากระบาดของโรค • การป้องกันการระบาดของโรค
	แสดงพฤติกรรมที่บ่งบอกถึงความรับผิดชอบต่อสุขภาพของส่วนรวม	• พฤติกรรมที่แสดงออกถึงความรับผิดชอบต่อสุขภาพของส่วนรวม
	สร้างเสริมและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายเพื่อสุขภาพอย่างต่อเนื่อง	<ul style="list-style-type: none"> • วิธีทดสอบสมรรถภาพทางกาย • การสร้างเสริมและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบสมรรถภาพทางกาย
ม. 1	เลือกกินอาหารที่เหมาะสมกับวัย	• หลักการเลือกอาหารที่เหมาะสมกับวัย
	วิเคราะห์ปัญหาที่เกิดจากการภาวะโภชนาการที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ	<ul style="list-style-type: none"> • ปัญหาที่เกิดจากภาวะโภชนาการ - ภาวะการขาดสารอาหาร - ภาวะโภชนาการเกิน
	ควบคุมน้ำหนักของตนเองให้อยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน	<ul style="list-style-type: none"> • เกณฑ์มาตรฐานการเจริญเติบโตของเด็กไทย • วิธีการควบคุมน้ำหนักของตนเองให้อยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน
	การสร้างเสริมและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบ	<ul style="list-style-type: none"> • วิธีทดสอบสมรรถภาพทางกาย • วิธีสร้างเสริมและปรับปรุงสมรรถภาพทางกายตามผลการทดสอบ
ม. 2	เลือกใช้บริการทางสุขภาพอย่างมีเหตุผล	• การเลือกใช้บริการทางสุขภาพ
	วิเคราะห์ผลของการใช้เทคโนโลยีที่มีต่อสุขภาพ	• ผลกระทบของเทคโนโลยี ที่มีต่อสุขภาพ
	วิเคราะห์ความเจริญก้าวหน้าทางการแพทย์ที่มีผลต่อสุขภาพ	• ความเจริญก้าวหน้าทางการแพทย์ที่มีผลต่อสุขภาพ
	วิเคราะห์ความสัมพันธ์ของภาวะสมดุลระหว่างสุขภาพกายและสุขภาพจิต	• ความสมดุลระหว่างสุขภาพกายและสุขภาพจิต
	อธิบายลักษณะอาการเบื้องต้นของผู้มีปัญหสุขภาพจิต	• ความสมดุลระหว่างสุขภาพกายและสุขภาพจิต
	เสนอแนะวิธีปฏิบัติตนเพื่อจัดการกับอารมณ์และความเครียด	• วิธีปฏิบัติตนเพื่อจัดการกับอารมณ์และความเครียด

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ม. 2	พัฒนาสมรรถภาพทางกายตนเองให้ เป็นไปตามเกณฑ์ที่กำหนด	<ul style="list-style-type: none"> เกณฑ์สมรรถภาพทางกาย การพัฒนาสมรรถภาพทางกาย
ม. 3	กำหนดรายการอาหารที่เหมาะสมกับ วัยต่าง ๆ โดยคำนึงถึงความประหยัด และคุณค่าทางโภชนาการ	<ul style="list-style-type: none"> การกำหนดรายการอาหารที่เหมาะสมกับวัยต่าง ๆ วัยทารก วัยเด็ก (วัยก่อนเรียน วัยเรียน) วัยรุ่น วัยผู้ใหญ่ วัยสูงอายุ โดยคำนึงถึงความประหยัดและ คุณค่าทางโภชนาการ
	เสนอแนวทางป้องกันโรคที่เป็นสาเหตุ สำคัญของการเจ็บป่วยและการตาย ของคนไทย	<ul style="list-style-type: none"> โรคที่เป็นสาเหตุสำคัญของการเจ็บป่วยและการตาย ของคนไทย โรคติดต่อ เช่น <ul style="list-style-type: none"> - โรคที่เกิดจากการมีเพศสัมพันธ์ - โรคเอดส์ - โรคไข้หวัดนก ฯลฯ โรคไม่ติดต่อ เช่น <ul style="list-style-type: none"> - โรคหัวใจ - โรคความดันโลหิตสูง - เบาหวาน - มะเร็ง ฯลฯ
	รวบรวมข้อมูลและเสนอแนวทาง แก้ไข ปัญหาสุขภาพในชุมชน	<ul style="list-style-type: none"> ปัญหาสุขภาพในชุมชน แนวทางแก้ไขปัญหาสุขภาพในชุมชน
	วางแผนและจัดเวลาในการออกกำลังกาย การพักผ่อนและการสร้างเสริม สมรรถภาพทางกาย	<ul style="list-style-type: none"> การวางแผนและจัดเวลาในการออกกำลังกาย การพักผ่อน และการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย
	ทดสอบสมรรถภาพทางกาย และ พัฒนาได้ตามความแตกต่างระหว่างบุคคล	<ul style="list-style-type: none"> การทดสอบสมรรถภาพทางกายแบบต่าง ๆ และการ พัฒนาสมรรถภาพเพื่อสุขภาพ
	วิเคราะห์บทบาทและความรับผิดชอบ ของบุคคลที่มีต่อการสร้างเสริมสุขภาพ และการป้องกันโรคในชุมชน	<ul style="list-style-type: none"> บทบาทและความรับผิดชอบของบุคคลที่มีต่อการ สร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันโรคในชุมชน
ม.4- ม.6	วิเคราะห์ อิทธิพลของสื่อโฆษณา เกี่ยวกับสุขภาพเพื่อการเลือกบริโภค	<ul style="list-style-type: none"> อิทธิพลของสื่อโฆษณาเกี่ยวกับสุขภาพ แนวทางการเลือกบริโภคอย่างฉลาดและปลอดภัย
	ปฏิบัติตนตามสิทธิของผู้บริโภค	<ul style="list-style-type: none"> สิทธิพื้นฐานของผู้บริโภคและกฎหมายที่เกี่ยวข้องกับ การคุ้มครองผู้บริโภค
	วิเคราะห์สาเหตุและเสนอแนวทางการ ป้องกันการเจ็บป่วยและการตายของ คนไทย	<ul style="list-style-type: none"> สาเหตุของการเจ็บป่วยและการตายของคนไทย เช่น โรคจากการประกอบอาชีพ โรคทางพันธุกรรม แนวทางการป้องกันการเจ็บป่วย
	วางแผนและปฏิบัติตามแผน การพัฒนา สุขภาพของตนเองและครอบครัว	<ul style="list-style-type: none"> การวางแผนการพัฒนาสุขภาพของตนเอง ครอบครัว

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
	มีส่วนร่วมในการส่งเสริมและพัฒนาสุขภาพของบุคคลในชุมชน	<ul style="list-style-type: none"> • การมีส่วนร่วมในการส่งเสริมและพัฒนาสุขภาพของบุคคลในชุมชน
	วางแผนและปฏิบัติตามแผน การพัฒนาสมรรถภาพกายและสมรรถภาพกลไก	<ul style="list-style-type: none"> • การวางแผนพัฒนาสมรรถภาพทางกายและสมรรถภาพกลไก

สาระที่ 5 ความปลอดภัยในชีวิต

มาตรฐาน พ 5.1 ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยา สารเสพติด และความรุนแรง

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ป. 1	ระบุสิ่งที่ทำให้เกิดอันตราย ที่บ้าน โรงเรียน และการป้องกัน	<ul style="list-style-type: none"> • สิ่งที่ทำให้เกิดอันตรายภายในบ้านและโรงเรียน • การป้องกันอันตรายภายในบ้านและโรงเรียน
	บอกสาเหตุและการป้องกันอันตรายที่เกิดจากการเล่น	<ul style="list-style-type: none"> • อันตรายจากการเล่น - สาเหตุที่ทำให้เกิดอันตรายจากการเล่น - การป้องกันอันตรายจากการเล่น
	แสดงคำพูดหรือท่าทางขอความช่วยเหลือจากผู้อื่นเมื่อเกิดเหตุร้ายที่บ้านและโรงเรียน	<ul style="list-style-type: none"> • การขอความช่วยเหลือเมื่อเกิดเหตุร้ายที่บ้านและโรงเรียน - บุคคลที่ควรขอความช่วยเหลือ - คำพูดและท่าทางการขอความช่วยเหลือ
ป. 2	ปฏิบัติตนในการป้องกันอุบัติเหตุที่อาจเกิดขึ้นทางน้ำ และทางบก	<ul style="list-style-type: none"> • อุบัติเหตุทางน้ำ และทางบก - สาเหตุของอุบัติเหตุทางน้ำและทางบก - วิธีการป้องกันอุบัติเหตุทางน้ำและทางบก
	บอกชื่อยาสามัญประจำบ้าน และใช้ยาตามคำแนะนำ	<ul style="list-style-type: none"> • ยาสามัญประจำบ้าน - ชื่อยาสามัญประจำบ้าน - การใช้ยาตามความจำเป็นและลักษณะอาการ
	ระบุโทษของสารเสพติด สารอันตราย ใกล้เคียงและวิธีการป้องกัน	<ul style="list-style-type: none"> • สารเสพติดและสารอันตรายใกล้ตัว - โทษของสารเสพติด และสารอันตรายใกล้ตัว - วิธีป้องกัน
	ปฏิบัติตนตามสัญลักษณ์และป้ายเตือนของสิ่งของหรือสถานที่ที่เป็นอันตราย	<ul style="list-style-type: none"> • สัญลักษณ์และป้ายเตือนของสิ่งของหรือสถานที่ที่เป็นอันตราย - ความหมายของสัญลักษณ์และป้ายเตือน
	อธิบายสาเหตุ อันตราย วิธีป้องกัน อัคคีภัยและแสดงการหนีไฟ	<ul style="list-style-type: none"> • อัคคีภัย - สาเหตุของการเกิดอัคคีภัย - อันตรายซึ่งได้รับจากการเกิดอัคคีภัย - การป้องกันอัคคีภัย และการหนีไฟ

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ป. 3	ปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัยจากอุบัติเหตุในบ้าน โรงเรียน และการเดินทาง	<ul style="list-style-type: none"> • วิธีปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัยจากอุบัติเหตุในบ้าน โรงเรียนและการเดินทาง
	แสดงวิธีขอความช่วยเหลือจากบุคคลและแหล่งต่าง ๆ เมื่อเกิดเหตุร้ายหรืออุบัติเหตุ	<ul style="list-style-type: none"> • การขอความช่วยเหลือจากบุคคลและแหล่งต่าง ๆ เมื่อเกิดเหตุร้ายหรืออุบัติเหตุ
	แสดงวิธีปฐมพยาบาล เมื่อบาดเจ็บจากการเล่น	<ul style="list-style-type: none"> • การบาดเจ็บจากการเล่น - ลักษณะของการบาดเจ็บ - วิธีปฐมพยาบาล (บาดเจ็บ ห้ามเลือด ฯลฯ)
ป. 4	อธิบายความสำคัญของการใช้ยาและใช้ยาอย่างถูกวิธี	<ul style="list-style-type: none"> • ความสำคัญของการใช้ยา • หลักการใช้ยา
	แสดงวิธีปฐมพยาบาลเมื่อได้รับอันตรายจากการใช้ยาผิด สารเคมี แผลงสัตว์กัดต่อย และการบาดเจ็บจากการเล่นกีฬา	<ul style="list-style-type: none"> • วิธีปฐมพยาบาล - การใช้ยาผิด - สารเคมี - แผลงสัตว์กัดต่อย - การบาดเจ็บจากการเล่นกีฬา
	วิเคราะห์ผลเสียของการสูบบุหรี่ และการดื่มสุรา ที่มีต่อสุขภาพและการป้องกัน	<ul style="list-style-type: none"> • ผลเสียของการสูบบุหรี่ การดื่มสุรา และการป้องกัน
ป. 5	วิเคราะห์ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการใช้สารเสพติด	<ul style="list-style-type: none"> • ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการใช้สารเสพติด (สุรา บุหรี่ ยาบ้า สารระเหย ฯลฯ) - ครอบครัว สังคม เพื่อน - ค่านิยม ความเชื่อ - ปัญหาสุขภาพ - สื่อ ฯลฯ
	วิเคราะห์ผลกระทบของการใช้ยา และสารเสพติด ที่มีผลต่อร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา	<ul style="list-style-type: none"> • ผลกระทบของการใช้ยา และสารเสพติดที่มีต่อร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา
	ปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัยจากการใช้ยาและหลีกเลี่ยงสารเสพติด	<ul style="list-style-type: none"> • การปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัยจากการใช้ยา • การหลีกเลี่ยงสารเสพติด
	วิเคราะห์อิทธิพลของสื่อที่มีต่อพฤติกรรมสุขภาพ	<ul style="list-style-type: none"> • อิทธิพลของสื่อที่มีต่อพฤติกรรมสุขภาพ (อินเทอร์เน็ต เกม ฯลฯ)
ป. 6	ปฏิบัติตนเพื่อป้องกันอันตรายจากการเล่นกีฬา	<ul style="list-style-type: none"> • การปฏิบัติเพื่อป้องกันอันตรายจากการเล่นกีฬา
ป. 6	วิเคราะห์ผลกระทบจากความรุนแรงของภัยธรรมชาติที่มีต่อร่างกาย จิตใจ และสังคม	<ul style="list-style-type: none"> • ภัยธรรมชาติ - ลักษณะของภัยธรรมชาติ

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
ป. 6		- ผลกระทบจากความรุนแรงของภัยธรรมชาติที่มีต่อร่างกาย จิตใจ และสังคม
	ระบุวิธีปฏิบัติตน เพื่อความปลอดภัยจากธรรมชาติ	• การปฏิบัติตนเพื่อความปลอดภัยจากภัยธรรมชาติ
	วิเคราะห์สาเหตุของการติดสารเสพติด และชักชวนให้ผู้อื่นหลีกเลี่ยงสารเสพติด	• สาเหตุของการติดสารเสพติด • ทักษะการสื่อสารให้ผู้อื่นหลีกเลี่ยงสารเสพติด
ม. 1	แสดงวิธีปฐมพยาบาลและเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย	• การปฐมพยาบาลและเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย - เป็นลม - บาดแผล - ไฟไหม้ - กระดูกหัก - น้ำร้อนลวก ฯลฯ
	อธิบายลักษณะอาการของผู้ติดสารเสพติดและการป้องกันการติดสารเสพติด	• ลักษณะของผู้ติดสารเสพติด • อาการของผู้ติดสารเสพติด • การป้องกันการติดสารเสพติด
	อธิบายความสัมพันธ์ของการใช้สารเสพติดกับการเกิดโรคและอุบัติเหตุ	• ความสัมพันธ์ของการใช้สารเสพติดกับการเกิดโรคและอุบัติเหตุ
	แสดงวิธีการชักชวนผู้อื่นให้ลด ละ เลิกสารเสพติด โดยใช้ทักษะต่าง ๆ	• ทักษะที่ใช้ในการชักชวนผู้อื่นให้ลด ละ เลิกสารเสพติด - ทักษะการคิดวิเคราะห์ - ทักษะการสื่อสาร - ทักษะการตัดสินใจ - ทักษะการแก้ปัญหา ฯลฯ
ม. 2	ระบุวิธีการ ปักจี้และแหล่งที่ช่วยเหลือ พี่นฟูผู้ติดสารเสพติด	• วิธีการ ปักจี้และแหล่งที่ช่วยเหลือ พี่นฟูผู้ติดสารเสพติด
	อธิบายวิธีการหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงและสถานการณ์เสี่ยง	• การหลีกเลี่ยงพฤติกรรมเสี่ยงและสถานการณ์เสี่ยง - การมั่วสุม - การทะเลาะวิวาท - การเข้าไปในแหล่งอบายมุข - การแข่งจักรยานยนต์บนท้องถนน ฯลฯ
	ใช้ทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองและหลีกเลี่ยงสถานการณ์คับขันที่อาจนำไปสู่อันตราย	• ทักษะชีวิตในการป้องกันตนเอง (ทักษะปฏิเสธ ทักษะการต่อรอง ฯลฯ) และหลีกเลี่ยงสถานการณ์คับขันที่อาจนำไปสู่อันตราย
ม. 3	วิเคราะห์ปัจจัยเสี่ยง และพฤติกรรมเสี่ยงที่มีผลต่อสุขภาพและแนวทางป้องกัน	• ปัจจัยเสี่ยง และพฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ • แนวทางการป้องกันความเสี่ยงต่อสุขภาพ

ชั้น	ตัวชี้วัด	สาระการเรียนรู้แกนกลาง
	หลีกเลี่ยงการใช้ความรุนแรงและชักชวนเพื่อนให้หลีกเลี่ยงการใช้ความรุนแรงในการแก้ปัญหา	<ul style="list-style-type: none"> • ปัญหาและผลกระทบจากการใช้ความรุนแรง • วิธีหลีกเลี่ยงการใช้ความรุนแรง
	วิเคราะห์อิทธิพลของสื่อต่อพฤติกรรมสุขภาพและความรุนแรง	<ul style="list-style-type: none"> • อิทธิพลของสื่อต่อพฤติกรรมสุขภาพและความรุนแรง (คลิปวิดีโอ การทะเลาะวิวาท อินเทอร์เน็ต เกม ฯลฯ)
	วิเคราะห์ความสัมพันธ์ของการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ต่อสุขภาพและการเกิดอุบัติเหตุ	<ul style="list-style-type: none"> • ความสัมพันธ์ของการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ต่อสุขภาพและการเกิดอุบัติเหตุ
	แสดงวิธีการช่วยฟื้นคืนชีพอย่างถูกวิธี	<ul style="list-style-type: none"> • วิธีการช่วยฟื้นคืนชีพ
ม.4-ม.6	มีส่วนร่วมในการป้องกันความเสี่ยงต่อการใช้ยา การใช้สารเสพติด และความรุนแรง เพื่อสุขภาพของตนเอง ครอบครัว และสังคม	<ul style="list-style-type: none"> • การจัดกิจกรรมป้องกันความเสี่ยงต่อการใช้ยา สารเสพติด และความรุนแรง
	วิเคราะห์ผลกระทบที่เกิดจากการครอบครอง การใช้และการจำหน่ายสารเสพติด	<ul style="list-style-type: none"> • การวิเคราะห์ผลกระทบที่เกิดจากการครอบครอง การใช้และการจำหน่ายสารเสพติด (ตนเอง ครอบครัว เศรษฐกิจ สังคม) • โทษทางกฎหมายที่เกิดจากการครอบครอง การใช้ และการจำหน่ายสารเสพติด
	วิเคราะห์ปัจจัยที่มีผลต่อสุขภาพ หรือ ความรุนแรงของคนไทยและเสนอแนวทางป้องกัน	<ul style="list-style-type: none"> • ปัจจัยที่มีผลต่อสุขภาพของคนไทยและเสนอแนวทางป้องกัน
	วางแผน กำหนดแนวทางลดอุบัติเหตุ และสร้างเสริมความปลอดภัยในชุมชน	<ul style="list-style-type: none"> • การวางแผน กำหนดแนวทางลดอุบัติเหตุ และสร้างเสริมความปลอดภัยในชุมชน
	มีส่วนร่วมในการสร้างเสริมความปลอดภัยในชุมชน	<ul style="list-style-type: none"> • กิจกรรมการสร้างเสริมความปลอดภัยในชุมชน
	ใช้ทักษะการตัดสินใจแก้ปัญหาในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อสุขภาพและความรุนแรง	<ul style="list-style-type: none"> • ทักษะการตัดสินใจแก้ปัญหาในสถานการณ์ที่เสี่ยงต่อสุขภาพ
	แสดงวิธีการช่วยฟื้นคืนชีพอย่างถูกวิธี	<ul style="list-style-type: none"> • วิธีการช่วยฟื้นคืนชีพอย่างถูกวิธี

ที่มา สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ (2551 : 1-5)

หน่วยการเรียนรู้

หน่วยการเรียนรู้ เรื่อง การกู้ชีพขั้นพื้นฐาน กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น

ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2564 จำนวน 6 ชั่วโมง

แผนที่/เรื่อง	สาระมาตรฐานการเรียนรู้/ ตัวชี้วัด	จุดประสงค์การเรียนรู้	จำนวน (ชม.)	การวัดและประเมินผล	เครื่องมือที่ใช้ในกิจกรรม
<p>แผนที่ 1 เรื่อง ความหมาย การแพทย์ฉุกเฉิน สาระสำคัญ เหตุการณ์ฉุกเฉินทาง สุขภาพจากภัยพิบัติ อุบัติเหตุ หรือการป่วย รุนแรง ส่งผลให้เกิดภาวะ เสี่ยงต่อการเสียชีวิต สิ่งสำคัญเร่งด่วนคือผู้ที่อยู่ ในเหตุการณ์ขณะนั้น สามารถทำการกู้ชีพและ ปฐมพยาบาลอย่างถูกต้อง รวดเร็ว มีประสิทธิภาพ เพื่อช่วยให้ผู้ป่วย หรือ ผู้บาดเจ็บที่หมดสติ หยุด หายใจ จากสถานการณ์ ฉุกเฉินต่าง ๆ</p>	<p>สาระที่ 5 ความปลอดภัยในชีวิต มาตรฐาน พ 5.1 ป้องกันและ หลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรม เสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้จ่าย สารเสพติด และความ รุนแรง</p>	<p>ความรู้ 1) นักเรียนเข้าใจและอธิบาย ความหมายการแพทย์ฉุกเฉินได้ ทักษะ/กระบวนการ 1) นักเรียนมีทักษะสื่อสาร อย่างมีประสิทธิภาพ 2) นักเรียนมีความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต 3) นักเรียนมีความสามารถในการใช้เทคโนโลยี คุณลักษณะอันพึงประสงค์ 1) นักเรียนมีความรับผิดชอบมี น้ำใจ ช่วยเหลือผู้อื่น มุ่งมั่นใน การทำงาน มีระเบียบวินัย ตรง ต่อเวลา</p>	1	<ul style="list-style-type: none"> - ตรวจการทำงาน - ประเมินพฤติกรรมการทำงานกลุ่ม - ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ 	<p>สื่อการเรียนรู้ - ใบงานความหมาย การแพทย์ฉุกเฉิน - อุปกรณ์ประกอบใบงาน (กระดาษ ดินสอ สี) - แบบบันทึกคะแนน - แบบการประเมิน แหล่งการเรียนรู้ - ห้องเรียน - สื่อวิดีโอ</p>

วิเคราะห์หน่วยการเรียนรู้
หน่วยการเรียนรู้ เรื่อง การกู้ชีพขั้นพื้นฐาน กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น
ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2564 จำนวน 6 ชั่วโมง

แผนที่/เรื่อง	สาระมาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด	จุดประสงค์การเรียนรู้	จำนวน (ชม.)	การวัดและประเมินผล	เครื่องมือที่ใช้ในกิจกรรม
แผนที่ 2 เรื่อง การกู้ชีพขั้นพื้นฐาน การประเมินสถานการณ์ ณ จุดเกิดเหตุ สาระสำคัญ การปฏิบัติการช่วยชีวิตผู้ป่วย อย่างถูกวิธี และสามารถช่วยให้ ผู้ป่วยปลอดภัยและกลับมามี ชีวิตอีกครั้งได้ ซึ่งต้องได้รับการ ฝึกปฏิบัติที่ถูกต้องและเกิด ความชำนาญ เพื่อประสิทธิภาพ ในการช่วยชีวิตที่ดี	สาระที่ 5 ความปลอดภัย ในชีวิต มาตรฐาน พ 5.1 ป้องกันและหลีกเลี่ยง ปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรม เสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยา สารเสพติด และความรุนแรง	ความรู้ 1) นักเรียนสามารถอธิบายการ ประเมินสถานการณ์ ณ จุดเกิดเหตุได้ ทักษะ/กระบวนการ 1) นักเรียนมีทักษะสื่อสารอย่างมี ประสิทธิภาพ 2) นักเรียนมีความสามารถประเมิน สถานการณ์ ณ จุดเกิดเหตุได้ 3) นักเรียนมีความสามารถในการ ใช้เทคโนโลยี คุณลักษณะอันพึงประสงค์ 1) นักเรียนมีความรับผิดชอบ มีน้ำใจ ช่วยเหลือผู้อื่น มุ่งมั่นในการ ทำงาน มีระเบียบวินัย ตรงต่อเวลา	1	- ตรวจการทำใบงาน - ประเมินพฤติกรรม การเข้าร่วมกิจกรรม การทำงานกลุ่ม - ประเมินคุณลักษณะ อันพึงประสงค์	สื่อการเรียนรู้ - ใบงานการประเมิน สถานการณ์ ณ จุดเกิดเหตุ - อุปกรณ์ประกอบใบงาน (กระดาษ ดินสอ สี) - แบบบันทึกคะแนน - แบบการประเมิน แหล่งการเรียนรู้ - ห้องเรียน - สื่อวิดีโอ

วิเคราะห์หน่วยการเรียนรู้
หน่วยการเรียนรู้ เรื่อง การกู้ชีพขั้นพื้นฐาน กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น
ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2564 จำนวน 6 ชั่วโมง

แผนที่/เรื่อง	สาระมาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด	จุดประสงค์การเรียนรู้	จำนวน (ชม.)	การวัดและประเมินผล	เครื่องมือที่ใช้ในกิจกรรม
<p>แผนที่ 3 เรื่อง การกู้ชีพขั้นพื้นฐาน การประเมินผู้ป่วย สาระสำคัญ การประเมินสถานการณ์และสภาพผู้ป่วย การประเมินสถานการณ์ (Scene size-up) หมายถึง การประเมินสิ่งแวดล้อมของสถานที่เกิดเหตุเพื่อความปลอดภัยทั้งตัวผู้ช่วยเหลือผู้ร่วมงานคนรอบข้างและผู้ป่วยสำหรับวางแผนในการเข้าช่วยเหลือหลักการประเมินสถานการณ์</p>	<p>สาระที่ 5 ความปลอดภัยในชีวิต มาตรฐาน พ 5.1 ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยา สารเสพติด และความรุนแรง</p>	<p>ความรู้ 1) นักเรียนสามารถอธิบายการประเมินผู้ป่วย ทักษะ/กระบวนการ 1) นักเรียนมีทักษะสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ 2) นักเรียนมีความสามารถประเมินผู้ป่วยได้ คุณลักษณะอันพึงประสงค์ 1) นักเรียนมีความรับผิดชอบ มีน้ำใจ ช่วยเหลือผู้อื่น มุ่งมั่นในการทำงาน มีระเบียบวินัย ตรงต่อเวลา</p>	1	<ul style="list-style-type: none"> - ตรวจการทำใบงาน - ประเมินพฤติกรรมการทำงานกลุ่ม - ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ 	<p>สื่อการเรียนรู้</p> <ul style="list-style-type: none"> - ใบงานการประเมินสถานการณ์ ณ จุดเกิดเหตุ - อุปกรณ์ประกอบใบงาน (กระดาษ ดินสอ สี) - แบบบันทึกคะแนน - แบบการประเมิน <p>แหล่งการเรียนรู้</p> <ul style="list-style-type: none"> - ห้องเรียน - สื่อวิดีโอ

วิเคราะห์หน่วยการเรียนรู้
หน่วยการเรียนรู้ เรื่อง การกู้ชีพขั้นพื้นฐาน กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น
ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2564 จำนวน 6 ชั่วโมง

แผนที่/เรื่อง	สาระมาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด	จุดประสงค์การเรียนรู้	จำนวน (ชม.)	การวัดและประเมินผล	เครื่องมือที่ใช้ในกิจกรรม
<p>แผนที่ 4 เรื่อง ท่วงโซ่การรอดชีวิต สาระสำคัญ หัวใจหยุด (cardiac arrest) เป็นภาวะฉุกเฉินทางการแพทย์ หัวใจของการดูแลรักษาภาวะนี้คือ ต้องค้นหาและรักษาสาเหตุ การเกิดหัวใจหยุดรวมกับการนวดหัวใจผายปอดกู้ชีพ (cardiopulmonary resuscitation, CPR) อย่างทัน่วงทีและมีประสิทธิภาพ โดยให้การดูแลผู้ป่วยอย่างเป็นระบบ มีขั้นตอนวิธีที่เป็นมาตรฐาน</p>	<p>สาระที่ 5 ความปลอดภัยในชีวิต มาตรฐาน พ 5.1 ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยา สารเสพติด และความรุนแรง</p>	<p>ความรู้ 1) นักเรียนสามารถอธิบายท่วงโซ่การรอดชีวิตได้ ทักษะ/กระบวนการ 1) นักเรียนมีทักษะสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ 2) นักเรียนมีความสามารถช่วยเหลือผู้อื่นได้เมื่อเกิดเหตุฉุกเฉิน 3) นักเรียนมีความสามารถในการใช้เทคโนโลยี คุณลักษณะอันพึงประสงค์ 1) นักเรียนมีความรับผิดชอบ มีน้ำใจ ช่วยเหลือผู้อื่น มุ่งมั่นในการทำงาน มีระเบียบวินัย ตรงต่อเวลา</p>	1	<ul style="list-style-type: none"> - ตรวจการทำใบงาน - ประเมินพฤติกรรม การเข้าร่วมกิจกรรม การทำงานกลุ่ม - ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ 	<p>สื่อการเรียนรู้</p> <ul style="list-style-type: none"> - ใบงานท่วงโซ่การรอดชีวิต - อุปกรณ์ประกอบใบงาน (กระดาษ ดินสอ สี) - แบบบันทึกคะแนน - แบบการประเมิน <p>แหล่งการเรียนรู้</p> <ul style="list-style-type: none"> - ห้องเรียน - สื่อวีดีโอ

วิเคราะห์หน่วยการเรียนรู้
 หน่วยการเรียนรู้ เรื่อง การกู้ชีพขั้นพื้นฐาน กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา มัธยมศึกษาตอนต้น
 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2564 จำนวน 6 ชั่วโมง

แผนที่/เรื่อง	สาระมาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด	จุดประสงค์การเรียนรู้	จำนวน (ชม.)	การวัดและประเมินผล	เครื่องมือที่ใช้ในกิจกรรม
<p>แผนที่ 5 เรื่อง การฟื้นคืนชีพ CPR สาระสำคัญ ปฏิบัติการช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR) คือ การช่วยเหลือ ผู้ที่หยุดหายใจและหัวใจหยุดเต้น ทำให้ผู้ป่วยกลับมาหายใจ หรือมีการนำออกซิเจนเข้าสู่ร่างกาย และเกิดการไหลเวียนเลือดไปเลี้ยงอวัยวะต่าง ๆ ของร่างกายโดยเฉพาะสมองกับหัวใจ จนกระทั่ง ระบบต่าง ๆ กลับมาทำหน้าที่ได้ตามปกติ เป็นการป้องกันการเสียชีวิต หรือเนื้อเยื่อได้รับ ความเสียหายอย่างถาวรจากการขาดออกซิเจน</p>	<p>สาระที่ 5 ความปลอดภัยในชีวิต มาตรฐาน พ 5.1 ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยา สารเสพติด และความรุนแรง</p>	<p>ความรู้ 1) นักเรียนสามารถอธิบายปฏิบัติการช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR) ได้ ทักษะ/กระบวนการ 1) นักเรียนมีทักษะสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ 2) นักเรียนมีความสามารถช่วยเหลือผู้อื่นได้เมื่อเกิดเหตุฉุกเฉิน 3) นักเรียนมีความสามารถในการใช้เทคโนโลยี คุณลักษณะอันพึงประสงค์ 1) นักเรียนมีความรับผิดชอบ มีน้ำใจ ช่วยเหลือผู้อื่น มุ่งมั่นในการทำงาน มีระเบียบวินัย ตรงต่อเวลา</p>	1	<ul style="list-style-type: none"> - ตรวจการทำใบงาน - ประเมินพฤติกรรม การเข้าร่วมกิจกรรมการทำงานกลุ่ม - ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ 	<p>สื่อการเรียนรู้</p> <ul style="list-style-type: none"> - ใบงานการช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR) - อุปกรณ์ประกอบใบงาน (กระดาษ ดินสอ สี) - แบบบันทึกคะแนน - แบบการประเมิน <p>แหล่งการเรียนรู้</p> <ul style="list-style-type: none"> - ห้องเรียน - สื่อวิดีโอ - อุปกรณ์ในการแสดง

วิเคราะห์หน่วยการเรียนรู้

หน่วยการเรียนรู้ เรื่อง การกู้ชีพขั้นพื้นฐาน กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น

ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2564 จำนวน 6 ชั่วโมง

แผนที่/เรื่อง	สาระมาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด	จุดประสงค์การเรียนรู้	จำนวน (ชม.)	การวัดและประเมินผล	เครื่องมือที่ใช้ในกิจกรรม
<p>แผนที่ 6 เรื่อง การกู้ชีพขั้นพื้นฐาน เครื่อง AED สาระสำคัญ เครื่องเออีดี (AED) คืออุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์ แบบพกพาที่สามารถ วินิจฉัย ภาวะหัวใจเต้นผิดปกติที่อันตรายแก่ชีวิต (ชนิด Ventricular Fibrillation หรือหัวใจห้องล่างเต้นแผ่วระรัวที่ไม่มีสัญญาณชีพ และ Ventricular Tachycardia) ได้โดย อัตโนมัติ และสามารถ ให้การรักษา โดยปล่อยไฟฟ้าไปช็อก หรือกระตุกหัวใจเพื่อหยุดภาวะหัวใจเต้นผิดปกติ นั้นให้หัวใจกลับมาเต้นใหม่ในจังหวะที่ถูกต้อง</p>	<p>สาระที่ 5 ความปลอดภัยในชีวิต มาตรฐาน พ 5.1 ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยา สารเสพติด และความรุนแรง</p>	<p>ความรู้ 1) นักเรียนสามารถอธิบายวิธีการใช้เครื่อง AED ทักษะ/กระบวนการ 1) นักเรียนมีทักษะสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ 2) นักเรียนมีความสามารถช่วยเหลือผู้อื่นได้เมื่อเกิดเหตุฉุกเฉิน 3) นักเรียนมีความสามารถในการใช้เทคโนโลยีเครื่องเออีดี (AED) คุณลักษณะอันพึงประสงค์ 1) นักเรียนมีความรับผิดชอบ มีน้ำใจ ช่วยเหลือผู้อื่น มุ่งมั่นในการทำงาน มีระเบียบวินัย ตรงต่อเวลา</p>	1	<ul style="list-style-type: none"> - ตรวจการทำใบงาน - ประเมินพฤติกรรม การเข้าร่วมกิจกรรม การทำงานกลุ่ม - ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ 	<p>สื่อการเรียนรู้</p> <ul style="list-style-type: none"> - ใบงานสรุปวิธีการใช้เครื่อง AED - อุปกรณ์ประกอบใบงาน (กระดาษ ดินสอ สี) - แบบบันทึกคะแนน - แบบการประเมิน <p>แหล่งการเรียนรู้</p> <ul style="list-style-type: none"> - ห้องเรียน - สื่อวิดีโอ - อุปกรณ์ในการแสดง

วิเคราะห์หน่วยการเรียนรู้
 หน่วยการเรียนรู้ เรื่องการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น
 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2564 จำนวน 16 ชั่วโมง

แผนที่/เรื่อง	สาระมาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด	จุดประสงค์การเรียนรู้	จำนวน (ชม.)	การวัดและประเมินผล	เครื่องมือที่ใช้ในกิจกรรม
<p>แผนที่ 7 เรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะทางเดินหายใจอุดกั้น สาระสำคัญ การสำลักสิ่งแปลกปลอมหรือ choking เป็นสาเหตุอย่างหนึ่งของการอุดกั้นทางเดินหายใจส่วนบน แม้ว่าการอุดกั้นทางเดินหายใจจากสิ่งแปลกปลอม (FBAO) เป็นปัญหาที่พบไม่บ่อยแต่สามารถนำไปสู่ภาวะคุกคามชีวิตได้ การสำลักส่วนใหญ่เกิดจากการสำลักอาหาร มักมีผู้พบเห็นเหตุการณ์ หากสามารถให้การช่วยเหลือในทันทีขณะที่ผู้ป่วยยังรู้สึกสติและสามารถตอบสนองได้จะเป็นประโยชน์สูงสุด</p>	<p>สาระที่ 5 ความปลอดภัยในชีวิต มาตรฐาน พ 5.1 ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การเข้ายา สารเสพติด และความรุนแรง</p>	<p>ความรู้ 1) นักเรียนสามารถอธิบายการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะทางเดินหายใจอุดกั้น ทักษะ/กระบวนการ 1) นักเรียนมีทักษะสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ 2) นักเรียนมีความสามารถช่วยเหลือผู้อื่นได้เมื่อเกิดเหตุฉุกเฉิน 3) นักเรียนมีความสามารถในการใช้เทคโนโลยี คุณลักษณะอันพึงประสงค์ 1) นักเรียนมีความรับผิดชอบมีน้ำใจ ช่วยเหลือผู้อื่น มุ่งมั่นในการทำงาน มีระเบียบวินัย ตรงต่อเวลา</p>	1	<ul style="list-style-type: none"> - ตรวจการทำใบงาน - ประเมินพฤติกรรม การเข้าร่วมกิจกรรมการทำงานกลุ่ม - ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ 	<p>สื่อการเรียนรู้</p> <ul style="list-style-type: none"> - ใบงานการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะทางเดินหายใจอุดกั้น - อุปกรณ์ประกอบใบงาน (กระดาษ ดินสอ สี) - แบบบันทึกคะแนน - แบบการประเมิน <p>แหล่งการเรียนรู้</p> <ul style="list-style-type: none"> - ห้องเรียน - สื่อวิดีโอ - อุปกรณ์ในการแสดง

วิเคราะห์หน่วยการเรียนรู้
 หน่วยการเรียนรู้ เรื่องการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น
 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2564 จำนวน 16 ชั่วโมง

แผนที่/เรื่อง	สาระมาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด	จุดประสงค์การเรียนรู้	จำนวน (ชม.)	การวัดและประเมินผล	เครื่องมือที่ใช้ในกิจกรรม
<p>แผนที่ 8 เรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน กล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือดเฉียบพลัน (Heart Attack) สาระสำคัญ โรคกล้ามเนื้อหัวใจตายเฉียบพลัน (heart attack) เป็นโรคที่ทำให้มีการเสียชีวิตค่อนข้างสูง สิ่งสำคัญที่สุดที่จะช่วยลดอัตราการเสียชีวิตของโรคนี้และทำให้ผู้ป่วยสามารถมีคุณภาพชีวิตได้ดีตามปกติคือ การวินิจฉัยโรคอย่างรวดเร็วและได้รับการรักษาอย่างทันท่วงที ควรทำความรู้จักโรคนี้กันให้ดี เพราะทุกนาทีมีค่าต่อชีวิต</p>	<p>สาระที่ 5 ความปลอดภัยในชีวิต มาตรฐาน พ 5.1 ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยา สารเสพติด และความรุนแรง</p>	<p>ความรู้ 1) นักเรียนสามารถอธิบายการปฐมพยาบาลฉุกเฉินกล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือดเฉียบพลัน(Heart Attack) ทักษะ/กระบวนการ 1) นักเรียนมีทักษะสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ 2) นักเรียนมีความสามารถช่วยเหลือผู้อื่นได้เมื่อเกิดเหตุฉุกเฉิน คุณลักษณะอันพึงประสงค์ นักเรียนมีความรับผิดชอบ มีน้ำใจ ช่วยเหลือผู้อื่น มุ่งมั่นในการทำงาน มีระเบียบวินัยตรงต่อเวลา</p>	1	<ul style="list-style-type: none"> - ตรวจการทำใบงาน - ประเมินพฤติกรรม - ประเมินพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรม - ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ 	<p>สื่อการเรียนรู้</p> <ul style="list-style-type: none"> - ใบงานการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน กล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือดเฉียบพลัน(Heart Attack) - อุปกรณ์ประกอบใบงาน (กระดาษ ดินสอ สี) - แบบบันทึกคะแนน - แบบการประเมิน <p>แหล่งการเรียนรู้</p> <ul style="list-style-type: none"> - ห้องเรียน - สื่อวีดีโอ - อุปกรณ์ในการแสดง

วิเคราะห์หน่วยการเรียนรู้
 หน่วยการเรียนรู้ เรื่องการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น
 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2564 จำนวน 16 ชั่วโมง

แผนที่/เรื่อง	สาระมาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด	จุดประสงค์การเรียนรู้	จำนวน (ชม.)	การวัดและประเมินผล	เครื่องมือที่ใช้ในกิจกรรม
แผนที่ 9 เรื่อง การปฐมพยาบาล ฉุกเฉิน เส้นเลือดในสมองแตก ตีบ ตัน (Stroke) สาระสำคัญ การปฏิบัติการช่วยชีวิต ผู้ป่วยอย่างถูกวิธี และสามารถ ช่วยให้ผู้ป่วยปลอดภัยและ กลับมามีชีวิตอีกครั้งได้ ซึ่งต้อง ได้รับการฝึกปฏิบัติที่ถูกต้อง และเกิดความชำนาญ เพื่อ ประสิทธิภาพในการช่วยชีวิตที่ดี	สาระที่ 5 ความ ปลอดภัยในชีวิต มาตรฐาน พ 5.1 ป้องกันและหลีกเลี่ยง ปัจจัยเสี่ยง พหุติกรรม เสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยา สารเสพติด และความ รุนแรง	ความรู้ 1) นักเรียนสามารถอธิบายการปฐม พยาบาลฉุกเฉิน เส้นเลือดในสมอง แตก ตีบ ตัน (Stroke) ได้ ทักษะ/กระบวนการ 1) นักเรียนมีทักษะสื่อสารอย่างมี ประสิทธิภาพ 2) นักเรียนมีความสามารถช่วยเหลือ ผู้อื่นได้เมื่อเกิดเหตุฉุกเฉิน คุณลักษณะอันพึงประสงค์ นักเรียนมีความรับผิดชอบ มีน้ำใจ ช่วยเหลือผู้อื่น มุ่งมั่นในการทำงาน มีระเบียบวินัย ตรงต่อเวลา	1	-ตรวจการทำใบงาน -ประเมินพฤติกรรมกร เข้าร่วมกิจกรรมการ ทำงานกลุ่ม -ประเมินคุณลักษณะอัน พึงประสงค์	สื่อการเรียนรู้ ใบงานการปฐมพยาบาล ฉุกเฉิน เส้นเลือดในสมอง แตก ตีบ ตัน (Stroke) อุปกรณ์ประกอบใบงาน (กระดาษ ดินสอ สี) แบบบันทึกคะแนน แบบการประเมิน แหล่งการเรียนรู้ - ห้องเรียน - สื่อวิดีโอ - อุปกรณ์ในการแสดง

วิเคราะห์หน่วยการเรียนรู้
 หน่วยการเรียนรู้ เรื่องการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น
 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2564 จำนวน 16 ชั่วโมง

แผนที่/เรื่อง	สาระมาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด	จุดประสงค์การเรียนรู้	จำนวน (ชม.)	การวัดและประเมินผล	เครื่องมือที่ใช้ในกิจกรรม
<p>แผนที่ 10 เรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะหอบหืด สาระสำคัญ โรคหอบหืด (asthma) เป็นโรคที่มีการอักเสบเรื้อรังของเยื่อหลอดลม ร่วมกับภาวะผิดปกติของหลอดลมที่ไวต่อสิ่งกระตุ้น เมื่อผู้ป่วยสัมผัสกับสิ่งกระตุ้น กล้ามเนื้อบริเวณหลอดลมจะเกิดการหดเกร็ง ทำให้หลอดลมตีบแคบลง ผู้ป่วยจึงหายใจลำบาก อาจอันตรายถึงแก่ชีวิตได้ โรคหอบหืดเป็นโรคที่รักษาไม่หายขาด แต่สามารถควบคุมไม่ให้อาการกำเริบได้</p>	<p>สาระที่ 5 ความปลอดภัยในชีวิต มาตรฐาน พ 5.1 ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพอุบัติเหตุ การใช้ยา สารเสพติด และความรุนแรง</p>	<p>ความรู้ 1) นักเรียนสามารถอธิบายการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะหอบหืดได้ ทักษะ/กระบวนการ 1) นักเรียนมีทักษะสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ 2) นักเรียนมีความสามารถช่วยเหลือผู้อื่นได้เมื่อเกิดเหตุฉุกเฉิน คุณลักษณะอันพึงประสงค์ นักเรียนมีความรับผิดชอบ มีน้ำใจ ช่วยเหลือผู้อื่น มุ่งมั่นในการทำงาน มีระเบียบวินัย ตรงต่อเวลา</p>	1	- ตรวจการทำงาน - ประเมินพฤติกรรม การเข้าร่วมกิจกรรม การทำงานกลุ่ม - ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์	<p>สื่อการเรียนรู้ ใบบนปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะหอบหืด อุปกรณ์ประกอบใบบน (กระดาษ ดินสอ สี) แบบบันทึกคะแนน แหล่งการเรียนรู้ - ห้องเรียน - สื่อวีดีโอ - อุปกรณ์ในการแสดง</p>

วิเคราะห์หน่วยการเรียนรู้
 หน่วยการเรียนรู้ เรื่องการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น
 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2564 จำนวน 16 ชั่วโมง

แผนที่/เรื่อง	สาระมาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด	จุดประสงค์การเรียนรู้	จำนวน (ชม.)	การวัดและประเมินผล	เครื่องมือที่ใช้ในกิจกรรม
<p>แผนที่ 11 เรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะแพ้อย่างรุนแรงเฉียบพลัน (Anaphylaxis) สาระสำคัญ</p> <p>ภูมิแพ้รุนแรงเฉียบพลัน (Anaphylaxis) คือ อาการภูมิแพ้ที่มีปฏิกิริยารุนแรงอย่างเฉียบพลัน เมื่อร่างกายได้รับสารกระตุ้นบางอย่าง เช่น อาหาร แมลงกัดต่อย เนื่องจากระบบภูมิคุ้มกันของบุคคลนั้นไวต่อสารกระตุ้นดังกล่าวมากกว่าคนปกติ หากไม่ได้รับการรักษาอย่างทันท่วงทีอาจนำไปสู่ภาวะช็อก อาจร้ายแรงถึงขั้นเสียชีวิตได้</p>	<p>สาระที่ 5 ความปลอดภัยในชีวิต</p> <p>มาตรฐาน พ 5.1 ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยา สารเสพติด และความรุนแรง</p>	<p>ความรู้</p> <p>1) นักเรียนสามารถอธิบายการปฐมพยาบาลฉุกเฉินภาวะภูมิแพ้รุนแรงเฉียบพลันได้</p> <p>ทักษะ/กระบวนการ</p> <p>1) นักเรียนมีทักษะสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ</p> <p>2) นักเรียนมีความสามารถช่วยเหลือผู้อื่นได้เมื่อเกิดเหตุฉุกเฉิน</p> <p>คุณลักษณะอันพึงประสงค์</p> <p>นักเรียนมีความรับผิดชอบ มีน้ำใจ ช่วยเหลือผู้อื่น มุ่งมั่นในการทำงาน มีระเบียบวินัย ตรงต่อเวลา</p>	1	<ul style="list-style-type: none"> - ตรวจการทำใบงาน - ประเมินพฤติกรรม การเข้าร่วมกิจกรรมการทำงานกลุ่ม - ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ 	<p>สื่อการเรียนรู้</p> <p>ใบงานปฐมพยาบาลฉุกเฉินภาวะภูมิแพ้รุนแรงเฉียบพลัน</p> <p>อุปกรณ์ประกอบใบงาน (กระดาษ ดินสอ สี) แบบบันทึกคะแนน</p> <p>แหล่งการเรียนรู้</p> <ul style="list-style-type: none"> - ห้องเรียน - สื่อวิดีโอ - อุปกรณ์ในการแสดง

วิเคราะห์หน่วยการเรียนรู้
 หน่วยการเรียนรู้ เรื่องการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น
 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2564 จำนวน 16 ชั่วโมง

แผนที่/เรื่อง	สาระมาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด	จุดประสงค์การเรียนรู้	จำนวน (ชม.)	การวัดและประเมินผล	เครื่องมือที่ใช้ในกิจกรรม
<p>แผนที่ 12 เรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะเลือดออกภายนอกอย่างรุนแรง (Bleeding) สาระสำคัญ</p> <p>เลือดออกหรือการตกเลือด คือ ภาวะที่มีการเสียเลือดจากระบบไหลเวียน อาจเป็นการตกเลือดภายในหรือภายนอก ออกจากช่องเปิดตามธรรมชาติ เช่น ช่องคลอด ปาก หรือออกจากแผลเปิดที่ผิวหนังก็ได้ ซึ่งหากการปฏิบัติการช่วยชีวิตผู้ป่วยอย่างถูกวิธี และยังสามารถช่วยให้ผู้ป่วยปลอดภัยและกลับมามีชีวิตอีกครั้งได้</p>	<p>สาระที่ 5 ความปลอดภัยในชีวิต</p> <p>มาตรฐาน พ 5.1 ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยา สารเสพติด และความรุนแรง</p>	<p>ความรู้</p> <p>1) นักเรียนสามารถอธิบายการปฐมพยาบาลฉุกเฉินภาวะเลือดออกภายนอกอย่างรุนแรงได้</p> <p>ทักษะ/กระบวนการ</p> <p>1) นักเรียนมีทักษะสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ</p> <p>2) นักเรียนมีความสามารถช่วยเหลือผู้อื่นได้เมื่อเกิดเหตุฉุกเฉิน</p> <p>คุณลักษณะอันพึงประสงค์</p> <p>นักเรียนมีความรับผิดชอบ มีน้ำใจ ช่วยเหลือผู้อื่น มุ่งมั่นในการทำงาน มีระเบียบวินัย ตรงต่อเวลา</p>	1	<ul style="list-style-type: none"> - ตรวจการทำใบงาน - ประเมินพฤติกรรม - ประเมินพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรม - ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ 	<p>สื่อการเรียนรู้</p> <p>ใบงานสรุปการปฐมพยาบาลฉุกเฉินภาวะเลือดออกภายนอกอย่างรุนแรงได้</p> <p>อุปกรณ์ประกอบใบงาน (กระดาษ ดินสอ สี)</p> <p>แบบบันทึกคะแนน</p> <p>แบบการประเมิน</p> <p>แหล่งการเรียนรู้</p> <ul style="list-style-type: none"> - ห้องเรียน - สื่อวิดีโอ - อุปกรณ์ในการแสดง

วิเคราะห์หน่วยการเรียนรู้
 หน่วยการเรียนรู้ เรื่องการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น
 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2564 จำนวน 16 ชั่วโมง

แผนที่/เรื่อง	สาระมาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด	จุดประสงค์การเรียนรู้	จำนวน (ชม.)	การวัดและประเมินผล	เครื่องมือที่ใช้ในกิจกรรม
<p>แผนที่ 13 เรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉินภาวะภาวะช็อก (Shock) สาระสำคัญ ภาวะช็อกเป็นภาวะของร่างกายที่มีการไหลเวียนเลือดลดลงต่ำผิดปกติส่งผลให้การสูบฉีดเลือดไปเลี้ยงส่วนต่าง ๆ ในร่างกายไม่เพียงพอ ทำให้เซลล์และอวัยวะเสียหายจากการขาดเลือดที่เป็นตัวนำออกซิเจนและสารอาหาร เมื่อเกิดกับอวัยวะสำคัญและรักษาไม่ทันเวลาอาจเป็นอันตรายถึงชีวิต</p>	<p>สาระที่ 5 ความปลอดภัยในชีวิต มาตรฐาน พ 5.1 ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยา สารเสพติด และความรุนแรง</p>	<p>ความรู้ 1) นักเรียนสามารถอธิบายการปฐมพยาบาลฉุกเฉินภาวะช็อก ทักษะ/กระบวนการ 1) นักเรียนมีทักษะสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ 2) นักเรียนมีความสามารถช่วยเหลือผู้อื่นได้เมื่อเกิดเหตุฉุกเฉิน คุณลักษณะอันพึงประสงค์ นักเรียนมีความรับผิดชอบ มีน้ำใจ ช่วยเหลือผู้อื่น มุ่งมั่นในการทำงาน มีระเบียบวินัย ตรงต่อเวลา</p>	1	<ul style="list-style-type: none"> - ตรวจการทำใบงาน - ประเมินพฤติกรรม การเข้าร่วมกิจกรรมการทำงานกลุ่ม - ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ 	<p>สื่อการเรียนรู้ ใบงานสรุปการปฐมพยาบาลฉุกเฉินภาวะช็อก (Shock) อุปกรณ์ประกอบใบงาน (กระดาษ ดินสอ สี) แบบบันทึกคะแนน แบบการประเมิน แหล่งการเรียนรู้ - ห้องเรียน - สื่อวิดีโอ - อุปกรณ์ในการแสดง</p>

วิเคราะห์หน่วยการเรียนรู้
หน่วยการเรียนรู้ เรื่องการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น
ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2564 จำนวน 16 ชั่วโมง

แผนที่/เรื่อง	สาระมาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด	จุดประสงค์การเรียนรู้	จำนวน (ชม.)	การวัดและประเมินผล	เครื่องมือที่ใช้ในกิจกรรม
<p>แผนที่ 14 เรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน การบาดเจ็บที่ศีรษะ (Head Injury) สาระสำคัญ การบาดเจ็บใด ๆ ที่มีต่อหนังศีรษะ กะโหลกศีรษะและเนื้อเยื่อที่เป็นส่วนประกอบภายในกะโหลกศีรษะ ซึ่งอาจทำให้ถึงแก่ชีวิตได้ แต่หากการปฏิบัติการช่วยชีวิตผู้ป่วยอย่างถูกวิธี และยังสามารถช่วยให้ผู้ป่วยปลอดภัยและกลับมาใช้ชีวิตอีกครั้งได้</p>	<p>สาระที่ 5 ความปลอดภัยในชีวิต มาตรฐาน พ 5.1 ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พหุติกรรม เสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยา สารเสพติด และความรุนแรง</p>	<p>ความรู้ 1) นักเรียนสามารถอธิบายการปฐมพยาบาลฉุกเฉินการบาดเจ็บที่ศีรษะ (Head Injury) ทักษะ/กระบวนการ 1) นักเรียนมีทักษะสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ 2) นักเรียนมีความสามารถช่วยเหลือผู้อื่นได้เมื่อเกิดเหตุฉุกเฉิน คุณลักษณะอันพึงประสงค์ นักเรียนมีความรับผิดชอบ มีน้ำใจ ช่วยเหลือผู้อื่น มุ่งมั่นในการทำงาน มีระเบียบวินัย ตรงต่อเวลา</p>	1	<ul style="list-style-type: none"> - ตรวจการทำใบงาน - ประเมินพฤติกรรม การเข้าร่วมกิจกรรมการทำงานกลุ่ม - ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ 	<p>สื่อการเรียนรู้ ใบงานสรุปการปฐมพยาบาลฉุกเฉินภาวะได้รับการบาดเจ็บที่ศีรษะ (Head Injury) อุปกรณ์ประกอบใบงาน (กระดาษ ดินสอ สี) แบบบันทึกคะแนน แบบการประเมิน แหล่งการเรียนรู้ - ห้องเรียน - สื่อวิดีโอ - อุปกรณ์ในการแสดง</p>

วิเคราะห์หน่วยการเรียนรู้
 หน่วยการเรียนรู้ เรื่องการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น
 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2564 จำนวน 16 ชั่วโมง

แผนที่/เรื่อง	สาระมาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด	จุดประสงค์การเรียนรู้	จำนวน (ชม.)	การวัดและประเมินผล	เครื่องมือที่ใช้ในกิจกรรม
<p>แผนที่ 15 เรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน การบาดเจ็บที่กระดูกสันหลัง (Spinal Injury) สาระสำคัญ การบาดเจ็บที่กระดูกสันหลังเป็นสภาวะที่พบได้บ่อยที่สุดส่วนหนึ่งในร่างกาย ซึ่งอาจเกิดได้จากการกระแทกโดยตรง อันจะนำมาซึ่งภาวะแทรกซ้อนที่รุนแรง หรือถึงขั้นสูญเสียชีวิตได้ ซึ่งหากการปฏิบัติการช่วยชีวิตผู้ป่วยอย่างถูกวิธี และยังสามารถช่วยให้ผู้ป่วยปลอดภัยและกลับมาใช้ชีวิตอีกครั้งได้</p>	<p>สาระที่ 5 ความปลอดภัยในชีวิต มาตรฐาน พ 5.1 ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยา สารเสพติด และความรุนแรง</p>	<p>ความรู้ 1) นักเรียนสามารถอธิบายการปฐมพยาบาลฉุกเฉินการบาดเจ็บที่กระดูกสันหลัง (Spinal Injury) ทักษะ/กระบวนการ 1) นักเรียนมีทักษะสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ 2) นักเรียนมีความสามารถช่วยเหลือผู้อื่นได้เมื่อเกิดเหตุฉุกเฉิน คุณลักษณะอันพึงประสงค์ นักเรียนมีความรับผิดชอบ มีน้ำใจ ช่วยเหลือผู้อื่น มุ่งมั่นในการทำงาน มีระเบียบวินัย ตรงต่อเวลา</p>	1	<ul style="list-style-type: none"> - ตรวจการทำใบงาน - ประเมินพฤติกรรม การเข้าร่วมกิจกรรมการทำงานกลุ่ม - ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ 	<p>สื่อการเรียนรู้ ใบงานสรุปการปฐมพยาบาลฉุกเฉินการบาดเจ็บที่กระดูกสันหลัง (Spinal Injury) อุปกรณ์ประกอบใบงาน (กระดาษ ดินสอ สี) แบบบันทึกคะแนน แบบการประเมิน แหล่งการเรียนรู้ - ห้องเรียน - สื่อวิดีโอ - อุปกรณ์ในการแสดง</p>

วิเคราะห์หน่วยการเรียนรู้
 หน่วยการเรียนรู้ เรื่องการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น
 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2564 จำนวน 16 ชั่วโมง

แผนที่/เรื่อง	สาระมาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด	จุดประสงค์การเรียนรู้	จำนวน (ชม.)	การวัดและประเมินผล	เครื่องมือที่ใช้ในกิจกรรม
<p>แผนที่ 16 เรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน กระดูกหัก (Fractures) สาระสำคัญ ภาวะที่กระดูกได้รับแรงกระแทกมากเกินไป ส่งผลให้กระดูกไม่สามารถรองรับน้ำหนักจากแรงดังกล่าวได้ และเกิดหัก ก่อให้เกิดอาการปวด เสื่อมสมรรถภาพในการทำงาน ซึ่งหากการปฏิบัติการช่วยชีวิตผู้ป่วยอย่างถูกวิธี และยังสามารถช่วยให้ผู้ป่วยปลอดภัย และกลับมาใช้ชีวิตอีกครั้งได้</p>	<p>สาระที่ 5 ความปลอดภัยในชีวิต มาตรฐาน พ 5.1 ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยา สารเสพติด และความรุนแรง</p>	<p>ความรู้ 1) นักเรียนสามารถอธิบายการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน กระดูกหัก (Fractures) ทักษะ/กระบวนการ 1) นักเรียนมีทักษะสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ 2) นักเรียนมีความสามารถช่วยเหลือผู้อื่นได้เมื่อเกิดเหตุฉุกเฉิน คุณลักษณะอันพึงประสงค์ นักเรียนมีความรับผิดชอบ มีน้ำใจ ช่วยเหลือผู้อื่น มุ่งมั่นในการทำงาน มีระเบียบวินัย ตรงต่อเวลา</p>	1	<ul style="list-style-type: none"> - ตรวจการทำใบงาน - ประเมินพฤติกรรม การเข้าร่วมกิจกรรมการทำงานกลุ่ม - ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ 	<p>สื่อการเรียนรู้ ใบงานสรุปการปฐมพยาบาลฉุกเฉินกระดูกหัก อุปกรณ์ประกอบใบงาน (กระดาษ ดินสอ สี) แบบบันทึกคะแนน แบบการประเมิน</p> <p>แหล่งการเรียนรู้</p> <ul style="list-style-type: none"> - ห้องเรียน - สื่อวิดีโอ - อุปกรณ์ในการแสดง

วิเคราะห์หน่วยการเรียนรู้
 หน่วยการเรียนรู้ เรื่องการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น
 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2564 จำนวน 16 ชั่วโมง

แผนที่/เรื่อง	สาระมาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด	จุดประสงค์การเรียนรู้	จำนวน (ชม.)	การวัดและประเมินผล	เครื่องมือที่ใช้ในกิจกรรม
<p>แผนที่ 17 เรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะแผลไหม้ (Burn) สาระสำคัญ การบาดเจ็บจากแผล Burns สามารถเกิดขึ้นได้จากอุบัติเหตุหลายสาเหตุ ทั้งจากความเย็น ความร้อน ของเหลวร้อน หรือแม้แต่น้ำมันตากรังสี การช่วยเหลือเบื้องต้นก่อนถึงโรงพยาบาลอย่างถูกต้อง และมีประสิทธิภาพ ณ จุดเกิดเหตุ จึงจะสามารถลดความรุนแรงและอันตรายที่เกิดกับผู้บาดเจ็บได้</p>	<p>สาระที่ 5 ความปลอดภัยในชีวิต มาตรฐาน พ 5.1 ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยา สารเสพติด และความรุนแรง</p>	<p>ความรู้ 1) นักเรียนสามารถอธิบายการปฐมพยาบาลฉุกเฉินภาวะแผลไหม้ (Burn) ทักษะ/กระบวนการ 1) นักเรียนมีทักษะสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ 2) นักเรียนมีความสามารถช่วยเหลือผู้อื่นได้เมื่อเกิดเหตุฉุกเฉิน คุณลักษณะอันพึงประสงค์ นักเรียนมีความรับผิดชอบ มีน้ำใจ ช่วยเหลือผู้อื่น มุ่งมั่นในการทำงาน มีระเบียบวินัย ตรงต่อเวลา</p>	1	- ตรวจการทำใบงาน - ประเมินพฤติกรรม การเข้าร่วมกิจกรรม การทำงานกลุ่ม - ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์	<p>สื่อการเรียนรู้ ใบงานสรุปการปฐมพยาบาลฉุกเฉินภาวะแผลไหม้ อุปกรณ์ประกอบใบงาน (กระดาษ ดินสอ สี) แบบบันทึกคะแนน แบบการประเมิน</p> <p>แหล่งการเรียนรู้ - ห้องเรียน - สื่อวิดีโอ - อุปกรณ์ในการแสดง</p>

วิเคราะห์หน่วยการเรียนรู้
 หน่วยการเรียนรู้ เรื่องการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น
 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2564 จำนวน 16 ชั่วโมง

แผนที่/เรื่อง	สาระมาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด	จุดประสงค์การเรียนรู้	จำนวน (ชม.)	การวัดและประเมินผล	เครื่องมือที่ใช้ในกิจกรรม
<p>แผนที่ 18 เรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉินภาวะชัก (Convulsion) สาระสำคัญ ภาวะชัก คือ ความผิดปกติของการทำหน้าที่ของสมองโดยที่มีการปลดปล่อยกระแสประสาทซึ่งเป็นกระแสไฟฟ้าจากเซลล์ประสาทสมองจำนวนมากกว่าปกติมาก ซึ่งอาจก่อให้เกิดอาการ ผิดปกติให้เห็น ได้แก่ อาการกระตุกเฉพาะส่วนของร่างกายหรือทุกส่วนอาจมีพฤติกรรมเปลี่ยนชั่วคราว อาจมีอาการเหม่อ เป็นต้น</p>	<p>สาระที่ 5 ความปลอดภัยในชีวิต มาตรฐาน พ 5.1 ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยาสารเสพติด และความรุนแรง</p>	<p>ความรู้ 1) นักเรียนสามารถอธิบายการปฐมพยาบาลฉุกเฉินภาวะชัก ทักษะ/กระบวนการ 1) นักเรียนมีทักษะสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ 2) นักเรียนมีความสามารถช่วยเหลือผู้อื่นได้เมื่อเกิดเหตุฉุกเฉิน คุณลักษณะอันพึงประสงค์ นักเรียนมีความรับผิดชอบ มีน้ำใจ ช่วยเหลือผู้อื่น มุ่งมั่นในการทำงาน มีระเบียบวินัย ตรงต่อเวลา</p>	1	<ul style="list-style-type: none"> - ตรวจการทำใบงาน - ประเมินพฤติกรรม - การเข้าร่วมกิจกรรม - ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ 	<p>สื่อการเรียนรู้ ใบงานสรุปการปฐมพยาบาลฉุกเฉินภาวะชัก อุปกรณ์ประกอบใบงาน (กระดาษ ดินสอ สี) แบบบันทึกคะแนน แบบการประเมิน</p> <p>แหล่งการเรียนรู้</p> <ul style="list-style-type: none"> - ห้องเรียน - สื่อวิดีโอ - อุปกรณ์ในการแสดง

วิเคราะห์หน่วยการเรียนรู้
 หน่วยการเรียนรู้ เรื่องการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น
 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2564 จำนวน 16 ชั่วโมง

แผนที่/เรื่อง	สาระมาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด	จุดประสงค์การเรียนรู้	จำนวน (ชม.)	การวัดและประเมินผล	เครื่องมือที่ใช้ในกิจกรรม
<p>แผนที่ 19 เรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะช็อก (Psychological Trauma) สาระสำคัญ ภาวะจิตใจได้รับความกระทบกระเทือนอย่างรุนแรง เช่น อยู่ในเหตุการณ์ความรุนแรง มีความรู้สึกชีวิตตกอยู่ในอันตรายจนส่งผลให้ เกิดภาวะสะเทือนขวัญจนไม่สามารถควบคุมอารมณ์ ความคิด และพฤติกรรมได้ หากผู้ที่อยู่ในภาวะสะเทือนขวัญถูกละเลย ไม่ได้รับการปฐมพยาบาลทางใจอย่างถูกต้อง และทันทีที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิตในระยะยาว</p>	<p>สาระที่ 5 ความปลอดภัยในชีวิต มาตรฐาน พ 5.1 ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยาสารเสพติด และความรุนแรง</p>	<p>ความรู้ 1) นักเรียนสามารถอธิบายการปฐมพยาบาลฉุกเฉินภาวะช็อก (Psychological Trauma) ทักษะ/กระบวนการ 1) นักเรียนมีทักษะสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ 2) นักเรียนมีความสามารถช่วยเหลือผู้อื่นได้เมื่อเกิดเหตุฉุกเฉิน คุณลักษณะอันพึงประสงค์ นักเรียนมีความรับผิดชอบ มีน้ำใจ ช่วยเหลือผู้อื่น มุ่งมั่นในการทำงาน มีระเบียบวินัย ตรงต่อเวลา</p>	1	- ตรวจการทำใบงาน - ประเมินพฤติกรรมการทำงานกลุ่ม - ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์	<p>สื่อการเรียนรู้ ใบงานสรุปการปฐมพยาบาลฉุกเฉินภาวะช็อก (Psychological Trauma) อุปกรณ์ประกอบใบงาน (กระดาษ ดินสอ สี) แบบบันทึกคะแนน แหล่งการเรียนรู้ - ห้องเรียน - สื่อวิดีโอ - อุปกรณ์ในการแสดง</p>

วิเคราะห์หน่วยการเรียนรู้
 หน่วยการเรียนรู้ เรื่องการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น
 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2564 จำนวน 16 ชั่วโมง

แผนที่/เรื่อง	สาระมาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด	จุดประสงค์การเรียนรู้	จำนวน (ชม.)	การวัดและประเมินผล	เครื่องมือที่ใช้ในกิจกรรม
<p>แผนที่ 20 เรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน การเคลื่อนย้ายผู้ป่วย ผู้บาดเจ็บในภาวะฉุกเฉิน สาระสำคัญ ในกรณีที่เกิดเหตุฉุกเฉินสามารถทำการปฐมพยาบาล ณ จุดเกิดเหตุได้ ไม่ควรเคลื่อนย้ายผู้ป่วยโดยไม่มี ความจำเป็น เนื่องจากการเคลื่อนย้ายอาจทำให้ผู้ป่วยเกิดความเจ็บปวด หรือ มีอาการบาดเจ็บมากกว่าเดิม โดยเฉพาะผู้ป่วยที่มีอาการบาดเจ็บบริเวณศีรษะ คอ กระดูกสันหลัง ควรรอให้เจ้าหน้าที่ทางการแพทย์ที่มีความเชี่ยวชาญ พร้อมอุปกรณ์ที่ปลอดภัยทำการเคลื่อนย้าย ผู้ป่วยเพื่อส่งรักษาต่อการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยจะพิจารณากระทำในกรณีที่จำเป็นเร่งด่วน</p>	<p>สาระที่ 5 ความปลอดภัยในชีวิต มาตรฐาน พ 5.1 ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยาสารเสพติด และ ความรุนแรง</p>	<p>ความรู้ 1) นักเรียนสามารถอธิบายการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน การเคลื่อนย้ายผู้ป่วย ผู้บาดเจ็บในภาวะฉุกเฉิน ทักษะ/กระบวนการ 1) นักเรียนมีทักษะสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ 2) นักเรียนมีความสามารถช่วยเหลือผู้อื่นได้เมื่อเกิดเหตุฉุกเฉิน คุณลักษณะอันพึงประสงค์ นักเรียนมีความรับผิดชอบ มีน้ำใจ ช่วยเหลือผู้อื่น มุ่งมั่นในการทำงาน มีระเบียบวินัย ตรงต่อเวลา</p>	1	- ตรวจการทำใบงาน - ประเมินพฤติกรรม การเข้าร่วมกิจกรรม การทำงานกลุ่ม - ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์	<p>สื่อการเรียนรู้ ใบงานสรุปการปฐมพยาบาล ฉุกเฉิน การเคลื่อนย้ายผู้ป่วย ผู้บาดเจ็บในภาวะฉุกเฉิน อุปกรณ์ประกอบใบงาน (กระดาษ ดินสอ สี) แบบบันทึกคะแนน แบบการประเมิน</p> <p>แหล่งการเรียนรู้ - ห้องเรียน - สื่อวิดีโอ - อุปกรณ์ในการแสดง</p>

วิเคราะห์หน่วยการเรียนรู้
 หน่วยการเรียนรู้ เรื่องการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น
 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2564 จำนวน 16 ชั่วโมง

แผนที่/เรื่อง	สาระมาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด	จุดประสงค์การเรียนรู้	จำนวน (ชม.)	การวัดและประเมินผล	เครื่องมือที่ใช้ในกิจกรรม
<p>แผนที่ 21 เรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ุงพิษกัด</p> <p>สาระสำคัญ ุงพิษอันตราย หมายถึง ุงที่มีเขี้ยวพิษ ต่อหน้าพิษที่มีน้ำพิษรุนแรง ผลที่ ูกงุงพิษกัดจะเห็น เป็นเขี้ยวพิษใหญ่ ๆ 2 จุด หากเป็นรอยเขี้ยวเล็ก ๆ จำนวนมากแสดงว่าเป็นงูไม่มีพิษ ุงพิษ ในประเทศไทย และถ้าหากโดนงูที่มีพิษกัด อาจจะมีอันตรายถึงชีวิตได้ ซึ่งหากการปฏิบัติการช่วยชีวิต ผู้ป่วยอย่างถูกวิธี และยังสามารถช่วยให้ผู้ป่วยปลอดภัย และกลับมาใช้ชีวิตอีกครั้งได้ เพราะฉะนั้นต้องได้รับการฝึกปฏิบัติที่ถูกต้องและเกิดความชำนาญ เพื่อประสิทธิภาพในการช่วยชีวิตที่ดี</p>	<p>สาระที่ 5 ความปลอดภัยในชีวิต มาตรฐาน พ 5.1 ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้จ่ายสารเสพติด และความรุนแรง</p>	<p>ความรู้ 1) นักเรียนสามารถอธิบายการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ุงพิษกัด</p> <p>ทักษะ/กระบวนการ 1) นักเรียนมีทักษะสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ 2) นักเรียนมีความสามารถช่วยเหลือผู้อื่นได้เมื่อเกิดเหตุฉุกเฉิน</p> <p>คุณลักษณะอันพึงประสงค์ นักเรียนมีความรับผิดชอบ มีน้ำใจ ช่วยเหลือผู้อื่น มุ่งมั่นในการทำงาน มีระเบียบวินัย ตรงต่อเวลา</p>	1	- ตรวจการทำใบงาน - ประเมินพฤติกรรม การเข้าร่วมกิจกรรมการทำงานกลุ่ม - ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์	<p>สื่อการเรียนรู้ ใบงานสรุปการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ุงพิษกัด อุปกรณ์ประกอบใบงาน (กระดาษ ดินสอ สี) แบบบันทึกคะแนน แบบการประเมิน</p> <p>แหล่งการเรียนรู้ - ห้องเรียน - สื่อวิดีโอ - อุปกรณ์ในการแสดง</p>

วิเคราะห์หน่วยการเรียนรู้

หน่วยการเรียนรู้ เรื่องการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น

ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2564 จำนวน 16 ชั่วโมง

แผนที่/เรื่อง	สาระมาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด	จุดประสงค์การเรียนรู้	จำนวน (ชม.)	การวัดและประเมินผล	เครื่องมือที่ใช้ในกิจกรรม
<p>แผนที่ 22 เรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน แมง หรือ แมลงมีพิษกัด ต่อย</p> <p>สาระสำคัญ แมงหรือแมลงมีพิษ หากถูกกัดหรือต่อย ในรายที่รุนแรง จะมีอาการหน้าบวม ช้ำ หายใจลำบาก ไตวาย น้ำท่วมปอด ซึ่งหากการปฏิบัติการช่วยชีวิตผู้ป่วยอย่างถูกวิธี และยังสามารถช่วยให้ผู้ป่วยปลอดภัยและกลับมามีชีวิตอีกครั้งได้ เพราะฉะนั้นต้องได้รับการฝึกปฏิบัติที่ถูกต้องและเกิดความชำนาญ เพื่อประสิทธิภาพในการช่วยชีวิตที่ดี</p>	<p>สาระที่ 5 ความปลอดภัยในชีวิต</p> <p>มาตรฐาน พ 5.1 ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยาสารเสพติด และ ความรุนแรง</p>	<p>ความรู้ 1) นักเรียนสามารถอธิบายการปฐมพยาบาลฉุกเฉินแมง หรือ แมลงมีพิษกัด ต่อย</p> <p>ทักษะ/กระบวนการ 1) นักเรียนมีทักษะสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ 2) นักเรียนมีความสามารถช่วยเหลือผู้อื่นได้เมื่อเกิดเหตุฉุกเฉิน</p> <p>คุณลักษณะอันพึงประสงค์ นักเรียนมีความรับผิดชอบ มีน้ำใจ ช่วยเหลือผู้อื่น มุ่งมั่นในการทำงาน มีระเบียบวินัย ตรงต่อเวลา</p>	1	<ul style="list-style-type: none"> - ตรวจการทำใบงาน - ประเมินพฤติกรรม การเข้าร่วมกิจกรรมการทำงานกลุ่ม - ประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ 	<p>สื่อการเรียนรู้ ใบงานสรุปการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน แมง หรือ แมลงมีพิษกัด ต่อย</p> <p>อุปกรณ์ประกอบใบงาน (กระดาษ ดินสอ สี)</p> <p>แบบบันทึกคะแนน</p> <p>แบบการประเมิน</p> <p>แหล่งการเรียนรู้</p> <ul style="list-style-type: none"> - ห้องเรียน - สื่อวิดีโอ - อุปกรณ์ในการแสดง

แผนการจัดการเรียนรู้รายคาบ
ในรายวิชาสุขศึกษา

แผนการจัดการเรียนรู้ลำดับที่ 1

หน่วยการเรียนรู้ที่ เรื่อง ความหมายการแพทย์ฉุกเฉิน
รหัสวิชา รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา..... ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ...
กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา
ปีการศึกษา ภาคเรียนที่ เวลา 1 ชั่วโมง

1. มาตรฐานการเรียนรู้ / ตัวชี้วัด

1.1 มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐาน พ 5.1 ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยา สารเสพติด และความรุนแรง

1.2 ตัวชี้วัด

พ 5.1 ม. 4-6/7 แสดงวิธีการช่วยฟื้นคืนชีพอย่างถูกวิธี

2. สาระสำคัญ / ความคิดรวบยอด

เหตุการณ์ฉุกเฉินทางสุขภาพจากภัยพิบัติ อุบัติเหตุ หรือการป่วยรุนแรง ส่งผลให้เกิดภาวะเสี่ยงต่อการเสียชีวิต สิ่งสำคัญเร่งด่วนคือผู้ที่อยู่ในเหตุการณ์ขณะนั้นสามารถทำการกู้ชีพและปฐมพยาบาลอย่างถูกต้อง รวดเร็ว มีประสิทธิภาพ เพื่อช่วยให้ผู้ป่วย หรือผู้บาดเจ็บที่หมดสติ หายุดหายนใจ หัวใจหยุดเต้น จากสถานการณ์ฉุกเฉินต่าง ๆ เช่น ภาวะหัวใจวายเฉียบพลัน กล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือดเฉียบพลัน จมน้ำ การทำงานในที่อับอากาศ ไฟฟ้าช็อต อุบัติเหตุทางท้องถนน หรือผู้ป่วยจากอาการของโรคที่มีอาการรุนแรง ซึ่งในช่วงเวลาสั้น ๆ เมื่อเกิดการหยุดหายใจเป็นช่วงเวลาที่มีความสำคัญมาก ผู้ป่วยอาจเสียชีวิตหรือสมองตายหากสมองขาดออกซิเจนนานเกิน 4 - 6 นาทีการช่วยชีวิต ณ จุดเกิดเหตุอย่างถูกต้องและรวดเร็วจะช่วยให้ผู้ป่วยรอดชีวิต หรือยืดระยะเวลาให้ผู้ป่วยได้รับการส่งต่อไปยังทีมแพทย์ฉุกเฉินได้อย่างปลอดภัย

3. สาระการเรียนรู้

3.1. สาระการเรียนรู้แกนกลาง

การแพทย์ฉุกเฉิน และการปฐมพยาบาล

4. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

- 4.1 ความสามารถในการสื่อสาร 4.2 ความสามารถในการคิด 4.3 ความสามารถในการแก้ปัญหา
 4.4 ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต 4.5 ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

5. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

5.1 คุณลักษณะอันพึงประสงค์(ตามหลักสูตรแกนกลาง)

- 1) รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์ 2) ซื่อสัตย์สุจริต 3) มีวินัย 4) ใฝ่เรียนรู้
 5) อยู่อย่างพอเพียง 6) มุ่งมั่นในการทำงาน 7) รักความเป็นไทย 8) มีจิตสาธารณะ

5.2 คุณลักษณะตามหลักสูตรมาตรฐานสากล

- 1) มีความรู้พื้นฐานในยุคดิจิทัล วิทยาศาสตร์ เศรษฐศาสตร์ เทคโนโลยี รู้ภาษา พหุวัฒนธรรม
ตระหนักสำนึกระดับโลก
- 2) สามารถคิดประดิษฐ์อย่างสร้างสรรค์ ปรับตัว ใฝ่รู้ ใฝ่เรียน วิเคราะห์ สังเคราะห์ สรุป สร้างองค์ความรู้
- 3) มีทักษะสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ
- 4) มีความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต
- 5) มีความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

6. ทักษะของผู้เรียนในศตวรรษที่ 21 (3R 8C)

- 6.1 ทักษะการอ่าน (Reading)
- 6.2 ทักษะการ เขียน (Writing)
- 6.3 ทักษะการคิดคำนวณ (Arithmetic)
- 6.4 ทักษะด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณและทักษะในการแก้ปัญหา (Critical thinking and problem solving)
- 6.5 ทักษะด้านการสร้างสรรค์และนวัตกรรม (Creativity and innovation)
- 6.6 ทักษะด้านความร่วมมือการทำงานเป็นทีมและภาวะผู้นำ (Collaboration, teamwork, and leadership)
- 6.7 ทักษะด้านความเข้าใจต่างวัฒนธรรมต่างกระบวนทัศน์ (Cross-cultural understanding)
- 6.8 ทักษะด้านการสื่อสารสารสนเทศและรู้เท่าทันสื่อ (Communication information and media literacy)
- 6.9 ทักษะด้านคอมพิวเตอร์และเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร (Computing)
- 6.10 ทักษะอาชีพและทักษะการเรียนรู้ (Career and learning self-reliance, change)
- 6.11 ความมีคุณธรรม มีเมตตา มีระเบียบวินัย (Compassion)

7. การบูรณาการตามพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ

- 7.1 บูรณาการสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน
- 7.2 บูรณาการเศรษฐกิจพอเพียง
- 7.3 อื่น ๆ (โปรดระบุ) วิชา ศิลปะ (การแสดง)

8. ชิ้นงาน / ภาระงาน (รวบยอด)

แบบทดสอบใน Application quizizz

9. การวัดและประเมินผล

9.1 การวัดและประเมินผลชิ้นงาน/ภาระงาน (รวบยอด)

- 1) วิธีการ การอภิปราย สรุปร่วมกัน
- 2) เครื่องมือ แบบทดสอบใน Application quizizz
- 3) เกณฑ์ ผ่านเกณฑ์ที่ระดับคุณภาพ ดี

9.2 การวัดและประเมินผลระหว่างการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

ลำดับ	รายการที่วัดและประเมินผล	วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์
1.	ทดสอบความรู้ก่อนเรียน	ทำแบบทดสอบก่อนเรียนใน Application quizizz	แบบทดสอบก่อนเรียนใน Application quizizz	ประเมินตามสภาพจริง
2.	บอกขั้นตอนการประเมินสถานการณ์ ณ จุดเกิดเหตุได้	1. สรุปรการประเมินสถานการณ์ ณ จุดเกิดเหตุได้ 2. การถาม-ตอบ ในกิจกรรมการเรียนรู้	1. แบบประเมินการสรุป 2. คำถามและแนวคำตอบ	ผ่านเกณฑ์ที่ระดับคุณภาพดี

10. สื่อการเรียนรู้ / แหล่งเรียนรู้

10.1 สื่อการเรียนรู้

- 1) แบบทดสอบก่อนเรียนใน Application quizizz
- 2) วิดีโอ New Normal ระบบการแพทย์ฉุกเฉิน

10.2 แหล่งเรียนรู้

- 1) <https://quizizz.com/admin/quiz/5d72f10a4bfcac001a6eae5d/application>
- 2) <https://www.youtube.com/watch?v=GOfy4uN-hcQ>

11. กิจกรรมการเรียนรู้

เรื่องที่ 1

เรื่อง ความหมายการแพทย์ฉุกเฉิน

จำนวนเวลาเรียน 1 ชั่วโมง

วิธีสอน สืบเสาะหาความรู้ Inquiry Method : 5E

ขั้นที่ 1 กระตุ้นความสนใจ (Engage)

1. ทำแบบทดสอบก่อนเรียนใน Application quizzz เรื่อง ความหมายการแพทย์ฉุกเฉิน
2. ครูให้นักเรียนดูวิดีโอเรื่อง การแพทย์ฉุกเฉิน
3. ครูใช้คำถาม กระตุ้นความสนใจและอยากรู้อยากเรียน

ขั้นที่ 2 ขั้นสำรวจและค้นหา

1. นักเรียนจับกลุ่ม 3 คน ร่วมกันสืบค้น ในหัวข้อ “ความหมายการแพทย์ฉุกเฉิน”
2. นักเรียนแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับเพื่อน ๆ กลุ่มอื่นในสิ่งที่ครูให้ศึกษาและสรุปเป็นแผนผังความคิด

ลงในกระดาษปรีฟของกลุ่มและตกแต่งในสวยงาม

ขั้นที่ 3 ขั้นอธิบายความรู้

1. ตัวแทนกลุ่มออกมานำเสนอการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ของกลุ่มตนเอง
2. ครูเสริมความรู้ในประเด็นที่แตกต่างหรือขาดหายไป

ขั้นที่ 4 ขั้นขยายความเข้าใจ

1. ครูให้นักเรียนดูคลิปวิดีโอเพิ่มเติมเกี่ยวกับความหมายองค์ประกอบของการแพทย์ฉุกเฉิน

ขั้นที่ 5 ตรวจสอบผล (Evaluate)

1. ครูและนักเรียนอภิปรายสรุปร่วมกัน เรื่อง “การแพทย์ฉุกเฉิน”

ใบกิจกรรม เรื่อง ความหมายการแพทย์ฉุกเฉิน

สมาชิกกลุ่ม ชั้น.....

1. ชื่อ เลขที่.....
2. ชื่อ เลขที่.....
3. ชื่อ เลขที่.....

คำชี้แจง

1. นักเรียนจับกลุ่ม 3 คน ร่วมกันสืบค้น ในหัวข้อ “ความหมายการแพทย์ฉุกเฉิน”
2. นักเรียนแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับเพื่อนๆกลุ่มอื่นในสิ่งที่ครูให้ศึกษาและสรุปเป็นแผนผังความคิดลงในกระดาษปรีฟของ

กลุ่มที่..... ชั้นมัธยมศึกษาปีที่

คำชี้แจง : ให้ ผู้สอน/หัวหน้ากลุ่ม สังเกตพฤติกรรมการทำกิจกรรมของนักเรียนแล้วขีด ✓ ลงในช่องที่ตรงกับระดับคะแนน

ลำดับที่	ชื่อ-สกุล ของผู้รับการ ประเมิน	ความร่วมมือกัน ทำกิจกรรม				การแสดง ความคิดเห็น				การรับฟัง ความคิดเห็น				การตั้งใจ ทำงาน				การแก้ไข ปัญหา/หรือ ปรับปรุง ผลงานกลุ่ม				รวม 20 คะแนน	
		4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1		

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน
...../...../.....

เกณฑ์การให้คะแนน

ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมอย่างสม่ำเสมอ	ให้ 4	คะแนน
ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมบ่อยครั้ง	ให้ 3	คะแนน
ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมบางครั้ง	ให้ 2	คะแนน
ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมน้อยครั้ง	ให้ 1	คะแนน

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ	
ช่วงคะแนน	ระดับคุณภาพ
18 - 20	ดีมาก
14 - 17	ดี
10 - 13	พอใช้
ต่ำกว่า 10	ปรับปรุง

แบบประเมินชิ้นงานสรุป เรื่อง ความหมายการแพทย์ฉุกเฉิน

รายการประเมิน	คำอธิบายระดับคุณภาพ/ระดับคะแนน			
	ดีมาก (4)	ดี (3)	พอใช้ (2)	ปรับปรุง (1)
1. ความถูกต้องชัดเจนของเนื้อหา	สามารถอธิบายเรื่องการแพทย์ฉุกเฉินได้ถูกต้องครบถ้วน	สามารถอธิบายเรื่องการแพทย์ฉุกเฉินได้ถูกต้องบางส่วน	สามารถอธิบายเรื่องการแพทย์ฉุกเฉินผิดหลายส่วน	ไม่สามารถอธิบายเรื่องการแพทย์ฉุกเฉินผิดหลายส่วน
2. การใช้ภาษา	เขียนได้ตรงตามประเด็นตามที่กำหนดไว้ ภาษาที่ใช้สะกดถูกต้อง ทำให้ผู้อ่านเข้าใจได้ง่ายและมีแนวคิดที่น่าสนใจ	เขียนได้ตรงตามประเด็นตามที่กำหนดไว้ ภาษาที่ใช้สะกดถูกต้องทำให้ผู้อ่านเข้าใจได้ง่าย	เขียนได้ตรงตามประเด็นตามที่กำหนดไว้ ภาษาอ่านยาก เกิดความสับสนในการอ่าน	เขียนไม่ตรงตามประเด็น
3. ความสวยงามและควมมีระเบียบของชิ้นงาน	มีสีสันสวยงาม มีการจัดระเบียบในการเขียน และมีความคิดสร้างสรรค์	มีสีสันสวยงามเป็นระเบียบ	มีสีสันสวยงามแต่ไม่มีการจัดระเบียบในการเขียน	ไม่มีระเบียบและสีสันสวยงาม
4.ระยะเวลา	ส่งก่อนกำหนดหรือตรงตามกำหนด	ส่งช้ากว่ากำหนด 1-2 วัน	ส่งช้ากว่ากำหนด 3 วัน	ส่งช้ากว่ากำหนดมากกว่า 4 วันขึ้นไป

หมายเหตุ ให้นิยามความหมายของระดับคุณภาพให้เป็น (rubric score)

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ

ช่วงคะแนน	16 – 12	11 – 7	4 – 6	0 - 3
ระดับคุณภาพ	ดีมาก	ดี	พอใช้	ปรับปรุง

ใบความรู้การประเมินสถานการณ์ ณ จุดเกิดเหตุ

1. การประเมินสถานการณ์ ณ จุดเกิดเหตุ

ก่อนการเข้าไปให้การช่วยเหลือผู้ป่วย ผู้ช่วยเหลืต้องคำนึงถึงความปลอดภัยของตนเองและบุคคลที่อยู่ ณ จุดเกิดเหตุ โดยการประเมินสถานการณ์ ณ จุดเกิดเหตุว่ามีความปลอดภัยสำหรับตนเองและทีมที่จะเข้าไปให้ความช่วยเหลือหรือไม่ หากสำรวจความปลอดภัยของสถานที่หรือจุดเกิดเหตุแล้ว พบว่าสถานการณ์ไม่ปลอดภัย เช่น มีไฟไหม้ ดึงกำลังจะถล่มแผ่นดินไหว เป็นต้น ห้ามเข้าไปช่วยเหลือ ให้รีบร้องขอความช่วยเหลือทันที

ตามหลักการที่ถูกต้องในการช่วยชีวิต ผู้ช่วยเหลืควรปฏิบัติกรช่วยชีวิตอย่างรวดเร็วที่สุดไม่ควรเคลื่อนย้ายผู้ป่วยจนกว่าจะแน่ใจว่าสามารถเคลื่อนย้ายได้อย่างปลอดภัย ยกเว้น ในกรณีผู้ป่วยหรือผู้บาดเจ็บอยู่ในสถานที่หรือสถานการณ์ที่ไม่เหมาะสมต่อการปฐมพยาบาล และมีความเสี่ยงต่อการเกิดอันตรายต่อทั้งผู้ป่วยและผู้ช่วยเหลือ หากพบสถานการณ์เช่นนี้ ให้แจ้งขอความช่วยเหลือจากหน่วยงานที่มีขีดความสามารถสูงกว่าเข้ามาให้ความช่วยเหลือทันที หรือถ้ามีผู้ช่วยเหลือเพียงพอในการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย ให้รีบเคลื่อนย้ายผู้ป่วยออกจากจุดเกิดเหตุ เช่น ผู้ป่วยประสบอุบัติเหตุนอนหมดสติอยู่กลางถนนเวลากลางคืน เป็นต้น) ไปทำการช่วยฟื้นคืนชีพยังสถานที่ปลอดภัย

แผนการจัดการเรียนรู้ลำดับที่ 2

หน่วยการเรียนรู้ที่ เรื่อง การกู้ชีพขั้นพื้นฐาน การประเมินสถานการณ์ ณ จุดเกิดเหตุ
รหัสวิชา รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา..... ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ...
กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา
ปีการศึกษา ภาคเรียนที่ เวลา 1 ชั่วโมง

1. มาตรฐานการเรียนรู้ / ตัวชี้วัด

1.1 มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐาน พ 5.1 ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยา
สารเสพติด และความรุนแรง

1.2 ตัวชี้วัด

พ 5.1 ม. 4-6/7 แสดงวิธีการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน

2. สาระสำคัญ / ความคิดรวบยอด

การปฏิบัติการช่วยชีวิตผู้ป่วยอย่างถูกวิธี และสามารถช่วยให้ผู้ป่วยปลอดภัยและกลับมามีชีวิตอีกครั้ง
ได้ ซึ่งต้องได้รับการฝึกปฏิบัติที่ถูกต้องและเกิดความชำนาญ เพื่อประสิทธิภาพในการช่วยชีวิตที่ดี

3. สาระการเรียนรู้

3.1 สาระการเรียนรู้แกนกลาง

การแพทย์ฉุกเฉินและวิธีการปฐมพยาบาลฉุกเฉินที่ถูกต้อง

4. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

- | | |
|---|--|
| <input checked="" type="checkbox"/> 4.1 ความสามารถในการสื่อสาร | <input checked="" type="checkbox"/> 4.2 ความสามารถในการคิด |
| <input checked="" type="checkbox"/> 4.3 ความสามารถในการแก้ปัญหา | <input checked="" type="checkbox"/> 4.4 ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต |
| <input checked="" type="checkbox"/> 4.5 ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี | |

5. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

5.1 คุณลักษณะอันพึงประสงค์(ตามหลักสูตรแกนกลาง)

- | | | | |
|--|--|--|---|
| <input type="checkbox"/> 1) รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์ | <input type="checkbox"/> 2) ซื่อสัตย์สุจริต | <input type="checkbox"/> 3) มีวินัย | <input checked="" type="checkbox"/> 4) ใฝ่เรียนรู้ |
| <input type="checkbox"/> 5) อยู่อย่างพอเพียง | <input type="checkbox"/> 6) มุ่งมั่นในการทำงาน | <input type="checkbox"/> 7) รักความเป็นไทย | <input checked="" type="checkbox"/> 8) มีจิตสาธารณะ |

5.2 คุณลักษณะตามหลักสูตรมาตรฐานสากล

- 1) มีความรู้พื้นฐานในยุคดิจิทัล วิทยาศาสตร์ เศรษฐศาสตร์ เทคโนโลยี ภาษาอังกฤษ พหุวัฒนธรรม ตระหนักสำนึกระดับโลก
- 2) สามารถคิดประดิษฐ์อย่างสร้างสรรค์ ปรับตัว ใฝ่รู้ ใฝ่เรียน วิเคราะห์ สังเคราะห์ สรุป สร้างองค์ความรู้
- 3) มีทักษะสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ
- 4) มีความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต
- 5) มีความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

6. ทักษะของผู้เรียนในศตวรรษที่ 21 (3R 8C)

- 6.1 ทักษะการอ่าน (Reading)
- 6.2 ทักษะการ เขียน (Writing)
- 6.3 ทักษะการคิดคำนวณ (Arithmetic)
- 6.4 ทักษะด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณและทักษะในการแก้ปัญหา (Critical thinking and problem solving)
- 6.5 ทักษะด้านการสร้างสรรค์และนวัตกรรม (Creativity and innovation)
- 6.6 ทักษะด้านความร่วมมือการทำงานเป็นทีมและภาวะผู้นำ (Collaboration, teamwork, and leadership)
- 6.7 ทักษะด้านความเข้าใจต่างวัฒนธรรมต่างกระบวนทัศน์ (Cross-cultural understanding)
- 6.8 ทักษะด้านการสื่อสารสารสนเทศและรู้เท่าทันสื่อ (Communication information and media literacy)
- 6.9 ทักษะด้านคอมพิวเตอร์และเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร (Computing)
- 6.10 ทักษะอาชีพและทักษะการเรียนรู้ (Career and learning self-reliance, change)
- 6.11 ความมีคุณธรรม มีเมตตา มีระเบียบวินัย (Compassion)

7. การบูรณาการตามพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ

- 7.1 บูรณาการสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน
- 7.2 บูรณาการเศรษฐกิจพอเพียง
- 7.3 อื่น ๆ (โปรดระบุ) วิชา ศิลปะ (การแสดง)

8. ชิ้นงาน / ภาระงาน (รวบยอด)

การแสดงการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน

9. การวัดและประเมินผล

9.1 การวัดและประเมินผลชิ้นงาน/ภาระงาน (รวบยอด)

- 1) วิธีการ การสังเกต การตอบคำถาม
- 2) เครื่องมือ แบบประเมิน การแสดงบทบาทสมมติ
- 3) เกณฑ์ ผ่านเกณฑ์ที่ระดับคุณภาพดี

9.2 การวัดและประเมินผลระหว่างการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

ลำดับ	รายการที่วัดและประเมินผล	วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์
1	พฤติกรรมการฝึกปฏิบัติ	สังเกตพฤติกรรมการฝึกปฏิบัติ	แบบประเมินพฤติกรรมการฝึกปฏิบัติ	ผ่านเกณฑ์ที่ระดับคุณภาพดี
2	ปฏิบัติการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน	แสดงบทบาทสมมติการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน	แบบประเมินการแสดงบทบาทสมมติ	ผ่านเกณฑ์ที่ระดับคุณภาพดี
3	บอกขั้นตอนการประเมินสถานการณ์ ณ จุดเกิดเหตุได้	1. สรุปการประเมินสถานการณ์ ณ จุดเกิดเหตุได้ 2. การถาม-ตอบ ในกิจกรรมการเรียนรู้	1. แบบประเมินการสรุป 2. คำถามและแนวคำตอบ	ผ่านเกณฑ์ที่ระดับคุณภาพดี

10. สื่อการเรียนรู้ / แหล่งเรียนรู้

10.1 สื่อการเรียนรู้

- 1) แผนผังการประเมินสถานการณ์

11. กิจกรรมการเรียนรู้

เรื่องที่ 2

เรื่อง การกู้ชีพขั้นพื้นฐาน การประเมินสถานการณ์ ณ จุดเกิดเหตุ

จำนวนเวลาเรียน 1 ชั่วโมง

วิธีสอน สืบเสาะหาความรู้ Inquiry Method : 5E

ขั้นที่ 1 กระตุ้นความสนใจ (Engage)

1. ครูใช้คำถาม กระตุ้นความสนใจและอยากรู้อยากเรียน

ขั้นที่ 2 ขั้นสำรวจและค้นหา

1. นักเรียนจับกลุ่ม 3 คน ร่วมกันสืบค้น ในหัวข้อ “การกู้ชีพขั้นพื้นฐาน การประเมินสถานการณ์ ณ จุดเกิดเหตุ”
2. นักเรียนจับกลุ่ม 6 คน โดยรวมกลุ่ม 3 คน จำนวน 2 กลุ่ม เป็น 1 กลุ่ม แลกเปลี่ยนเรียนรู้ในสิ่งที่ครูให้ศึกษาและสรุปเป็นแผนผังความคิดลงในกระดาษปฐพีของกลุ่มและตกแต่งในสวยงาม

ขั้นที่ 3 ขั้นอธิบายความรู้

1. ตัวแทนกลุ่มออกมานำเสนอการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ของกลุ่มตนเอง
2. ครูเสริมความรู้ในประเด็นที่แตกต่างหรือขาดหายไป

ขั้นที่ 4 ขั้นขยายความเข้าใจ

1. ครูทบทวนความรู้โดยตอบคำถามที่แต่ละกลุ่มได้ตั้งไว้อย่างละเอียดทุกข้อ
2. ครูให้นักเรียนแสดงบทบาทสมมุติการกู้ชีพขั้นพื้นฐาน การประเมินสถานการณ์ ณ จุดเกิดเหตุ

ขั้นที่ 5 ตรวจสอบผล (Evaluate)

1. ครูและนักเรียนอภิปรายสรุปร่วมกัน เรื่อง “การแสดงการกู้ชีพขั้นพื้นฐาน การประเมินสถานการณ์ ณ จุดเกิดเหตุ”

ใบกิจกรรม เรื่อง การกู้ชีพขั้นพื้นฐาน การประเมินสถานการณ์ ณ จุดเกิดเหตุ

สมาชิกกลุ่ม ชั้น.....

1. ชื่อ เลขที่.....

4. ชื่อ เลขที่.....

2. ชื่อ เลขที่.....

5. ชื่อ เลขที่.....

3. ชื่อ เลขที่.....

6. ชื่อ เลขที่.....

คำชี้แจง

1. นักเรียนจับกลุ่ม 3 คน ร่วมกันสืบค้น ในหัวข้อ “การกู้ชีพขั้นพื้นฐาน การประเมินสถานการณ์ ณ จุดเกิดเหตุ”

กลุ่มที่..... ชั้นมัธยมศึกษาปีที่

คำชี้แจง : ให้ ผู้สอน/หัวหน้ากลุ่ม สังเกตพฤติกรรมการทำกิจกรรมของนักเรียนแล้วขีด ✓ ลงในช่องที่ตรงกับระดับคะแนน

ลำดับที่	ชื่อ-สกุล ของผู้รับการ ประเมิน	ความร่วมมือกัน ทำกิจกรรม				การแสดง ความคิดเห็น				การรับฟัง ความคิดเห็น				การตั้งใจ ทำงาน				การแก้ไข ปัญหา/หรือ ปรับปรุง ผลงานกลุ่ม				รวม 20 คะแนน	
		4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1		

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน
...../...../.....

เกณฑ์การให้คะแนน

ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมอย่างสม่ำเสมอ	ให้ 4	คะแนน
ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมบ่อยครั้ง	ให้ 3	คะแนน
ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมบางครั้ง	ให้ 2	คะแนน
ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมน้อยครั้ง	ให้ 1	คะแนน

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ	
ช่วงคะแนน	ระดับคุณภาพ
18 - 20	ดีมาก
14 - 17	ดี
10 - 13	พอใช้
ต่ำกว่า 10	ปรับปรุง

การประเมินชิ้นงาน/ภาระงาน (รวบยอด)

แบบประเมินบทบาทสมมติ การประเมินสถานการณ์ ณ จุดเกิดเหตุ

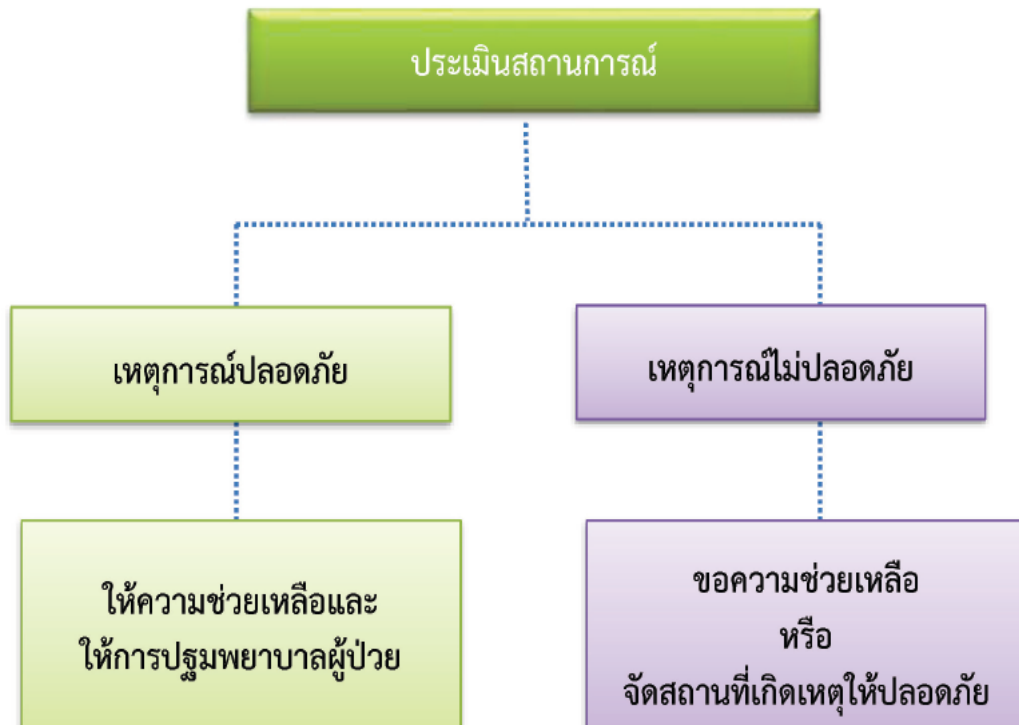
รายการประเมิน	คำอธิบายระดับคุณภาพ/ระดับคะแนน			
	ดีมาก (4)	ดี (3)	พอใช้ (2)	ปรับปรุง (1)
1. การประเมิน สถานการณ์ ณ จุดเกิดเหตุ	การประเมิน สถานการณ์ ณ จุด เกิดเหตุ ถูกต้องและ สามารถช่วยเหลือ ได้จริงในระดับดีมาก	การประเมิน สถานการณ์ ณ จุด เกิดเหตุ ถูกต้องและ สามารถช่วยเหลือได้ จริงในระดับดี	การประเมิน สถานการณ์ ณ จุดเกิด เหตุ ถูกต้องและ สามารถช่วยเหลือได้ จริงในระดับปานกลาง	การประเมิน สถานการณ์ ณ จุด เกิดเหตุ ถูกต้องและ สามารถช่วยเหลือได้ จริงในระดับ พอใช้
2. การพูด 1. เสียงดังชัดเจน 2. การออกเสียง	ปฏิบัติได้ถูกต้อง ครบ 4 ข้อ	ปฏิบัติได้ถูกต้อง 3 ข้อ	ปฏิบัติได้ถูกต้อง 2 ข้อ	ปฏิบัติได้ถูกต้อง 1 ข้อ

หมายเหตุ ให้นิยามความหมายของระดับคุณภาพให้เป็น (rubric score)

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ

ช่วงคะแนน	7 - 8	5 - 6	3 - 4	0 - 2
ระดับคุณภาพ	ดีมาก	ดี	พอใช้	ปรับปรุง

แผนผังการประเมินสถานการณ์ ณ จุดเกิดเหตุ



Activa

แผนการจัดการเรียนรู้ลำดับที่ 3

หน่วยการเรียนรู้ที่ เรื่อง การกู้ชีพขั้นพื้นฐาน การประเมินสถานการณ์ผู้ป่วย
รหัสวิชา รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา..... ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ...
กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา
ปีการศึกษา ภาคเรียนที่ เวลา 3 ชั่วโมง

1. มาตรฐานการเรียนรู้ / ตัวชี้วัด

1.1 มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐาน พ 5.1 ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยา
สารเสพติด และความรุนแรง

1.2 ตัวชี้วัด

พ 5.1 ม. 4-6/7 แสดงวิธีการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน

2. สาระสำคัญ / ความคิดรวบยอด

การประเมินสถานการณ์และสภาพผู้ป่วย การประเมินสถานการณ์ (Scene size-up) หมายถึง
การประเมินสิ่งแวดล้อมของสถานที่เกิดเหตุเพื่อความปลอดภัยทั้งตัวผู้ช่วยเหลือผู้ร่วมงานคนรอบข้างและ
ผู้ป่วยสำหรับวางแผนในการเข้าช่วยเหลือหลักการประเมินสถานการณ์

3. สาระการเรียนรู้

3.1 สาระการเรียนรู้แกนกลาง

การแพทย์ฉุกเฉินและวิธีการปฐมพยาบาลฉุกเฉินที่ถูกต้อง

4. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

- | | |
|---|--|
| <input checked="" type="checkbox"/> 4.1 ความสามารถในการสื่อสาร | <input checked="" type="checkbox"/> 4.2 ความสามารถในการคิด |
| <input checked="" type="checkbox"/> 4.3 ความสามารถในการแก้ปัญหา | <input checked="" type="checkbox"/> 4.4 ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต |
| <input checked="" type="checkbox"/> 4.5 ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี | |

5. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

5.1 คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (ตามหลักสูตรแกนกลาง)

- 1) รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์ 2) ซื่อสัตย์สุจริต 3) มีวินัย 4) ใฝ่เรียนรู้
 5) อยู่อย่างพอเพียง 6) มุ่งมั่นในการทำงาน 7) รักความเป็นไทย
 8) มีจิตสาธารณะ

5.2 คุณลักษณะตามหลักสูตรมาตรฐานสากล

- 1) มีความรู้พื้นฐานในยุคดิจิทัล วิทยาศาสตร์ เศรษฐศาสตร์ เทคโนโลยี ภาษาอังกฤษ พหุวัฒนธรรม
ตระหนักสำนึกระดับโลก
- 2) สามารถคิดประดิษฐ์อย่างสร้างสรรค์ ปรับตัว ใฝ่รู้ ใฝ่เรียน วิเคราะห์ สังเคราะห์ สรุป สร้างองค์
ความรู้
- 3) มีทักษะสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ
- 4) มีความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต
- 5) มีความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

6. ทักษะของผู้เรียนในศตวรรษที่ 21 (3R 8C)

- 6.1 ทักษะการอ่าน (Reading)
- 6.2 ทักษะการเขียน (Writing)
- 6.3 ทักษะการคิดคำนวณ (Arithmetic)
- 6.4 ทักษะด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณและทักษะในการแก้ปัญหา (Critical thinking and
problem solving)
- 6.5 ทักษะด้านการสร้างสรรค์และนวัตกรรม (Creativity and innovation)
- 6.6 ทักษะด้านความร่วมมือการทำงานเป็นทีมและภาวะผู้นำ (Collaboration, teamwork, and
leadership)
- 6.7 ทักษะด้านความเข้าใจต่างวัฒนธรรมต่างกระบวนทัศน์ (Cross-cultural understanding)
- 6.8 ทักษะด้านการสื่อสารสารสนเทศและรู้เท่าทันสื่อ (Communication information and
media literacy)
- 6.9 ทักษะด้านคอมพิวเตอร์และเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร (Computing)
- 6.10 ทักษะอาชีพและทักษะการเรียนรู้ (Career and learning self-reliance, change)
- 6.11 ความมีคุณธรรม มีเมตตา มีระเบียบวินัย (Compassion)

7. การบูรณาการตามพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ

- 7.1 บูรณาการสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน
- 7.2 บูรณาการเศรษฐกิจพอเพียง
- 7.3 อื่น ๆ (โปรดระบุ) วิชา ศิลปะ (การแสดง)

8. ชิ้นงาน / ภาระงาน (รวบยอด)

การแสดงการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน

9. การวัดและประเมินผล

9.1 การวัดและประเมินผลชิ้นงาน/ภาระงาน (รวบยอด)

- 1) วิธีการ การแสดงบทบาทสมมุติการประเมินสภาพผู้ป่วย
- 2) เครื่องมือ แบบประเมินการแสดงบทบาทสมมุติ
- 3) เกณฑ์ ผ่านเกณฑ์ที่ระดับคุณภาพดี

9.2 การวัดและประเมินผลระหว่างการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

ลำดับ	รายการที่วัดและประเมินผล	วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์
1	พฤติกรรมกรรมการฝึกปฏิบัติ	สังเกตพฤติกรรมกรรมการฝึกปฏิบัติ	แบบประเมินพฤติกรรมกรรมการฝึกปฏิบัติ	ผ่านเกณฑ์ที่ระดับคุณภาพดี
2	ปฏิบัติการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน	แสดงบทบาทสมมุติการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน	แบบประเมิน การแสดงบทบาทสมมุติ	ผ่านเกณฑ์ที่ระดับคุณภาพดี

10. สื่อการเรียนรู้ / แหล่งเรียนรู้

10.1 สื่อการเรียนรู้

1) วิดีโอ การประเมินอาการผู้บาดเจ็บก่อนถึงโรงพยาบาล (Pre-hospital Trauma Patient Assessment)

10.2 แหล่งเรียนรู้

- 1) <https://www.youtube.com/watch?v=fvx6b-msB44>

11. กิจกรรมการเรียนรู้

เรื่องที่ 3

เรื่อง การกู้ชีพขั้นพื้นฐาน การประเมินสถานการณ์ผู้ป่วย

จำนวนเวลาเรียน 1 ชั่วโมง

วิธีสอน GPAS 5 STEPs

ชั่วโมงที่ 1

ขั้นที่ 1 Gathering การตั้งคำถาม

1. นักเรียนดูคลิปวิดีโอการกู้ชีพขั้นพื้นฐาน การประเมินสถานการณ์ ณ จุดเกิดเหตุ
2. ครูตั้งคำถามว่า นักเรียนเห็นอะไรจากคลิปวิดีโอนี้บ้าง

ขั้นที่ 2 Processing การเรียนรู้แสวงหาสารสนเทศ

1. นักเรียนจับกลุ่ม กลุ่มละ 5 คน
2. นักเรียนแต่ละกลุ่มร่วมกันสร้างสถานการณ์จำลอง เช่น เจอคนหมดสติ เจอเด็กอายุ 5 ขวบ และให้จำลองสถานการณ์
3. ครูแนะนำและเสริมความรู้เพิ่มเติม

ขั้นที่ 3 Applying การเรียนรู้เพื่อสร้างองค์ความรู้

1. นักเรียนแต่ละกลุ่ม อภิปรายวิธีการและขั้นตอนการประเมินสถานการณ์ ณ จุดเกิดเหตุ
2. แต่ละกลุ่มออกมานำเสนอข้อมูล โดยกลุ่มถัด ๆ ไปให้นำเสนอข้อมูลที่แตกต่างจากกลุ่มที่นำเสนอไปแล้วเพื่อความสมบูรณ์ของข้อมูล
3. ครูเสริมความรู้ ข้อมูลที่แตกต่างและขาดหายไปจากการนำเสนอข้อมูลของนักเรียน

ขั้นที่ 4 Applying the Communication skill การเรียนรู้เพื่อการสื่อสาร

1. แต่ละกลุ่มจับสลากลำดับการแสดงและการสาธิตการประเมินสถานการณ์ผู้ป่วย
2. แต่ละกลุ่มออกมาสาธิตและแสดงบทบาทสมมุติการประเมินสถานการณ์ผู้ป่วยในสถานการณ์ต่าง ๆ

ขั้นตอนที่ 5 Self Regulating การเรียนรู้เพื่อการตอบสนองสังคม

1. ครูให้นักเรียนแต่ละกลุ่มร่วมกันอภิปรายปัญหา จุดเด่น และจุดด้อยของกลุ่มตนเองในการสาธิตและการแสดงที่ผ่านมา โดยสรุปลงในกระดาษ A4 ของกลุ่มตนเอง

การประเมินชิ้นงาน/ภาระงาน (รวบยอด)

แบบประเมินบทบาทสมมติ การกู้ชีพขั้นพื้นฐาน การประเมินสถานการณ์ผู้ป่วย

รายการประเมิน	คำอธิบายระดับคุณภาพ/ระดับคะแนน			
	ดีมาก (4)	ดี (3)	พอใช้ (2)	ปรับปรุง (1)
1. การกู้ชีพขั้นพื้นฐาน การประเมินสถานการณ์ ผู้ป่วย	การกู้ชีพขั้น พื้นฐาน การประเมิน สถานการณ์ ผู้ป่วยถูกต้อง และสามารถ ช่วยเหลือได้จริง ในระดับ ดีมาก	การกู้ชีพขั้น พื้นฐาน การประเมิน สถานการณ์ ผู้ป่วยถูกต้อง และสามารถ ช่วยเหลือได้จริง ในระดับดี	การกู้ชีพขั้น พื้นฐาน การประเมิน สถานการณ์ ผู้ป่วยถูกต้องและ สามารถช่วยเหลือ ได้จริงในระดับ ปานกลาง	การกู้ชีพขั้น พื้นฐาน การประเมิน สถานการณ์ผู้ป่วย ถูกต้องและ สามารถช่วยเหลือ ได้จริงในระดับ พอใช้
2. การกู้ชีพขั้นพื้นฐาน การประเมินสถานการณ์ ผู้ป่วยปฏิบัติดังนี้ 1. สภาพทั่วไปของผู้ป่วย (General impression) 2. ประเมินระดับความรู้สึกตัว (Mental status) 3. ประเมินทางเดินหายใจ (Airway: A) 4. ประเมินการหายใจ (Breathing: 5. ประเมินระบบการ ไหลเวียน (Circulation: C)	ปฏิบัติได้ถูกต้อง ครบ 5 ข้อ	ปฏิบัติได้ถูกต้อง 4 ข้อ	ปฏิบัติได้ถูกต้อง 3 ข้อ	ปฏิบัติได้ถูกต้อง 2-1 ข้อ

หมายเหตุ ให้นิยามความหมายของระดับคุณภาพให้เป็น (rubric score)

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ

ช่วงคะแนน	7 - 8	5 - 6	3 - 4	0 - 2
ระดับคุณภาพ	ดีมาก	ดี	พอใช้	ปรับปรุง

แผนการจัดการเรียนรู้ลำดับที่ 4

หน่วยการเรียนรู้ที่ เรื่อง การกู้ชีพขั้นพื้นฐาน ห่วงโซ่การรอดชีวิต
รหัสวิชา รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา..... ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ...
กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา
ปีการศึกษา ภาคเรียนที่ เวลา 1 ชั่วโมง

1. มาตรฐานการเรียนรู้ / ตัวชี้วัด

1.1 มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐาน พ 5.1 ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยา สารเสพติด และความรุนแรง

1.2 ตัวชี้วัด

พ 5.1 ม. 4-6/7 แสดงวิธีการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน

2. สาระสำคัญ / ความคิดรวบยอด

ประเมินสถานการณ์และสภาพผู้ป่วย การประเมินสถานการณ์ (Scene size-up) หมายถึง การประเมินสิ่งแวดล้อมของสถานที่เกิดเหตุเพื่อความปลอดภัยทั้งตัวผู้ช่วยเหลือผู้ร่วมงานคนรอบข้างและผู้ป่วยสำหรับวางแผนในการเข้าช่วยเหลือหลักการประเมินสถานการณ์

3. สาระการเรียนรู้

3.1. สาระการเรียนรู้แกนกลาง

การแพทย์ฉุกเฉินและวิธีการปฐมพยาบาลฉุกเฉินที่ถูกต้อง

4. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

- 4.1 ความสามารถในการสื่อสาร 4.2 ความสามารถในการคิด 4.3 ความสามารถในการแก้ปัญหา
 4.4 ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต 4.5 ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

5. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

5.1 คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (ตามหลักสูตรแกนกลาง)

- 1) รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์ 2) ซื่อสัตย์สุจริต 3) มีวินัย 4) ใฝ่เรียนรู้
 5) อยู่อย่างพอเพียง 6) มุ่งมั่นในการทำงาน 7) รักความเป็นไทย 8) มีจิตสาธารณะ

5.2 คุณลักษณะตามหลักสูตรมาตรฐานสากล

1) มีความรู้พื้นฐานในยุคดิจิทัล วิทยาศาสตร์ เศรษฐศาสตร์ เทคโนโลยี รู้ภาษา พหุวัฒนธรรม
ตระหนักสำนึกระดับโลก

- 2) สามารถคิดประดิษฐ์อย่างสร้างสรรค์ ปรับตัว ใฝ่รู้ ใฝ่เรียน วิเคราะห์ สังเคราะห์ สรุป สร้างองค์ความรู้
 3) มีทักษะสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ
 4) มีความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต
 5) มีความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

6. ทักษะของผู้เรียนในศตวรรษที่ 21 (3R 8C)

- 6.1 ทักษะการอ่าน (Reading)
 6.2 ทักษะการเขียน (Writing)
 6.3 ทักษะการคิดคำนวณ (Arithmetic)
 6.4 ทักษะด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณและทักษะในการแก้ปัญหา (Critical thinking and
problem solving)
 6.5 ทักษะด้านการสร้างสรรค์และนวัตกรรม (Creativity and innovation)
 6.6 ทักษะด้านความร่วมมือการทำงานเป็นทีมและภาวะผู้นำ (Collaboration, teamwork, and
leadership)
 6.7 ทักษะด้านความเข้าใจต่างวัฒนธรรมต่างกระบวนทัศน์ (Cross-cultural understanding)
 6.8 ทักษะด้านการสื่อสารสารสนเทศและรู้เท่าทันสื่อ (Communication information and media
literacy)
 6.9 ทักษะด้านคอมพิวเตอร์และเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร (Computing)
 6.10 ทักษะอาชีพและทักษะการเรียนรู้ (Career and learning self-reliance, change)
 6.11 ความมีคุณธรรม มีเมตตา มีระเบียบวินัย (Compassion)

7. การบูรณาการตามพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ

- 7.1 บูรณาการสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน
- 7.2 บูรณาการเศรษฐกิจพอเพียง
- 7.3 อื่น ๆ (โปรตระกูล) วิชา ศิลปะ (การแสดง)

8. ชิ้นงาน / ภาระงาน (รวบยอด)

การเขียนแผนผังการสรุพห่วงโซ่การรอดชีวิต

9. การวัดและประเมินผล

9.1 การวัดและประเมินผลชิ้นงาน/ภาระงาน(รวบยอด)

- 1) วิธีการ แผนผังการสรุพห่วงโซ่การรอดชีวิต
- 2) เครื่องมือ แบบประเมินแผนผังห่วงโซ่การรอดชีวิต
- 3) เกณฑ์ ผ่านเกณฑ์ที่ระดับคุณภาพ ดี

9.2 การวัดและประเมินผลระหว่างการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

ลำดับ	รายการที่วัดและประเมินผล	วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์
1	การเขียนแผนผังการสรุพห่วงโซ่การรอดชีวิต	แผนผังการสรุพห่วงโซ่การรอดชีวิต	แบบประเมินแผนผังห่วงโซ่การรอดชีวิต	ผ่านเกณฑ์ที่ระดับคุณภาพ ดี

10. สื่อการเรียนรู้ / แหล่งเรียนรู้

10.1 สื่อการเรียนรู้

- 1) วิดีโอ ห่วงโซ่การรอดชีวิต (Chain of survival)

10.2 แหล่งเรียนรู้

- 1) <https://www.youtube.com/watch?v=SYGrh7zLObU>

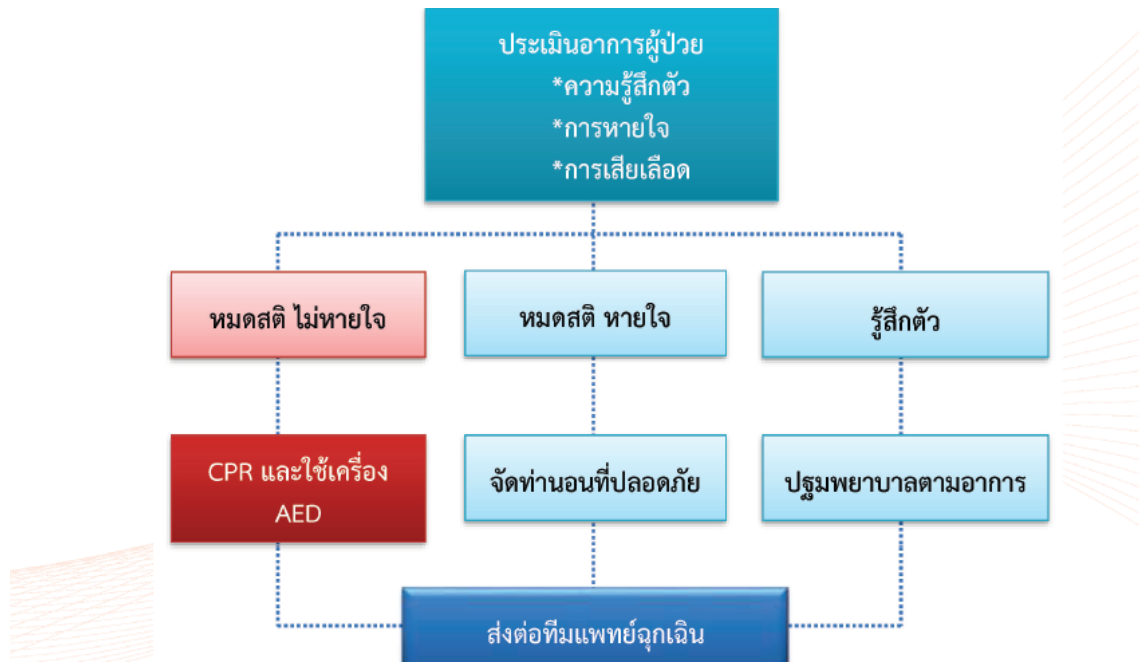
ใบความรู้การกู้ชีพขั้นพื้นฐานการประเมินผู้ป่วย

การประเมินผู้ป่วย

คือการตรวจประเมินอาการของผู้ป่วย เพื่อวางแผนให้การปฐมพยาบาลเบื้องต้น ต้องดำเนินการอย่างรวดเร็ว (ไม่ควรใช้เวลานานเกิน 1 นาที) มุ่งการประเมินภาวะคุกคามต่อชีวิต ได้แก่ ระบบหายใจ ระบบไหลเวียนเลือด กรณีที่ผู้ช่วยเหลือต้องทำการช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR) ผู้ป่วยต้องมีภาวะดังนี้ คือ

หมดสติ หายใจหรือหายใจเอือก หัวใจหยุดเต้น

กรณีที่ผู้ช่วยเหลือประเมินสภาพทั่วไปของผู้ป่วย พบภาวะที่ต้องให้การปฐมพยาบาล แต่ไม่ต้องช่วยฟื้นคืนชีพ ได้แก่ ผู้ป่วยกระพริบตา พูด หรือไอ หน้าอกรูปร่างท้วมขึ้นลง ชยับตัว แสดงว่า ผู้ป่วยรู้สึกตัวและหายใจ (ให้การปฐมพยาบาลตามอาการที่พบ)



ที่มา: คู่มือปฐมพยาบาลเบื้องต้น (น. 11), โดย ศูนย์ฝึกอบรมปฐมพยาบาลและสุขภาพอนามัย สภากาชาดไทย, 2559.

11. กิจกรรมการเรียนรู้

เรื่องที่ 4

เรื่อง การกู้ชีพขั้นพื้นฐาน ห่วงโซ่การรอดชีวิต

จำนวนเวลาเรียน 1 ชั่วโมง

ขั้นที่ 1 กระตุ้นความสนใจ (Engage)

1. ครูให้นักเรียนดูวิดีโอเรื่องห่วงโซ่การรอดชีวิต
2. ครูใช้คำถาม กระตุ้นความสนใจและอยากรู้อยากเรียน

ขั้นที่ 2 ขั้นสำรวจและค้นหา

1. นักเรียนจับกลุ่ม 3 คน ร่วมกันสืบค้น ในหัวข้อ “เรื่องห่วงโซ่การรอดชีวิต”

ขั้นที่ 3 ขั้นอธิบายความรู้

1. ครูเสริมความรู้ในประเด็นที่แตกต่างหรือขาดหายไป
2. ครูให้นักเรียนเลือกตัวแทนอธิบาย “เรื่องห่วงโซ่การรอดชีวิต” ให้เพื่อนๆ ฟังอีก 1 ครั้ง

ขั้นที่ 4 ขั้นขยายความเข้าใจ

1. ครูให้นักเรียนดูคลิปวิดีโอเพิ่มเติมเกี่ยวกับการช่วยเหลือผู้ป่วยแบบห่วงโซ่การรอดชีวิต

ขั้นที่ 5 ตรวจสอบผล (Evaluate)

1. ครูและนักเรียนอภิปรายสรุปร่วมกัน เรื่อง “ห่วงโซ่การรอดชีวิต”

ใบกิจกรรม เรื่อง การกู้ชีพขั้นพื้นฐาน ห่วงโซ่การรอดชีวิต

สมาชิกกลุ่ม ชั้น.....

1. ชื่อ เลขที่.....
2. ชื่อ เลขที่.....
3. ชื่อ เลขที่.....

คำชี้แจง

1. นักเรียนจับกลุ่ม 3 คน ร่วมกันสืบค้น ในหัวข้อ “เรื่องห่วงโซ่การรอดชีวิต”
2. ครูให้นักเรียนเลือกตัวแทนอธิบาย “เรื่องห่วงโซ่การรอดชีวิต” ให้เพื่อน ๆ ฟังอีก 1 ครั้ง

กลุ่มที่..... ชั้นมัธยมศึกษาปีที่

คำชี้แจง : ให้ ผู้สอน/หัวหน้ากลุ่ม สังเกตพฤติกรรมการทำกิจกรรมของนักเรียนแล้วขีด ✓ ลงในช่องที่ตรงกับระดับคะแนน

ลำดับที่	ชื่อ-สกุล ของผู้รับการ ประเมิน	ความร่วมมือ กันทำกิจกรรม				การแสดง ความคิดเห็น				การรับฟัง ความคิดเห็น				การตั้งใจ ทำงาน				การแก้ไข ปัญหา/หรือ ปรับปรุง ผลงานกลุ่ม				รวม 20 คะแนน	
		4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1		

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน
...../...../.....

เกณฑ์การให้คะแนน

- ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมอย่างสม่ำเสมอ ให้ 4 คะแนน
- ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมบ่อยครั้ง ให้ 3 คะแนน
- ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมบางครั้ง ให้ 2 คะแนน
- ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมน้อยครั้ง ให้ 1 คะแนน

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ	
ช่วงคะแนน	ระดับคุณภาพ
18 - 20	ดีมาก
14 - 17	ดี
10 - 13	พอใช้
ต่ำกว่า 10	ปรับปรุง

แบบประเมินการแสดงบทบาทสมมติ

รายการประเมิน	คำอธิบายระดับคุณภาพ/ระดับคะแนน			
	ดีมาก (4)	ดี (3)	พอใช้ (2)	ปรับปรุง (1)
1. ความถูกต้องชัดเจนของเนื้อหา	เขียนขั้นตอนเรื่องห่วงโซ่การรอดชีวิตได้ถูกต้องครบถ้วนทุกขั้นตอน	เขียนขั้นตอนเรื่องห่วงโซ่การรอดชีวิตได้ถูกต้องขาดบางขั้นตอน	เขียนขั้นตอนเรื่องห่วงโซ่การรอดชีวิตผิดบางขั้นตอน	เขียนขั้นตอนเรื่องห่วงโซ่การรอดชีวิตผิดหลายขั้นตอน
2. การใช้ภาษา	เขียนได้ตรงตามประเด็นตามที่กำหนดไว้ภาษาที่ใช้สะกดถูกต้องทำให้ผู้อ่านเข้าใจได้ง่ายและมีแนวคิดที่น่าสนใจ	เขียนได้ตรงตามประเด็นตามที่กำหนดไว้ ภาษาที่ใช้สะกดถูกต้องทำให้ผู้อ่านเข้าใจได้ง่าย	เขียนได้ตรงตามประเด็นตามที่กำหนดไว้ ภาษาอ่านยากเกิดความสับสนในการอ่าน	เขียนไม่ตรงตามประเด็น
3. ความสวยงามและความมีระเบียบของชิ้นงาน	มีสีสันสวยงามมีการจัดระเบียบในการเขียนและมีความคิดสร้างสรรค์	มีสีสันสวยงามเป็นระเบียบ	มีสีสันสวยงามแต่ไม่มีการจัดระเบียบในการเขียน	ไม่มีระเบียบและสีสันสวยงาม
4. ระยะเวลา	ส่งก่อนกำหนดหรือตรงตามกำหนด	ส่งช้ากว่ากำหนด 1-2 วัน	ส่งช้ากว่ากำหนด 3 วัน	ส่งช้ากว่ากำหนดมากกว่า 4 วันขึ้นไป

หมายเหตุ ให้นิยามความหมายของระดับคุณภาพให้เป็น (rubric score)

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ

ช่วงคะแนน	16 – 12	11 – 7	4 – 6	0 - 3
ระดับคุณภาพ	ดีมาก	ดี	พอใช้	ปรับปรุง

ใบความรู้การกู้ชีพขั้นพื้นฐาน ห่วงโซ่การรอดชีวิต

ห่วงโซ่ของการรอดชีวิต



ห่วงที่ 1. การจดจำอาการและการโทรแจ้งระบบการแพทย์ฉุกเฉิน 1669 ทันที

1.1 ท่านต้องจดจำอาการของผู้ป่วยหัวใจหยุดเต้นให้ได้ว่ามีอาการ ไม่ตอบสนอง ไม่หายใจ หายใจผิดปกติ หรือหายใจเอือก และไม่มีชีพจร (สำหรับบุคลากรทางการแพทย์)

1.2 ทันทีที่ท่านจดจำอาการได้ว่าผู้ป่วยหัวใจหยุดเต้น ให้โทรแจ้งระบบการแพทย์ฉุกเฉิน 1669 หรือให้คนอื่นไปโทรแจ้ง ไม่นานหน่วยปฏิบัติการฉุกเฉินการแพทย์ก็จะมาถึงและรับผิดชอบต่อจากท่าน

ห่วงที่ 2. เริ่มทำการช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR) ทันที โดยเน้นที่การกดหน้าอก

2.1 ถ้าผู้ป่วยหัวใจหยุดเต้น ให้เริ่มทำการกดหน้าอก (CPR) ทันทีโดยไม่รอช้า

2.2 การเริ่มทำการช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR) ที่มีคุณภาพสูงภายหลังจากหัวใจหยุดเต้น สามารถเพิ่มโอกาสรอดของผู้ป่วยในห่วงโซ่ของการรอดชีวิตได้เป็นอย่างมาก

2.3 ผู้ที่อยู่ในเหตุการณ์ที่ไม่ได้รับการฝึกการช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR) มาก่อนก็สามารถช่วย ท่านได้อย่างน้อยที่สุดก็ช่วยกดหน้าอกได้

2.4 การกดหน้าอกสามารถทำได้ ถึงแม้จะยังไม่ได้รับ การอบรมมา เพราะสามารถทำตามคำแนะนำจากศูนย์สั่งการ (1669) ทางโทรศัพท์ได้ การกดหน้าอกช่วยให้มีออกซิเจนไปเลี้ยงที่สมอง หัวใจ และอวัยวะที่สำคัญอื่น ๆ ซึ่งจะช่วยให้ผู้ป่วยมีชีวิตรอด จนกว่าจะมีการนำเครื่องเออีดีมาใช้ หรือได้รับการดูแลจากหน่วยแพทย์ขั้นสูง

ห่วงที่ 3. ได้รับการช็อกไฟฟ้าหัวใจอย่างรวดเร็วด้วยเครื่องเออีดี

3.1 การช็อกไฟฟ้าหัวใจอย่างรวดเร็วร่วมกับการกดหน้าอกคุณภาพสูง สามารถเพิ่มโอกาสรอดของผู้ป่วยได้สองถึงสามเท่า ให้หาเครื่องเออีดี มาให้เร็วที่สุดเท่าที่จะทำได้

3.2 เครื่องเออีดี เป็นอุปกรณ์ที่มีน้ำหนักเบา เป็นเครื่องมือที่เคลื่อนย้ายได้ ซึ่งสามารถระบุ ลักษณะของจังหวะการเต้นของหัวใจที่อาจเสียชีวิต และส่งกระแสไฟฟ้าไปช็อกเพื่อหยุดการเต้นของหัวใจที่ผิดปกติ และทำให้หัวใจกลับมาเต้นเป็นปกติอีกครั้ง

3.3 เครื่องเออีดี เป็นเครื่องที่ใช้ง่ายและปลอดภัย ปัจจุบันอนุญาตให้บุคลากรทางการแพทย์และประชาชนทั่วไปก็สามารถใช้ได้

ห่วงที่ 4. การช่วยชีวิตขั้นสูงอย่างมีประสิทธิภาพ (รวมถึงการนำผู้ป่วยขึ้นเปลและนำส่งโรงพยาบาล)

4.1 การช่วยชีวิตขั้นสูง (ALS) เป็นสะพานมาเชื่อมต่อการช่วยชีวิตขั้นพื้นฐาน (BLS) เพื่อให้ผู้ป่วยได้รับการดูแลเพิ่มมากขึ้น การช่วยชีวิตขั้นสูงสามารถทำได้หลายที่ (ทั้งในและนอกโรงพยาบาล) ประสิทธิภาพของทีมช่วยชีวิตขั้นสูงอาจจำเป็นต้องจัดหา อุปกรณ์ที่ดูแลผู้ป่วยเพิ่มมากขึ้น เช่น

- o 12 lead electrocardiogram หรือ advance cardiac monitoring
- o Electrical therapy intervention เช่น cardioversion
- o การเปิดเส้นเลือดให้สารน้ำ
- o การให้ยาอย่างเหมาะสม
- o การใส่ท่อช่วยหายใจ

ห่วงที่ 5. การดูแลจากสหสาขาวิชาชีพภายหลังจากการช่วยฟื้นคืนชีพ

5.1 ทันทีที่ทำให้ผู้ป่วยกลับมาที่มีการไหลเวียนเลือดได้เองอีกครั้ง ห่วงโซ่ต่อไปก็คือการได้รับ

5.2 การดูแลภายหลังจากหัวใจกลับมาเต้นอีกครั้ง การดูแลขั้นสูงเป็นการดูแลผู้ป่วยจากทีมสหสาขาวิชาชีพของบุคลากรทางการแพทย์ มุ่งเน้นไปที่การป้องกันการกลับมาของภาวะหัวใจหยุดเต้น และให้การรักษาดูแลเฉพาะทาง เพื่อช่วยให้มีโอกาสรอดมากขึ้น

5.3 การดูแลภายหลังจากภาวะหัวใจหยุดเต้น อาจจำเป็นต้องสวนหัวใจหรือรักษาในห้อง ICU การได้รับการดูแลอย่างต่อเนื่อง การเฝ้าติดตามอาการ การให้ยา หรือการผ่าตัด เพื่อ รักษาโรคประจำตัว และช่วยให้มีชีวิตอยู่ต่อไป

แผนการจัดการเรียนรู้ลำดับที่ 5

หน่วยการเรียนรู้ที่ เรื่อง ความหมายและความสำคัญของการฟื้นคืนชีพ CPR
รหัสวิชา รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา..... ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ...
กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา
ปีการศึกษา ภาคเรียนที่ เวลา 1 ชั่วโมง

1. มาตรฐานการเรียนรู้ / ตัวชี้วัด

1.1 มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐาน พ 5.1 ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยา สารเสพติด และความรุนแรง

1.2 ตัวชี้วัด

พ 5.1 ม. 4-6/7 แสดงวิธีการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน

2. สาระสำคัญ / ความคิดรวบยอด

ปฏิบัติการช่วยฟื้นคืนชีพ (Cardiopulmonary Resuscitation: CPR) คือ การช่วยเหลือ ผู้ที่หยุดหายใจและหัวใจ หยุดเต้น ทำให้ผู้ป่วยกลับมาหายใจ หรือมีการนำออกซิเจนเข้าสู่ร่างกาย และเกิดการไหลเวียนเลือดไปเลี้ยงอวัยวะต่าง ๆ ของร่างกายโดยเฉพาะสมองกับหัวใจ จนกระทั่ง ระบบต่าง ๆ กลับมาทำหน้าที่ได้ตามปกติ เป็นการป้องกันการเสียชีวิต หรือเนื้อเยื่อได้รับความเสียหายอย่างถาวรจากการขาดออกซิเจน

3. สาระการเรียนรู้

3.1 สาระการเรียนรู้แกนกลาง

การแพทย์ฉุกเฉินและวิธีการปฐมพยาบาลฉุกเฉินที่ถูกต้อง

4. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

- 4.1 ความสามารถในการสื่อสาร 4.2 ความสามารถในการคิด 4.3 ความสามารถในการแก้ปัญหา
 4.4 ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต 4.5 ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

5. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

5.1 คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (ตามหลักสูตรแกนกลาง)

- 1) รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์ 2) ซื่อสัตย์สุจริต 3) มีวินัย 4) ใฝ่เรียนรู้
 5) อยู่อย่างพอเพียง 6) มุ่งมั่นในการทำงาน 7) รักความเป็นไทย 8) มีจิตสาธารณะ

5.2 คุณลักษณะตามหลักสูตรมาตรฐานสากล

- 1) มีความรู้พื้นฐานในยุคดิจิทัล วิทยาศาสตร์ เศรษฐศาสตร์ เทคโนโลยี รู้ภาษา พหุวัฒนธรรม
ตระหนักสำนึกระดับโลก
- 2) สามารถคิดประดิษฐ์อย่างสร้างสรรค์ ปรับตัว ใฝ่รู้ ใฝ่เรียน วิเคราะห์ สังเคราะห์ สรุป สร้างองค์ความรู้
- 3) มีทักษะสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ
- 4) มีความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต
- 5) มีความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

6. ทักษะของผู้เรียนในศตวรรษที่ 21 (3R 8C)

- 6.1 ทักษะการอ่าน (Reading)
- 6.2 ทักษะการ เขียน (Writing)
- 6.3 ทักษะการคิดคำนวณ (Arithmetic)
- 6.4 ทักษะด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณและทักษะในการแก้ปัญหา (Critical thinking and problem solving)
- 6.5 ทักษะด้านการสร้างสรรค์และนวัตกรรม (Creativity and innovation)
- 6.6 ทักษะด้านความร่วมมือการทำงานเป็นทีมและภาวะผู้นำ (Collaboration, teamwork, and leadership)
- 6.7 ทักษะด้านความเข้าใจต่างวัฒนธรรมต่างกระบวนทัศน์ (Cross-cultural understanding)
- 6.8 ทักษะด้านการสื่อสารสารสนเทศและรู้เท่าทันสื่อ (Communication information and media literacy)
- 6.9 ทักษะด้านคอมพิวเตอร์และเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร (Computing)
- 6.10 ทักษะอาชีพและทักษะการเรียนรู้ (Career and learning self-reliance, change)
- 6.11 ความมีคุณธรรม มีเมตตา มีระเบียบวินัย (Compassion)

7. การบูรณาการตามพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ

- 7.1 บูรณาการสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน
- 7.2 บูรณาการเศรษฐกิจพอเพียง
- 7.3 อื่น ๆ (โปรตระกูล) วิชา ศิลปะ (การแสดง)

8. ชิ้นงาน / ภาระงาน (รวบยอด)

การแสดงการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน

9. การวัดและประเมินผล

9.1 การวัดและประเมินผลชิ้นงาน/ภาระงาน(รวบยอด)

- 1) วิธีการ การแสดงบทบาทสมมุติการปฏิบัติการ CPR
- 2) เครื่องมือแบบประเมินการแสดงบทบาทสมมุติ
- 3) เกณฑ์ ผ่านเกณฑ์ที่ระดับคุณภาพ ดี

9.2 การวัดและประเมินผลระหว่างการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

ลำดับ	รายการที่วัดและประเมินผล	วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์
1	พฤติกรรมกรรมการฝึกปฏิบัติ	สังเกตพฤติกรรมกรรมการฝึกปฏิบัติการทำ CPR	แบบประเมินพฤติกรรมกรรมการฝึกปฏิบัติการทำ CPR	ผ่านเกณฑ์ที่ระดับคุณภาพดี
2	ปฏิบัติการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน	แสดงบทบาทสมมุติการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน การทำ CPR	แบบประเมิน การแสดงบทบาทสมมุติการทำ CPR	ผ่านเกณฑ์ที่ระดับคุณภาพดี

10. สื่อการเรียนรู้ / แหล่งเรียนรู้

10.1 สื่อการเรียนรู้

- 1) วิดีโอ ขั้นตอนการทำ CPR เพื่อการฟื้นคืนชีพอย่างถูกต้อง

10.2 แหล่งเรียนรู้

- 1) <https://www.youtube.com/watch?v=iMyW4d4UNGU>

11. กิจกรรมการเรียนรู้

เรื่องที่ 5

เรื่อง ความหมายและความสำคัญของการฟื้นคืนชีพ CPR

จำนวนเวลาเรียน 1 ชั่วโมง

วิธีสอน สืบเสาะหาความรู้ Inquiry Method : 5E

ขั้นที่ 1 กระตุ้นความสนใจ (Engage)

1. ให้นักเรียนอธิบายความหมายและความสำคัญของการฟื้นคืนชีพ CPR ตามความเข้าใจของนักเรียน
2. ครูให้นักเรียนดูวิดีโออุบัติเหตุและการช่วยเหลือฟื้นคืนชีพ CPR

ขั้นที่ 2 ขั้นสำรวจและค้นหา

1. นักเรียนจับกลุ่ม 3 คน ร่วมกันสืบค้น ในหัวข้อ “ความหมายและความสำคัญของการฟื้นคืนชีพ CPR”

ขั้นที่ 3 ขั้นอธิบายความรู้

1. ครูเสริมความรู้ในประเด็นที่แตกต่างหรือขาดหายไป
2. ครูให้นักเรียนฝึกปฏิบัติ

ขั้นที่ 4 ขั้นขยายความเข้าใจ

1. ครูให้นักเรียนแสดงบทบาทสมมุติการช่วยเหลือแบบ CPR

ขั้นที่ 5 ตรวจสอบผล (Evaluate)

1. ครูและนักเรียนอภิปรายสรุปร่วมกัน เรื่อง “การช่วยเหลือแบบ CPR”

ใบกิจกรรมสืบค้น ในหัวข้อ “ ความหมายและความสำคัญของการฟื้นคืนชีพ CPR ”

สมาชิกกลุ่ม ชั้น.....

1. ชื่อเลขที่.....
2. ชื่อเลขที่.....
3. ชื่อเลขที่.....

คำชี้แจง

1. นักเรียนจับกลุ่ม 3 คน ร่วมกันสืบค้น ในหัวข้อ “ความหมายและความสำคัญของการฟื้นคืนชีพ CPR”

ความหมายการฟื้นคืนชีพ CPR

ความสำคัญการฟื้นคืนชีพ CPR

ขั้นตอนการฟื้นคืนชีพ CPR

กลุ่มที่..... ชั้นมัธยมศึกษาปีที่

คำชี้แจง : ให้ ผู้สอน/หัวหน้ากลุ่ม สังเกตพฤติกรรมการทำกิจกรรมของนักเรียนแล้วขีด ✓ ลงในช่องที่ตรงกับระดับคะแนน

ลำดับที่	ชื่อ-สกุล ของผู้รับการ ประเมิน	ความร่วมมือกัน ทำกิจกรรม				การแสดง ความคิดเห็น				การรับฟัง ความคิดเห็น				การตั้งใจ ทำงาน				การแก้ไข ปัญหา/ หรือ ปรับปรุง ผลงานกลุ่ม				รวม 20 คะแนน
		4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน
...../...../.....

เกณฑ์การให้คะแนน

ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมอย่างสม่ำเสมอ	ให้	4	คะแนน
ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมบ่อยครั้ง	ให้	3	คะแนน
ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมบางครั้ง	ให้	2	คะแนน
ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมน้อยครั้ง	ให้	1	คะแนน

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ

ช่วงคะแนน	ระดับคุณภาพ
18 - 20	ดีมาก
14 - 17	ดี
10 - 13	พอใช้
ต่ำกว่า 10	ปรับปรุง

การประเมินชิ้นงาน/ภาระงาน (รวบยอด)
แบบประเมินบทบาทสมมติ การช่วยแบบ CPR

รายการประเมิน	คำอธิบายระดับคุณภาพ/ระดับคะแนน			
	ดีมาก (4)	ดี (3)	พอใช้ (2)	ปรับปรุง (1)
1. การกู้ชีพ แบบ CPR	การกู้ชีพแบบ CPR ถูกต้องและสามารถช่วยเหลือได้จริงในระดับดีมาก	การกู้ชีพแบบ CPR ถูกต้องและสามารถช่วยเหลือได้จริงในระดับดี	การกู้ชีพแบบ CPR ถูกต้องและสามารถช่วยเหลือได้จริงในระดับปานกลาง	การกู้ชีพแบบ CPR สามารถช่วยเหลือได้จริงในระดับ พอใช้
2. ขั้นตอนการช่วยฟื้นคืนชีพ ปฏิบัติดังนี้ 1. ประเมินความปลอดภัย จุดเกิดเหตุ เมื่อพิจารณาว่าปลอดภัยแล้วจึงเข้าไปหาผู้ป่วย 2. การประเมินผู้ป่วย โดยการปลุกเรียกผู้ป่วย 3. ขอความช่วยเหลือเรียกขอความช่วยเหลือโทรศัพท์แจ้ง 1669 และขอเครื่องเออีดี 4. ประเมินการหายใจ โดยการตรวจสอบการหายใจ ให้มองไปที่หน้าอก หน้าท้องว่ามีการขยับขึ้นลงหรือไม่ ใช้เวลาไม่น้อยกว่า 5 วินาที แต่ไม่เกิน 5. การกดหน้าอก วิธีการกดหน้าอก ให้ใช้สันมือข้างหนึ่งวางลงบนกึ่งกลางหน้าอก (กึ่งกลางระหว่างหัวนมทั้งสองข้าง) แล้วใช้มืออีกข้างหนึ่งวางทับด้านบน ใช้นิ้วมือทั้งสองข้างล็อกกันไว้ แขนทั้งสองข้างเหยียดตรง ไหล่ของผู้ช่วยเหลือตั้งฉากกับหน้าอก ของผู้ป่วย ให้ใช้	ปฏิบัติได้ถูกต้องครบ 7 ข้อ	ปฏิบัติได้ถูกต้อง 5 ข้อ	ปฏิบัติได้ถูกต้อง 3 ข้อ	ปฏิบัติได้ถูกต้อง 1 ข้อ

รายการประเมิน	คำอธิบายระดับคุณภาพ/ระดับคะแนน			
	ดีมาก (4)	ดี (3)	พอใช้ (2)	ปรับปรุง (1)
<p>น้ำหนักจากไหล่ตกลงมา แขนเหยียดตรง กดลงใน แนวแรงตั้งฉากกับพื้น ใช้ข้อ สะโพกเป็น จุดหมุน เวลา ในการกดและปล่อยมือขึ้น ต้องเท่ากัน แรงและเร็ว เป็นจังหวะให้ได้คุณภาพสูง</p> <p>6. การช่วยหายใจ (การเป่าปาก)</p> <p>7. ช่วยฟื้นคืนชีพต่อเนื่อง หลังจากช่วยหายใจแล้วให้ รีบกลับมากดหน้าอกต่อ ทันทีอย่างต่อเนื่อง หยุดกด หน้าอกให้น้อยที่สุด</p>				

หมายเหตุ ให้นิยามความหมายของระดับคุณภาพให้เป็น (rubric score)

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ

ช่วงคะแนน	7 - 8	5 - 6	3 - 4	0 - 2
ระดับคุณภาพ	ดีมาก	ดี	พอใช้	ปรับปรุง

ใบความรู้การช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR)

ปฏิบัติการช่วยฟื้นคืนชีพ (Cardiopulmonary Resuscitation: CPR) คือ การช่วยเหลือผู้ที่หยุดหายใจ และหัวใจหยุดเต้น ทำให้ผู้ป่วยกลับมาหายใจ หรือมีการนำออกซิเจนเข้าสู่ร่างกาย และเกิดการไหลเวียนเลือด ไปเลี้ยงอวัยวะต่าง ๆ ของร่างกายโดยเฉพาะสมองกับหัวใจ จนกระทั่ง ระบบต่าง ๆ กลับมาทำหน้าที่ได้ตามปกติ เป็นการป้องกันการเสียชีวิต หรือเนื้อเยื่อได้รับ ความเสียหายอย่างถาวรจากการขาดออกซิเจน

ขั้นตอนการช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR)

1. ประเมินความปลอดภัย ณ จุดเกิดเหตุ เมื่อพิจารณาว่าปลอดภัยแล้วจึงเข้าไปหาผู้ป่วย
2. การประเมินผู้ป่วย โดยการปลุกเรียกผู้ป่วย ถ้ารู้จักชื่อให้เรียกชื่อ แต่ถ้าไม่รู้จักชื่อให้ เรียก “คุณๆ” ด้วยเสียงดัง พร้อมกับใช้มือตบที่บ่าข้าง 2 ข้าง 3 ครั้ง 2 รอบ ขณะที่ตาจ้องมองไปที่ใบหน้าของผู้ป่วย ดูว่าผู้ป่วยมีการกระพริบตาหรือไม่ หากผู้ป่วย ไม่มีอาการตอบสนอง ให้ตะโกนขอความช่วยเหลือ ตามข้อ 3



3. ขอความช่วยเหลือ เรียกขอความช่วยเหลือ โทรศัพท์แจ้ง 1669 และขอเครื่องเออีดี



4. ประเมินการหายใจ โดยการตรวจสอบการหายใจ ให้มองไปที่หน้าอก หน้าท้องว่ามีการขยับขึ้นลงหรือไม่ ใช้เวลาไม่น้อยกว่า 5 วินาที แต่ไม่เกิน 10 วินาที



5. การกดหน้าอก วิธีการกดหน้าอก ให้ใช้สันมือข้างหนึ่งวางลงบนกึ่งกลางหน้าอก (กึ่งกลางระหว่างหัวนมทั้งสองข้าง) แล้วใช้มืออีกข้างหนึ่งวางทับด้านบน ใช้นิ้วมือ ทั้งสองข้างล็อกกันไว้ แขนทั้งสองข้างเหยียดตรง ไหล่ของผู้ช่วยเหลือตั้งฉากกับหน้าอก ของผู้ป่วย ให้ใช้น้ำหนักจากไหล่กดลงมา แขนเหยียดตรง กดลงในแนวแรงตั้งฉากกับพื้น ใช้ข้อสะโพกเป็นจุดหมุน เวลาในการกดและปล่อยมือขึ้นต้องเท่ากัน แรงและเร็ว เป็นจังหวะให้ได้คุณภาพสูง ดังนี้

กดลึกลงไป 5 - 6 เซนติเมตร หรือ 2 - 2.4 นิ้ว

อัตราเร็วในการกดหน้าอก 100 - 120 ครั้งต่อนาที

ขัดจังหวะ หรือหยุดกดหน้าอกให้น้อยกว่า 10 วินาที

ถอนมือขึ้นมาเพื่อให้หน้าอกขยายคืนสู่ตำแหน่งเดิมทุกครั้ง

ไม่เป่าลมช่วยหายใจโดยเป่าลมเข้ามากเกินไป

กดหน้าอก 30 ครั้ง สลับกับการเป่าปาก 2 ครั้ง นับเป็นหนึ่งรอบ ประเมินซ้ำทุก 5 รอบ

หมายเหตุ : ในกรณีที่ไม่มีอุปกรณ์ช่วยหายใจ หรือผู้ช่วยเหลือไม่ทำการเป่าปากให้กดหน้าอกอย่างเดียว ต่อเนื่อง 200 ครั้ง หรือประมาณ 2 นาที แล้วประเมินซ้ำ



6. การช่วยหายใจ (การเป่าปาก) ผู้ช่วยเหลือมีความเสี่ยงต่อการติดโรคจากการช่วยหายใจ หรือการเป่าปาก เช่น โควิด-19 ไวรัสตับอักเสบเอ ผู้ช่วยเหลือจึงสามารถ เลือกรักษาช่วยฟื้นคืนโดยการกดหน้าอกอย่างเดียว ในกรณีที่ท่านมั่นใจว่าสามารถ ช่วยการหายใจได้ครบถ้วนตามหลักการช่วยฟื้นคืนชีพ การช่วยหายใจมีวิธีการ ดังนี้



6.1 หลังจากกดหน้าอกครบ 30 ครั้ง แล้วให้เปิดทางเดินหายใจ โดยใช้วิธีการกดหน้าผาก เซยคาง โดยใช้นิ้วโป้งกับนิ้วชี้ของมือข้างที่กดหน้าผาก บีบจมูกผู้ป่วยให้สนิท ส่วนมือข้างที่เซยคาง ขึ้นมาช่วยเปิดปาก แล้วก็ล้มลงไปประกบปากผู้ป่วย (ปากต่อปาก) เป่าลมเข้าใช้เวลาครั้งละประมาณ 1 วินาที ขณะเป่าลมเข้าให้ช้าเลื่องมองไปที่หน้าอกของผู้ป่วย ต้องมองเห็นหน้าอกขยับขึ้นชัดเจน แล้วเงยหน้าขึ้นเพื่อปล่อยให้ผู้ป่วยหายใจออกทางปาก แล้วเป่าปากซ้ำเป็นครั้งที่ 2

6.2 ถ้าเป่าลมไม่เข้าให้รีบเปิดทางเดินหายใจใหม่ทันที โดยการกดหน้าผากเซยคางให้มากขึ้นแล้วเป่าปากครั้งที่ 2 (อย่าช่วยหายใจมากกว่า 2 ครั้ง) หลังจากนั้นให้รีบกดหน้าอกต่อทันที

6.3 ไม่เป่าลมช่วยหายใจโดยเป่าลมเข้ามากเกินไป



7. ช่วยฟื้นคืนชีพต่อเนื่อง หลังจากช่วยหายใจแล้ว ให้รีบกลับมากดหน้าอกต่อทันทีอย่างต่อเนื่อง หยุดกดหน้าอกให้น้อยที่สุด ไม่เกิน 10 วินาที โดยให้กดหน้าอก 30 ครั้ง สลับกับการเป่าปาก 2 ครั้ง หรือ 30 : 2 ไปจนครบ 5 รอบแล้วประเมินซ้ำให้ช่วยฟื้นคืนชีพไปจนกว่า

7.1 ผู้ป่วยจะกลับมามีสัญญาณชีพอีกครั้ง (ตากระพริบ ไอ หน้าอกหน้าท้องกระเพื่อม ตามจังหวะการหายใจ หรือมีการเคลื่อนไหวของแขน ขา)

7.2 ทีมแพทย์ฉุกเฉินเข้ามาให้การช่วยเหลือ

7.3 เหนื่อยมากจนทำต่อไปไม่ได้ไหว

7.4 แพทย์วินิจฉัยว่าผู้ป่วยเสียชีวิตแล้ว ให้ยุติการช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR)

การช่วยฟื้นคืนชีพ หากเป็นไปได้ควรมีผู้ช่วยเหลืออย่างน้อย 2 คน เพื่อสลับกัน กดหน้าอกและเป่าปาก จะช่วยเพิ่มประสิทธิภาพการช่วยชีวิตให้ได้ผลดีกว่าการมีผู้ช่วยเหลือคนเดียว

การช่วยฟื้นคืนชีพเด็ก

ผู้ช่วยเหลือดำเนินการตามขั้นตอนเช่นเดียวกับผู้ใหญ่ ปรับวิธีการกดหน้าอกโดยให้ ผู้ช่วยเหลือวางมือลงตรงกึ่งกลางหน้าอก (กึ่งกลางระหว่างหัวนม) กดลึกลงไปประมาณ 14 ของความหนาของหน้าอก (หรือประมาณ 5 เซนติเมตร หรือ 2 นิ้ว) ในการกดหน้าอก จะใช้มือเพียงมือเดียวหรือสองมือก็ได้ สำหรับเด็กวัยรุ่นให้ใช้ความลึกในการกดเท่ากับผู้ใหญ่ (5 - 7 เซนติเมตร)



การช่วยฟื้นคืนชีพทารก

ให้กดหน้าอกลึกลงไปประมาณ 4 ของความหนาของหน้าอก (หรือ 4 เซนติเมตร หรือ 1.5 นิ้ว) โดยการใช้นิ้วมือ หรือ 2 นิ้วโป้ง อัตราเร็วของการกดหน้าอกคือ 100 - 120 ครั้ง ต่อนาที สลับกับการเป่าปาก 2 ครั้ง หรือ 30 : 2 จนครบ 5 รอบแล้วประเมินซ้ำ (ใช้เวลา ในการประเมินไม่เกิน 10 วินาที) ในกรณีที่มีผู้ช่วยเหลือ 2 คน ให้ปรับเปลี่ยนอัตราการกดหน้าอก จาก 30 ครั้ง เป่าปาก 2 ครั้ง มาเป็น กดหน้าอก 15 ครั้ง เป่าปาก 2 ครั้ง แล้วประเมินซ้ำเมื่อครบทุก ๆ 10 รอบ



การกดหน้าอกโดยใช้ 2 นิ้วมือ



การกดหน้าอกโดยใช้ 2 นิ้วโป้ง



การเป่าปาก

แผนการจัดการเรียนรู้ลำดับที่ 6

หน่วยการเรียนรู้ที่ เรื่อง การกู้ชีพขั้นพื้นฐานเครื่อง AED
รหัสวิชา รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา..... ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ...
กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา
ปีการศึกษา ภาคเรียนที่ เวลา 1 ชั่วโมง

1. มาตรฐานการเรียนรู้ / ตัวชี้วัด

1.1 มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐาน พ 5.1 ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยา สารเสพติด และความรุนแรง

1.2 ตัวชี้วัด

พ 5.1 ม. 4-6/7 แสดงวิธีการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน

2. สาระสำคัญ / ความคิดรวบยอด

เครื่องเออีดี (Automatic External Defibrillator : AED) คืออุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์ แบบพกพาที่สามารถ วินิจฉัย ภาวะหัวใจเต้นผิดปกติที่อันตรายแก่ชีวิต (ชนิด Ventricular Fibrillation หรือหัวใจห้องล่างเต้นแผ่วระรัวที่ไม่มีสัญญาณชีพ และ Ventricular Tachycardia) ได้โดยอัตโนมัติ และสามารถให้การรักษา โดยปล่อยไฟฟ้าไปช็อก หรือกระตุ้นหัวใจเพื่อหยุดภาวะหัวใจเต้นผิดปกตินั้นให้หัวใจกลับมาเต้นใหม่ในจังหวะที่ถูกต้อง

3. สาระการเรียนรู้

3.1 สาระการเรียนรู้แกนกลาง

การแพทย์ฉุกเฉินและวิธีการปฐมพยาบาลฉุกเฉินที่ถูกวิธี

4. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

- 4.1 ความสามารถในการสื่อสาร 4.2 ความสามารถในการคิด 4.3 ความสามารถในการแก้ปัญหา
 4.4 ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต 4.5 ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

5. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

5.1 คุณลักษณะอันพึงประสงค์(ตามหลักสูตรแกนกลาง)

- 1) รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์ 2) ซื่อสัตย์สุจริต 3) มีวินัย 4) ใฝ่เรียนรู้
 5) อยู่อย่างพอเพียง 6) มุ่งมั่นในการทำงาน 7) รักความเป็นไทย 8) มีจิตสาธารณะ

5.2 คุณลักษณะตามหลักสูตรมาตรฐานสากล

1) มีความรู้พื้นฐานในยุคดิจิทัล วิทยาศาสตร์ เศรษฐศาสตร์ เทคโนโลยี รู้ภาษา พหุวัฒนธรรม
ตระหนักสำนึกระดับโลก

- 2) สามารถคิดประดิษฐ์อย่างสร้างสรรค์ ปรับตัว ใฝ่รู้ ใฝ่เรียน วิเคราะห์ สังเคราะห์ สรุป สร้างองค์ความรู้
 3) มีทักษะสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ
 4) มีความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต
 5) มีความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

6. ทักษะของผู้เรียนในศตวรรษที่ 21 (3R 8C)

- 6.1 ทักษะการอ่าน (Reading)
 6.2 ทักษะการ เขียน (Writing)
 6.3 ทักษะการคิดคำนวณ (Arithmetic)
 6.4 ทักษะด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณและทักษะในการแก้ปัญหา (Critical thinking and
problem solving)
 6.5 ทักษะด้านการสร้างสรรค์และนวัตกรรม (Creativity and innovation)
 6.6 ทักษะด้านความร่วมมือการทำงานเป็นทีมและภาวะผู้นำ (Collaboration, teamwork, and
leadership)
 6.7 ทักษะด้านความเข้าใจต่างวัฒนธรรมต่างกระบวนทัศน์ (Cross-cultural understanding)
 6.8 ทักษะด้านการสื่อสารสารสนเทศและรู้เท่าทันสื่อ (Communication information and media
literacy)
 6.9 ทักษะด้านคอมพิวเตอร์และเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร (Computing)
 6.10 ทักษะอาชีพและทักษะการเรียนรู้ (Career and learning self-reliance, change)
 6.11 ความมีคุณธรรม มีเมตตา มีระเบียบวินัย (Compassion)

7. การบูรณาการตามพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ

- 7.1 บูรณาการสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน
- 7.2 บูรณาการเศรษฐกิจพอเพียง
- 7.3 อื่น ๆ (โปรดระบุ) วิชา ศิลปะ (การแสดง)

8. ชิ้นงาน / ภาระงาน (รวบยอด)

การเขียนแผนผังสรุปการกู้ชีพขั้นพื้นฐานการช่วยเหลือด้วยเครื่อง AED

9. การวัดและประเมินผล

9.1 การวัดและประเมินผลชิ้นงาน/ภาระงาน(รวบยอด)

- 1) วิธีการแผนผังสรุปการกู้ชีพขั้นพื้นฐานการช่วยเหลือด้วยเครื่อง AED
- 2) เครื่องมือแบบประเมินแผนผังสรุปการกู้ชีพขั้นพื้นฐานการช่วยเหลือด้วยเครื่อง AED
- 3) เกณฑ์ ผ่านเกณฑ์ที่ระดับคุณภาพ ดี

9.2 การวัดและประเมินผลระหว่างการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

ลำดับ	รายการที่วัดและประเมินผล	วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์
1	การเขียนแผนผังสรุปการกู้ชีพขั้นพื้นฐาน การช่วยเหลือด้วยเครื่อง AED	แผนผังสรุปการกู้ชีพขั้นพื้นฐานการช่วยเหลือด้วยเครื่อง AED	แบบประเมินแผนผังการกู้ชีพขั้นพื้นฐานการช่วยเหลือด้วยเครื่อง AED	ผ่านเกณฑ์ที่ระดับคุณภาพดี

10. สื่อการเรียนรู้ / แหล่งเรียนรู้

10.1 สื่อการเรียนรู้

- 1) วิดีโอ การทำ CPR ร่วมกับการใช้เครื่อง AED

10.2 แหล่งเรียนรู้

- 1) <https://www.youtube.com/watch?v=Lw7g2O7OoYU>

11. กิจกรรมการเรียนรู้

เรื่องที่ 6

เรื่อง การกู้ชีพขั้นพื้นฐานเครื่อง AED

จำนวนเวลาเรียน 1 ชั่วโมง

วิธีสอน สืบเสาะหาความรู้ Inquiry Method : 5E

ขั้นที่ 1 กระตุ้นความสนใจ (Engage)

1. นักเรียนดูคลิปวิดีโอที่เกี่ยวกับ อุบัติเหตุ และการช่วยเหลือการกู้ชีพขั้นพื้นฐานโดยใช้เครื่อง AED
2. ครูใช้คำถาม กระตุ้นความสนใจและอยากรู้อยากเรียน

ขั้นที่ 2 ขั้นสำรวจและค้นหา

1. นักเรียนจับกลุ่ม 3 คน ร่วมกันสืบค้น ในหัวข้อ “การช่วยเหลือการกู้ชีพขั้นพื้นฐานโดยใช้เครื่อง AED”
2. นักเรียนจับกลุ่ม 6 คน โดยรวมกลุ่ม 3 คน จำนวน 2 กลุ่ม เป็น 1 กลุ่ม แลกเปลี่ยนเรียนรู้ในสิ่งที่

ครูให้ศึกษา

ขั้นที่ 3 ขั้นอธิบายความรู้

1. ครูอธิบาย “การช่วยเหลือการกู้ชีพขั้นพื้นฐาน โดยใช้เครื่อง AED” แบบละเอียดและถูกต้อง

ขั้นที่ 4 ขั้นขยายความเข้าใจ

1. ครูและนักเรียนร่วมถามตอบในประเด็นที่สงสัยก่อนแยกย้ายทำงานผังมโนทัศน์รายบุคคล

ขั้นที่ 5 ตรวจสอบผล (Evaluate)

1. นักเรียนเขียนผังมโนทัศน์รายบุคคล หัวข้อ “การช่วยเหลือการกู้ชีพขั้นพื้นฐาน โดยใช้เครื่อง AED

ใบกิจกรรม เรื่อง การสืบค้น “การช่วยเหลือการกู้ชีพขั้นพื้นฐาน โดนใช้เครื่อง AED”

สมาชิกกลุ่ม ชั้น.....

- | | | | |
|---------------|-------------|---------------|-------------|
| 1. ชื่อ | เลขที่..... | 4. ชื่อ | เลขที่..... |
| 2. ชื่อ | เลขที่..... | 5. ชื่อ | เลขที่..... |
| 3. ชื่อ | เลขที่..... | 6. ชื่อ | เลขที่..... |

คำชี้แจง

1. นักเรียนจับกลุ่ม 3 คน ร่วมกันสืบค้น ในหัวข้อ “การช่วยเหลือการกู้ชีพขั้นพื้นฐาน โดนใช้เครื่อง AED”
2. นักเรียนจับกลุ่ม 6 คน โดยรวมกลุ่ม 3 คน จำนวน 2 กลุ่ม เป็น 1 กลุ่ม แลกเปลี่ยนเรียนรู้ในสิ่งที่ครูให้ศึกษา

กลุ่มที่..... ชั้นมัธยมศึกษาปีที่

คำชี้แจง : ให้ ผู้สอน/หัวหน้ากลุ่ม สังเกตพฤติกรรมการทำกิจกรรมของนักเรียนแล้วขีด ✓ ลงในช่องที่ตรงกับระดับคะแนน

ลำดับที่	ชื่อ-สกุล ของผู้รับการ ประเมิน	ความร่วมมือกัน ทำกิจกรรม				การแสดง ความคิดเห็น				การรับฟัง ความคิดเห็น				การตั้งใจ ทำงาน				การแก้ไข ปัญหา/ หรือ ปรับปรุง ผลงานกลุ่ม				รวม 20 คะแนน	
		4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1		

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน
...../...../.....

เกณฑ์การให้คะแนน		
ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมอย่างสม่ำเสมอ	ให้ 4	คะแนน
ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมบ่อยครั้ง	ให้ 3	คะแนน
ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมบางครั้ง	ให้ 2	คะแนน
ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมน้อยครั้ง	ให้ 1	คะแนน


เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ	
ช่วงคะแนน	ระดับคุณภาพ
18 - 20	ดีมาก
14 - 17	ดี
10 - 13	พอใช้
ต่ำกว่า 10	ปรับปรุง

ใบกิจกรรม เรื่อง แผนผังการกู้ชีพขั้นพื้นฐานโดยการใช้เครื่อง AED

1. ชื่อ ชั้น..... เลขที่.....

คำชี้แจง

1. นักเรียนเขียนผังมโนทัศน์รายบุคคล หัวข้อ “การช่วยเหลือการกู้ชีพขั้นพื้นฐานโดยใช้เครื่อง AED



การกู้ชีพขั้นพื้นฐาน
โดยการใช้เครื่อง AED

แบบประเมินชิ้นงานสรุปแผนผัง เรื่อง การกู้ชีพขั้นพื้นฐาน โดยใช้เครื่อง AED

รายการประเมิน	คำอธิบายระดับคุณภาพ/ระดับคะแนน			
	ดีมาก (4)	ดี (3)	พอใช้ (2)	ปรับปรุง (1)
1. ความถูกต้องชัดเจนของเนื้อหา	เขียนขั้นตอนการการกู้ชีพขั้นพื้นฐานโดยใช้เครื่อง AED ได้ถูกต้องครบถ้วนทุกขั้นตอน	เขียนขั้นตอนการการกู้ชีพขั้นพื้นฐานโดยใช้เครื่อง AED ได้ถูกต้องขาดบางขั้นตอน	เขียนขั้นตอนการการกู้ชีพขั้นพื้นฐานโดยใช้เครื่อง AED ผิดบางขั้นตอน	เขียนขั้นตอนการการกู้ชีพขั้นพื้นฐานโดยใช้เครื่อง AED ผิดหลายขั้นตอน
2. การใช้ภาษา	เขียนได้ตรงตามประเด็นตามที่กำหนดไว้ ภาษาที่ใช้สะกดถูกต้องทำให้ผู้อ่านเข้าใจได้ง่ายและมีแนวคิดที่น่าสนใจ	เขียนได้ตรงตามประเด็นตามที่กำหนดไว้ ภาษาที่ใช้สะกดถูกต้องทำให้ผู้อ่านเข้าใจได้ง่าย	เขียนได้ตรงตามประเด็นตามที่กำหนดไว้ ภาษาอ่านยาก เกิดความสับสนในการอ่าน	เขียนไม่ตรงตามประเด็น
3. ความสวยงามและความมีระเบียบของชิ้นงาน	มีสีสันสวยงาม มีการจัดระเบียบในการเขียนและมีความคิดสร้างสรรค์	มีสีสันสวยงามเป็นระเบียบ	มีสีสันสวยงามแต่ไม่มีการจัดระเบียบในการเขียน	ไม่มีระเบียบและสีสันสวยงาม
4. ระยะเวลา	ส่งก่อนกำหนดหรือตรงตามกำหนด	ส่งช้ากว่ากำหนด 1-2 วัน	ส่งช้ากว่ากำหนด 3 วัน	ส่งช้ากว่ากำหนดมากกว่า 4 วันขึ้นไป

หมายเหตุ ให้นิยามความหมายของระดับคุณภาพให้เป็น (rubric score)

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ

ช่วงคะแนน	16 – 12	11 – 7	4 – 6	0 - 3
ระดับคุณภาพ	ดีมาก	ดี	พอใช้	ปรับปรุง

ใบความรู้

เครื่องเออีดี (Automatic External Defibrillator : AED) คืออุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์ แบบพกพาที่สามารถ วินิจฉัย ภาวะหัวใจเต้นผิดปกติที่อันตรายแก่ชีวิต (ชนิด Ventricular Fibrillation หรือหัวใจห้องล่างเต้นแผ่วระรัวที่ไม่มีสัญญาณชีพ และ Ventricular Tachycardia) ได้โดย อัตโนมัติ และสามารถให้การรักษา โดยปล่อยไฟฟ้าไปช็อก หรือกระตุ้นหัวใจเพื่อยุติภาวะหัวใจ เต้นผิดปกตินั้นให้หัวใจกลับมาเต้นใหม่ในจังหวะที่ถูกต้อง

เครื่องเออีดี มักพบติดตั้งในพื้นที่สาธารณะที่มีประชาชน หรือผู้ใช้บริการจำนวนมาก เช่น สถานีรถสาธารณะ โรงพยาบาล โรงเรียน สนามบิน สนามกีฬา ห้างสรรพสินค้า ฯลฯ เพื่อใช้ในการช่วยชีวิตผู้ที่มีอาการหัวใจหยุดเต้นกะทันหันให้รอดชีวิตได้ทันท่วงที ในอนาคตมีแนวโน้มการติดตั้งเครื่องเออีดีเพิ่มมากขึ้น ท่านจะทราบได้ว่าเครื่องเออีดีนั้นติดตั้งอยู่จุดใดได้ โดยสังเกตเห็นสัญลักษณ์เช่นนี้



วิธีการใช้เครื่องเออีดี

เครื่องเออีดี มีหลายแบบหลายยี่ห้อ แต่การใช้งานไม่ยุ่งยากและไม่มีความแตกต่างกันมากหลักการใช้งานของเครื่องเออีดี มีดังนี้

1. เปิดเครื่อง กดปุ่มเปิดเครื่อง ในขณะที่เครื่องเออีดีบางรุ่นจะทำงานทันทีเมื่อเปิดฝาคกรอบออกเมื่อเปิดเครื่องแล้วจะมีเสียงบอกให้รู้ว่าต้องทำอะไรต่อไป ให้ปฏิบัติตามที่เครื่องสั่งทันที



2. ติดแผ่นนำไฟฟ้าที่หน้าอกของผู้ป่วย ตรวจสอบหน้าอกของผู้ป่วยว่าแห้งสนิท หากพบว่า เปียกน้ำ หรือไม่แห้งสนิทให้ใช้ผ้าเช็ดบริเวณหน้าอกของผู้ป่วยให้แห้งก่อน แล้วลอกแผ่นพลาสติกด้านหลังแผ่นนำไฟฟ้าออก แปะแผ่นนำไฟฟ้าแผ่นที่หนึ่งที่ได้กระตุกโหลบลาไว้ด้านหลังคอ และแปะแผ่นที่สองที่บริเวณใต้แนวราวมชายด้านข้างลำตัว ตรวจสอบให้แน่ใจว่าสายไฟจากแผ่นนำไฟฟ้าต่อเข้ากับตัวเครื่องเรียบร้อยแล้ว หากผู้ป่วยเป็นเด็กตัวเล็ก หรือทารกอาจจำเป็นต้องแปะแผ่นนำไฟฟ้า ที่บริเวณด้านหน้าและด้านหลังของลำตัว (ตามรูป)



3. เครื่องเออีดีทำการวิเคราะห์คลื่นไฟฟ้าหัวใจ เครื่องเออีดี ส่วนมากจะเริ่มวิเคราะห์คลื่นไฟฟ้าหัวใจทันทีเมื่อแปะแผ่นนำไฟฟ้าเสร็จ เครื่องบางรุ่นต้องกดปุ่ม “วิเคราะห์” ก่อน ระหว่างนั้น

การดำเนินกิจกรรม

ห้ามสัมผัสผู้ถูกตัวผู้ป่วย ให้ร้องเตือนดัง ๆ ว่า “ทุกคนถอย!” เครื่องเออีดีจะใช้เวลาสั้น ๆ ประมาณ 5 - 10 วินาที ในการวิเคราะห์ระหว่างนั้นอาจจะได้ยินเสียงการส่งสัญญาณวิเคราะห์



4. เมื่อเครื่องเออีดี ตรวจพบคลื่นไฟฟ้าหัวใจที่จำเป็นต้องทำการช็อก เครื่องจะบอกว่า “แนะนำให้ทำการช็อก ถอยออกจากผู้ป่วย กดปุ่ม “ช็อก” แต่ก่อนที่ผู้ช่วยเหลือจะกดปุ่มช็อกต้องตรวจสอบ ให้แน่ใจว่าไม่มีใครสัมผัสตัวของผู้ป่วย ด้วยการตะโกนบอกดัง ๆ ว่า “ทุกคนถอย!!” พร้อมกับกางแขนออกเพื่อกันผู้ที่ไม่มีส่วนเกี่ยวข้องเข้ามา มองซ้ำอีกครั้งเพื่อเป็นการตรวจสอบครั้งสุดท้ายว่าไม่มีผู้ใดสัมผัสผู้ป่วยอยู่แล้วจึงกดปุ่ม “ช็อก”



เมื่อกดปุ่มช็อกแล้วให้เริ่มกดหน้าอกต่อทันที 30 ครั้ง สลับกับช่วยหายใจ (การเป่าปาก) 2 ครั้ง หรือกดหน้าอกอย่างเดียวในกรณีที่ท่านไม่ต้องการที่จะเป่าปาก ไปจนกว่าเครื่องเออีดี จะวิเคราะห์คลื่นไฟฟ้าหัวใจซ้ำอีกครั้งเมื่อครบทุก ๆ 2 นาที ให้ทำการกดหน้าอกและช่วยหายใจ หรือกดหน้าอกอย่างเดียวรวมกับการใช้เครื่องเออีดีไปจนกว่าผู้ป่วยจะฟื้น หรือหน่วยกู้ชีพจะมาถึงและรับผู้ป่วยส่งไปรักษาต่อที่โรงพยาบาล



แผนการจัดการเรียนรู้ลำดับที่ 7

หน่วยการเรียนรู้ที่	เรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะทางเดินหายใจถูกอุดกั้น	
รหัสวิชา	รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา.....	ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ...
กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา		
ปีการศึกษา	ภาคเรียนที่	เวลา 1 ชั่วโมง

1. มาตรฐานการเรียนรู้ / ตัวชี้วัด

1.1 มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐาน พ 5.1 ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยา สารเสพติด และความรุนแรง

1.2 ตัวชี้วัด

พ 5.1 ม. 4-6/7 แสดงวิธีการการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน

2. สาระสำคัญ / ความคิดรวบยอด

การสำลักสิ่งแปลกปลอมหรือ choking เป็นสาเหตุอย่างหนึ่งของการการอุดกั้นทางเดินหายใจส่วนบน แม้ว่าการอุดกั้นทางเดินหายใจจากสิ่งแปลกปลอม (foreign body airway obstruction; FBAO) FBAO เป็นปัญหาที่พบไม่บ่อยแต่สามารถนำไปสู่ภาวะคุกคามชีวิตได้ การสำลักส่วนใหญ่เกิดจากการสำลักอาหาร มักมีผู้พบเห็นเหตุการณ์ หากสามารถให้การช่วยเหลือในทันทีขณะที่ผู้ป่วยยังรู้สึกสติและสามารถตอบสนองได้จะเป็นประโยชน์สูงสุด

3. สาระการเรียนรู้

3.1 สาระการเรียนรู้แกนกลาง

การแพทย์ฉุกเฉินและวิธีการปฐมพยาบาลฉุกเฉินที่ถูกต้อง

4. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

- 4.1 ความสามารถในการสื่อสาร 4.2 ความสามารถในการคิด 4.3 ความสามารถในการแก้ปัญหา
- 4.4 ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต 4.5 ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

5. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

5.1 คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (ตามหลักสูตรแกนกลาง)

- 1) รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์ 2) ซื่อสัตย์สุจริต 3) มีวินัย 4) ใฝ่เรียนรู้
 5) อยู่อย่างพอเพียง 6) มุ่งมั่นในการทำงาน 7) รักความเป็นไทย 8) มีจิตสาธารณะ

5.2 คุณลักษณะตามหลักสูตรมาตรฐานสากล

1) มีความรู้พื้นฐานในยุคดิจิทัล วิทยาศาสตร์ เศรษฐศาสตร์ เทคโนโลยี ภาษาอังกฤษ พหุวัฒนธรรม
ตระหนักสำนึกระดับโลก

- 2) สามารถคิดประดิษฐ์อย่างสร้างสรรค์ ปรับตัว ใฝ่รู้ ใฝ่เรียน วิเคราะห์ สังเคราะห์ สรุป สร้างองค์ความรู้
 3) มีทักษะสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ
 4) มีความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต
 5) มีความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

6. ทักษะของผู้เรียนในศตวรรษที่ 21 (3R 8C)

- 6.1 ทักษะการอ่าน (Reading)
 6.2 ทักษะการเขียน (Writing)
 6.3 ทักษะการคิดคำนวณ (Arithmetic)
 6.4 ทักษะด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณและทักษะในการแก้ปัญหา (Critical thinking and
problem solving)
 6.5 ทักษะด้านการสร้างสรรค์และนวัตกรรม (Creativity and innovation)
 6.6 ทักษะด้านความร่วมมือการทำงานเป็นทีมและภาวะผู้นำ (Collaboration, teamwork, and
leadership)
 6.7 ทักษะด้านความเข้าใจต่างวัฒนธรรมต่างกระบวนทัศน์ (Cross-cultural understanding)
 6.8 ทักษะด้านการสื่อสารสารสนเทศและรู้เท่าทันสื่อ (Communication information and media
literacy)
 6.9 ทักษะด้านคอมพิวเตอร์และเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร (Computing)
 6.10 ทักษะอาชีพและทักษะการเรียนรู้ (Career and learning self-reliance, change)
 6.11 ความมีคุณธรรม มีเมตตา มีระเบียบวินัย (Compassion)

7. การบูรณาการตามพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ

- 7.1 บูรณาการสวนพฤษศาสตร์โรงเรียน
 7.2 บูรณาการเศรษฐกิจพอเพียง
 7.3 อื่น ๆ (โปรดระบุ) วิชา ศิลปะ (การแสดง)

8. ชิ้นงาน / ภาระงาน (รวบยอด)

การแสดงผลงานแผนผังความคิด

9. การวัดและประเมินผล

9.1 การวัดและประเมินผลชิ้นงาน/ภาระงาน(รวบยอด)

- 1) วิธีการแผนผังความคิดสรุปการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะทางเดินหายใจอุดกั้น
- 2) เครื่องมือแบบประเมินแผนผังความคิดการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะทางเดินหายใจอุดกั้น
- 3) เกณฑ์ ผ่านเกณฑ์ที่ระดับคุณภาพ ดี

9.2 การวัดและประเมินผลระหว่างการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

ลำดับ	รายการที่วัดและประเมินผล	วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์
1	การเขียนแผนผังสรุปการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะทางเดินหายใจอุดกั้น	แผนผังการสรุปการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะทางเดินหายใจอุดกั้น	แบบประเมินแผนผังห่วงโซ่การรอดชีวิต	ผ่านเกณฑ์ที่ระดับคุณภาพ ดี

10. สื่อการเรียนรู้ / แหล่งเรียนรู้

10.1 สื่อการเรียนรู้

- 1) วีดิโอ ช่วยด้วย อาหารติดคอ : We Mahidol

10.2 แหล่งเรียนรู้

- 1) <https://www.youtube.com/watch?v=p2U1nPoAbTc>

11. กิจกรรมการเรียนรู้

เรื่องที่ 7

เรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะทางเดินหายใจอุดกั้น

จำนวนเวลาเรียน 1 ชั่วโมง

วิธีสอน สืบเสาะหาความรู้ Inquiry Method : 5E

ขั้นที่ 1 กระตุ้นความสนใจ (Engage)

1. ทำแบบทดสอบก่อนเรียนการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน
2. ครูใช้คำถาม กระตุ้นความสนใจและอยากรู้อยากเรียนเกี่ยวกับการปฐมพยาบาลฉุกเฉินภาวะทางเดินหายใจอุดกั้น

ขั้นที่ 2 ขั้นสำรวจและค้นหา

1. นักเรียนจับกลุ่ม 3 คน ร่วมกันสืบค้น ในหัวข้อ “การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะทางเดินหายใจอุดกั้น”
2. นักเรียนจับกลุ่ม 6 คน โดยรวมกลุ่ม 3 คน จำนวน 2 กลุ่ม เป็น 1 กลุ่ม แลกเปลี่ยนเรียนรู้ในสิ่งที่ครูให้ศึกษาและสรุปเป็นแผนผังความคิดลงในกระดาษปรีฟของกลุ่มและตกแต่งในสวยงาม

ขั้นที่ 3 ขั้นอธิบายความรู้

1. ตัวแทนกลุ่มออกมานำเสนอการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ของกลุ่มตนเอง
2. ครูเสริมความรู้ในประเด็นที่แตกต่างหรือขาดหายไป

ขั้นที่ 4 ขั้นขยายความเข้าใจ

1. ครูให้นักเรียนดูคลิปวิดีโอเพิ่มเติมเกี่ยวกับการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะทางเดินหายใจอุดกั้น

ขั้นที่ 5 ตรวจสอบผล (Evaluate)

1. ครูและนักเรียนอภิปรายสรุปพร้อมกัน เรื่อง “การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะทางเดินหายใจอุดกั้น”

ใบกิจกรรม เรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะทางเดินหายใจอุดกั้น

สมาชิกกลุ่ม ชั้น.....

- | | | | |
|---------------|-------------|---------------|-------------|
| 1. ชื่อ | เลขที่..... | 4. ชื่อ | เลขที่..... |
| 2. ชื่อ | เลขที่..... | 5. ชื่อ | เลขที่..... |
| 3. ชื่อ | เลขที่..... | 6. ชื่อ | เลขที่..... |

คำชี้แจง

1. นักเรียนจับกลุ่ม 3 คน ร่วมกันสืบค้น ในหัวข้อ “การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะทางเดินหายใจอุดกั้น”

กลุ่มที่..... ชั้นมัธยมศึกษาปีที่

คำชี้แจง : ให้ ผู้สอน/หัวหน้ากลุ่ม สังเกตพฤติกรรมการทำงานกิจกรรมของนักเรียนแล้วขีด ✓ ลงในช่องที่ตรงกับระดับคะแนน

ลำดับที่	ชื่อ-สกุล ของผู้รับการ ประเมิน	ความร่วมมือกัน ทำกิจกรรม				การแสดง ความคิดเห็น				การรับฟัง ความคิดเห็น				การตั้งใจ ทำงาน				การแก้ไข ปัญหา/หรือ ปรับปรุง ผลงานกลุ่ม				รวม 20 คะแนน	
		4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1		

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน
...../...../.....

- เกณฑ์การให้คะแนน**
- ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมอย่างสม่ำเสมอ ให้ 4 คะแนน
 - ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมบ่อยครั้ง ให้ 3 คะแนน
 - ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมบางครั้ง ให้ 2 คะแนน
 - ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมน้อยครั้ง ให้ 1 คะแนน

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ	
ช่วงคะแนน	ระดับคุณภาพ
18 - 20	ดีมาก
14 - 17	ดี
10 - 13	พอใช้
ต่ำกว่า 10	ปรับปรุง

**แบบประเมินชิ้นงานสรุป เรื่อง ขั้นตอนการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน เรื่อง การเคลื่อนย้ายผู้ป่วย
ผู้บาดเจ็บในภาวะฉุกเฉิน**

รายการประเมิน	คำอธิบายระดับคุณภาพ/ระดับคะแนน			
	ดีมาก (4)	ดี (3)	พอใช้ (2)	ปรับปรุง (1)
1. ความถูกต้องชัดเจนของเนื้อหา	เขียนขั้นตอนการปฐมพยาบาลฉุกเฉินภาวะทางเดินหายใจถูกอุดกั้นฉุกเฉินได้ถูกต้องครบถ้วนทุกขั้นตอน	เขียนขั้นตอนการปฐมพยาบาลฉุกเฉินภาวะทางเดินหายใจถูกอุดกั้นได้ถูกต้องขาดบางขั้นตอน	เขียนขั้นตอนการปฐมพยาบาลฉุกเฉินภาวะทางเดินหายใจถูกอุดกั้นผิดบางขั้นตอน	เขียนขั้นตอนการปฐมพยาบาลฉุกเฉินภาวะทางเดินหายใจถูกอุดกั้นผิดหลายขั้นตอน
2. การใช้ภาษา	เขียนได้ตรงตามประเด็นตามที่กำหนดไว้ ภาษาที่ใช้สะกดถูกต้องทำให้ผู้อ่านเข้าใจได้ง่ายและมีแนวคิดที่น่าสนใจ	เขียนได้ตรงตามประเด็นตามที่กำหนดไว้ ภาษาที่ใช้สะกดถูกต้องทำให้ผู้อ่านเข้าใจได้ง่าย	เขียนได้ตรงตามประเด็นตามที่กำหนดไว้ ภาษ้อ่านยากเกิดความสับสนในการอ่าน	เขียนไม่ตรงตามประเด็น
3. ความสวยงามและความมีระเบียบของชิ้นงาน	มีสีเส้นสวยงาม มีการจัดระเบียบในการเขียนและมีความคิดสร้างสรรค์	มีสีเส้นสวยงาม เป็นระเบียบ	มีสีเส้นสวยงามแต่ไม่มีการจัดระเบียบในการเขียน	ไม่มีระเบียบและสีเส้นสวยงาม
4. ระยะเวลา	ส่งก่อนกำหนดหรือตรงตามกำหนด	ส่งช้ากว่ากำหนด 1-2 วัน	ส่งช้ากว่ากำหนด 3 วัน	ส่งช้ากว่ากำหนดมากกว่า 4 วันขึ้นไป

หมายเหตุ ให้นิยามความหมายของระดับคุณภาพให้เป็น (rubric score)

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ

ช่วงคะแนน	16 – 12	11 – 7	4 – 6	0 - 3
ระดับคุณภาพ	ดีมาก	ดี	พอใช้	ปรับปรุง

ใบความรู้ การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะทางเดินหายใจถูกอุดกั้น

1. การแก้ไขทางเดินหายใจถูกอุดกั้นในผู้ใหญ่และเด็กโต

1.1 ถ้าผู้ป่วยมีอาการของทางเดินหายใจถูกอุดกั้น คือเอามือกุมที่คอ ตาเหลือก หน้าเขียว ภาวะวณกระวายเป็นต้น ให้รีบเข้าไปถามว่า “อาหารติดคอ ใช่หรือไม่”

1.2 ถ้าผู้ป่วยพยักหน้า หรือตอบว่า “ใช่” ให้รีบขออนุญาตผู้ป่วย “ให้ผม/ฉันช่วยคุณนะครับ/คะ” แล้วรีบเข้าไป ทางด้านหลัง แล้วใช้มือข้างหนึ่งหาสะดือ แล้วใช้ มืออีกข้างหนึ่งกำมัดแล้ววางเหนือสะดือ ใต้ลิ้นปี่ โดยหันด้านนิ้วโป้งเข้าหาลำตัวผู้ป่วย บอกให้ผู้ป่วย แยกขาออกแล้วผู้ช่วยเหลือวางขาตรงกลางหว่างขา ผู้ป่วย

1.3 รัตกระตุกต่อเนื่อง 5 ครั้ง อัตราเร็ว 1 ครั้งต่อวินาที ให้ทำไปจนกว่าเศษอาหารจะออกหรือผู้ป่วยหมดสติ



สำหรับคนอ้วน หรือคนท้อง ให้ใช้วิธีการรัตกระตุกที่หน้าอก ชุดละ 5 ครั้งต่อเนื่อง ทำไปจนกว่าเศษอาหารจะออกหรือหมดสติ (ให้ทำ CPR ทันที) เมื่อแก้ไขได้แล้วควรนำ ผู้ป่วยส่งโรงพยาบาลทุกราย



ถ้าผู้ป่วยหมดสติ ไม่หายใจ (แขนจะตกลงมา) ให้จับผู้ป่วยนอนราบ รีบโทรแจ้ง 1669 แล้วเริ่มทำการช่วยฟื้นคืนชีพทันที ให้ทำไปจนกว่ารถพยาบาลจะมาถึง หรือผู้ป่วยจะฟื้น



การแก้ไขทางเดินหายใจถูกอุดกั้นเมื่อผู้ป่วยนั่งบนรถเข็น

ให้ใช้วิธีรัดกระดูกที่หน้าท้อง เหมือนกับทำในท่ายืน ถ้าไม่สามารถทำได้เนื่องจากลักษณะของรถเข็นสามารถใช้วิธีรัดกระดูกที่หน้าอกแทน หรือนำรถเข็นไปชิดผนังห้อง ล็อกล้อทั้งสองข้าง ใช้สองมือประสานกัน แล้ววางสันมือระหว่างสะดือกับลิ้นปี่ ดันหน้าท้องในแนวแรงเฉียงขึ้นด้านบน 5 ครั้งต่อเนื่อง ถ้าผู้ป่วย หมดสติ ให้นำลงมาจากรถเข็นแล้วทำการช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR) ทันที



การแก้ไขทางเดินหายใจอุดตันเมื่อเกิดกับตนเองและอยู่คนเดียว

ให้ใช้มือรัดกระตุก ที่หน้าท้องตนเองเหมือนการช่วยเหลือผู้อื่น หรือหาเก้าอี้ที่มีพนักแข็งแรงที่อยู่ใกล้เคียงมาแล้ววางหน้าท้องบริเวณเหนือสะดือ ใต้ลิ้นปี ลงบนพนักเก้าอี้กระแทกตัวลงไปต่อเนื่อง 5 ครั้ง หรือจนกว่าสิ่งอุดตันจะออก



การแก้ไขทางเดินหายใจอุดตันในทารก

1. ให้นั่งคุกเข่ากับพื้น หรือนั่งบนเก้าอี้ หรือทำยืน

ใช้มือประคองศีรษะทารกบริเวณขากรรไกร จัดให้อยู่ในท่าคว่ำโดยให้ทารกนอนทาบบนหน้าแขนวางแขนบนหน้าขา แล้วใช้มือตบลง ที่ตรงกึ่งกลางกระดูกสะบักทั้งสองข้าง จำนวน 5 ครั้ง ต่อเนื่อง อัตราเร็ว 1 ครั้งต่อวินาที

2. ใช้มืออีกข้างหนึ่งประคองที่ท้ายทอยแล้วใช้แขน

แนบลงตรงกึ่งกลางหลังของทารก แล้วพลิก ทารกหงายหน้าขึ้นนำมาวางไว้บนต้นขา แล้วใช้ 2 นิ้วมือวางลงตรงกึ่งกลางหน้าอกใต้แนว ราวนม กดลึกลงไป 4 ของความหนาของ หน้าอก จำนวน 5 ครั้ง ต่อเนื่อง อัตราเร็ว 1 ครั้งต่อวินาที ให้ทำไปจนกว่าสิ่งแปลกปลอม จะออก ถ้าทารกหมดสติ หยุดหายใจ ให้เข้าสู่ ขั้นตอนของการกู้ฟื้นคืนชีพทารกทันที



แผนการจัดการเรียนรู้ลำดับที่ 8

หน่วยการเรียนรู้ที่ เรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน กล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือดเฉียบพลัน (Heart Attack)
รหัสวิชา รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา..... ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ...
กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา
ปีการศึกษา ภาคเรียนที่ เวลา 1 ชั่วโมง

1. มาตรฐานการเรียนรู้ / ตัวชี้วัด

1.1 มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐาน พ 5.1 ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยา สารเสพติด และความรุนแรง

1.2 ตัวชี้วัด

พ 5.1 ม. 4-6/7 แสดงวิธีการการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน

2. สาระสำคัญ / ความคิดรวบยอด

โรคกล้ามเนื้อหัวใจตายเฉียบพลัน (heart attack) เป็นโรคที่ทำให้มีการเสียชีวิตค่อนข้างสูง สิ่งสำคัญที่สุดที่จะช่วยลดอัตราการเสียชีวิตของโรคนี้และทำให้ผู้ป่วยสามารถมีคุณภาพชีวิตได้ดีตามปกติคือการวินิจฉัยโรคอย่างรวดเร็วและได้รับการรักษาอย่างทันท่วงที ควรทำความรู้จักโรคนี้ให้ดี เพราะทุกคนที่มีค่าต่อชีวิต

3. สาระการเรียนรู้

3.1 สาระการเรียนรู้แกนกลาง

การแพทย์ฉุกเฉินและวิธีการปฐมพยาบาลฉุกเฉินที่ถูกต้อง

4. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

- 4.1 ความสามารถในการสื่อสาร 4.2 ความสามารถในการคิด 4.3 ความสามารถในการแก้ปัญหา
 4.4 ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต 4.5 ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

5. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

5.1 คุณลักษณะอันพึงประสงค์(ตามหลักสูตรแกนกลาง)

- 1) รักษาติ ศาสน์ กษัตริย์ 2) ซื่อสัตย์สุจริต 3) มีวินัย 4) ใฝ่เรียนรู้
 5) อยู่อย่างพอเพียง 6) มุ่งมั่นในการทำงาน 7) รักความเป็นไทย 8) มีจิตสาธารณะ

5.2 คุณลักษณะตามหลักสูตรมาตรฐานสากล

- 1) มีความรู้พื้นฐานในยุคดิจิทัล วิทยาศาสตร์ เศรษฐศาสตร์ เทคโนโลยี ภูมิภาค วัฒนธรรม ตระหนักสำนึกระดับโลก
- 2) สามารถคิดประดิษฐ์อย่างสร้างสรรค์ ปรับตัว ใฝ่รู้ ใฝ่เรียน วิเคราะห์ สังเคราะห์ สรุป สร้างองค์ความรู้
- 3) มีทักษะสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ
- 4) มีความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต
- 5) มีความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

6. ทักษะของผู้เรียนในศตวรรษที่ 21 (3R 8C)

- 6.1 ทักษะการอ่าน (Reading)
- 6.2 ทักษะการเขียน (Writing)
- 6.3 ทักษะการคิดคำนวณ (Arithmetic)
- 6.4 ทักษะด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณและทักษะในการแก้ปัญหา (Critical thinking and problem solving)
- 6.5 ทักษะด้านการสร้างสรรค์และนวัตกรรม (Creativity and innovation)
- 6.6 ทักษะด้านความร่วมมือการทำงานเป็นทีมและภาวะผู้นำ (Collaboration, teamwork, and leadership)
- 6.7 ทักษะด้านความเข้าใจต่างวัฒนธรรมต่างกระบวนทัศน์ (Cross-cultural understanding)
- 6.8 ทักษะด้านการสื่อสารสารสนเทศและรู้เท่าทันสื่อ (Communication information and media literacy)
- 6.9 ทักษะด้านคอมพิวเตอร์และเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร (Computing)
- 6.10 ทักษะอาชีพและทักษะการเรียนรู้ (Career and learning self-reliance, change)
- 6.11 ความมีคุณธรรม มีเมตตา มีระเบียบวินัย (Compassion)

7. การบูรณาการตามพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ

- 7.1 บูรณาการสวนพฤษศาสตร์โรงเรียน
- 7.2 บูรณาการเศรษฐกิจพอเพียง
- 7.3 อื่น ๆ (โปรตระกูล) วิชา ศิลปะ (การแสดง)

8. ชิ้นงาน / ภาระงาน (รวบยอด)

การแสดงบทบาทสมมติการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน กล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือดเฉียบพลัน (Heart Attack)

9. การวัดและประเมินผล

9.1 การวัดและประเมินผลชิ้นงาน/ภาระงาน(รวบยอด)

- 1) วิธีการการแสดงบทบาทสมมุติการปฐมพยาบาลฉุกเฉินกล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือดเฉียบพลัน (Heart Attack)
- 2) เครื่องมือแบบประเมินการแสดงบทบาทสมมุติ
- 3) เกณฑ์ผ่านเกณฑ์ที่ระดับคุณภาพดี

9.2 การวัดและประเมินผลระหว่างการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

ลำดับ	รายการที่วัดและประเมินผล	วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์
1	พฤติกรรมกรรมการฝึกปฏิบัติ	สังเกตพฤติกรรมกรรมการฝึกปฏิบัติ	แบบประเมินพฤติกรรมกรรมการฝึกปฏิบัติ	ผ่านเกณฑ์ที่ระดับคุณภาพดี
2	ปฏิบัติ การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน กล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือดเฉียบพลัน (Heart Attack)	แสดงบทบาทสมมุติการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน กล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือดเฉียบพลัน (Heart Attack)	แบบประเมิน การแสดงบทบาทสมมุติ	ผ่านเกณฑ์ที่ระดับคุณภาพดี

10. สื่อการเรียนรู้ / แหล่งเรียนรู้

10.1 สื่อการเรียนรู้

- 1) วิดีโอ ภาวะกล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือดเฉียบพลัน

10.2 แหล่งเรียนรู้

- 1) <https://www.youtube.com/watch?v=p2sB6BVXfiM>

11. กิจกรรมการเรียนรู้

เรื่องที่ 8 เรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน กล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือดเฉียบพลัน (Heart Attack)
จำนวนเวลาเรียน 1 ชั่วโมง

วิธีสอน สืบเสาะหาความรู้ Inquiry Method : 5E

ขั้นที่ 1 กระตุ้นความสนใจ (Engage)

1. นักเรียนดูคลิปวิดีโอที่เกี่ยวกับการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน กล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือดเฉียบพลัน (Heart Attack)

2. ครูใช้คำถาม กระตุ้นความสนใจและอยากรู้อยากเรียน

ขั้นที่ 2 ขั้นสำรวจและค้นหา

1. นักเรียนจับกลุ่ม 3 คน ร่วมกันสืบค้น ในหัวข้อ “การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน กล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือดเฉียบพลัน (Heart Attack)” และสรุปตามความเข้าใจของตนเอง

ขั้นที่ 3 ขั้นอธิบายและสาธิต

1. ครูอธิบายและสาธิตการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน กล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือดเฉียบพลัน (Heart Attack)

ขั้นที่ 4 ขั้นขยายความเข้าใจ

1. ครูให้นักเรียนฝึกปฏิบัติการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน กล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือดเฉียบพลัน (Heart Attack)

ขั้นที่ 5 ตรวจสอบผล (Evaluate)

1. ครูและนักเรียนอภิปรายสรุปร่วมกัน เรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน กล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือดเฉียบพลัน (Heart Attack)

ใบกิจกรรม เรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน กล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือดเฉียบพลัน (Heart Attack)

สมาชิกกลุ่ม ชั้น.....

1. ชื่อ เลขที่.....
2. ชื่อ เลขที่.....
3. ชื่อ เลขที่.....

คำชี้แจง

1. นักเรียนจับกลุ่ม 3 คน ร่วมกันสืบค้น ในหัวข้อ “การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน กล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือดเฉียบพลัน (Heart Attack)” และสรุปตามความเข้าใจของตนเอง

กลุ่มที่..... ชั้นมัธยมศึกษาปีที่

คำชี้แจง : ให้ ผู้สอน/หัวหน้ากลุ่ม สังเกตพฤติกรรมการทำกิจกรรมของนักเรียนแล้วขีด ✓ ลงในช่องที่ตรงกับระดับคะแนน

ลำดับที่	ชื่อ-สกุล ของผู้รับการ ประเมิน	ความร่วมมือกัน ทำกิจกรรม				การแสดง ความคิดเห็น				การรับฟัง ความคิดเห็น				การตั้งใจ ทำงาน				การแก้ไข ปัญหา/ หรือ ปรับปรุง ผลงานกลุ่ม				รวม 20 คะแนน
		4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน
...../...../.....

เกณฑ์การให้คะแนน

ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมอย่างสม่ำเสมอ	ให้ 4	คะแนน
ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมบ่อยครั้ง	ให้ 3	คะแนน
ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมบางครั้ง	ให้ 2	คะแนน
ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมน้อยครั้ง	ให้ 1	คะแนน

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ	
ช่วงคะแนน	ระดับคุณภาพ
18 - 20	ดีมาก
14 - 17	ดี
10 - 13	พอใช้
ต่ำกว่า 10	ปรับปรุง

การประเมินชิ้นงาน/ภาระงาน (รวบยอด)

แบบประเมินบทบาทสมมุติ การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน กล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือดเฉียบพลัน (Heart Attack)

รายการประเมิน	คำอธิบายระดับคุณภาพ/ระดับคะแนน			
	ดีมาก (4)	ดี (3)	พอใช้ (2)	ปรับปรุง (1)
1. การปฐมพยาบาล ฉุกเฉิน กล้ามเนื้อหัวใจ ขาดเลือดเฉียบพลัน (Heart Attack)	การปฐมพยาบาล ฉุกเฉินกล้ามเนื้อ หัวใจขาดเลือด เฉียบพลัน (Heart Attack)ถูกต้องและ สามารถช่วยเหลือ ได้จริงในระดับ ดีมาก	การปฐมพยาบาล ฉุกเฉินกล้ามเนื้อ หัวใจขาดเลือด เฉียบพลัน (Heart Attack) ถูกต้อง และสามารถช่วย เหลือได้จริงใน ระดับดี	การปฐมพยาบาล ฉุกเฉินกล้ามเนื้อ หัวใจขาดเลือด เฉียบพลัน (Heart Attack) ถูกต้อง และสามารถช่วย เหลือได้จริงใน ระดับปานกลาง	การปฐมพยาบาล ฉุกเฉินกล้ามเนื้อ หัวใจขาดเลือด เฉียบพลัน (Heart Attack) สามารถช่วยเหลือ ได้จริงในระดับ พอใช้
2. ขั้นตอนการปฐม พยาบาลฉุกเฉินกล้ามเนื้อ หัวใจขาดเลือดเฉียบพลัน (Heart Attack) 1. โทรแจ้ง 1669 ทันที และให้ผู้ป่วยพักดทำ กิจกรรมทั้งหมดทันที 2. จัดให้ผู้ป่วยอยู่ในท่า ที่สบายจัดให้ผู้ป่วยอยู่ใน ท่านั่งพิงบนเก้าอี้ คลาย เสื้อผ้าให้หลวมหาผ้ามา รองใต้เข่า และคอยช่วย ปลอบใจ ให้กำลังใจ เตรียมพร้อมที่จะทำการ ช่วยฟื้นคืนชีพพร้อมกับการ ใช้เครื่องเออีดี 3. ช่วยให้ผู้ป่วยได้รับยา ตามที่แพทย์สั่ง เช่น ยาอม ใต้ลิ้น หรือแอสไพริน และ ให้ผู้ป่วยหายใจด้วย ออกซิเจน ถ้าท่านผ่านการ ฝึกอบรมมาแล้ว 4. คอยเฝ้าสังเกตอาการ ให้ผู้ป่วยได้พัก กันไม่ให้คน	ปฏิบัติได้ถูกต้อง ครบ 4 ข้อ	ปฏิบัติได้ถูกต้อง 3 ข้อ	ปฏิบัติได้ถูกต้อง 2 ข้อ	ปฏิบัติได้ถูกต้อง 1 ข้อ

รายการประเมิน	คำอธิบายระดับคุณภาพ/ระดับคะแนน			
	ดีมาก (4)	ดี (3)	พอใช้ (2)	ปรับปรุง (1)
<p>มามุง คอยตรวจสัญญาณชีพ ได้แก่ การหายใจ ชีพจร ระดับความรู้สึกตัว และบันทึกการเปลี่ยนแปลง ในขณะที่รอรถพยาบาลมารับ</p>				

หมายเหตุ ให้นิยามความหมายของระดับคุณภาพให้เป็น (rubric score)

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ

ช่วงคะแนน	7 - 8	5 - 6	3 - 4	0 - 2
ระดับคุณภาพ	ดีมาก	ดี	พอใช้	ปรับปรุง

ใบความรู้ การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน กล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือดเฉียบพลัน (Heart Attack)

สิ่งที่ควรสังเกตและจดจำ

1. เจ็บหน้าอกร้าวไปที่แขนซ้าย อาจจะร้าวไปข้างเดียว หรือทั้งสองข้าง หรือร้าวไปที่ขากรรไกร และจะไม่หายไปแม้ได้พัก
2. หายใจไม่ออก หายใจลำบาก
3. รู้สึกอึดอัดไม่สบายบริเวณใต้ลิ้นปี่
4. ล้มลงโดยไม่มีอาการเตือน

การปฐมพยาบาลผู้ป่วยกล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือดเฉียบพลัน (Heart attack)

1. โทรแจ้ง 1669 ทันที และให้ผู้ป่วยพักดทำกิจกรรมทั้งหมดทันที



2. จัดให้ผู้ป่วยอยู่ในท่าที่สบาย จัดให้ผู้ป่วยอยู่ในท่านั่งพิงบนเก้าอี้ คลายเสื้อผ้าให้หลวม หาผ้ามารองใต้เข่า และคอยช่วยปลอบใจ ให้กำลังใจเตรียมพร้อมที่จะทำการช่วยฟื้นคืนชีพร่วมกับการใช้เครื่องเออีดี



3. ช่วยให้ผู้ป่วยได้รับยา ตามที่แพทย์สั่ง เช่น ยาอมใต้ลิ้น หรือแอสไพริน และให้ผู้ป่วยหายใจด้วยออกซิเจน ถ้าท่านผ่านการฝึกอบรมมาแล้ว



4. คอยเฝ้าสังเกตอาการ ให้ผู้ป่วยได้พัก กันไม่ให้คนมามุง คอยตรวจสอบสัญญาณชีพ ได้แก่ การหายใจ ชีพจร ระดับความรู้สึกตัว และบันทึกการเปลี่ยนแปลง ในขณะที่รอรถพยาบาลมารับ



แผนการจัดการเรียนรู้ลำดับที่ 9

หน่วยการเรียนรู้ที่ เรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน เส้นเลือดในสมองแตก ตีบ ตัน (Stroke)
รหัสวิชา รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา..... ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ...
กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา
ปีการศึกษา ภาคเรียนที่ เวลา 1 ชั่วโมง

1. มาตรฐานการเรียนรู้ / ตัวชี้วัด

1.1 มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐาน พ 5.1 ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยา สารเสพติด และความรุนแรง

1.2 ตัวชี้วัด

พ 5.1 ม. 4-6/7 แสดงวิธีการการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน

2. สาระสำคัญ / ความคิดรวบยอด

การปฏิบัติการช่วยชีวิตผู้ป่วยอย่างถูกวิธี และสามารถช่วยให้ผู้ป่วยปลอดภัยและกลับมามีชีวิตอีกครั้งได้ ซึ่งต้องได้รับการฝึกปฏิบัติที่ถูกต้องและเกิดความชำนาญ เพื่อประสิทธิภาพในการช่วยชีวิตที่ดี

3. สาระการเรียนรู้

3.1 สาระการเรียนรู้แกนกลาง

การแพทย์ฉุกเฉินและวิธีการปฐมพยาบาลฉุกเฉินที่ถูกต้อง

4. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

- 4.1 ความสามารถในการสื่อสาร 4.2 ความสามารถในการคิด 4.3 ความสามารถในการแก้ปัญหา
 4.4 ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต 4.5 ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

5. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

5.1 คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (ตามหลักสูตรแกนกลาง)

- 1) รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์ 2) ซื่อสัตย์สุจริต 3) มีวินัย 4) ใฝ่เรียนรู้
 5) อยู่อย่างพอเพียง 6) มุ่งมั่นในการทำงาน 7) รักความเป็นไทย 8) มีจิตสาธารณะ

5.2 คุณลักษณะตามหลักสูตรมาตรฐานสากล

1) มีความรู้พื้นฐานในยุคดิจิทัล วิทยาศาสตร์ เศรษฐศาสตร์ เทคโนโลยี ฐาษา พหุวัฒนธรรม
ตระหนักสำนึกระดับโลก

- 2) สามารถคิดประดิษฐ์อย่างสร้างสรรค์ ปรับตัว ใฝ่รู้ ใฝ่เรียน วิเคราะห์ สังเคราะห์ สรุป สร้างองค์ความรู้
 3) มีทักษะสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ
 4) มีความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต
 5) มีความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

6. ทักษะของผู้เรียนในศตวรรษที่ 21 (3R 8C)

- 6.1 ทักษะการอ่าน (Reading)
- 6.2 ทักษะการเขียน (Writing)
- 6.3 ทักษะการคิดคำนวณ (Arithmetic)
- 6.4 ทักษะด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณและทักษะในการแก้ปัญหา (Critical thinking and problem solving)
- 6.5 ทักษะด้านการสร้างสรรค์และนวัตกรรม (Creativity and innovation)
- 6.6 ทักษะด้านความร่วมมือการทำงานเป็นทีมและภาวะผู้นำ (Collaboration, teamwork, and leadership)
- 6.7 ทักษะด้านความเข้าใจต่างวัฒนธรรมต่างกระบวนทัศน์ (Cross-cultural understanding)
- 6.8 ทักษะด้านการสื่อสารสารสนเทศและรู้เท่าทันสื่อ (Communication information and media literacy)
- 6.9 ทักษะด้านคอมพิวเตอร์และเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร (Computing)
- 6.10 ทักษะอาชีพและทักษะการเรียนรู้ (Career and learning self-reliance, change)
- 6.11 ความมีคุณธรรม มีเมตตา มีระเบียบวินัย (Compassion)

7. การบูรณาการตามพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ

- 7.1 บูรณาการสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน
- 7.2 บูรณาการเศรษฐกิจพอเพียง
- 7.3 อื่น ๆ (โปรดระบุ) วิชา ศิลปะ (การแสดง)

8. ชี้นำงาน / ภาระงาน (รวบยอด)

การแสดงบทบาทสมมติการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน เส้นเลือดในสมองแตก ตีบ ตัน (Stroke)

9. การวัดและประเมินผล

9.1 การวัดและประเมินผลชี้นำงาน/ภาระงาน(รวบยอด)

- 1) วิธีการการแสดงบทบาทสมมติการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน เส้นเลือดในสมองแตก ตีบ ตัน (Stroke)
- 2) เครื่องมือแบบประเมินการแสดงบทบาทสมมติการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน เส้นเลือดในสมองแตก ตีบ ตัน (Stroke)
- 3) เกณฑ์ ผ่านเกณฑ์ที่ระดับคุณภาพ ดี

9.2 การวัดและประเมินผลระหว่างการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

ลำดับ	รายการที่วัดและประเมินผล	วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์
1	พฤติกรรมการศึกษาปฏิบัติ	สังเกตพฤติกรรมการศึกษาปฏิบัติ	แบบประเมินพฤติกรรมการศึกษาปฏิบัติ	ผ่านเกณฑ์ที่ระดับคุณภาพดี
2	ปฏิบัติ การปฐมพยาบาล ฉุกเฉิน เส้นเลือดในสมองแตก ตีบ ตัน (Stroke)	แสดงบทบาทสมมุติ การปฐมพยาบาล ฉุกเฉิน เส้นเลือดใน สมองแตก ตีบ ตัน (Stroke)	แบบประเมิน การ แสดงบทบาทสมมุติ	ผ่านเกณฑ์ที่ระดับ คุณภาพดี

10. สื่อการเรียนรู้ / แหล่งเรียนรู้

10.1 สื่อการเรียนรู้

- 1) วิดีโอ "ตีบ ตัน แดก" อันตรายจากโรคหลอดเลือดสมอง

10.2 แหล่งเรียนรู้

- 1) <https://www.youtube.com/watch?v=gqDlFzymNA>

11. กิจกรรมการเรียนรู้

เรื่องที่ 9

เรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน เส้นเลือดในสมองแตก ตีบ ตัน (Stroke)

จำนวนเวลาเรียน 1 ชั่วโมง

วิธีสอน สืบเสาะหาความรู้ Inquiry Method : 5E

ขั้นที่ 1 กระตุ้นความสนใจ (Engage)

1. ครูให้นักเรียนดูวิดีโอการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน เส้นเลือดในสมองแตก ตีบ ตัน (Stroke)
2. ครูใช้คำถาม กระตุ้นความสนใจและอยากรู้อยากเรียน

ขั้นที่ 2 ขั้นสำรวจและค้นหา

1. นักเรียนจับกลุ่ม 3 คน ร่วมกันสืบค้น ในหัวข้อ “การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน เส้นเลือดในสมองแตก ตีบ ตัน (Stroke)”
2. นักเรียนจับกลุ่ม 6 คน โดยรวมกลุ่ม 3 คน จำนวน 2 กลุ่ม เป็น 1 กลุ่ม แลกเปลี่ยนเรียนรู้ในสิ่งที่ครูให้ศึกษาและสรุปเป็นแผนผังความคิดลงในกระดาษปฎิรูปของกลุ่มและตกแต่งในสวยงาม

ขั้นที่ 3 ขั้นอธิบายความรู้

1. ตัวแทนกลุ่มออกมานำเสนอการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ของกลุ่มตนเอง
2. ครูเสริมความรู้ในประเด็นที่แตกต่างหรือขาดหายไป

ขั้นที่ 4 ขั้นขยายความเข้าใจ

1. ครูให้นักเรียนดูคลิปวิดีโอเพิ่มเติมเกี่ยวกับการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน เส้นเลือดในสมองแตก ตีบ ตัน (Stroke)

ขั้นที่ 5 ตรวจสอบผล (Evaluate)

1. ครูและนักเรียนอภิปรายสรุปร่วมกัน เรื่อง “การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน เส้นเลือดในสมองแตก ตีบ ตัน (Stroke)”

ใบกิจกรรม เรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน เส้นเลือดในสมองแตก ตีบ ตัน (Stroke)

สมาชิกกลุ่ม ชั้น.....

- | | | | |
|---------------|-------------|---------------|-------------|
| 1. ชื่อ | เลขที่..... | 4. ชื่อ | เลขที่..... |
| 2. ชื่อ | เลขที่..... | 5. ชื่อ | เลขที่..... |
| 3. ชื่อ | เลขที่..... | 6. ชื่อ | เลขที่..... |

คำชี้แจง

1. นักเรียนจับกลุ่ม 3 คน ร่วมกันสืบค้น ในหัวข้อ “การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน เส้นเลือดในสมองแตก ตีบ ตัน (Stroke)”
2. นักเรียนจับกลุ่ม 6 คน โดยรวมกลุ่ม 3 คน จำนวน 2 กลุ่ม เป็น 1 กลุ่ม แลกเปลี่ยนเรียนรู้ในสิ่งที่ครูให้ศึกษา และสรุปเป็นแผนผังความคิดลงในกระดาษปรีฟของกลุ่มและตกแต่งในสวยงาม

กลุ่มที่..... ชั้นมัธยมศึกษาปีที่

คำชี้แจง : ให้ ผู้สอน/หัวหน้ากลุ่ม สังเกตพฤติกรรมการทำกิจกรรมของนักเรียนแล้วขีด ✓ ลงในช่องที่ตรงกับระดับคะแนน

ลำดับที่	ชื่อ-สกุล ของผู้รับการ ประเมิน	ความร่วมมือกัน ทำกิจกรรม				การแสดง ความคิดเห็น				การรับฟัง ความคิดเห็น				การตั้งใจ ทำงาน				การแก้ไข ปัญหา/ หรือ ปรับปรุง ผลงานกลุ่ม				รวม 20 คะแนน	
		4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1		

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน
...../...../.....

เกณฑ์การให้คะแนน

ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมอย่างสม่ำเสมอ	ให้ 4	คะแนน
ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมบ่อยครั้ง	ให้ 3	คะแนน
ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมบางครั้ง	ให้ 2	คะแนน
ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมน้อยครั้ง	ให้ 1	คะแนน

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ	
ช่วงคะแนน	ระดับคุณภาพ
18 - 20	ดีมาก
14 - 17	ดี
10 - 13	พอใช้
ต่ำกว่า 10	ปรับปรุง

การประเมินชิ้นงาน/ภาระงาน (รวบยอด)

แบบประเมินบทบาทสมมุติ การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน เส้นเลือดในสมองแตก ตีบ ตัน (Stroke)

รายการประเมิน	คำอธิบายระดับคุณภาพ/ระดับคะแนน			
	ดีมาก (4)	ดี (3)	พอใช้ (2)	ปรับปรุง (1)
1. การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน เส้นเลือดในสมองแตก ตีบ ตัน (Stroke)	การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน เส้นเลือดในสมองแตก ตีบ ตัน (Stroke) ถูกต้อง และสามารถช่วยเหลือได้จริงในระดับ ดีมาก	การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน เส้นเลือดในสมองแตก ตีบ ตัน (Stroke) ถูกต้อง และสามารถช่วยเหลือได้จริงในระดับดี	การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน เส้นเลือดในสมองแตก ตีบ ตัน (Stroke) ถูกต้อง และสามารถช่วยเหลือได้จริงในระดับปานกลาง	การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน เส้นเลือดในสมองแตก ตีบ ตัน (Stroke) สามารถช่วยเหลือได้จริงในระดับพอใช้
2. ขั้นตอนการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน เส้นเลือดในสมองแตก ตีบ ตัน (Stroke) 1. ตรวจสอบใบหน้าของผู้ป่วย ให้ผู้ป่วยอยู่ในท่าที่สบาย บอกให้ผู้ผู้ป่วยยิ้ม ถ้าผู้ป่วยเส้นเลือดสมองแตก ตีบ ตัน จะยิ้มได้ข้างเดียว อีกข้างหนึ่งจะตกลงมา 2. ตรวจสอบแขนของผู้ป่วย บอกให้ผู้ผู้ป่วยยกแขนขึ้น ถ้าผู้ป่วยเป็น stroke จะยกแขนได้ข้างเดียว 3. ตรวจสอบคำพูดของผู้ป่วย ให้ถามคำถามผู้ป่วย แล้วสังเกตดูว่าผู้ป่วยเข้าใจคำถาม และตอบชัดเจนหรือไม่ ปกติจะพบว่าพูดไม่ชัด 4. โทรแจ้งระบบการแพทย์ฉุกเฉิน เพื่อขอความช่วยเหลือให้โทร 1669 แจ้งเจ้าหน้าที่ว่าท่านสงสัยว่าผู้ป่วยมีอาการของเส้นเลือดในสมองแตก ตีบ ตัน (Stroke) แล้วจดเวลาที่เกิดอาการ อยู่เป็น	ปฏิบัติได้ถูกต้องครบ 4 ข้อ	ปฏิบัติได้ถูกต้อง 3 ข้อ	ปฏิบัติได้ถูกต้อง 2 ข้อ	ปฏิบัติได้ถูกต้อง 1 ข้อ

รายการประเมิน	คำอธิบายระดับคุณภาพ/ระดับคะแนน			
	ดีมาก (4)	ดี (3)	พอใช้ (2)	ปรับปรุง (1)
กำลังใจ และประเมินสัญญาณชีพ ได้แก่ การหายใจ ชีพจร ระดับความรู้สึกตัว ในระหว่างที่รอกู้ชีพมาถึง				

หมายเหตุ ให้นิยามความหมายของระดับคุณภาพให้เป็น (rubric score)

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ

ช่วงคะแนน	7 - 8	5 - 6	3 - 4	0 - 2
ระดับคุณภาพ	ดีมาก	ดี	พอใช้	ปรับปรุง

ใบความรู้ การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน เส้นเลือดในสมองแตก ตีบ ตัน (Stroke)

สิ่งที่ควรสังเกตและจดจำ

- กล้ามเนื้อใบหน้าอ่อนแรง ยิ้มไม่ได้
- แขน ขาอ่อนแรง เคลื่อนไหวได้ข้างเดียว
- อ่อนเปลี้ยทันทีทันใด ด้านใดด้านหนึ่ง หรือทั้งสองด้านของลำตัว
- พูดไม่ชัด พูดไม่รู้เรื่อง ทันทันทันใด
- บันทึกเวลาที่เริ่มเกิดอาการ
- สายตาพร่ามัวทันที
- สับสนทันทีทันใด
- ปวดศีรษะแบบไม่ทราบสาเหตุทันทีทันใด
- มึนศีรษะ ยืนไม่มั่นคง หรือล้มลงทันทีทันใด

การปฐมพยาบาลผู้ป่วยเส้นเลือดในสมองแตก ตีบ ตัน (Stroke)

1. ตรวจสอบใบหน้าของผู้ป่วย ให้ผู้ป่วยอยู่ในท่าที่สบาย บอกให้ผู้ป่วยยิ้ม ถ้าผู้ป่วยเส้นเลือดสมองแตก ตีบ ตัน จะยิ้มได้ข้างเดียว อีกข้างหนึ่งจะตกลงมา



2. ตรวจสอบแขนของผู้ป่วย บอกให้ผู้ป่วยยกแขนขึ้น ถ้าผู้ป่วยเป็น stroke จะยกแขนได้ข้างเดียว



3. ตรวจสอบคำพูดของผู้ป่วย ให้ถามคำถามผู้ป่วย แล้วสังเกตดูว่าผู้ป่วยเข้าใจคำถามและตอบชัดเจนหรือไม่ ปกติจะพบว่าพูดไม่ชัด

4. โทรแจ้งระบบการแพทย์ฉุกเฉิน เพื่อขอความช่วยเหลือ ให้โทร 1669 แจ้งเจ้าหน้าที่ว่าท่านสงสัยว่าผู้ป่วยมีอาการของเส้นเลือดในสมองแตก ตีบ ตัน (Stroke) แล้วจดเวลาที่เกิดอาการ อยู่เป็นกำลังใจ และประเมินสัญญาณชีพ ได้แก่ การหายใจ ชีพจร ระดับความรู้สึกตัว ในระหว่างที่รอรถกู้ชีพมาถึง



แผนการจัดการเรียนรู้ลำดับที่ 10

หน่วยการเรียนรู้ที่	เรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน หอบหืด	
รหัสวิชา	รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา.....	ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ...
กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา		
ปีการศึกษา	ภาคเรียนที่	เวลา 1 ชั่วโมง

1. มาตรฐานการเรียนรู้ / ตัวชี้วัด

1.1 มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐาน พ 5.1 ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยา สารเสพติด และความรุนแรง

1.2 ตัวชี้วัด

พ 5.1 ม. 4-6/7 แสดงวิธีการการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน

2. สาระสำคัญ / ความคิดรวบยอด

โรคหอบหืด (asthma) เป็นโรคที่มีการอักเสบเรื้อรังของเยื่อหลอดลม ร่วมกับภาวะผิดปกติของหลอดลมที่ไวต่อสิ่งกระตุ้นต่าง ๆ มากกว่าปกติ เมื่อผู้ป่วยสัมผัสกับสิ่งกระตุ้น กล้ามเนื้อบริเวณหลอดลมจะเกิดการหดเกร็ง ผนังหลอดลมบวมหนาขึ้นและสร้างสารคัดหลั่งหรือเสมหะมากขึ้น ทำให้หลอดลมตีบแคบลง ผู้ป่วยจึงหายใจลำบาก มีอาการเหนื่อยหอบ สมรรถภาพการทำงานของปอดลดลง ในรายที่อาการรุนแรงมาก อาจเป็นอันตรายถึงแก่ชีวิตได้ โรคหอบหืดเป็นโรคที่รักษาไม่หายขาด แต่สามารถควบคุมไม่ให้อาการกำเริบได้

3. สาระการเรียนรู้

3.1 สาระการเรียนรู้แกนกลาง

การแพทย์ฉุกเฉินและวิธีการปฐมพยาบาลฉุกเฉินที่ถูกวิธี

4. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

- 4.1 ความสามารถในการสื่อสาร 4.2 ความสามารถในการคิด 4.3 ความสามารถในการแก้ปัญหา
 4.4 ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต 4.5 ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

5. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

5.1 คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (ตามหลักสูตรแกนกลาง)

- 1) รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์ 2) ซื่อสัตย์สุจริต 3) มีวินัย 4) ใฝ่เรียนรู้
 5) อยู่อย่างพอเพียง 6) มุ่งมั่นในการทำงาน 7) รักความเป็นไทย 8) มีจิตสาธารณะ

5.2 คุณลักษณะตามหลักสูตรมาตรฐานสากล

- 1) มีความรู้พื้นฐานในยุคดิจิทัล วิทยาศาสตร์ เศรษฐศาสตร์ เทคโนโลยี รู้ภาษา พหุวัฒนธรรม ตระหนักสำนึกระดับโลก
- 2) สามารถคิดประดิษฐ์อย่างสร้างสรรค์ ปรับตัว ใฝ่รู้ ใฝ่เรียน วิเคราะห์ สังเคราะห์ สรุป สร้างองค์ความรู้
- 3) มีทักษะสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ
- 4) มีความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต
- 5) มีความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

6. ทักษะของผู้เรียนในศตวรรษที่ 21 (3R 8C)

- 6.1 ทักษะการอ่าน (Reading)
- 6.2 ทักษะการ เขียน (Writing)
- 6.3 ทักษะการคิดคำนวณ (Arithmetic)
- 6.4 ทักษะด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณและทักษะในการแก้ปัญหา (Critical thinking and problem solving)
- 6.5 ทักษะด้านการสร้างสรรค์และนวัตกรรม (Creativity and innovation)
- 6.6 ทักษะด้านความร่วมมือการทำงานเป็นทีมและภาวะผู้นำ (Collaboration, teamwork, and leadership)
- 6.7 ทักษะด้านความเข้าใจต่างวัฒนธรรมต่างกระบวนทัศน์ (Cross-cultural understanding)
- 6.8 ทักษะด้านการสื่อสารสารสนเทศและรู้เท่าทันสื่อ (Communication information and media literacy)
- 6.9 ทักษะด้านคอมพิวเตอร์และเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร (Computing)
- 6.10 ทักษะอาชีพและทักษะการเรียนรู้ (Career and learning self-reliance, change)
- 6.11 ความมีคุณธรรม มีเมตตา มีระเบียบวินัย (Compassion)

7. การบูรณาการตามพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ

- 7.1 บูรณาการสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน
- 7.2 บูรณาการเศรษฐกิจพอเพียง
- 7.3 อื่น ๆ (โปรตระกูล) วิชา ศิลปะ (การแสดง)

8. ชิ้นงาน / ภาระงาน (รวบยอด)

การแสดงบทบาทสมมุติการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน หอบหืด

9. การวัดและประเมินผล

9.1 การวัดและประเมินผลชิ้นงาน/ภาระงาน(รวบยอด)

- 1) วิธีการ การแสดงบทบาทสมมุติการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน หอบหืด
- 2) เครื่องมือ แบบประเมิน การแสดงบทบาทสมมุติการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน หอบหืด
- 3) เกณฑ์ ผ่านเกณฑ์ที่ระดับคุณภาพ ดี

9.2 การวัดและประเมินผลระหว่างการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

ลำดับ	รายการที่วัดและประเมินผล	วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์
1	พฤติกรรมการฝึกปฏิบัติ	สังเกตพฤติกรรมการฝึกปฏิบัติ	แบบประเมินพฤติกรรมการฝึกปฏิบัติ	ผ่านเกณฑ์ที่ระดับคุณภาพดี
2	ปฏิบัติการปฐมพยาบาล ฉุกเฉิน หอบหืด	แสดงบทบาทสมมุติ การปฐมพยาบาล ฉุกเฉิน หอบหืด	แบบประเมิน การแสดงบทบาทสมมุติ	ผ่านเกณฑ์ที่ระดับคุณภาพดี

10. สื่อการเรียนรู้ / แหล่งเรียนรู้

10.1 สื่อการเรียนรู้

- 1) วิดีโอ ช่วยเหลือฉุกเฉินผู้ป่วยหอบหืด : รู้สู้โรค

10.2 แหล่งเรียนรู้

- 1) <https://www.youtube.com/watch?v=cC5OxjLQ5lg>

11. กิจกรรมการเรียนรู้

เรื่องที่ 10 เรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน หอบหืด

จำนวนเวลาเรียน 1 ชั่วโมง

วิธีสอน สืบเสาะหาความรู้ Inquiry Method : 5E

ขั้นที่ 1 กระตุ้นความสนใจ (Engage)

1. ให้นักเรียนจับคู่แลกเปลี่ยนความคิดเห็นโรคหอบหืดตามที่นักเรียนเข้าใจ

ขั้นที่ 2 ขั้นสำรวจและค้นหา

1. นักเรียนจับคู่ สืบค้น ในหัวข้อ “อาการหอบหืด”
2. นักเรียนแลกเปลี่ยนเรียนรู้ในสิ่งที่ครูให้ศึกษาและสรุปเป็นแผนผังความคิดลงในกระดาษปฎิรูปของกลุ่มและตกแต่งให้สวยงาม

ขั้นที่ 3 ขั้นอธิบายความรู้

1. ครูอธิบายการช่วยเหลือผู้ป่วยที่เป็นโรคหอบหืด การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน หอบหืด
2. ครูสาธิตวิธีการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน หอบหืด

ขั้นที่ 4 ขั้นขยายความเข้าใจ

1. ครูให้นักเรียนฝึกปฏิบัติการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน หอบหืด

ขั้นที่ 5 ตรวจสอบผล (Evaluate)

1. ครูและนักเรียนอภิปรายสรุปร่วมกัน เรื่อง “การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน หอบหืด”

ใบกิจกรรม เรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน หอบหืด

สมาชิกกลุ่ม ชั้น.....

1. ชื่อเลขที่..... 2. ชื่อ เลขที่.....

คำชี้แจง

1. นักเรียนจับคู่ สืบค้น ในหัวข้อ “อาการหอบหืด”
2. นักเรียนแลกเปลี่ยนเรียนรู้ในสิ่งที่ครูให้ศึกษาและสรุปเป็นแผนผังความคิด.ลงในกระดาษปฐพีของกลุ่มและ ตกแต่ง

กลุ่มที่..... ชั้นมัธยมศึกษาปีที่

คำชี้แจง : ให้ ผู้สอน/หัวหน้ากลุ่ม สังเกตพฤติกรรมการทำงาน of นักเรียนแล้วขีด ✓ ลงในช่องที่ตรงกับระดับคะแนน

ลำดับที่	ชื่อ-สกุล ของผู้รับการ ประเมิน	ความ ร่วมมือกัน ทำกิจกรรม				การแสดง ความคิดเห็น				การรับฟัง ความคิดเห็น				การตั้งใจ ทำงาน				การแก้ไข ปัญหา/ หรือ ปรับปรุง ผลงานกลุ่ม				รวม 20 คะแนน	
		4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1		

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน
...../...../.....

เกณฑ์การให้คะแนน

ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมอย่างสม่ำเสมอ	ให้ 4	คะแนน
ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมบ่อยครั้ง	ให้ 3	คะแนน
ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมบางครั้ง	ให้ 2	คะแนน
ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมน้อยครั้ง	ให้ 1	คะแนน

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ	
ช่วงคะแนน	ระดับคุณภาพ
18 - 20	ดีมาก
14 - 17	ดี
10 - 13	พอใช้
ต่ำกว่า 10	ปรับปรุง

การประเมินชิ้นงาน/ภาระงาน (รวบยอด)

แบบประเมินบทบาทสมมุติ การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน เส้นเลือดในสมองแตก ตีบ ตัน (Stroke)

รายการประเมิน	คำอธิบายระดับคุณภาพ/ระดับคะแนน			
	ดีมาก (4)	ดี (3)	พอใช้ (2)	ปรับปรุง (1)
1. อธิบายการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน หอบหืด	อธิบายการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน หอบหืดได้ถูกต้อง และสามารถช่วยเหลือได้จริงในระดับ ดีมาก	อธิบายการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน หอบหืดถูกต้อง และสามารถช่วยเหลือได้จริงในระดับดี	อธิบายการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน หอบหืดได้ถูกต้อง และสามารถช่วยเหลือได้จริงในระดับปานกลาง	อธิบายการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน หอบหืดสามารถช่วยเหลือได้จริงในระดับ พอใช้
2. ขั้นตอนการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน เส้นเลือดในสมองแตก ตีบ ตัน (Stroke) 1. ช่วยผู้ป่วยใช้เครื่องพ่นยา (Inhaler) ตั้งสติไม่ตื่นเต้นและให้ความอบอุ่นใจกับผู้ป่วย ช่วยผู้ป่วยหาเครื่องพ่นยา (ปกติจะเป็นสีฟ้า)และให้หายใจจากเครื่องพ่นยา 2. บอกให้ผู้ป่วยหายใจช้าลง ช่วยให้ผู้ผู้ป่วยอยู่ในท่าที่ผ่อนคลาย บอกให้ผู้ป่วยหายใจลึก ๆ และช้า ๆ ถ้าอาการเล็กน้อยจะหายไปภายใน 2-3 นาที ถ้ายังไม่หายให้ผู้ผู้ป่วยหายใจจากเครื่องพ่นยา 1-2 ครั้งทุก ๆ 2 นาทีจนครบ 10 ครั้ง 3. โทรแจ้ง 1669 ถ้าใช้ยาแล้วไม่ได้ผล ผู้ป่วยหายใจไม่ออกจะทำให้พูดลำบาก 4. ฝ้าติดตามอาการของผู้ป่วย และตรวจสอบสัญญาณชีพ ได้แก่การหายใจ ชีพจรและระดับความรู้สึกตัว จนกว่าผู้ป่วยจะดีขึ้น หรือ	ปฏิบัติได้ถูกต้อง ครบ 4 ข้อ	ปฏิบัติได้ถูกต้อง 3 ข้อ	ปฏิบัติได้ถูกต้อง 2 ข้อ	ปฏิบัติได้ถูกต้อง 1 ข้อ

รายการประเมิน	คำอธิบายระดับคุณภาพ/ระดับคะแนน			
	ดีมาก (4)	ดี (3)	พอใช้ (2)	ปรับปรุง (1)
รถพยาบาลจะมาถึง คอยช่วยให้ผู้ป่วยได้ใช้ยาพ่น				

หมายเหตุ ให้นำนิยามความหมายของระดับคุณภาพให้เป็น (rubric score)

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ

ช่วงคะแนน	7 - 8	5 - 6	3 - 4	0 - 2
ระดับคุณภาพ	ดีมาก	ดี	พอใช้	ปรับปรุง

ใบความรู้การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน หอบหืด

สิ่งที่ควรสังเกตและจดจำ

- หายใจลำบาก
- หายใจมีเสียงวี๊ด
- ไอ
- เกรียดและวิตกกังวล
- พูดลำบาก
- ผิวน้ำ ริมฝีปาก เล็บมีสีคล้ำ

การปฐมพยาบาลหอบหืด

1. ช่วยผู้ป่วยใช้เครื่องพ่นยา (Inhaler) ตั้งสติไม่ตื่นเต้นและให้ความอบอุ่นใจกับผู้ป่วยช่วยผู้ป่วยหาเครื่องพ่นยา (ปกติจะเป็นสีฟ้า) และให้หายใจจากเครื่องพ่นยา

2. บอกให้ผู้ป่วยหายใจช้าลง ช่วยให้ผู้ป่วยอยู่ในท่าที่ผ่อนคลาย บอกให้ผู้ป่วยหายใจลึก ๆ และช้า ๆ ถ้าอาการเล็กน้อยจะหายไปภายใน 2-3 นาที ถ้ายังไม่หายให้ผู้ป่วยหายใจจากเครื่องพ่นยา 1-2 ครั้งทุก ๆ 2 นาทีจนครบ 10 ครั้ง



3. โทรแจ้ง 1669 ถ้าใช้ยาแล้วไม่ได้ผล ผู้ป่วยหายใจไม่ออกจะทำให้พูดลำบากและเริ่มมีอาการอ่อนเพลีย

4. ฝ้าติดตามอาการของผู้ป่วย และตรวจสอบสัญญาณชีพ ได้แก่การหายใจ ชีพจรและระดับความรู้สึกตัว จนกว่าผู้ป่วยจะดีขึ้น หรือรถพยาบาลจะมาถึง คอยช่วยให้ผู้ป่วยได้ใช้ยาพ่น



แผนการจัดการเรียนรู้ลำดับที่ 11

หน่วยการเรียนรู้ที่	เรื่อง ปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะแพ้อย่างรุนแรงเฉียบพลัน (Anaphylaxis)
รหัสวิชา	รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา.....
กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา	ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ...
ปีการศึกษา	ภาคเรียนที่
	เวลา 1 ชั่วโมง

1. มาตรฐานการเรียนรู้ / ตัวชี้วัด

1.1 มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐาน พ 5.1 ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้อาหารเสพติด และความรุนแรง

1.2 ตัวชี้วัด

พ 5.1 ม. 4-6/7 แสดงวิธีการการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน

2. สาระสำคัญ / ความคิดรวบยอด

ภูมิแพ้รุนแรงเฉียบพลัน (Anaphylaxis) คือ อาการภูมิแพ้ที่มีปฏิกิริยารุนแรงอย่างเฉียบพลันเมื่อร่างกายได้รับสารกระตุ้นบางอย่าง เช่น อาหารหรือยาบางชนิด แมลงกัดต่อย หรือสารอื่น ๆ เนื่องจากระบบภูมิคุ้มกันของบุคคลนั้นไวต่อสารกระตุ้นดังกล่าวมากกว่าคนปกติ ส่งผลกระทบต่อการทำงานของระบบต่าง ๆ ภายในร่างกายพร้อมกัน หากไม่ได้รับการรักษาอย่างทันท่วงทีอาจนำไปสู่ภาวะช็อก อาจร้ายแรงถึงขั้นเสียชีวิตได้

3. สาระการเรียนรู้

3.1 สาระการเรียนรู้แกนกลาง

การแพทย์ฉุกเฉินและวิธีการปฐมพยาบาลฉุกเฉินที่ถูกต้อง

4. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

- 4.1 ความสามารถในการสื่อสาร 4.2 ความสามารถในการคิด 4.3 ความสามารถในการแก้ปัญหา
- 4.4 ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต 4.5 ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

5. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

5.1 คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (ตามหลักสูตรแกนกลาง)

- 1) รักษาดี ศาสน์ กษัตริย์ 2) ซื่อสัตย์สุจริต 3) มีวินัย 4) ใฝ่เรียนรู้
- 5) อยู่อย่างพอเพียง 6) มุ่งมั่นในการทำงาน 7) รักความเป็นไทย 8) มีจิตสาธารณะ

5.2 คุณลักษณะตามหลักสูตรมาตรฐานสากล

- 1) มีความรู้พื้นฐานในยุคดิจิทัล วิทยาศาสตร์ เศรษฐศาสตร์ เทคโนโลยี รู้ภาษา พหุวัฒนธรรม ตระหนักสำนึกระดับโลก
- 2) สามารถคิดประดิษฐ์อย่างสร้างสรรค์ ปรับตัว ใฝ่รู้ ใฝ่เรียน วิเคราะห์ สังเคราะห์ สรุป สร้างองค์ความรู้
- 3) มีทักษะสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ
- 4) มีความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต
- 5) มีความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

6. ทักษะของผู้เรียนในศตวรรษที่ 21 (3R 8C)

- 6.1 ทักษะการอ่าน (Reading)
- 6.2 ทักษะการเขียน (Writing)
- 6.3 ทักษะการคิดคำนวณ (Arithmetic)
- 6.4 ทักษะด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณและทักษะในการแก้ปัญหา (Critical thinking and problem solving)
- 6.5 ทักษะด้านการสร้างสรรค์และนวัตกรรม (Creativity and innovation)
- 6.6 ทักษะด้านความร่วมมือการทำงานเป็นทีมและภาวะผู้นำ (Collaboration, teamwork, and leadership)
- 6.7 ทักษะด้านความเข้าใจต่างวัฒนธรรมต่างกระบวนทัศน์ (Cross-cultural understanding)
- 6.8 ทักษะด้านการสื่อสารสารสนเทศและรู้เท่าทันสื่อ (Communication information and media literacy)
- 6.9 ทักษะด้านคอมพิวเตอร์และเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร (Computing)
- 6.10 ทักษะอาชีพและทักษะการเรียนรู้ (Career and learning self-reliance, change)
- 6.11 ความมีคุณธรรม มีเมตตา มีระเบียบวินัย (Compassion)

7. การบูรณาการตามพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ

- 7.1 บูรณาการสวนพฤษศาสตร์โรงเรียน
- 7.2 บูรณาการเศรษฐกิจพอเพียง
- 7.3 อื่น ๆ (โปรตระกูล) วิชา ศิลปะ (การแสดง)

8. ชิ้นงาน / ภาระงาน (รวบยอด)

การเขียนแผนผังการสรุปปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะแพ้อย่างรุนแรงเฉียบพลัน (Anaphylaxis)

9. การวัดและประเมินผล

9.1 การวัดและประเมินผลชิ้นงาน/ภาระงาน(รวบยอด)

- 1) วิธีการ แผนผังการสรุปปฐมพยาบาลฉุกเฉินภาวะแพ้อย่างรุนแรงเฉียบพลัน (Anaphylaxis)
- 2) เครื่องมือ แบบประเมินแผนผังปฐมพยาบาลฉุกเฉินภาวะแพ้อย่างรุนแรงเฉียบพลัน (Anaphylaxis)
- 3) เกณฑ์ ผ่านเกณฑ์ที่ระดับคุณภาพ ดี

9.2 การวัดและประเมินผลระหว่างการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

ลำดับ	รายการที่วัดและประเมินผล	วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์
1	การเขียนแผนผังการสรุปปฐมพยาบาลฉุกเฉินภาวะแพ้อย่างรุนแรงเฉียบพลัน (Anaphylaxis)	แผนผังการสรุปปฐมพยาบาลฉุกเฉินภาวะแพ้อย่างรุนแรงเฉียบพลัน (Anaphylaxis)	แบบประเมินแผนผังห่วงโซ่การรอดชีวิต	ผ่านเกณฑ์ที่ระดับคุณภาพ ดี

10. สื่อการเรียนรู้ / แหล่งเรียนรู้

10.1 สื่อการเรียนรู้

- 1) วิดีโอ Anaphylaxis Lecture - 12 นาที

10.2 แหล่งเรียนรู้

- 1) https://www.youtube.com/watch?v=K_M9mjNYLrs

11. กิจกรรมการเรียนรู้

เรื่องที่ 11 การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน
จำนวนเวลาเรียน 1 ชั่วโมง

เรื่อง ภาวะแพ้อย่างรุนแรงเฉียบพลัน (Anaphylaxis)

วิธีสอน สืบเสาะหาความรู้ Inquiry Method : 5E

ขั้นที่ 1 กระตุ้นความสนใจ (Engage)

1. นักเรียนดูคลิปวิดีโอเกี่ยวกับ ภาวะแพ้อย่างรุนแรงเฉียบพลันในสถานการณ์ต่าง ๆ
2. ครูตั้งคำถาม เพื่อกระตุ้นความสนใจและอยากรู้อยากเรียนของนักเรียน

ขั้นที่ 2 ขั้นสำรวจและค้นหา

1. นักเรียนจับกลุ่ม 3 คน ร่วมกันสืบค้น ในหัวข้อ “การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะแพ้อย่างรุนแรงเฉียบพลัน”
2. นักเรียนจับกลุ่ม 6 คน โดยรวมกลุ่ม 3 คน จำนวน 2 กลุ่ม รวมกันเป็น 1 กลุ่ม แลกเปลี่ยนเรียนรู้ในสิ่งที่ได้ศึกษาค้นคว้า และสรุปเป็นผังโน้ตทัศน์ของกลุ่ม ในหัวข้อ การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะแพ้อย่างรุนแรงเฉียบพลัน

ขั้นที่ 3 ขั้นอธิบายความรู้

1. ตัวแทนกลุ่มออกมานำเสนอการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ของกลุ่มตนเอง
2. ครูเสริมความรู้ในประเด็นที่แตกต่างหรือขาดหายไป

ขั้นที่ 4 ขั้นขยายความเข้าใจ

1. ครูให้นักเรียนดูคลิปวิดีโอ เพิ่มเติม เกี่ยวกับการปฐมพยาบาล พร้อมกับอธิบายเพิ่มเติม

ขั้นที่ 5 ตรวจสอบผล (Evaluate)

1. ครูและนักเรียนอภิปรายสรุปร่วมกัน เรื่อง “การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะแพ้อย่างรุนแรงเฉียบพลัน”

ใบกิจกรรม เรื่อง สืบค้น ในหัวข้อ “การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะแพ้อย่างรุนแรงเฉียบพลัน”

สมาชิกกลุ่ม ชั้น.....

1. ชื่อเลขที่.....
2. ชื่อเลขที่.....
3. ชื่อเลขที่.....

คำชี้แจง

1. นักเรียนจับกลุ่ม 3 คน ร่วมกันสืบค้น ในหัวข้อ “การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะแพ้อย่างรุนแรงเฉียบพลัน”

ใบกิจกรรม เรื่อง แผนผัง “การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะแพ้อย่างรุนแรงเฉียบพลัน”

สมาชิกกลุ่ม ชั้น.....

1. ชื่อ เลขที่.....
2. ชื่อ เลขที่.....
3. ชื่อ เลขที่.....
4. ชื่อ เลขที่.....
5. ชื่อ เลขที่.....
6. ชื่อ เลขที่.....

คำชี้แจง

1. นักเรียนจับกลุ่ม 6 คน โดยรวมกลุ่ม 3 คน จำนวน 2 กลุ่ม รวมกันเป็น 1 กลุ่ม แลกเปลี่ยนเรียนรู้ในสิ่งที่ได้ศึกษาค้นคว้า และสรุปเป็นผังโน้ตส์ของกลุ่ม ในหัวข้อ การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะแพ้อย่างรุนแรงเฉียบพลัน

การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน
ภาวะแพ้อย่างรุนแรงเฉียบพลัน

กลุ่มที่..... ชั้นมัธยมศึกษาปีที่

คำชี้แจง : ให้ ผู้สอน/หัวหน้ากลุ่ม สังเกตพฤติกรรมการทำกิจกรรมของนักเรียนแล้วขีด ✓ ลงในช่องที่ตรงกับระดับคะแนน

ลำดับที่	ชื่อ-สกุล ของผู้รับการ ประเมิน	ความร่วมมือกัน ทำกิจกรรม				การแสดง ความคิดเห็น				การรับฟัง ความคิดเห็น				การตั้งใจ ทำงาน				การแก้ไข ปัญหา/ หรือ ปรับปรุง ผลงานกลุ่ม				รวม 20 คะแนน	
		4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1		

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน
...../...../.....

เกณฑ์การให้คะแนน

ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมอย่างสม่ำเสมอ	ให้ 4	คะแนน
ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมบ่อยครั้ง	ให้ 3	คะแนน
ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมบางครั้ง	ให้ 2	คะแนน
ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมน้อยครั้ง	ให้ 1	คะแนน

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ	
ช่วงคะแนน	ระดับคุณภาพ
18 - 20	ดีมาก
14 - 17	ดี
10 - 13	พอใช้
ต่ำกว่า 10	ปรับปรุง

แบบประเมินชิ้นงานสรุป เรื่อง ภาวะแพ้อย่างรุนแรงเฉียบพลัน (Anaphylaxis)

รายการประเมิน	คำอธิบายระดับคุณภาพ/ระดับคะแนน			
	ดีมาก (4)	ดี (3)	พอใช้ (2)	ปรับปรุง (1)
1. ความถูกต้อง ชัดเจนของเนื้อหา	เขียนขั้นตอนการ ปฐมพยาบาล ฉุกเฉิน ภาวะแพ้ อย่างรุนแรง เฉียบพลัน (Anaphylaxis) ได้ ถูกต้องครบถ้วนทุก ขั้นตอน	เขียนขั้นตอนการ ปฐมพยาบาล ฉุกเฉิน ภาวะแพ้ อย่างรุนแรง เฉียบพลัน (Anaphylaxis) ได้ถูกต้องขาดบาง ขั้นตอน	เขียนขั้นตอนการ ปฐมพยาบาล ฉุกเฉิน ภาวะแพ้ อย่างรุนแรง เฉียบพลัน (Anaphylaxis) ผิดบางขั้นตอน	เขียนขั้นตอนการ ปฐมพยาบาล ฉุกเฉิน ภาวะแพ้ อย่างรุนแรง เฉียบพลัน (Anaphylaxis) ผิดหลายขั้นตอน
2. การใช้ภาษา	เขียนได้ตรงตาม ประเด็นตามที่ กำหนดไว้ ภาษาที่ ใช้สะกดถูกต้องทำ ให้อ่านเข้าใจได้ ง่ายและมีแนวคิด ที่น่าสนใจ	เขียนได้ตรงตาม ประเด็นตามที่ กำหนดไว้ ภาษา ที่ใช้สะกดถูกต้อง ทำให้อ่านเข้าใจ ได้ง่าย	เขียนได้ตรงตาม ประเด็นตามที่ กำหนดไว้ ภาษา อ่านยาก เกิด ความสับสนใน การอ่าน	เขียนไม่ตรงตาม ประเด็น
3. ความสวยงามและ ความมีระเบียบของ ชิ้นงาน	มีสีสันสวยงาม มี การจัดระเบียบใน การเขียนและมี ความคิดสร้างสรรค์	มีสีสันสวยงาม เป็นระเบียบ	มีสีสันสวยงามแต่ ไม่มีการจัดระเบียบ ในการเขียน	ไม่มีระเบียบและ สีสันสวยงาม
4. ระยะเวลา	ส่งก่อนกำหนด หรือตรงตาม กำหนด	ส่งช้ากว่ากำหนด 1-2 วัน	ส่งช้ากว่ากำหนด 3 วัน	ส่งช้ากว่ากำหนด มากกว่า 4 วันขึ้นไป

หมายเหตุ ให้นิยามความหมายของระดับคุณภาพให้เป็น (rubric score)

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ

ช่วงคะแนน	16 – 12	11 – 7	4 – 6	0 - 3
ระดับคุณภาพ	ดีมาก	ดี	พอใช้	ปรับปรุง

ใบความรู้ภาวะแพ้อย่างรุนแรงเฉียบพลัน (Anaphylaxis)

สิ่งที่ควรสังเกตและจดจำ

1. เกิดผื่นแดงตามผิวหนัง ลมพิษ มีอาการคัน
2. ผิวหนังแดง หรือซีด
3. วิงเวียนศีรษะ หน้ามืดคล้ายจะเป็นลม
4. คลื่นไส้ อาเจียน ปวดท้อง หรือท้องเสีย
5. ความดันโลหิตลดต่ำลง
6. ลิ้น ปาก หรือคอบวม หายใจติดขัดและอาจมีเสียงดังวี๊ด ๆ
7. รู้สึกเหมือนมีสิ่งอุดตันในลำคอ กลืนลำบาก
8. แน่นหน้าอก ใจสั่น
9. ชีพจรเบา เร็ว
10. ไอ จาม น้ำมูกไหล
11. รู้สึกปวดคล้ายเข็มทิ่มตามมือ เท้า ปาก หรือหนังศีรษะ
12. พุดไม้ขีด ตะกุกตะกัก
13. บางรายที่มีอาการรุนแรงมาก อาจเสี่ยงต่อภาวะช็อก
14. ซึ่งสังเกตได้จากอาการหายใจลำบาก ไม่มีแรง ชีพจร
15. เต็มเบาเร็ว มีอาการสับสน มึนงง หรือหมดสติ

การปฐมพยาบาลภาวะภูมิแพ้อย่างรุนแรงเฉียบพลัน (Anaphylaxis)

1. รีบโทรแจ้ง 1669 ทันที แจ้งว่าท่านสงสัยว่าผู้ป่วยมีอาการของภาวะภูมิแพ้อย่างรุนแรงเฉียบพลัน
2. ช่วยให้ผู้ป่วยได้รับยา สำหรับผู้ป่วยที่ทราบว่าตนเองมีอาการแพ้และมียาอีพินเนพรินพกติดตัว ให้ฉีดยาเข้ากล้ามเนื้อเนื้อต้นขาของผู้ป่วย



3. จัดให้ผู้ป่วยอยู่ในท่าที่สบาย ผู้ป่วยที่หายใจลำบากแต่ยังรู้สึกตัวดี ควรพุงให้นั่งบนเก้าอี้ หากมีอาการหน้ามืด วิงเวียนศีรษะคล้ายจะเป็นลม ควรให้นอนราบกับพื้นและยกขาสูง



4. ฝ้าติดตามอาการ ตรวจสอบชีพจรและการหายใจ หากผู้ป่วยหมดสติ ไม่มีการตอบสนองหรือหยุดหายใจ ให้ทำ การกดหน้าอก (CPR) ทันทีการดำเนินกิจกรรม



แผนการจัดการเรียนรู้ลำดับที่ 12

หน่วยการเรียนรู้ที่	เรื่อง ภาวะเลือดออกภายนอกอย่างรุนแรง (Bleeding)	
รหัสวิชา	รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา.....	ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ...
กลุ่มสาระการเรียนรู้	สุขศึกษาและพลศึกษา	
ปีการศึกษา	ภาคเรียนที่	เวลา 1 ชั่วโมง

1. มาตรฐานการเรียนรู้ / ตัวชี้วัด

1.1 มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐาน พ 5.1 ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยา สารเสพติด และความรุนแรง

1.2 ตัวชี้วัด

พ 5.1 ม. 4-6/7 แสดงวิธีการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน

2. สาระสำคัญ / ความคิดรวบยอด

เลือดออกหรือการตกเลือด คือภาวะที่มีการเสียเลือดจากระบบไหลเวียน อาจเป็นการตกเลือดภายในหรือภายนอก ออกจากช่องเปิดตามธรรมชาติเช่นช่องคลอด ปาก จมูก หู ทวารหนัก หรือออกจากแผลเปิดที่ผิวหนังก็ได้ ซึ่งหากการปฏิบัติกรช่วยเหลือผู้ป่วยอย่างถูกวิธี และยังสามารถช่วยให้ผู้ป่วยปลอดภัยและกลับมามีชีวิตอีกครั้งได้ เพราะฉะนั้นต้องได้รับการฝึกปฏิบัติที่ถูกต้องและเกิดความชำนาญ เพื่อประสิทธิภาพในการช่วยเหลือที่ดี

3. สาระการเรียนรู้

3.1 สาระการเรียนรู้แกนกลาง

การแพทย์ฉุกเฉินและวิธีการปฐมพยาบาลฉุกเฉินที่ถูกต้อง

4. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

- 4.1 ความสามารถในการสื่อสาร 4.2 ความสามารถในการคิด 4.3 ความสามารถในการแก้ปัญหา
 4.4 ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต 4.5 ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

5. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

5.1 คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (ตามหลักสูตรแกนกลาง)

- 1) รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์ 2) ซื่อสัตย์สุจริต 3) มีวินัย 4) ใฝ่เรียนรู้
 5) อยู่อย่างพอเพียง 6) มุ่งมั่นในการทำงาน 7) รักความเป็นไทย 8) มีจิตสาธารณะ

5.2 คุณลักษณะตามหลักสูตรมาตรฐานสากล

- 1) มีความรู้พื้นฐานในยุคดิจิทัล วิทยาศาสตร์ เศรษฐศาสตร์ เทคโนโลยี รู้ภาษา พหุวัฒนธรรม ตระหนักสำนึกระดับโลก
- 2) สามารถคิดประดิษฐ์อย่างสร้างสรรค์ ปรับตัว ใฝ่รู้ ใฝ่เรียน วิเคราะห์ สังเคราะห์ สรุป สร้างองค์ความรู้
- 3) มีทักษะสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ
- 4) มีความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต
- 5) มีความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

6. ทักษะของผู้เรียนในศตวรรษที่ 21 (3R 8C)

- 6.1 ทักษะการอ่าน (Reading)
- 6.2 ทักษะการ เขียน (Writing)
- 6.3 ทักษะการคิดคำนวณ (Arithmetic)
- 6.4 ทักษะด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณและทักษะในการแก้ปัญหา (Critical thinking and problem solving)
- 6.5 ทักษะด้านการสร้างสรรค์และนวัตกรรม (Creativity and innovation)
- 6.6 ทักษะด้านความร่วมมือการทำงานเป็นทีมและภาวะผู้นำ (Collaboration, teamwork, and leadership)
- 6.7 ทักษะด้านความเข้าใจต่างวัฒนธรรมต่างกระบวนทัศน์ (Cross-cultural understanding)
- 6.8 ทักษะด้านการสื่อสารสารสนเทศและรู้เท่าทันสื่อ (Communication information and media literacy)
- 6.9 ทักษะด้านคอมพิวเตอร์และเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร (Computing)
- 6.10 ทักษะอาชีพและทักษะการเรียนรู้ (Career and learning self-reliance, change)
- 6.11 ความมีคุณธรรม มีเมตตา มีระเบียบวินัย (Compassion)

7. การบูรณาการตามพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ

- 7.1 บูรณาการสวนพฤษศาสตร์โรงเรียน
- 7.2 บูรณาการเศรษฐกิจพอเพียง
- 7.3 อื่น ๆ (โปรตระกูล) วิชา ศิลปะ (การแสดง)

8. ชิ้นงาน / ภาระงาน (รวบยอด)

การแสดงการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน

9. การวัดและประเมินผล

9.1 การวัดและประเมินผลชิ้นงาน/ภาระงาน(รวบยอด)

- 1) วิธีการ การแสดงบทบาทสมมติการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะเลือดออกภายนอกรุนแรง
- 2) เครื่องมือ แบบประเมินการแสดงบทบาทสมมติ
- 3) เกณฑ์ ผ่านเกณฑ์ที่ระดับคุณภาพ ดี

9.2 การวัดและประเมินผลระหว่างการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

ลำดับ	รายการที่วัดและประเมินผล	วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์
1	พฤติกรรมกรฝึกปฏิบัติ	สังเกตพฤติกรรมกรฝึกปฏิบัติ	แบบประเมินพฤติกรรมกรฝึกปฏิบัติ	ผ่านเกณฑ์ที่ระดับคุณภาพ ดี
2	ปฏิบัติการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน	แสดงบทบาทสมมติการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน	แบบประเมิน การแสดงบทบาทสมมติ	ผ่านเกณฑ์ที่ระดับคุณภาพ ดี

10. สื่อการเรียนรู้ / แหล่งเรียนรู้

10.1 สื่อการเรียนรู้

- 1) คลิป 3 วิธีห้ามเลือดที่ถูกต้อง
- 2) คลิปภาวะคัมคาม ซีวิต เรื่อง ภาวะเลือดออกรุนแรงและการปฐมพยาบาล

10.2 แหล่งเรียนรู้

- 1) https://www.youtube.com/watch?v=PKuYV_d1zes
- 2) <https://www.youtube.com/watch?v=ZzwMvTjBbNA>

11. กิจกรรมการเรียนรู้

เรื่องที่ 12 การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน เรื่อง ภาวะเลือดออกภายนอกอย่างรุนแรง (Bleeding)
จำนวนเวลาเรียน 1 ชั่วโมง

วิธีสอน สืบเสาะหาความรู้ Inquiry Method : 5E

ขั้นที่ 1 กระตุ้นความสนใจ (Engage)

1. นักเรียนดูคลิปวิดีโอเกี่ยวกับ ภาวะเลือดออกภายนอกอย่างรุนแรง ในสถานการณ์ต่าง ๆ
2. ครูตั้งคำถาม เพื่อกระตุ้นความสนใจและอยากรู้อยากเรียนของนักเรียน

ขั้นที่ 2 ขั้นสำรวจและค้นหา

1. นักเรียนจับกลุ่ม 3 คน ร่วมกันสืบค้น ในหัวข้อ “การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะเลือดออกภายนอกอย่างรุนแรง”
2. นักเรียนจับกลุ่ม 6 คน โดยรวมกลุ่ม 3 คน จำนวน 2 กลุ่ม รวมกันเป็น 1 กลุ่ม แลกเปลี่ยนเรียนรู้ ในสิ่งที่ได้ศึกษาค้นคว้า และสรุปเป็นผังโน้ตศัพท์ของกลุ่ม ในหัวข้อ การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะเลือดออกภายนอกอย่างรุนแรง
3. นักเรียนแต่ละกลุ่มเตรียมแสดงบทบาทสมมติ การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะเลือดออกภายนอกอย่างรุนแรง

ขั้นที่ 3 ขั้นอธิบายความรู้

1. ตัวแทนกลุ่มออกมานำเสนอการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ของกลุ่มตนเอง และแสดงบทบาทสมมติ
2. ครูเสริมความรู้ในประเด็นที่แตกต่างหรือขาดหายไป

ขั้นที่ 4 ขั้นขยายความเข้าใจ

1. ครูให้นักเรียนดูคลิปวิดีโอ เพิ่มเติม เกี่ยวกับการปฐมพยาบาล พร้อมกับอธิบายเพิ่มเติม

ขั้นที่ 5 ตรวจสอบผล (Evaluate)

1. ครูและนักเรียนอภิปรายสรุปร่วมกัน เรื่อง “การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะเลือดออกภายนอกอย่างรุนแรง”

ชิ้นงาน/ภาระงาน (รวบยอด)

แบบประเมินบทบาทสมมติ การปฐมพยาบาลฉุกเฉินภาวะเลือดออกภายนอกอย่างรุนแรง

รายการประเมิน	คำอธิบายระดับคุณภาพ/ระดับคะแนน			
	ดีมาก (4)	ดี (3)	พอใช้ (2)	ปรับปรุง (1)
1. การช่วยเหลือในสถานการณ์ต่าง ๆ	เลือกใช้การช่วยเหลือได้เหมาะสมกับสถานการณ์ ถูกต้องและสามารถช่วยเหลือได้จริงในระดับดีมาก	เลือกใช้การช่วยเหลือได้เหมาะสมกับสถานการณ์ ถูกต้องและสามารถช่วยเหลือได้จริงในระดับดี	เลือกใช้การช่วยเหลือได้เหมาะสมกับสถานการณ์ ถูกต้องและสามารถช่วยเหลือได้จริงในระดับปานกลาง	เลือกใช้การช่วยเหลือได้เหมาะสมกับสถานการณ์ ถูกต้องและสามารถช่วยเหลือได้จริงในระดับพอใช้
2.. การปฏิบัติการปฐมพยาบาลฉุกเฉินภาวะเลือดออกภายนอกอย่างรุนแรง ปฏิบัติดังนี้ 1) ใช้วิธีการกดลงโดยตรงที่บาดแผล ถ้าจำเป็นให้ถอดหรือตัดเสื้อผ้าที่คลุมอยู่ออกแล้วใช้ ผ้าสะอาดที่ไม่เป็นขุยปิดทับลงบนบาดแผล ใช้มือกดลงตรง ๆ นิ่ง ๆ 2) ยกประคองส่วนที่เป็นบาดแผลให้สูงกว่าระดับหัวใจ กดที่บาดแผลและยกพุงแผลไว้ 3) ช่วยให้ผู้ป่วยนอนลงกับพื้น ยกส่วนที่ได้รับบาดเจ็บให้สูงไว้ 4) โทรแจ้ง 1669 โดยบอกขนาดและตำแหน่งของบาดแผลและจำนวนเลือดที่เสียไป 5) ใช้ผ้าพันแผล พันให้ผ้าปิดแผลอยู่กับที่ ตรวจสอบระบบการไหลเวียนโลหิตของ อวัยวะส่วนปลายทุก ๆ 10 นาที ให้คลาย	ปฏิบัติได้ถูกต้องครบ 5 ข้อ	ปฏิบัติได้ถูกต้อง 4 ข้อ	ปฏิบัติได้ถูกต้อง 3 ข้อ	ปฏิบัติได้ถูกต้อง 2-1 ข้อ

รายการประเมิน	คำอธิบายระดับคุณภาพ/ระดับคะแนน			
	ดีมาก (4)	ดี (3)	พอใช้ (2)	ปรับปรุง (1)
ผ้าพันแผลถ้าจำเป็น ฝ้าติดตามสัญญาณชีพ ได้แก่ การหายใจ ชีพจร และระดับความรู้สึกตัวในระหว่างที่รอรพพยาบาลมาถึง				

หมายเหตุ ให้นิยามความหมายของระดับคุณภาพให้เป็น (rubric score)

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ

ช่วงคะแนน	7 - 8	5 - 6	3 - 4	0 - 2
ระดับคุณภาพ	ดีมาก	ดี	พอใช้	ปรับปรุง

กลุ่มที่..... ชั้นมัธยมศึกษาปีที่

คำชี้แจง : ให้ ผู้สอน/หัวหน้ากลุ่ม สังเกตพฤติกรรมการทำงานกิจกรรมของนักเรียนแล้วขีด ✓ ลงในช่องที่ตรงกับระดับคะแนน

ลำดับที่	ชื่อ-สกุล ของผู้รับ การประเมิน	ความร่วมมือกัน ทำกิจกรรม				การแสดง ความคิดเห็น				การรับฟัง ความคิดเห็น				การตั้งใจ ทำงาน				การแก้ไข ปัญหา/ หรือ ปรับปรุง ผลงานกลุ่ม				รวม 20 คะแนน	
		4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1		

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน
...../...../.....

เกณฑ์การให้คะแนน

ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมอย่างสม่ำเสมอ	ให้ 4	คะแนน
ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมบ่อยครั้ง	ให้ 3	คะแนน
ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมบางครั้ง	ให้ 2	คะแนน
ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมน้อยครั้ง	ให้ 1	คะแนน

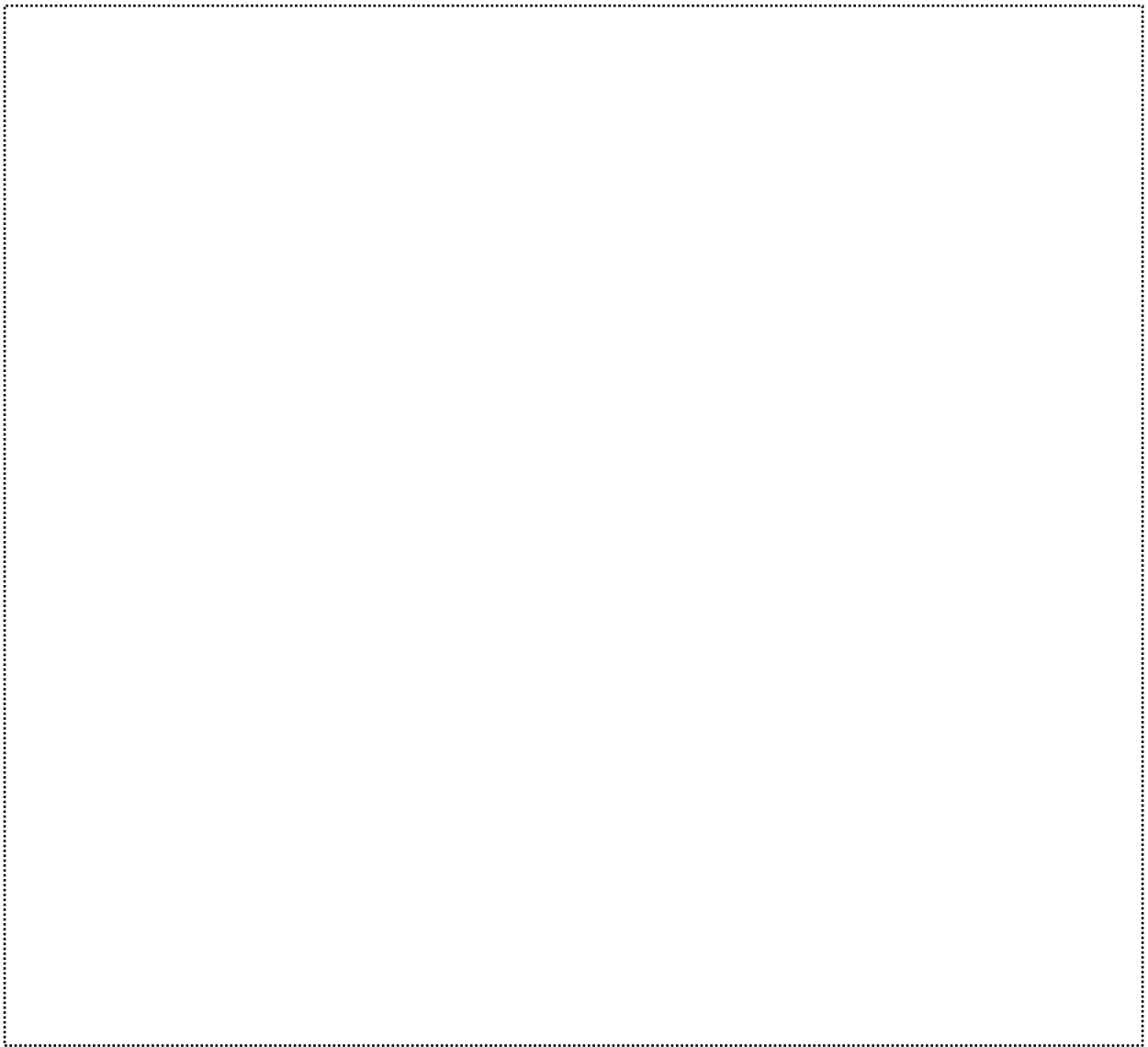
เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ	
ช่วงคะแนน	ระดับคุณภาพ
18 - 20	ดีมาก
14 - 17	ดี
10 - 13	พอใช้
ต่ำกว่า 10	ปรับปรุง

ใบกิจกรรม เรื่อง ปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะเลือดออกภายนอกอย่างรุนแรง (Bleeding)

คำชี้แจง ให้นักเรียนอธิบายหลักการการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะเลือดออกภายนอกอย่างรุนแรงในรูปแบบผังมโนทัศน์

สมาชิกกลุ่ม ชั้น.....

- | | | | | |
|---------------|-------------|--------|---------------|-------------|
| 1. ชื่อ | เลขที่..... | ประธาน | 4. ชื่อ | เลขที่..... |
| 2. ชื่อ | เลขที่..... | รองฯ | 5. ชื่อ | เลขที่..... |
| 3. ชื่อ | เลขที่..... | เลขาฯ | 6. ชื่อ | เลขที่..... |



ใบความรู้การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน
ภาวะเลือดออกภายนอกอย่างรุนแรง (Bleeding)

การปฐมพยาบาลภาวะเลือดออกภายนอกอย่างรุนแรง



ใช้วิธีการกดลงโดยตรงที่บาดแผล ถ้าจำเป็น ให้ถอด หรือตัดเสื้อผ้าที่คลุมอยู่ออก แล้วใช้ผ้าสะอาดที่ไม่เป็นขุย ปิดทับลงบนบาดแผล ใช้มือกดลงตรง ๆ หนึ่งๆ



ยกประคองส่วนที่เป็นบาดแผลให้สูงกว่าระดับหัวใจ กดที่บาดแผลและยกพยางค์แผลไว้



ช่วยให้ผู้ป่วยนอนลงกับพื้น ยกส่วนที่ได้รับบาดเจ็บให้สูงไว้



โทรแจ้ง 1669 โดยบอกขนาดและตำแหน่งของบาดแผลและจำนวนเลือดที่เสียไป (โดยประมาณ)



ใช้ผ้าพันแผล พันให้ผ้าปิดแผลอยู่กับที่ ตรวจสอบระบบการไหลเวียนโลหิตของ อวัยวะส่วนปลายทุก ๆ 10 นาที ให้คลาย ผ้าพันแผลถ้าจำเป็น เฝ้ามองตามสัญญาณชีพ ได้แก่ การหายใจ ชีพจร และระดับความรู้สึกตัว ในระหว่างที่รอรถพยาบาลมาถึง

แผนการจัดการเรียนรู้ลำดับที่ 13

หน่วยการเรียนรู้ที่	เรื่อง ภาวะช็อก (Shock)	
รหัสวิชา	รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา.....	ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ...
กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา		
ปีการศึกษา	ภาคเรียนที่	เวลา 1 ชั่วโมง

1. มาตรฐานการเรียนรู้ / ตัวชี้วัด

1.1 มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐาน พ 5.1 ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยา สารเสพติด และความรุนแรง

1.2 ตัวชี้วัด

พ 5.1 ม. 4-6/7 แสดงวิธีการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน

2. สาระสำคัญ / ความคิดรวบยอด

ภาวะช็อกเป็นภาวะของร่างกายที่มีการไหลเวียนเลือดลดลงต่ำผิดปกติ ส่งผลให้การสูดฉีดเลือดไปเลี้ยงส่วนต่าง ๆ ในร่างกายไม่เพียงพอ ทำให้เซลล์และอวัยวะเสียหายจากการขาดเลือดที่เป็นตัวนำออกซิเจน และสารอาหาร เมื่อเกิดกับอวัยวะสำคัญและรักษาไม่ทันเวลาอาจเป็นอันตรายถึงชีวิต และยังพบว่า 1 ใน 5 คนที่มีภาวะช็อกมักเสียชีวิต ในบทความนี้จะขอกล่าวถึงภาวะช็อกที่เกิดจากโรคทางร่างกายเท่านั้น

3. สาระการเรียนรู้

3.1 สาระการเรียนรู้แกนกลาง

การแพทย์ฉุกเฉินและวิธีการปฐมพยาบาลฉุกเฉินที่ถูกต้อง

4. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

- 4.1 ความสามารถในการสื่อสาร 4.2 ความสามารถในการคิด 4.3 ความสามารถในการแก้ปัญหา
 4.4 ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต 4.5 ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

5. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

5.1 คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (ตามหลักสูตรแกนกลาง)

- 1) รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์ 2) ซื่อสัตย์สุจริต 3) มีวินัย 4) ใฝ่เรียนรู้
 5) อยู่อย่างพอเพียง 6) มุ่งมั่นในการทำงาน 7) รักความเป็นไทย 8) มีจิตสาธารณะ

5.2 คุณลักษณะตามหลักสูตรมาตรฐานสากล

- 1) มีความรู้พื้นฐานในยุคดิจิทัล วิทยาศาสตร์ เศรษฐศาสตร์ เทคโนโลยี รู้ภาษา พหุวัฒนธรรม ตระหนักสำนึกระดับโลก
- 2) สามารถคิดประดิษฐ์อย่างสร้างสรรค์ ปรับตัว ใฝ่รู้ ใฝ่เรียน วิเคราะห์ สังเคราะห์ สรุป สร้างองค์ความรู้
- 3) มีทักษะสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ
- 4) มีความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต
- 5) มีความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

6. ทักษะของผู้เรียนในศตวรรษที่ 21 (3R 8C)

- 6.1 ทักษะการอ่าน (Reading)
- 6.2 ทักษะการ เขียน (Writing)
- 6.3 ทักษะการคิดคำนวณ (Arithmetic)
- 6.4 ทักษะด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณและทักษะในการแก้ปัญหา (Critical thinking and problem solving)
- 6.5 ทักษะด้านการสร้างสรรค์และนวัตกรรม (Creativity and innovation)
- 6.6 ทักษะด้านความร่วมมือการทำงานเป็นทีมและภาวะผู้นำ (Collaboration, teamwork, and leadership)
- 6.7 ทักษะด้านความเข้าใจต่างวัฒนธรรมต่างกระบวนทัศน์ (Cross-cultural understanding)
- 6.8 ทักษะด้านการสื่อสารสารสนเทศและรู้เท่าทันสื่อ (Communication information and media literacy)
- 6.9 ทักษะด้านคอมพิวเตอร์และเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร (Computing)
- 6.10 ทักษะอาชีพและทักษะการเรียนรู้ (Career and learning self-reliance, change)
- 6.11 ความมีคุณธรรม มีเมตตา มีระเบียบวินัย (Compassion)

7. การบูรณาการตามพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ

- 7.1 บูรณาการสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน
- 7.2 บูรณาการเศรษฐกิจพอเพียง
- 7.3 อื่น ๆ (โปรดระบุ) วิชา ศิลปะ (การแสดง)

8. ชิ้นงาน / ภาระงาน (รวบยอด)

การแสดงการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน

9. การวัดและประเมินผล

9.1 การวัดและประเมินผลชิ้นงาน/ภาระงาน(รวบยอด)

- 1) วิธีการ การแสดงบทบาทสมมติการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะช็อก
- 2) เครื่องมือ แบบประเมินการแสดงบทบาทสมมติ
- 3) เกณฑ์ ผ่านเกณฑ์ที่ระดับคุณภาพ ดี

9.2 การวัดและประเมินผลระหว่างการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

ลำดับ	รายการที่วัดและประเมินผล	วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์
1	พฤติกรรมกรรมการฝึกปฏิบัติ	สังเกตพฤติกรรม การฝึกปฏิบัติ	แบบประเมิน พฤติกรรมกรรมการฝึก ปฏิบัติ	ผ่านเกณฑ์ที่ระดับ คุณภาพ ดี
2	ปฏิบัติการปฐมพยาบาล ฉุกเฉิน	แสดงบทบาทสมมติ การปฐมพยาบาล ฉุกเฉิน	แบบประเมิน การ แสดงบทบาทสมมติ	ผ่านเกณฑ์ที่ระดับ คุณภาพ ดี
3	ทดสอบความรู้หลังเรียน	ทำแบบทดสอบหลัง เรียนใน Application Kahoot	แบบทดสอบหลัง เรียนใน Application Kahoot	นักเรียนมีความ เข้าใจเกี่ยวกับการ ปฐมพยาบาลฉุกเฉิน มากขึ้น

10. สื่อการเรียนรู้/แหล่งเรียนรู้

10.1 สื่อการเรียนรู้

- 1) คลิปปฐมพยาบาลผู้ป่วยช็อก
- 2) Application Kahoot

10.2 แหล่งเรียนรู้

- 1) <https://www.youtube.com/watch?v=z2ASk-9wpaU>

11. กิจกรรมการเรียนรู้

เรื่องที่ 13 การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน

เรื่อง ภาวะช็อก (Shock)

จำนวนเวลาเรียน 1 ชั่วโมง

วิธีสอน สืบเสาะหาความรู้ Inquiry Method : 5E

ขั้นที่ 1 กระตุ้นความสนใจ (Engage)

1. นักเรียนดูคลิปวิดีโอที่เกี่ยวกับ ภาวะช็อก
2. ครูใช้คำถาม กระตุ้นความสนใจและอยากรู้อยากเรียน

ขั้นที่ 2 ขั้นสำรวจและค้นหา

1. นักเรียนจับกลุ่ม 6 คน ศึกษาค้นคว้า ในหัวข้อ “การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะช็อก” แลกเปลี่ยนเรียนรู้ในสิ่งที่ครูให้ศึกษาและสรุปขั้นตอน ในรูปแบบผังมโนทัศน์ หัวข้อ การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะช็อก
2. แต่ละกลุ่มเตรียมคำถามในสิ่งที่กลุ่มตนเองสงสัยเกี่ยวกับเรื่อง ภาวะช็อก (Shock) กลุ่มละ 1 เรื่อง

ขั้นที่ 3 ขั้นอธิบายความรู้

1. ตัวแทนกลุ่มออกมานำเสนอแลกเปลี่ยนเรียนรู้ข้อมูลที่ได้ค้นคว้าของกลุ่มตนเอง พร้อมทั้งถามคำถามที่เตรียมไว้
2. กลุ่มไหนสามารถตอบคำถามที่กลุ่มเพื่อนถามได้ถูกต้อง ได้รับคะแนน

ขั้นที่ 4 ขั้นขยายความเข้าใจ

1. ครูให้นักเรียนดูคลิปวิดีโอ เพิ่มเติม เกี่ยวกับการปฐมพยาบาล พร้อมกับอธิบายเพิ่มเติม
2. ครูทบทวนความรู้โดยตอบคำถามที่แต่ละกลุ่มได้ตั้งไว้อย่างละเอียดทุกข้อ

ขั้นที่ 5 ตรวจสอบผล (Evaluate)

1. แต่ละกลุ่มตอบคำถามหลังการเรียนรู้ผ่าน Application Kahoot

การประเมินชิ้นงาน/ภาระงาน (รวบยอด)

แบบประเมินบทบาทสมมุติ การปฐมพยาบาลฉุกเฉินภาวะช็อก

รายการประเมิน	คำอธิบายระดับคุณภาพ/ระดับคะแนน			
	ดีมาก (4)	ดี (3)	พอใช้ (2)	ปรับปรุง (1)
1. การช่วยเหลือในสถานการณ์ต่าง ๆ	เลือกใช้การช่วยเหลือได้เหมาะสมกับสถานการณ์ ถูกต้องและสามารถช่วยเหลือได้จริงในระดับดีมาก	เลือกใช้การช่วยเหลือได้เหมาะสมกับสถานการณ์ ถูกต้องและสามารถช่วยเหลือได้จริงในระดับดี	เลือกใช้การช่วยเหลือได้เหมาะสมกับสถานการณ์ ถูกต้องและสามารถช่วยเหลือได้จริงในระดับปานกลาง	เลือกใช้การช่วยเหลือได้เหมาะสมกับสถานการณ์ ถูกต้องและสามารถช่วยเหลือได้จริงในระดับพอใช้
2. การปฏิบัติการปฐมพยาบาลฉุกเฉินภาวะช็อก ปฏิบัติดังนี้ 1) จับให้ผู้ป่วยนอนราบ ดูแลสาเหตุของการช็อก เช่น เสียเลือด ไฟไหม้ เป็นต้น ช่วยประคอง ให้ผู้ป่วยนอนลง ถ้าเป็นไปได้ควรให้นอนบน ผ้าห่มหรือผ้านุ่ม ยกขาให้สูงกว่าระดับหัวใจ 2) โทรแจ้ง 1669 ว่าท่านสงสัยว่าผู้ป่วยมีอาการช็อก 3) คลายเสื้อผ้าให้หลวม เพื่อไม่ให้ขัดขวางการไหลเวียนของโลหิต ที่คอ หน้าอก เอว 4) ให้ความอบอุ่นร่างกายผู้ป่วย ห่มด้วยผ้าห่ม เพื่อให้ความอบอุ่น แนะนำให้ผู้ป่วยอยู่นิ่ง ๆ ฝ้าสังเกตอาการของสัญญาณชีพ ได้แก่ การหายใจ ชีพจรและระดับความรู้สึกตัว ในขณะที่รอรถพยาบาลมาถึง	ปฏิบัติได้ถูกต้องครบ 4 ข้อ	ปฏิบัติได้ถูกต้อง 3 ข้อ	ปฏิบัติได้ถูกต้อง 2 ข้อ	ปฏิบัติได้ถูกต้อง 1 ข้อ

หมายเหตุ ให้นิยามความหมายของระดับคุณภาพให้เป็น (rubric score)

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ

ช่วงคะแนน	7 - 8	5 - 6	3 - 4	0 - 2
ระดับคุณภาพ	ดีมาก	ดี	พอใช้	ปรับปรุง

กลุ่มที่..... ชั้นมัธยมศึกษาปีที่

คำชี้แจง : ให้ ผู้สอน/หัวหน้ากลุ่ม สังเกตพฤติกรรมการทำงานกิจกรรมของนักเรียนแล้วขีด ✓ ลงในช่องที่ตรงกับระดับคะแนน

ลำดับที่	ชื่อ-สกุล ของผู้รับ การประเมิน	ความร่วมมือกัน ทำกิจกรรม				การแสดง ความคิดเห็น				การรับฟัง ความคิดเห็น				การตั้งใจ ทำงาน				การแก้ไข ปัญหา/ หรือ ปรับปรุง ผลงานกลุ่ม				รวม 20 คะแนน	
		4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1		

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน
...../...../.....

เกณฑ์การให้คะแนน

ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมอย่างสม่ำเสมอ	ให้	4	คะแนน
ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมบ่อยครั้ง	ให้	3	คะแนน
ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมบางครั้ง	ให้	2	คะแนน
ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมน้อยครั้ง	ให้	1	คะแนน

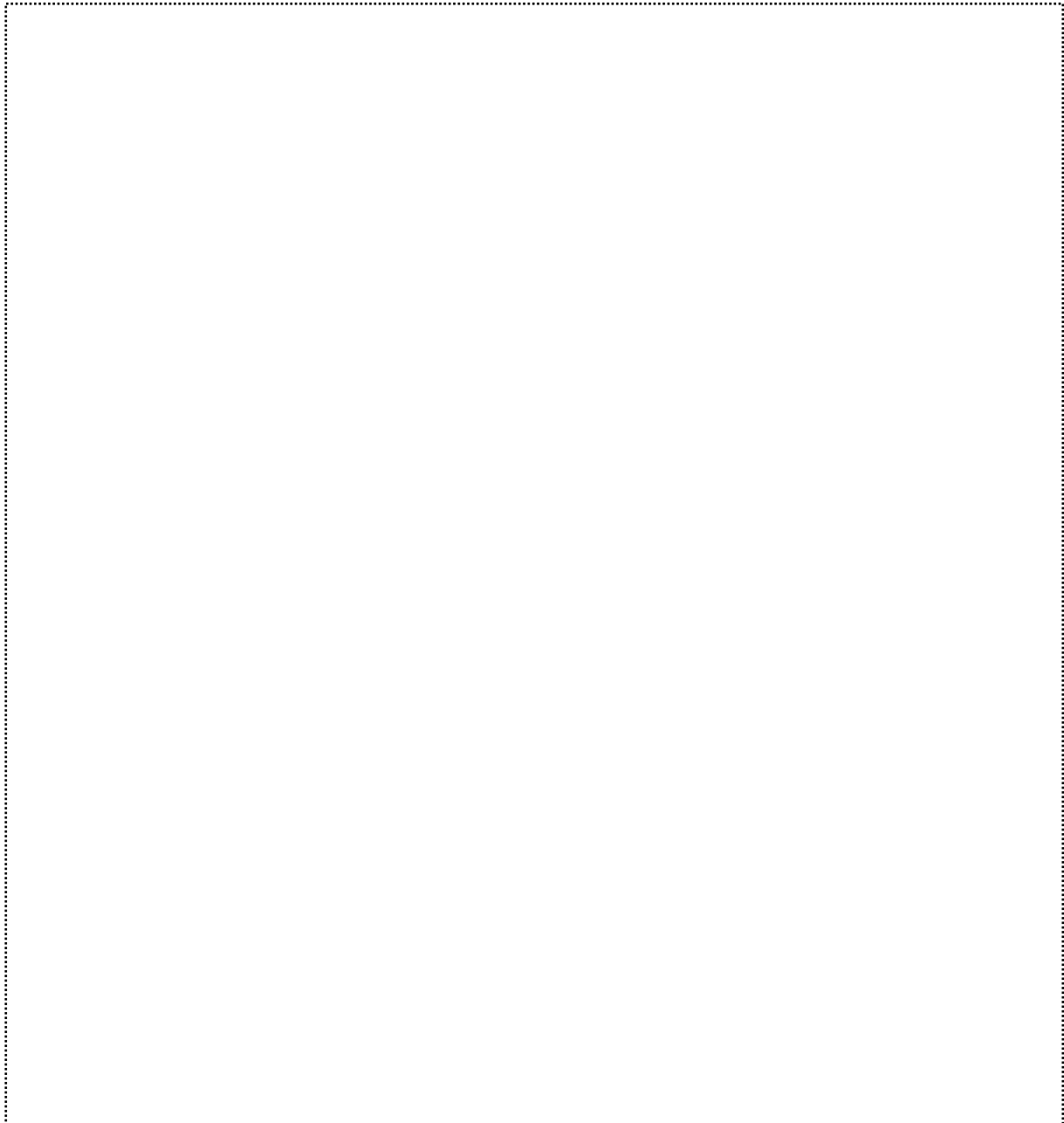
เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ	
ช่วงคะแนน	ระดับคุณภาพ
18 - 20	ดีมาก
14 - 17	ดี
10 - 13	พอใช้
ต่ำกว่า 10	ปรับปรุง

ใบกิจกรรม เรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะช็อก (Shock)

คำชี้แจง ให้นักเรียนอธิบายหลักการการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะช็อก (Shock) ในรูปแบบผังมโนทัศน์

สมาชิกกลุ่ม ชั้น.....

- | | | | | |
|---------------|-------------|--------|---------------|-------------|
| 1. ชื่อ | เลขที่..... | ประธาน | 4. ชื่อ | เลขที่..... |
| 2. ชื่อ | เลขที่..... | รองฯ | 5. ชื่อ | เลขที่..... |
| 3. ชื่อ | เลขที่..... | เลขาฯ | 6. ชื่อ | เลขที่..... |



ใบความรู้การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะช็อก (Shock)

สิ่งที่ควรสังเกตและจดจำ ชีพจรเต้นเบา เร็ว หรือบางรายอาจไม่เต้น ตัวซีดและเย็น เหงื่อแตก
เมื่อเป็นมากขึ้น

- ชีพจรเต้นเบาเร็วผิดปกติ
- หายใจตื้นและเร็ว
- วิงเวียนศีรษะ หน้ามืด
- อ่อนเปลี้ย
- คลื่นไส้ อาเจียน
- กระหายน้ำ

เมื่อออกซิเจนมาเลี้ยงสมองน้อยลง

- กระวนกระวาย
- หายใจเฮือก
- หมดสติ

การปฐมพยาบาลผู้ป่วยช็อก

จับให้ผู้ป่วยนอนราบ ดูแลสาเหตุของการช็อก เช่น เสียเลือด ไฟไหม้ เป็นต้น ช่วยประคอง ให้ผู้ป่วยนอนลง
ถ้าเป็นไปได้ควรให้นอนบน ผ้าห่มหรือผ้านุ่ม ยกขาให้สูงกว่าระดับหัวใจ



โทรแจ้ง 1669 ว่าท่านสงสัยว่าผู้ป่วยมีอาการช็อก



คลายเสื้อผ้าให้หลวม เพื่อไม่ให้ขัดขวางการไหลเวียนของโลหิต ที่คอ หน้าอก เอว



ให้ความอบอุ่นร่างกายผู้ป่วย ห่มด้วยผ้าห่ม เพื่อให้ความอบอุ่น แนะนำให้ผู้ป่วยอยู่นิ่ง ๆ ฝ้าสังเกตอาการของสัญญาณชีพ ได้แก่ การหายใจ ชีพจรและระดับความรู้สึกตัว ในขณะที่รถพยาบาลมาถึง



แผนการจัดการเรียนรู้ลำดับที่ 14

หน่วยการเรียนรู้ที่	เรื่อง การบาดเจ็บที่ศีรษะ (Head Injury)	
รหัสวิชา	รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา.....	ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ...
กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา		
ปีการศึกษา	ภาคเรียนที่	เวลา 1 ชั่วโมง

1. มาตรฐานการเรียนรู้ / ตัวชี้วัด

1.1 มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐาน พ 5.1 ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยา สารเสพติด และความรุนแรง

1.2 ตัวชี้วัด

พ 5.1 ม. 4-6/7 แสดงวิธีการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน

2. สาระสำคัญ / ความคิดรวบยอด

การบาดเจ็บที่ศีรษะ หมายถึง การบาดเจ็บใด ๆ ที่มีต่อหนังศีรษะ กะโหลกศีรษะและเนื้อเยื่อที่เป็นส่วนประกอบภายในกะโหลกศีรษะ ซึ่งอาจทำให้มีหรือไม่มี การเปลี่ยนแปลงระดับความรู้สึกตัว อุบัติการณ์เกิดหรือสถิติการเกิดบาดเจ็บที่ศีรษะบอกตัวเลขที่ชัดเจนได้ยาก เนื่องจากแนวคิดพื้นฐานเกี่ยวกับคำว่าบาดเจ็บที่ศีรษะได้อธิบายไว้กว้างมาก มีความแตกต่างตามความรุนแรงและกลไกของการบาดเจ็บ แต่จากรายงานพบว่าจำนวนผู้ป่วยที่เข้ารับการรักษาเนื่องจากบาดเจ็บที่ศีรษะในแต่ละประเทศมีเป็นจำนวนมาก สำหรับในประเทศไทยมีสถิติของแต่ละโรงพยาบาลเป็นจำนวนไม่น้อย ซึ่งหากการปฏิบัติการช่วยชีวิตผู้ป่วยอย่างถูกวิธี และยังสามารถช่วยให้ผู้ป่วยปลอดภัยและกลับมาใช้ชีวิตอีกครั้งได้ เพราะฉะนั้นต้องได้รับการฝึกปฏิบัติที่ถูกต้องและเกิดความชำนาญ เพื่อประสิทธิภาพในการช่วยชีวิตที่ดี

3. สาระการเรียนรู้

3.1 สาระการเรียนรู้แกนกลาง

การแพทย์ฉุกเฉินและวิธีการปฐมพยาบาลฉุกเฉินที่ถูกวิธี

4. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

- 4.1 ความสามารถในการสื่อสาร 4.2 ความสามารถในการคิด 4.3 ความสามารถในการแก้ปัญหา
 4.4 ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต 4.5 ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

5. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

5.1 คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (ตามหลักสูตรแกนกลาง)

- 1) รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์ 2) ซื่อสัตย์สุจริต 3) มีวินัย 4) ใฝ่เรียนรู้
 5) อยู่อย่างพอเพียง 6) มุ่งมั่นในการทำงาน 7) รักความเป็นไทย 8) มีจิตสาธารณะ

5.2 คุณลักษณะตามหลักสูตรมาตรฐานสากล

- 1) มีความรู้พื้นฐานในยุคดิจิทัล วิทยาศาสตร์ เศรษฐศาสตร์ เทคโนโลยี รู้ภาษา พหุวัฒนธรรม
ตระหนักสำนึกระดับโลก
- 2) สามารถคิดประดิษฐ์อย่างสร้างสรรค์ ปรับตัว ใฝ่รู้ ใฝ่เรียน วิเคราะห์ สังเคราะห์ สรุป สร้างองค์ความรู้
- 3) มีทักษะสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ
- 4) มีความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต
- 5) มีความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

6. ทักษะของผู้เรียนในศตวรรษที่ 21 (3R 8C)

- 6.1 ทักษะการอ่าน (Reading)
- 6.2 ทักษะการเขียน (Writing)
- 6.3 ทักษะการคิดคำนวณ (Arithmetic)
- 6.4 ทักษะด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณและทักษะในการแก้ปัญหา (Critical thinking and problem solving)
- 6.5 ทักษะด้านการสร้างสรรค์และนวัตกรรม (Creativity and innovation)
- 6.6 ทักษะด้านความร่วมมือการทำงานเป็นทีมและภาวะผู้นำ (Collaboration, teamwork, and leadership)
- 6.7 ทักษะด้านความเข้าใจต่างวัฒนธรรมต่างกระบวนทัศน์ (Cross-cultural understanding)
- 6.8 ทักษะด้านการสื่อสารสารสนเทศและรู้เท่าทันสื่อ (Communication information and media literacy)
- 6.9 ทักษะด้านคอมพิวเตอร์และเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร (Computing)
- 6.10 ทักษะอาชีพและทักษะการเรียนรู้ (Career and learning self-reliance, change)
- 6.11 ความมีคุณธรรม มีเมตตา มีระเบียบวินัย (Compassion)

7. การบูรณาการตามพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ

- 7.1 บูรณาการสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน
- 7.2 บูรณาการเศรษฐกิจพอเพียง
- 7.3 อื่น ๆ (โปรดระบุ) วิชา ศิลปะ (การแสดง)

8. ชิ้นงาน / ภาระงาน (รวบยอด)

การแสดงการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน

9. การวัดและประเมินผล

9.1 การวัดและประเมินผลชิ้นงาน/ภาระงาน (รวบยอด)

- 1) วิธีการ การแสดงบทบาทสมมุติการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน การบาดเจ็บที่ศีรษะ
- 2) เครื่องมือ แบบประเมินการแสดงบทบาทสมมุติ
- 3) เกณฑ์ ผ่านเกณฑ์ที่ระดับคุณภาพ ดี

9.2 การวัดและประเมินผลระหว่างการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

ลำดับ	รายการที่วัดและประเมินผล	วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์
1	พฤติกรรมกรรมการฝึกปฏิบัติ	สังเกตพฤติกรรมกรรมการฝึกปฏิบัติ	แบบประเมินพฤติกรรมกรรมการฝึกปฏิบัติ	ผ่านเกณฑ์ที่ระดับคุณภาพ ดี
2	ปฏิบัติการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน	แสดงบทบาทสมมุติการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน	แบบประเมิน การแสดงบทบาทสมมุติ	ผ่านเกณฑ์ที่ระดับคุณภาพ ดี

10. สื่อการเรียนรู้/แหล่งเรียนรู้

10.1 สื่อการเรียนรู้

- 1) คลิปการช่วยเหลือผู้ป่วยปวดศีรษะอย่างรุนแรง

10.2 แหล่งเรียนรู้

- 1) <https://www.youtube.com/watch?v=V2tAW6ko1tw>

11. กิจกรรมการเรียนรู้

เรื่องที่ 14 การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน

เรื่อง การบาดเจ็บที่ศีรษะ (Head Injury)

จำนวนเวลาเรียน 1 ชั่วโมง

วิธีสอน สืบเสาะหาความรู้ Inquiry Method : 5E

ขั้นที่ 1 กระตุ้นความสนใจ (Engage)

1. นักเรียนดูคลิปวิดีโอที่เกี่ยวกับ การปฐมพยาบาลการบาดเจ็บที่ศีรษะในสถานการณ์ต่าง ๆ
2. ครูใช้คำถาม กระตุ้นความสนใจและอยากรู้อยากเรียน

ขั้นที่ 2 ขั้นสำรวจและค้นหา

1. นักเรียนจับกลุ่ม 6 คน ร่วมกันสืบค้น ในหัวข้อ “การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน การบาดเจ็บที่ศีรษะ ”
2. ครูให้นักเรียนแต่ละกลุ่มคิดสถานการณ์จำลองการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน การบาดเจ็บที่ศีรษะ

ขั้นที่ 3 ขั้นอธิบายความรู้

1. แต่ละกลุ่มแสดงบทบาทสมมติ
2. ตัวแทนกลุ่มอธิบายการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน

ขั้นที่ 4 ขั้นขยายความเข้าใจ

1. ครูอธิบายเพิ่มเติมเกี่ยวกับการปฐมพยาบาลการบาดเจ็บที่ศีรษะ

ขั้นที่ 5 ตรวจสอบผล (Evaluate)

1. ครูและนักเรียนอภิปรายสรุปร่วมกัน เรื่อง “การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน การบาดเจ็บที่ศีรษะ”

การประเมินชิ้นงาน/ภาระงาน (รวบยอด)
แบบประเมินบทบาทสมมติ การปฐมพยาบาลฉุกเฉินการบาดเจ็บศีรษะ

รายการประเมิน	คำอธิบายระดับคุณภาพ/ระดับคะแนน			
	ดีมาก (4)	ดี (3)	พอใช้ (2)	ปรับปรุง (1)
1. การช่วยเหลือในสถานการณ์ต่างๆ	เลือกใช้การช่วยเหลือได้เหมาะสมกับสถานการณ์ ถูกต้องและสามารถช่วยเหลือได้จริงในระดับดีมาก	เลือกใช้การช่วยเหลือได้เหมาะสมกับสถานการณ์ ถูกต้องและสามารถช่วยเหลือได้จริงในระดับดี	เลือกใช้การช่วยเหลือได้เหมาะสมกับสถานการณ์ ถูกต้องและสามารถช่วยเหลือได้จริงในระดับปานกลาง	เลือกใช้การช่วยเหลือได้เหมาะสมกับสถานการณ์ ถูกต้องและสามารถช่วยเหลือได้จริงในระดับพอใช้
2. การปฏิบัติการปฐมพยาบาลฉุกเฉินการบาดเจ็บศีรษะ ปฏิบัติดังนี้ 1) ใช้วิธีการกดโดยตรงที่บาดแผล ใช้ผ้าปิดแผลที่สะอาด ปิดลงบนบาดแผล โดยใช้มือกดลงไปตรง ๆ เพื่อเป็นการห้ามเลือด 2) ใช้ผ้าพันแผล ปิดแผลให้แน่นอยู่กับที่ โดยการใช้ผ้าก๊อซเป็นม้วนหรือผ้าม้วนยึดเพื่อรักษาแรงดันที่กดลงบนผ้าปิดแผล 3) จัดให้ผู้ป่วยนอนราบ ถ้าเป็นไปได้ควรหาผ้า มารองให้ศีรษะและไหล่ให้สูงขึ้น เล็กน้อย จัดให้ ผู้ป่วยอยู่ในท่าที่สุขสบายมากที่สุด 4) ผ้าติดตามอาการอย่างใกล้ชิดคอยตรวจวัดสัญญาณชีพ	ปฏิบัติได้ถูกต้องครบ 4 ข้อ	ปฏิบัติได้ถูกต้อง 3 ข้อ	ปฏิบัติได้ถูกต้อง 2 ข้อ	ปฏิบัติได้ถูกต้อง 1 ข้อ

หมายเหตุ ให้นิยามความหมายของระดับคุณภาพให้เป็น (rubric score)

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ

ช่วงคะแนน	7 - 8	5 - 6	3 - 4	0 - 2
ระดับคุณภาพ	ดีมาก	ดี	พอใช้	ปรับปรุง

ใบความรู้การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน การบาดเจ็บที่ศีรษะ (Head Injury)

สิ่งที่ควรสังเกตและจดจำ

- หมดสติในช่วงเวลาสั้น ๆ
- อาจมีรอยฟกช้ำที่ศีรษะ
- มึนงง/คลื่นไส้ อาเจียน
- สูญเสียความจำขณะเกิดเหตุ หรือ ก่อนเกิดเหตุการณ์
- ปวดศีรษะเล็กน้อย
- สับสน

สำหรับผู้ที่บาดเจ็บรุนแรง

- มีประวัติว่ามีวัตถุพุ่งมากระแทกที่ศีรษะ/ล้มหัวฟาดพื้น
- การตอบสนองลดลง
- มีน้ำเลือด หรือคราบเลือดออกทางจมูก และหู
- รูปร่างตาสองข้างไม่เท่ากัน

การปฐมพยาบาลการบาดเจ็บที่ศีรษะ

1. ใช้วิธีการกดโดยตรงที่บาดแผล ใช้ผ้าปิดแผลที่สะอาดปิดลงบนบาดแผล โดยใช้มือกดลงไปตรง ๆ เพื่อเป็นการห้ามเลือด



2. ใช้ผ้าพันแผล ปิดแผลให้แน่นอยู่กับที่ โดยการ ใช้ผ้าก๊อซเป็นม้วน หรือผ้าม้วนยัดเพื่อรักษา แรงดันที่กดลงบนผ้าปิดแผล



3. จัดให้ผู้ป่วยนอนราบ ถ้าเป็นไปได้ควรหาผ้า มารองให้ศีรษะและไหล่ให้สูงขึ้นเล็กน้อย จัดให้ ผู้ป่วยอยู่ในท่าที่สุขสบายมากที่สุด



4. ฝ้าติดตามอาการอย่างใกล้ชิด คอยตรวจวัดสัญญาณชีพ ได้แก่ การหายใจ ชีพจร และระดับ ความรู้สึกตัว ให้รีบโทรแจ้ง 1669 ถ้าผู้ป่วย มีอาการบาดเจ็บอย่างรุนแรง



แผนการจัดการเรียนรู้ลำดับที่ 15

หน่วยการเรียนรู้ที่	เรื่อง การบาดเจ็บที่กระดูกสันหลัง (Spinal Injury)	
รหัสวิชา	รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา.....	ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ...
กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา		
ปีการศึกษา	ภาคเรียนที่	เวลา 1 ชั่วโมง

1. มาตรฐานการเรียนรู้ / ตัวชี้วัด

1.1 มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐาน พ 5.1 ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยา สารเสพติด และความรุนแรง

1.2 ตัวชี้วัด

พ 5.1 ม. 4-6/7 แสดงวิธีการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน

2. สาระสำคัญ / ความคิดรวบยอด

การบาดเจ็บที่กระดูกสันหลัง เป็นสภาวะที่พบได้บ่อยที่สุดส่วนหนึ่งในร่างกาย ซึ่งอาจเกิดได้จากการกระแทกโดยตรง และโดยทางอ้อม เช่น ตกจากที่สูง, อุบัติเหตุรถยนต์และรถจักรยานยนต์ (40 – 56%) จากการทำงาน อุบัติเหตุกรรม การกีฬา การคมนาคม ฯลฯ อันจะนำมาซึ่งภาวะแทรกซ้อนที่รุนแรงตั้งแต่บาดเจ็บเล็กน้อย จนถึงขั้นทุพพลภาพ หรือถึงขั้นสูญเสียชีวิตได้ เช่น จากกระดูกสันหลังส่วนคอหักและเคลื่อน (cervical spine injury) ซึ่งหากการปฏิบัติกรช่วยเหลือผู้ป่วยอย่างถูกวิธี และยังสามารถช่วยให้ผู้ป่วยปลอดภัยและกลับมาใช้ชีวิตอีกครั้งได้ เพราะฉะนั้นต้องได้รับการฝึกปฏิบัติที่ถูกต้องและเกิดความชำนาญเพื่อประสิทธิภาพในการช่วยชีวิตที่ดี

3. สาระการเรียนรู้

3.1 สาระการเรียนรู้แกนกลาง

การแพทย์ฉุกเฉินและวิธีการปฐมพยาบาลฉุกเฉินที่ถูกต้อง

4. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

- 4.1 ความสามารถในการสื่อสาร 4.2 ความสามารถในการคิด 4.3 ความสามารถในการแก้ปัญหา
 4.4 ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต 4.5 ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

5. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

5.1 คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (ตามหลักสูตรแกนกลาง)

- 1) รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์ 2) ซื่อสัตย์สุจริต 3) มีวินัย 4) ใฝ่เรียนรู้
 5) อยู่อย่างพอเพียง 6) มุ่งมั่นในการทำงาน 7) รักความเป็นไทย 8) มีจิตสาธารณะ

5.2 คุณลักษณะตามหลักสูตรมาตรฐานสากล

1) มีความรู้พื้นฐานในยุคดิจิทัล วิทยาศาสตร์ เศรษฐศาสตร์ เทคโนโลยี รู้ภาษา พหุวัฒนธรรม
ตระหนักสำนึกระดับโลก

- 2) สามารถคิดประดิษฐ์อย่างสร้างสรรค์ ปรับตัว ใฝ่รู้ ใฝ่เรียน วิเคราะห์ สังเคราะห์ สรุป สร้างองค์ความรู้
 3) มีทักษะสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ
 4) มีความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต
 5) มีความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

6. ทักษะของผู้เรียนในศตวรรษที่ 21 (3R 8C)

- 6.1 ทักษะการอ่าน (Reading)
 6.2 ทักษะการเขียน (Writing)
 6.3 ทักษะการคิดคำนวณ (Arithmetic)
 6.4 ทักษะด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณและทักษะในการแก้ปัญหา (Critical thinking and
problem solving)
 6.5 ทักษะด้านการสร้างสรรค์และนวัตกรรม (Creativity and innovation)
 6.6 ทักษะด้านความร่วมมือการทำงานเป็นทีมและภาวะผู้นำ (Collaboration, teamwork, and
leadership)
 6.7 ทักษะด้านความเข้าใจต่างวัฒนธรรมต่างกระบวนทัศน์ (Cross-cultural understanding)
 6.8 ทักษะด้านการสื่อสารสารสนเทศและรู้เท่าทันสื่อ (Communication information and media literacy)
 6.9 ทักษะด้านคอมพิวเตอร์และเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร (Computing)
 6.10 ทักษะอาชีพและทักษะการเรียนรู้ (Career and learning self-reliance, change)
 6.11 ความมีคุณธรรม มีเมตตา มีระเบียบวินัย (Compassion)

7. การบูรณาการตามพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ

- 7.1 บูรณาการสวนพฤษศาสตร์โรงเรียน
 7.2 บูรณาการเศรษฐกิจพอเพียง
 7.3 อื่น ๆ (โปรดระบุ) วิชา ศิลปะ (การแสดง)

8. ชิ้นงาน / ภาระงาน (รวบยอด)

การแสดงการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน

9. การวัดและประเมินผล

9.1 การวัดและประเมินผลชิ้นงาน/ภาระงาน(รวบยอด)

- 1) วิธีการ การแสดงบทบาทสมมุติการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน การบาดเจ็บที่กระดูกสันหลัง
- 2) เครื่องมือ แบบประเมินการแสดงบทบาทสมมุติ
- 3) เกณฑ์ ผ่านเกณฑ์ที่ระดับคุณภาพ ดี

9.2 การวัดและประเมินผลระหว่างการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

ลำดับ	รายการที่วัดและประเมินผล	วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์
1	พฤติกรรมฝึกปฏิบัติ	สังเกตพฤติกรรมฝึกปฏิบัติ	แบบประเมินพฤติกรรมฝึกปฏิบัติ	ผ่านเกณฑ์ที่ระดับคุณภาพ ดี
2	ปฏิบัติการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน	แสดงบทบาทสมมุติการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน	แบบประเมิน การแสดงบทบาทสมมุติ	ผ่านเกณฑ์ที่ระดับคุณภาพ ดี

10. สื่อการเรียนรู้/แหล่งเรียนรู้

10.1 สื่อการเรียนรู้

- 1) คลิปการปฐมพยาบาลผู้ป่วยกระดูกสันหลังบาดเจ็บ

10.2 แหล่งการเรียนรู้

- 1) <https://www.youtube.com/watch?v=mJHUu4yPKig>

11. กิจกรรมการเรียนรู้

เรื่องที่ 15 การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน
จำนวนเวลาเรียน 1 ชั่วโมง

เรื่อง การบาดเจ็บที่กระดูกสันหลัง (Spinal Injury)

วิธีสอน สืบเสาะหาความรู้ Inquiry Method : 5E

ขั้นที่ 1 กระตุ้นความสนใจ (Engage)

1. นักเรียนดูคลิปวิดีโอที่เกี่ยวกับ การบาดเจ็บที่กระดูกสันหลัง (Spinal Injury)
2. ครูตั้งคำถามว่า การปฐมพยาบาล การบาดเจ็บที่กระดูกสันหลัง อย่างถูกต้องควรทำอย่างไร

ขั้นที่ 2 ขั้นสำรวจและค้นหา

1. นักเรียนจับกลุ่ม 6 คน ค้นหาคลิปวิดีโอการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน การบาดเจ็บที่กระดูกสันหลัง โดยเป็นคลิปที่เข้าใจง่าย และน่าสนใจที่สุด กลุ่มละ 1 คลิป
2. แต่ละกลุ่มนำเสนอบทบาทสมมติตามคลิปวิดีโอที่กลุ่มตนเองเลือก

ขั้นที่ 3 ขั้นอธิบายความรู้

1. นักเรียนเสริมความรู้ในประเด็นที่แตกต่างกัน
2. ครูเสริมความรู้ในประเด็นที่แตกต่างหรือขาดหายไป

ขั้นที่ 4 ขั้นขยายความเข้าใจ

1. ครูให้นักเรียนดูคลิปวิดีโอ เพิ่มเติม เกี่ยวกับการปฐมพยาบาลที่ถูกต้องและผิดวิธีเพื่อเปรียบเทียบกัน พร้อมกับอธิบาย เพิ่มเติม

ขั้นที่ 5 ตรวจสอบผล (Evaluate)

1. ตัวแทนนักเรียนออกมาพูดสรุปขั้นตอนการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน การบาดเจ็บที่กระดูกสันหลัง (Spinal Injury)

การประเมินชิ้นงาน/ภาระงาน (รวบยอด)

แบบประเมินบทบาทสมมติ การปฐมพยาบาลฉุกเฉินการบาดเจ็บที่กระดูกสันหลัง

รายการประเมิน	คำอธิบายระดับคุณภาพ/ระดับคะแนน			
	ดีมาก (4)	ดี (3)	พอใช้ (2)	ปรับปรุง (1)
1. การช่วยเหลือในสถานการณ์ต่าง ๆ	เลือกใช้การช่วยเหลือได้เหมาะสมกับสถานการณ์ ถูกต้องและสามารถช่วยเหลือได้จริงในระดับดีมาก	เลือกใช้การช่วยเหลือได้เหมาะสมกับสถานการณ์ ถูกต้องและสามารถช่วยเหลือได้จริงในระดับดี	เลือกใช้การช่วยเหลือได้เหมาะสมกับสถานการณ์ ถูกต้องและสามารถช่วยเหลือได้จริงในระดับปานกลาง	เลือกใช้การช่วยเหลือได้เหมาะสมกับสถานการณ์ ถูกต้องและสามารถช่วยเหลือได้จริงในระดับพอใช้
2. การปฏิบัติการปฐมพยาบาลฉุกเฉินการบาดเจ็บที่กระดูกสันหลังปฏิบัติดังนี้ 1) บอกผู้ป่วยห้ามขยับศีรษะ โทรแจ้ง 1669 ถ้าเป็นไปได้บอกให้ผู้อื่นไปโทรแจ้งในขณะที่ท่านประคองศีรษะและคอผู้ป่วยไว้ไม่ให้เคลื่อนไหว และบอกให้แจ้งศูนย์รับแจ้งเหตุด้วยว่าสงสัยผู้ป่วยอาจได้รับบาดเจ็บที่กระดูกสันหลัง 2) ประคองศีรษะให้อยู่นิ่ง ๆ โดยนั่งคุกเข่าอยู่ด้านเหนือศีรษะของผู้ป่วย วางแขนลงบนพื้น จับประคองศีรษะผู้ป่วยไว้ให้มั่นคง 3) วางอุปกรณ์เสริมข้างศีรษะ ให้ผู้ช่วยเหลืออีกคนหาผ้ามาม้วนเป็นก้อนกลมแล้ววางไว้ข้างศีรษะ ทั้งสองข้างเป็นอุปกรณ์เสริม 4) ฝ้าติดตามอาการอย่างใกล้ชิด คอยตรวจวัดสัญญาณชีพ ได้แก่ การ	ปฏิบัติได้ถูกต้องครบ 4 ข้อ	ปฏิบัติได้ถูกต้อง 3 ข้อ	ปฏิบัติได้ถูกต้อง 2 ข้อ	ปฏิบัติได้ถูกต้อง 1 ข้อ

รายการประเมิน	คำอธิบายระดับคุณภาพ/ระดับคะแนน			
	ดีมาก (4)	ดี (3)	พอใช้ (2)	ปรับปรุง (1)
หายใจ ชีพจร และระดับ การตอบสนอง ในขณะที่รอ รถพยาบาลมาถึง				

หมายเหตุ ให้นิยามความหมายของระดับคุณภาพให้เป็น (rubric score)

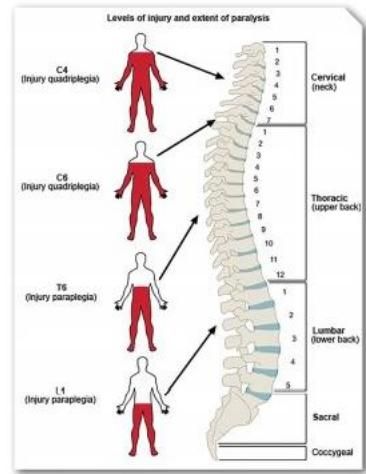
เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ

ช่วงคะแนน	7 - 8	5 - 6	3 - 4	0 - 2
ระดับคุณภาพ	ดีมาก	ดี	พอใช้	ปรับปรุง

ใบความรู้การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน การบาดเจ็บที่กระดูกสันหลัง (Spinal Injury)

สิ่งที่ควรสังเกตและจดจำ

- การตกจากที่สูง โดยเอาหลัง ศีรษะหรือขาลง อาจจะมีอาการดังนี้
- เจ็บที่คอและหลัง
- กระดูกผิดรูป บิดเบี้ยวตรงบริเวณที่มีส่วนโค้ง
- กดเจ็บบริเวณที่ได้รับบาดเจ็บ
- แขนขาข้างที่บาดเจ็บอ่อนแรง
- ไม่มีความรู้สึก หรือรู้สึกผิดปกติ
- ควบคุมกระเพาะปัสสาวะหรือลำไส้ไม่ได้
- หายใจลำบาก



แหล่งที่มา
<https://elearning.rcog.org.uk/neurological-disorders/spinal-cord-injury>

การปฐมพยาบาลผู้ที่ได้รับบาดเจ็บที่กระดูกสันหลัง

บอกผู้ป่วยห้ามขยับศีรษะ โทรแจ้ง 1669 ถ้าเป็นไปได้บอกให้ผู้อื่นไปโทรแจ้ง ในขณะที่ท่าน ประคองศีรษะ และคอผู้ป่วยไว้ไม่ให้เคลื่อนไหว และบอกให้แจ้งศูนย์รับแจ้งเหตุด้วยว่าสงสัย ผู้ป่วยอาจได้รับบาดเจ็บที่กระดูกสันหลัง



ประคองศีรษะให้อยู่นิ่ง ๆ โดยนั่งคุกเข่าอยู่ด้านเหนือศีรษะของผู้ป่วย วางแขนลงบนพื้น จับประคองศีรษะผู้ป่วยไว้ให้มั่นคง



วางอุปกรณ์เสริมข้างศีรษะ ให้ผู้ช่วยเหลืออีกคนหาผ้ามาม้วนเป็นก้อนกลม แล้ววางไว้ข้างศีรษะ ทั้งสองข้าง เป็นอุปกรณ์เสริม



เฝ้าติดตามอาการอย่างใกล้ชิด คอยตรวจวัดสัญญาณชีพ ได้แก่ การหายใจ ชีพจร และระดับ การตอบสนอง ในขณะที่รถพยาบาลมาถึง



แผนการจัดการเรียนรู้ลำดับที่ 16

หน่วยการเรียนรู้ที่	เรื่อง กระดูกหัก (Fractures)	
รหัสวิชา	รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา.....	ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ...
กลุ่มสาระการเรียนรู้	สุขศึกษาและพลศึกษา	
ปีการศึกษา	ภาคเรียนที่	เวลา 1 ชั่วโมง

1. มาตรฐานการเรียนรู้ / ตัวชี้วัด

1.1 มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐาน พ 5.1 ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยา สารเสพติด และความรุนแรง

1.2 ตัวชี้วัด

พ 5.1 ม. 4-6/7 แสดงวิธีการการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน

2. สาระสำคัญ / ความคิดรวบยอด

กระดูกหัก (Bone Fracture) คือภาวะที่กระดูกได้รับแรงกระแทกมากเกินไป ส่งผลให้กระดูกไม่สามารถรองรับน้ำหนักจากแรงดังกล่าวได้ และเกิดหัก ก่อให้เกิดอาการปวด เสื่อมสมรรถภาพในการทำงาน รวมทั้งมีเลือดออกและได้รับบาดเจ็บบริเวณ รอบกระดูกที่ได้รับแรงกระแทก โดยทั่วไปแล้ว กระดูกจัดเป็นเนื้อเยื่อเกี่ยวพันชนิดหนึ่ง ประกอบด้วย แคลเซียมและเซลล์กระดูก ตรงกลางกระดูกจะอ่อนกว่า เรียกว่าไขกระดูก ซึ่งทำหน้าที่ผลิตเซลล์เม็ดเลือดแดง กระดูกแต่ละส่วนจะประกอบกันเป็นโครงสร้างกระดูกที่รองรับร่างกาย ช่วยในการเคลื่อนไหว และปกป้อง อวัยวะภายในของร่างกาย หากร่างกายได้รับแรงกระแทกอย่างรุนแรง จะส่งผลให้กระดูกแตกหรือหักได้ ซึ่งหากการปฏิบัติการช่วยชีวิตผู้ป่วยอย่างถูกวิธี และยังสามารถช่วยให้ผู้ป่วยปลอดภัยและกลับมาใช้ชีวิตอีกครั้งได้ เพราะฉะนั้นต้องได้รับการฝึกปฏิบัติที่ถูกต้องและเกิดความชำนาญ เพื่อประสิทธิภาพในการช่วยชีวิตที่ดี

3. สาระการเรียนรู้

3.1 สาระการเรียนรู้แกนกลาง

การแพทย์ฉุกเฉินและวิธีการปฐมพยาบาลฉุกเฉินที่ถูกต้อง

4. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

- 4.1 ความสามารถในการสื่อสาร 4.2 ความสามารถในการคิด 4.3 ความสามารถในการแก้ปัญหา
- 4.4 ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต 4.5 ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

5. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

5.1 คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (ตามหลักสูตรแกนกลาง)

- 1) รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์ 2) ซื่อสัตย์สุจริต 3) มีวินัย 4) ใฝ่เรียนรู้
 5) อยู่อย่างพอเพียง 6) มุ่งมั่นในการทำงาน 7) รักความเป็นไทย 8) มีจิตสาธารณะ

5.2 คุณลักษณะตามหลักสูตรมาตรฐานสากล

1) มีความรู้พื้นฐานในยุคดิจิทัล วิทยาศาสตร์ เศรษฐศาสตร์ เทคโนโลยี รู้ภาษา พหุวัฒนธรรม
ตระหนักสำนึกระดับโลก

- 2) สามารถคิดประดิษฐ์อย่างสร้างสรรค์ ปรับตัว ใฝ่รู้ ใฝ่เรียน วิเคราะห์ สังเคราะห์ สรุป สร้างองค์ความรู้
 3) มีทักษะสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ
 4) มีความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต
 5) มีความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

6. ทักษะของผู้เรียนในศตวรรษที่ 21 (3R 8C)

- 6.1 ทักษะการอ่าน (Reading)
 6.2 ทักษะการเขียน (Writing)
 6.3 ทักษะการคิดคำนวณ (Arithmetic)
 6.4 ทักษะด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณและทักษะในการแก้ปัญหา (Critical thinking and
problem solving)
 6.5 ทักษะด้านการสร้างสรรค์และนวัตกรรม (Creativity and innovation)
 6.6 ทักษะด้านความร่วมมือการทำงานเป็นทีมและภาวะผู้นำ (Collaboration, teamwork, and
leadership)
 6.7 ทักษะด้านความเข้าใจต่างวัฒนธรรมต่างกระบวนทัศน์ (Cross-cultural understanding)
 6.8 ทักษะด้านการสื่อสารสารสนเทศและรู้เท่าทันสื่อ (Communication information and media literacy)
 6.9 ทักษะด้านคอมพิวเตอร์และเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร (Computing)
 6.10 ทักษะอาชีพและทักษะการเรียนรู้ (Career and learning self-reliance, change)
 6.11 ความมีคุณธรรม มีเมตตา มีระเบียบวินัย (Compassion)

7. การบูรณาการตามพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ

- 7.1 บูรณาการสวนพฤษศาสตร์โรงเรียน
 7.2 บูรณาการเศรษฐกิจพอเพียง
 7.3 อื่น ๆ (โปรดระบุ) วิชา ศิลปะ (การแสดง)

8. ชิ้นงาน / ภาระงาน (รวบยอด)

การแสดงการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน

9. การวัดและประเมินผล

9.1 การวัดและประเมินผลชิ้นงาน/ภาระงาน (รวบยอด)

- 1) วิธีการ การแสดงบทบาทสมมุติการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน กระดูกหัก และทำใบงาน
- 2) เครื่องมือ แบบประเมินการแสดงบทบาทสมมุติ แบบประเมินใบงาน หัวข้อ การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน กระดูกหัก
- 3) เกณฑ์ ผ่านเกณฑ์ที่ระดับคุณภาพ ดี

9.2 การวัดและประเมินผลระหว่างการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

ลำดับ	รายการที่วัดและประเมินผล	วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์
1	พฤติกรรมกรรมการฝึกปฏิบัติ	สังเกตพฤติกรรม การฝึกปฏิบัติ	แบบประเมิน พฤติกรรมกรรมการฝึก ปฏิบัติ	ผ่านเกณฑ์ที่ระดับ คุณภาพ ดี
2	ปฏิบัติการปฐมพยาบาล ฉุกเฉิน	แสดงบทบาทสมมุติ การปฐมพยาบาล ฉุกเฉิน	แบบประเมิน การ แสดงบทบาทสมมุติ	ผ่านเกณฑ์ที่ระดับ คุณภาพ ดี

10. สื่อการเรียนรู้/แหล่งเรียนรู้

10.1 สื่อการเรียนรู้

- 1) คลิปปฐมพยาบาลกระดูกหักด้วยของใกล้ตัว
- 2) คลิปวิธีรับมือกับสถานการณ์ฉุกเฉิน ผู้ป่วยกระดูกหักแบบเปิด
- 3) คลิปวิธีปฐมพยาบาลผู้ป่วยกระดูกหัก

10.2 แหล่งเรียนรู้

- 1) <https://www.youtube.com/watch?v=D9dqbsVeDHk>
- 2) https://www.youtube.com/watch?v=DVEzz-_9pc8
- 3) <https://www.youtube.com/watch?v=fiy3u5UxXXo>

11. กิจกรรมการเรียนรู้

เรื่องที่ 16 การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน

เรื่อง กระดูกหัก (Fractures)

จำนวนเวลาเรียน 1 ชั่วโมง

วิธีสอน สืบเสาะหาความรู้ Inquiry Method : 5E

ขั้นที่ 1 กระตุ้นความสนใจ (Engage)

1. นักเรียนดูคลิปวิดีโอที่เกี่ยวกับ เรื่อง กระดูกหัก
2. ครูใช้คำถาม กระตุ้นความสนใจและอยากรู้อยากเรียน

ขั้นที่ 2 ขั้นสำรวจและค้นหา

1. นักเรียนจับกลุ่ม 3 คน ร่วมกันสืบค้น ในหัวข้อ “การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน กระดูกหัก”
2. นักเรียนจับกลุ่ม 6 คน โดยรวมกลุ่ม 3 คน จำนวน 2 กลุ่ม เป็น 1 กลุ่ม แลกเปลี่ยนเรียนรู้และเตรียมการแสดงบทบาทสมมติ

ขั้นที่ 3 ขั้นอธิบายความรู้

1. แต่ละกลุ่มออกมาแสดงบทบาท การปฐมพยาบาลเบื้องต้นกระดูกหัก
2. ครูเสริมความรู้ในประเด็นที่แตกต่างหรือขาดหายไป

ขั้นที่ 4 ขั้นขยายความเข้าใจ

1. ครูอธิบายขั้นตอนการปฐมพยาบาล กระดูกหักที่ถูกต้อง

ขั้นที่ 5 ตรวจสอบผล (Evaluate)

1. ครูให้นักเรียนทำใบงาน เรื่อง ขั้นตอนการปฐมพยาบาล กระดูกหัก

การประเมินชิ้นงาน/ภาระงาน (รวบยอด)

แบบประเมินบทบาทสมมติและใบงาน การปฐมพยาบาลฉุกเฉินกระดูกหัก

รายการประเมิน	คำอธิบายระดับคุณภาพ/ระดับคะแนน			
	ดีมาก (4)	ดี (3)	พอใช้ (2)	ปรับปรุง (1)
1. การช่วยเหลือในสถานการณ์ต่าง ๆ	เลือกใช้การช่วยเหลือได้เหมาะสมกับสถานการณ์ ถูกต้องและสามารถช่วยเหลือได้จริงในระดับดีมาก	เลือกใช้การช่วยเหลือได้เหมาะสมกับสถานการณ์ ถูกต้องและสามารถช่วยเหลือได้จริงในระดับดี	เลือกใช้การช่วยเหลือได้เหมาะสมกับสถานการณ์ ถูกต้องและสามารถช่วยเหลือได้จริงในระดับปานกลาง	เลือกใช้การช่วยเหลือได้เหมาะสมกับสถานการณ์ ถูกต้องและสามารถช่วยเหลือได้จริงในระดับพอใช้
2. การปฏิบัติการปฐมพยาบาลฉุกเฉินกระดูกหัก ปฏิบัติดังนี้ 1) อย่าพยายามขยับส่วนที่หักโดยไม่จำเป็น อาจทำให้ได้รับบาดเจ็บเพิ่มขึ้นได้ 2) ถ้าเป็นแผลเปิดให้ปิดแผลด้วยผ้าสะอาดไม่มีขุย และพันให้เรียบร้อย 3) พยุงส่วนที่บาดเจ็บไว้ในกรณีที่มีการช่วยเหลือมาถึงล่าช้า ถ้าแขนหักให้หาอุปกรณ์มาคล้องแขนไว้ ถ้าขาหักให้หาไม้มาแล้วใช้ผ้าพันไม้ก่อนนำมาตามขา 4) ถ้าผู้ป่วยแขนหักและไม่มีอาการช็อกสามารถนำผู้ป่วยส่งโรงพยาบาลด้วยรถยนต์ แต่ถ้าขาหักควรนำส่งด้วยรถพยาบาล โดยการโทรแจ้ง 1669 แล้วคอยดูแลอาการช็อก ฝ้าติดตามอาการ และบันทึกการหายใจ ชีพจร	ปฏิบัติได้ถูกต้องครบ 4 ข้อ	ปฏิบัติได้ถูกต้อง 3 ข้อ	ปฏิบัติได้ถูกต้อง 2 ข้อ	ปฏิบัติได้ถูกต้อง 1 ข้อ

รายการประเมิน	คำอธิบายระดับคุณภาพ/ระดับคะแนน			
	ดีมาก (4)	ดี (3)	พอใช้ (2)	ปรับปรุง (1)
และระดับการ ตอบสนอง ของผู้ป่วย				

หมายเหตุ ให้นำความหมายของระดับคุณภาพให้เป็น (rubric score)

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ

ช่วงคะแนน	7 - 8	5 - 6	3 - 4	0 - 2
ระดับคุณภาพ	ดีมาก	ดี	พอใช้	ปรับปรุง

รายการประเมิน	คำอธิบายระดับคุณภาพ/ระดับคะแนน			
	ดีมาก (4)	ดี (3)	พอใช้ (2)	ปรับปรุง (1)
1. ความถูกต้อง ชัดเจนของเนื้อหา	เขียนขั้นตอน การปฐมพยาบาล กระดูหักได้ ถูกต้องครบถ้วน ทุกขั้นตอน	เขียนขั้นตอน การปฐมพยาบาล กระดูหักถูกต้อง ขาดบางขั้นตอน	เขียนขั้นตอน การปฐมพยาบาล กระดูกผิดบาง ขั้นตอน	เขียนขั้นตอน การปฐมพยาบาล กระดูกผิดหลาย ขั้นตอน
2. การใช้ภาษา	เขียนได้ตรงตาม ประเด็นตามที่ กำหนดไว้ ภาษาที่ ใช้สะกดถูกต้องทำ ให้ผู้อ่านเข้าใจได้ ง่ายและมีแนวคิด ที่น่าสนใจ	เขียนได้ตรงตาม ประเด็นตามที่ กำหนดไว้ ภาษา ที่ใช้สะกดถูกต้อง ทำให้ผู้อ่านเข้าใจ ได้ง่าย	เขียนได้ตรงตาม ประเด็นตามที่ กำหนดไว้ ภาษา อ่านยาก เกิด ความสับสนใน การอ่าน	เขียนไม่ตรงตาม ประเด็น
3. ความสวยงามและ ความมีระเบียบของ ชิ้นงาน	มีสีเส้นสวยงาม มี การจัดระเบียบใน การเขียนและมี ความคิด สร้างสรรค์	มีสีเส้นสวยงาม เป็นระเบียบ	มีสีเส้นสวยงามแต่ ไม่มีการจัด ระเบียบในการ เขียน	ไม่มีระเบียบและ สีเส้นสวยงาม

หมายเหตุ ให้นำความหมายของระดับคุณภาพให้เป็น (rubric score)

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ

ช่วงคะแนน	12 – 10	7 – 9	4 – 6	0 - 3
ระดับคุณภาพ	ดีมาก	ดี	พอใช้	ปรับปรุง

ตัวอย่างใบงาน

The worksheet is titled "การปฐมพยาบาล กระดูกหัก (FRACTURES)" and includes a subtitle "อธิบายตามความเข้าใจ". It features three columns for student input:

กระดูกหักคืออะไร ?	ขั้นตอนการปฐมพยาบาล กระดูกหัก	ข้อควรระวัง

กระดูกหัก (Fractures)

สิ่งที่ควรสังเกตและจดจำ

- แขน ขาผิดรูป บวม มีรอยฟกช้ำบริเวณที่ได้รับบาดเจ็บ
- ปวดและเคลื่อนไหวลำบากบริเวณที่บาดเจ็บ
- งอ บิด หรือสั้นกว่าปกติ
- มีกระดูกโผล่ออกมาจากเนื้อ

การปฐมพยาบาลกระดูกหัก

1. ประคองบริเวณที่หัก ช่วยผู้ป่วยประคองข้อด้านบนและด้านล่างบริเวณที่หัก ให้อยู่ใน ท่าที่สบายที่สุด



2. ใช้ผ้าห่อป้องกันบริเวณที่หัก ใช้ผ้าเช็ดตัวหรือผ้าปูโต๊ะ ห่อบริเวณที่หักและพองให้อยู่ ในท่าที่สบาย



ข้อควรระวัง

- 1) อย่าพยายามขยับส่วนที่หักโดยไม่จำเป็นอาจทำให้ได้รับบาดเจ็บเพิ่มขึ้นได้
- 2) ถ้าเป็นแผลเปิดให้ปิดแผลด้วยผ้าสะอาดไม่มีขุยและพันให้เรียบร้อย



3) พยุงส่วนที่บาดเจ็บไว้ ในกรณีที่ต้องการช่วยเหลือมาถึงลำช้า ถ้าแขนหักให้หาอุปกรณ์มาคล้องแขนไว้ ถ้าขาหักให้หาไม้มาแล้วใช้ผ้าพันไม้ก่อนนำมาตามขา

4) ถ้าผู้ป่วยแขนหักและไม่มีอาการช็อก สามารถนำผู้ป่วยส่งโรงพยาบาลด้วยรถยนต์ แต่ถ้าขาหักควรนำส่งด้วยรถพยาบาลโดยการโทรแจ้ง 1669 แล้วคอยดูแลอาการช็อก เฝ้าติดตามอาการ และบันทึกการหายใจ ชีพจร และระดับการตอบสนองของผู้ป่วย

แผนการจัดการเรียนรู้ลำดับที่ 17

หน่วยการเรียนรู้ที่	เรื่อง ภาวะแผลไหม้ (Burn)	
รหัสวิชา	รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา.....	ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ...
กลุ่มสาระการเรียนรู้	สุขศึกษาและพลศึกษา	
ปีการศึกษา	ภาคเรียนที่	เวลา 1 ชั่วโมง

1. มาตรฐานการเรียนรู้ / ตัวชี้วัด

1.1 มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐาน พ 5.1 ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยา สารเสพติด และความรุนแรง

1.2 ตัวชี้วัด

พ 5.1 ม. 4-6/7 แสดงวิธีการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน

2. สาระสำคัญ / ความคิดรวบยอด

การบาดเจ็บจากแผล Burns สามารถเกิดขึ้นได้จากอุบัติเหตุหลายสาเหตุ ทั้งจากความเย็น ความร้อน ของเหลวร้อน ไฟฟ้าช็อต สารเคมี หรือแม้แต่สารกัมมันตภาพรังสี การช่วยเหลือเบื้องต้นก่อนถึงโรงพยาบาล อย่างถูกต้อง และมีประสิทธิภาพ ณ จุดเกิดเหตุ จึงจะสามารถลดความรุนแรง และอันตรายที่เกิดกับผู้บาดเจ็บ ได้ ซึ่งเมื่ออุบัติเหตุเกิดแล้ว

3. สาระการเรียนรู้

3.1 สาระการเรียนรู้แกนกลาง

การแพทย์ฉุกเฉินและวิธีการปฐมพยาบาลฉุกเฉินที่ถูกต้อง

4. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

- 4.1 ความสามารถในการสื่อสาร 4.2 ความสามารถในการคิด 4.3 ความสามารถในการแก้ปัญหา
 4.4 ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต 4.5 ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

5. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

5.1 คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (ตามหลักสูตรแกนกลาง)

- 1) รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์ 2) ซื่อสัตย์สุจริต 3) มีวินัย 4) ใฝ่เรียนรู้
 5) อยู่อย่างพอเพียง 6) มุ่งมั่นในการทำงาน 7) รักความเป็นไทย 8) มีจิตสาธารณะ

5.2 คุณลักษณะตามหลักสูตรมาตรฐานสากล

- 1) มีความรู้พื้นฐานในยุคดิจิทัล วิทยาศาสตร์ เศรษฐศาสตร์ เทคโนโลยี ภาษาอังกฤษ พหุวัฒนธรรม ตระหนักสำนึกระดับโลก
- 2) สามารถคิดประดิษฐ์อย่างสร้างสรรค์ ปรับตัว ใฝ่รู้ ใฝ่เรียน วิเคราะห์ สังเคราะห์ สรุป สร้างองค์ความรู้
- 3) มีทักษะสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ
- 4) มีความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต
- 5) มีความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

6. ทักษะของผู้เรียนในศตวรรษที่ 21 (3R 8C)

- 6.1 ทักษะการอ่าน (Reading)
- 6.2 ทักษะการเขียน (Writing)
- 6.3 ทักษะการคิดคำนวณ (Arithmetic)
- 6.4 ทักษะด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณและทักษะในการแก้ปัญหา (Critical thinking and problem solving)
- 6.5 ทักษะด้านการสร้างสรรค์และนวัตกรรม (Creativity and innovation)
- 6.6 ทักษะด้านความร่วมมือการทำงานเป็นทีมและภาวะผู้นำ (Collaboration, teamwork, and leadership)
- 6.7 ทักษะด้านความเข้าใจต่างวัฒนธรรมต่างกระบวนทัศน์ (Cross-cultural understanding)
- 6.8 ทักษะด้านการสื่อสารสารสนเทศและรู้เท่าทันสื่อ (Communication information and media literacy)
- 6.9 ทักษะด้านคอมพิวเตอร์และเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร (Computing)
- 6.10 ทักษะอาชีพและทักษะการเรียนรู้ (Career and learning self-reliance, change)
- 6.11 ความมีคุณธรรม มีเมตตา มีระเบียบวินัย (Compassion)

7. การบูรณาการตามพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ

- 7.1 บูรณาการสวนพฤษศาสตร์โรงเรียน
- 7.2 บูรณาการเศรษฐกิจพอเพียง
- 7.3 อื่น ๆ (โปรดระบุ) วิชา ศิลปะ (การแสดง)

8. ชิ้นงาน / ภาระงาน (รวบยอด)

การแสดงการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน

9. การวัดและประเมินผล

9.1 การวัดและประเมินผลชิ้นงาน/ภาระงาน(รวบยอด)

- 1) วิธีการ การแสดงบทบาทสมมุติการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะแผลไหม้ และทำฝงมโนทัศน์
- 2) เครื่องมือ แบบประเมินการแสดงบทบาทสมมุติ แบบประเมินฝงมโนทัศน์
- 3) เกณฑ์ ผ่านเกณฑ์ที่ระดับคุณภาพ ดี

9.2 การวัดและประเมินผลระหว่างการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

ลำดับ	รายการที่วัดและประเมินผล	วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์
1	พฤติกรรมกรรมการฝึกปฏิบัติ	สังเกตพฤติกรรม การฝึกปฏิบัติ	แบบประเมิน พฤติกรรมกรรมการฝึก ปฏิบัติ	ผ่านเกณฑ์ที่ระดับ คุณภาพ ดี
2	ปฏิบัติการปฐมพยาบาล ฉุกเฉิน	แสดงบทบาทสมมุติ การปฐมพยาบาล ฉุกเฉิน	แบบประเมิน การ แสดงบทบาทสมมุติ	ผ่านเกณฑ์ที่ระดับ คุณภาพ ดี

10. สื่อการเรียนรู้ /แหล่งเรียนรู้

10.1 สื่อการเรียนรู้

- 1) คลิปการปฐมพยาบาลแผลไฟไหม้ลวก
- 2) คลิปการปฐมพยาบาลและการรักษาเบื้องต้นของแผลไฟไหม้ชนิดไม่รุนแรง

10.2 แหล่งเรียนรู้

- 1) https://www.youtube.com/watch?v=_D4aTcA36I
- 2) https://www.youtube.com/watch?v=d0gLjplmh_Q

11. กิจกรรมการเรียนรู้

เรื่องที่ 17 การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน

เรื่อง ภาวะแผลไหม้ (Burn)

จำนวนเวลาเรียน 1 ชั่วโมง

วิธีสอน สืบเสาะหาความรู้ Inquiry Method : 5E

ขั้นที่ 1 กระตุ้นความสนใจ (Engage)

1. นักเรียนดูคลิปวิดีโอที่เกี่ยวกับ อุบัติเหตุ การโดนแผลไฟไหม้ และการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะแผลไหม้ (Burn)

2. ครูใช้คำถาม กระตุ้นความสนใจและอยากรู้อยากเรียน

ขั้นที่ 2 ขั้นสำรวจและค้นหา

1. นักเรียนจับกลุ่ม 3 คน ร่วมกันสืบค้น ในหัวข้อ “การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะแผลไหม้ (Burn)”

2. นักเรียนจับกลุ่ม 6 คน โดยรวมกลุ่ม 3 คน จำนวน 2 กลุ่ม เป็น 1 กลุ่ม แลกเปลี่ยนเรียนรู้ในสิ่งที่ครูให้ศึกษา

ขั้นที่ 3 ขั้นอธิบายความรู้

1. ครูอธิบาย “การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะแผลไหม้ (Burn)” แบบละเอียดและถูกต้อง

ขั้นที่ 4 ขั้นขยายความเข้าใจ

1. ครูและนักเรียนร่วมถามตอบในประเด็นที่สงสัยก่อนแยกย้ายทำงานผังมโนทัศน์รายบุคคล

ขั้นที่ 5 ตรวจสอบผล (Evaluate)

1. นักเรียนเขียนผังมโนทัศน์รายบุคคล หัวข้อ “การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะแผลไหม้ (Burn)”

รายการประเมิน	คำอธิบายระดับคุณภาพ/ระดับคะแนน			
	ดีมาก (4)	ดี (3)	พอใช้ (2)	ปรับปรุง (1)
1. ความถูกต้อง ชัดเจนของเนื้อหา	เขียนขั้นตอนการ ปฐมพยาบาล ฉุกเฉิน ภาวะแผล ไหม้ (Burn) ได้ถูกต้องครบถ้วน ทุกขั้นตอน	เขียนขั้นตอนการ ปฐมพยาบาล ฉุกเฉิน ภาวะแผล ไหม้ (Burn) ได้ ถูกต้องขาดบาง ขั้นตอน	เขียนขั้นตอนการ ปฐมพยาบาล ฉุกเฉิน ภาวะแผล ไหม้ (Burn) ผิดบางขั้นตอน	เขียนขั้นตอนการ ปฐมพยาบาล ฉุกเฉิน ภาวะแผล ไหม้ (Burn) ผิดหลายขั้นตอน
2. การใช้ภาษา	เขียนได้ตรงตาม ประเด็นตามที่ กำหนดไว้ ภาษาที่ ใช้สะกดถูกต้องทำ ให้อ่านเข้าใจได้ ง่ายและมีแนวคิดที่ น่าสนใจ	เขียนได้ตรงตาม ประเด็นตามที่ กำหนดไว้ ภาษา ที่ใช้สะกดถูกต้อง ทำให้อ่านเข้าใจ ได้ง่าย	เขียนได้ตรงตาม ประเด็นตามที่ กำหนดไว้ ภาษา อ่านยาก เกิด ความสับสนใน การอ่าน	เขียนไม่ตรงตาม ประเด็น
3. ความสวยงามและ ความมีระเบียบของ ชิ้นงาน	มีสีเส้นสวยงาม มี การจัดระเบียบใน การเขียน และมีความคิด สร้างสรรค์	มีสีเส้นสวยงาม เป็นระเบียบ	มีสีเส้นสวยงามแต่ ไม่มีการจัด ระเบียบในการ เขียน	ไม่มีระเบียบและ สีเส้นสวยงาม

หมายเหตุ ให้นิยามความหมายของระดับคุณภาพให้เป็น (rubric score)

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ

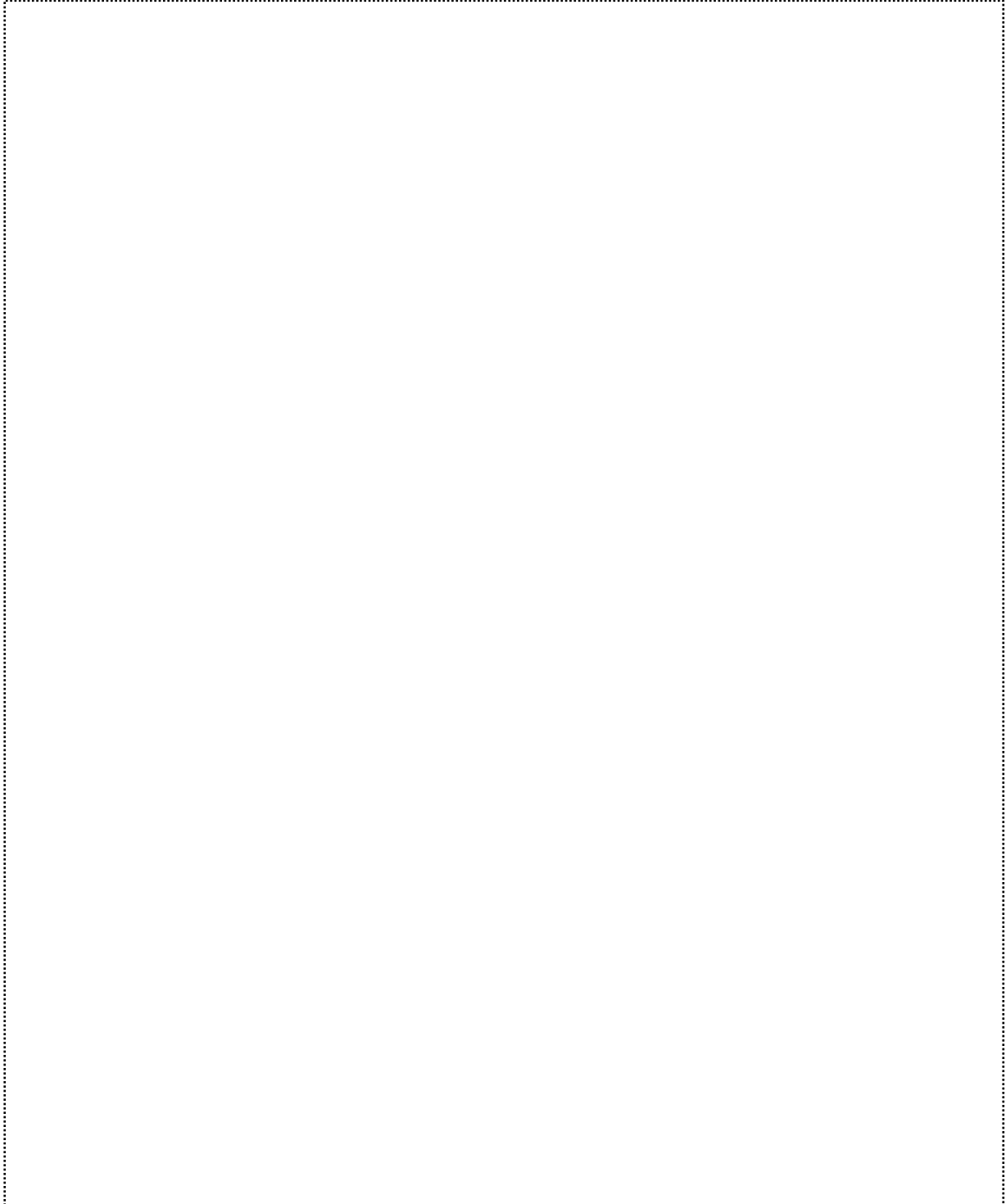
ช่วงคะแนน	12 – 10	7 – 9	4 – 6	0 - 3
ระดับคุณภาพ	ดีมาก	ดี	พอใช้	ปรับปรุง

ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมน้อยครั้ง ให้ 1 คะแนน

ใบกิจกรรม เรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะแผลไหม้ (Burn)

คำชี้แจง ให้นักเรียนอธิบายหลักการการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะเลือดออกภายนอกอย่างรุนแรงในรูปแบบ
ผังมโนทัศน์

ชื่อ..... ชั้น.....เลขที่.....



ใบความรู้การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน

ภาวะแผลไหม้ (Burn)

สิ่งที่ควรสังเกตและจดจำ

1. **ใช้น้ำราดบริเวณแผลไหม้ทันที** ด้วยน้ำเย็นหรือเย็นจัดเป็นเวลาอย่างน้อย 10 นาทีหรือ จนกว่าอาการปวดจะหายไป จัดให้ผู้ป่วย อยู่ในท่าที่สบายโดยจัดให้ผู้ป่วยนั่ง หรือนอน และป้องกันบริเวณที่บาดเจ็บสัมผัสกับพื้นดิน
2. **โทรแจ้ง 1669** แจ้งการบาดเจ็บและอธิบายถึงสาเหตุว่าเกิดจากอะไร และขนาดของ บาดแผล โดยประมาณ
3. **ถอดสิ่งต่าง ๆ ที่รัดตรึงออกในขณะที่ให้ความเย็นบริเวณแผลไหม้** ให้ถอดเสื้อผ้าหรือเครื่องประดับออกจากบริเวณนั้นก่อนที่มัน จะบวม แต่ห้ามดึงสิ่งที่ติดแน่นอยู่กับแผลออก
4. **ปิดแผล** เมื่อให้ความเย็นเสร็จแล้วให้ปิดแผล ด้วยพลาสติกห่อของให้รอบบริเวณบาดแผลไหม้อีกวิธีหนึ่งคือใช้ผ้าสะอาดที่ไม่เป็นขุยปิดแผล ติดตามอาการและสัญญาณชีพของผู้ป่วยในขณะที่รอรถพยาบาล

ข้อควรระวัง

- ห้ามใช้ขี้ผึ้ง โลชั่น น้ำมัน ทาแผลไหม้ ให้ใช้ยาสำหรับแผลไหม้เท่านั้น
- ห้ามใช้พลาสติกหรือเหนียวติดแผล
- ห้ามสัมผัสบริเวณแผลไหม้
- ถ้ามีอาการรุนแรง ให้รักษาอาการช็อก
- ถ้าแผลไหม้ที่ใบหน้า ไม่ต้องใช้ผ้าปิดแผล ให้ใช้น้ำเย็นราดไว้จนกว่ารถพยาบาลจะมาถึง
- ถ้าแผลไหม้เกิดจากสารเคมี ให้ใส่ถุงมือป้องกันตนเองแล้วราดด้วยน้ำนานอย่างน้อย 20 นาที
- ให้มองหาอาการแสดงของการสำลักควันไฟ เช่น หายใจลำบาก

แผนการจัดการเรียนรู้ลำดับที่ 18

หน่วยการเรียนรู้ที่	เรื่อง ภาวะชัก (Convulsion)	
รหัสวิชา	รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา.....	ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ...
กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา		
ปีการศึกษา	ภาคเรียนที่	เวลา 1 ชั่วโมง

1. มาตรฐานการเรียนรู้ / ตัวชี้วัด

1.1 มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐาน พ 5.1 ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยา สารเสพติด และความรุนแรง

1.2 ตัวชี้วัด

พ 5.1 ม. 4-6/7 แสดงวิธีการปฐมพยาบาลลูกฉีก

2. สาระสำคัญ / ความคิดรวบยอด

ภาวะชัก คือ ความผิดปกติของการทำหน้าที่ของสมองโดยที่มีการปลดปล่อยกระแสประสาท ซึ่งเป็นกระแสไฟฟ้าจากเซลล์ประสาทสมองจำนวนมากกว่าปกติมาก ซึ่งอาจก่อให้เกิดอาการ ผิดปกติให้เห็น ได้แก่ อาการกระตุกเฉพาะส่วนของร่างกายหรือทุกส่วน อาจมีพฤติกรรมเปลี่ยน ชั่วขณะ อาจมีอาการเหม่อ เป็นต้น

3. สาระการเรียนรู้

3.1 สาระการเรียนรู้แกนกลาง

การแพทย์ฉุกเฉินและวิธีการปฐมพยาบาลลูกฉีกที่ถูกต้อง

4. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

- 4.1 ความสามารถในการสื่อสาร 4.2 ความสามารถในการคิด 4.3 ความสามารถในการแก้ปัญหา
 4.4 ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต 4.5 ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

5. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

5.1 คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (ตามหลักสูตรแกนกลาง)

- 1) รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์ 2) ซื่อสัตย์สุจริต 3) มีวินัย 4) ใฝ่เรียนรู้
 5) อยู่อย่างพอเพียง 6) มุ่งมั่นในการทำงาน 7) รักความเป็นไทย 8) มีจิตสาธารณะ

5.2 คุณลักษณะตามหลักสูตรมาตรฐานสากล

- 1) มีความรู้พื้นฐานในยุคดิจิทัล วิทยาศาสตร์ เศรษฐศาสตร์ เทคโนโลยี ภูมิภาค พหุวัฒนธรรม ตระหนักสำนึกระดับโลก
- 2) สามารถคิดประดิษฐ์อย่างสร้างสรรค์ ปรับตัว ใฝ่รู้ ใฝ่เรียน วิเคราะห์ สังเคราะห์ สรุป สร้างองค์ความรู้
- 3) มีทักษะสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ
- 4) มีความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต
- 5) มีความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

6. ทักษะของผู้เรียนในศตวรรษที่ 21 (3R 8C)

- 6.1 ทักษะการอ่าน (Reading)
- 6.2 ทักษะการเขียน (Writing)
- 6.3 ทักษะการคิดคำนวณ (Arithmetic)
- 6.4 ทักษะด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณและทักษะในการแก้ปัญหา (Critical thinking and problem solving)
- 6.5 ทักษะด้านการสร้างสรรค์และนวัตกรรม (Creativity and innovation)
- 6.6 ทักษะด้านความร่วมมือการทำงานเป็นทีมและภาวะผู้นำ (Collaboration, teamwork, and leadership)
- 6.7 ทักษะด้านความเข้าใจต่างวัฒนธรรมต่างกระบวนทัศน์ (Cross-cultural understanding)
- 6.8 ทักษะด้านการสื่อสารสารสนเทศและรู้เท่าทันสื่อ (Communication information and media literacy)
- 6.9 ทักษะด้านคอมพิวเตอร์และเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร (Computing)
- 6.10 ทักษะอาชีพและทักษะการเรียนรู้ (Career and learning self-reliance, change)
- 6.11 ความมีคุณธรรม มีเมตตา มีระเบียบวินัย (Compassion)

7. การบูรณาการตามพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ

- 7.1 บูรณาการสวนพฤษศาสตร์โรงเรียน
- 7.2 บูรณาการเศรษฐกิจพอเพียง
- 7.3 อื่น ๆ (โปรตระกูล) วิชา ศิลปะ (การแสดง)

8. ชิ้นงาน / ภาระงาน (รวบยอด)

การแสดงการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน

9. การวัดและประเมินผล

9.1 การวัดและประเมินผลชิ้นงาน/ภาระงาน(รวบยอด)

- 1) วิธีการ การแสดงบทบาทสมมุติการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะช็อก
- 2) เครื่องมือ แบบประเมินการแสดงบทบาทสมมุติ
- 3) เกณฑ์ ผ่านเกณฑ์ที่ระดับคุณภาพ ดี

9.2 การวัดและประเมินผลระหว่างการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

ลำดับ	รายการที่วัดและประเมินผล	วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์
1	พฤติกรรมกรรมการฝึกปฏิบัติ	สังเกตพฤติกรรม การฝึกปฏิบัติ	แบบประเมิน พฤติกรรมกรรมการฝึก ปฏิบัติ	ผ่านเกณฑ์ที่ระดับ คุณภาพ ดี
2	ปฏิบัติการปฐมพยาบาล ฉุกเฉิน	แสดงบทบาทสมมุติ การปฐมพยาบาล ฉุกเฉิน	แบบประเมิน การ แสดงบทบาทสมมุติ	ผ่านเกณฑ์ที่ระดับ คุณภาพ ดี

10. สื่อการเรียนรู้/แหล่งเรียนรู้

10.1 สื่อการเรียนรู้

- 1) คลิปมีอาการช็อก ปฐมพยาบาลอย่างไร
- 2) คลิปพบผู้ป่วยช็อก ต้องช่วยเหลืออย่างไร

10.2 แหล่งเรียนรู้

- 1) <https://www.youtube.com/watch?v=2gamScoHTig>
- 2) <https://www.youtube.com/watch?v=DfMliAuT2dY>

11. กิจกรรมการเรียนรู้

เรื่องที่ 18 การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน

เรื่อง ภาวะชัก (Convulsion)

จำนวนเวลาเรียน 1 ชั่วโมง

วิธีสอน สืบเสาะหาความรู้ Inquiry Method : 5E

ขั้นที่ 1 กระตุ้นความสนใจ (Engage)

1. นักเรียนดูคลิปวิดีโอที่เกี่ยวกับ เรื่อง ภาวะชัก (Convulsion) ในสถานการณ์ต่าง ๆ
2. ครูใช้คำถาม กระตุ้นความสนใจและอยากรู้อยากเรียน

ขั้นที่ 2 ขั้นสำรวจและค้นหา

1. นักเรียนจับกลุ่ม 3 คน ร่วมกันสืบค้น ในหัวข้อ “การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะชัก (Convulsion)”
2. นักเรียนจับกลุ่ม 6 คน โดยรวมกลุ่ม 3 คน จำนวน 2 กลุ่ม เป็น 1 กลุ่ม แลกเปลี่ยนเรียนรู้ในสิ่งที่ครูให้ศึกษาและสรุปเป็นผังมโนทัศน์ ของกลุ่ม หัวข้อการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน เรื่อง ภาวะชัก (Convulsion)

ขั้นที่ 3 ขั้นอธิบายความรู้

1. ตัวแทนกลุ่มออกมานำเสนอการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ของกลุ่มตนเอง
2. ครูเสริมความรู้ในประเด็นที่แตกต่างหรือขาดหายไป

ขั้นที่ 4 ขั้นขยายความเข้าใจ

1. ครูให้นักเรียนดูคลิปวิดีโอ เพิ่มเติม เกี่ยวกับภาวะชัก (Convulsion) พร้อมกับอธิบายเพิ่มเติม

ขั้นที่ 5 ตรวจสอบผล (Evaluate)

1. ครูและนักเรียนอภิปรายสรุปร่วมกัน เรื่อง “การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน เรื่อง ภาวะชัก (Convulsion)”

การประเมินชิ้นงาน/ภาระงาน (รวบยอด)

แบบประเมินบทบาทสมมติ การปฐมพยาบาลฉุกเฉินภาวะชัก

รายการประเมิน	คำอธิบายระดับคุณภาพ/ระดับคะแนน			
	ดีมาก (4)	ดี (3)	พอใช้ (2)	ปรับปรุง (1)
1. การช่วยเหลือในสถานการณ์ต่าง ๆ	เลือกใช้งานช่วยเหลือได้เหมาะสมกับสถานการณ์ถูกต้อง และสามารถช่วยเหลือได้จริงในระดับ ดีมาก	เลือกใช้งานช่วยเหลือได้เหมาะสมกับสถานการณ์ถูกต้อง และสามารถช่วยเหลือได้จริงในระดับดี	เลือกใช้งานช่วยเหลือได้เหมาะสมกับสถานการณ์ ถูกต้อง และสามารถช่วยเหลือได้จริงในระดับปานกลาง	เลือกใช้งานช่วยเหลือได้เหมาะสมกับสถานการณ์ ถูกต้อง และสามารถช่วยเหลือได้จริงในระดับ พอใช้

กลุ่มที่..... ชั้นมัธยมศึกษาปีที่

คำชี้แจง : ให้ ผู้สอน/หัวหน้ากลุ่ม สังเกตพฤติกรรมการทำงานกิจกรรมของนักเรียนแล้วขีด ✓ ลงในช่องที่ตรงกับระดับคะแนน

ลำดับที่	ชื่อ-สกุล ของผู้รับการ ประเมิน	ความร่วมมือกัน ทำกิจกรรม				การแสดง ความคิดเห็น				การรับฟัง ความคิดเห็น				การตั้งใจ ทำงาน				การแก้ไข ปัญหา/ หรือ ปรับปรุง ผลงานกลุ่ม				รวม 20 คะแนน	
		4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1		

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน
...../...../.....

เกณฑ์การให้คะแนน

ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมอย่างสม่ำเสมอ	ให้ 4	คะแนน
ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมบ่อยครั้ง	ให้ 3	คะแนน
ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมบางครั้ง	ให้ 2	คะแนน
ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมน้อยครั้ง	ให้ 1	คะแนน

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ	
ช่วงคะแนน	ระดับคุณภาพ
18 - 20	ดีมาก
14 - 17	ดี
10 - 13	พอใช้
ต่ำกว่า 10	ปรับปรุง

ใบกิจกรรม เรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะชัก (Convulsion)

คำชี้แจง ให้นักเรียนอธิบายหลักการการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะชัก ในรูปแบบผังมโนทัศน์

สมาชิกกลุ่ม ชั้น.....

- | | | | | |
|---------------|-------------|--------|---------------|-------------|
| 1. ชื่อ | เลขที่..... | ประธาน | 4. ชื่อ | เลขที่..... |
| 2. ชื่อ | เลขที่..... | รองฯ | 5. ชื่อ | เลขที่..... |
| 3. ชื่อ | เลขที่..... | เลขฯ | 6. ชื่อ | เลขที่..... |

ใบความรู้การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะชัก (Convulsion)

สิ่งที่ควรสังเกตและจดจำ

- หหมดสติทันทีทันใด
- หลังโค้งเกร็ง
- อาจจะหายใจมีเสียงดังแล้วเริ่มหายใจ ลำบาก ริมฝีปากเขียวคล้ำ
- เริ่มชักกระตุก
- อาจมีน้ำลาย หรือน้ำลายปนเลือด (กัดริมฝีปาก หรือลิ้นตนเอง)
- ปัสสาวะราด
- กล้ามเนื้อเริ่มคลายตัวและกลับมาหายใจเป็นปกติอีกครั้ง
- หลังชักอาจมีอาการมึนงงและจดจำอะไรไม่ได้
- ผู้ป่วยบางคนอาจจะหลับลึก



การปฐมพยาบาลผู้ป่วยชัก

- ปกป้องผู้ป่วย จับให้ผู้ป่วยนอนลง บอกให้อยู่นิ่ง ๆ และให้กำลังใจ เปิดทางเดินหายใจ และป้องกันการบาดเจ็บจากการกระแทกกับวัตถุ จัดพื้นที่ให้โล่ง จุดเวลาที่ชัก
- ป้องกันศีรษะ และคลายเสื้อผ้าให้หลวม ถ้าเป็นไปได้ให้หาเบาะ หรือของนุ่มๆ มารอง ศีรษะ หาของนุ่มๆ มากันไว้รอบ ๆ เพื่อป้องกัน การบาดเจ็บ
- จัดให้ผู้ป่วยอยู่ในท่าพักฟื้น ทันทที่ที่ผู้ป่วย หยุดชักผู้ป่วยอาจจะหลับลึก ให้เปิดทาง เดินหายใจและตรวจการหายใจ ถ้าผู้ป่วย หายใจได้ดีให้จัดอยู่ในท่าพักฟื้น
- โทรแจ้ง 1669 เพื่อขอความช่วยเหลือให้กำลังใจกับครอบครัวของผู้ป่วยหรือผู้ดูแล ติดตามอาการและบันทึกสัญญาณชีพ การหายใจ ชีพจร ระดับการตอบสนอง และ วัดอุณหภูมิ ในขณะที่รอรถพยาบาล

ข้อควรระวัง

- ห้ามผูกมัดผู้ป่วย
- ห้ามยัดสิ่งของใด ๆ เข้าไปในปากขณะผู้ป่วยชัก
- โทรแจ้ง 1669 ถ้าผู้ป่วยมีอาการดังต่อไปนี้ มีการชักซ้ำ, อาการชักนานเกิน 5 นาที เป็นการชักครั้งแรกในชีวิตของผู้ป่วย, หหมดสติด้านกว่า 10 นาที, หลังจากหยุดชักแล้ว มีการได้รับบาดเจ็บหลงเหลืออยู่

แผนการจัดการเรียนรู้ลำดับที่ 19

หน่วยการเรียนรู้ที่	เรื่อง ภาวะช็อก (Psychological Trauma)	
รหัสวิชา	รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา.....	ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ...
กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา		
ปีการศึกษา	ภาคเรียนที่	เวลา 1 ชั่วโมง

1. มาตรฐานการเรียนรู้ / ตัวชี้วัด

1.1 มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐาน พ 5.1 ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยา สารเสพติด และความรุนแรง

1.2 ตัวชี้วัด

พ 5.1 ม. 4-6/7 แสดงวิธีการการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน

2. สาระสำคัญ / ความคิดรวบยอด

ภาวะจิตใจได้รับความกระทบกระเทือนอย่างรุนแรง เช่น พบเห็นบุคคลอันเป็นที่รัก เสียชีวิตอย่างฉับพลัน อยู่ในเหตุการณ์ความรุนแรง มีความรู้สึกชีวิตตกอยู่ในอันตราย จนส่งผลให้ เกิดภาวะสะท้อนขวัญจนไม่สามารถควบคุมอารมณ์ ความคิด และพฤติกรรมได้ อาจพบอาการ แสดงออกทางร่างกาย เช่น ช็อก นิ่งเงียบ ตัวสั่น การแสดงอารมณ์เศร้าโศกหรืออาการโกรธเกรี้ยว รุนแรง หากผู้ที่อยู่ในภาวะสะท้อนขวัญถูกละเลย ไม่ได้รับการปฐมพยาบาลทางใจอย่างถูกต้อง และทันท่วงที่จะส่งผลต่อสุขภาพจิตในระยะยาว

3. สาระการเรียนรู้

3.1 สาระการเรียนรู้แกนกลาง

การแพทย์ฉุกเฉินและวิธีการปฐมพยาบาลฉุกเฉินที่ถูกต้อง

4. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

- 4.1 ความสามารถในการสื่อสาร 4.2 ความสามารถในการคิด 4.3 ความสามารถในการแก้ปัญหา
 4.4 ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต 4.5 ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

5. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

5.1 คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (ตามหลักสูตรแกนกลาง)

- 1) รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์ 2) ซื่อสัตย์สุจริต 3) มีวินัย 4) ใฝ่เรียนรู้
 5) อยู่อย่างพอเพียง 6) มุ่งมั่นในการทำงาน 7) รักความเป็นไทย 8) มีจิตสาธารณะ

5.2 คุณลักษณะตามหลักสูตรมาตรฐานสากล

- 1) มีความรู้พื้นฐานในยุคดิจิทัล วิทยาศาสตร์ เศรษฐศาสตร์ เทคโนโลยี ภาษาอังกฤษ พหุวัฒนธรรม
ตระหนักสำนึกระดับโลก
- 2) สามารถคิดประดิษฐ์อย่างสร้างสรรค์ ปรับตัว ใฝ่รู้ ใฝ่เรียน วิเคราะห์ สังเคราะห์ สรุป สร้างองค์
ความรู้
- 3) มีทักษะสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ
- 4) มีความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต
- 5) มีความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

6. ทักษะของผู้เรียนในศตวรรษที่ 21 (3R 8C)

- 6.1 ทักษะการอ่าน (Reading)
- 6.2 ทักษะการเขียน (Writing)
- 6.3 ทักษะการคิดคำนวณ (Arithmetic)
- 6.4 ทักษะด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณและทักษะในการแก้ปัญหา (Critical thinking and
problem solving)
- 6.5 ทักษะด้านการสร้างสรรค์และนวัตกรรม (Creativity and innovation)
- 6.6 ทักษะด้านความร่วมมือการทำงานเป็นทีมและภาวะผู้นำ (Collaboration, teamwork, and
leadership)
- 6.7 ทักษะด้านความเข้าใจต่างวัฒนธรรมต่างกระบวนทัศน์ (Cross-cultural understanding)
- 6.8 ทักษะด้านการสื่อสารสารสนเทศและรู้เท่าทันสื่อ (Communication information and media literacy)
- 6.9 ทักษะด้านคอมพิวเตอร์และเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร (Computing)
- 6.10 ทักษะอาชีพและทักษะการเรียนรู้ (Career and learning self-reliance, change)
- 6.11 ความมีคุณธรรม มีเมตตา มีระเบียบวินัย (Compassion)

7. การบูรณาการตามพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ

- 7.1 บูรณาการสวนพฤษศาสตร์โรงเรียน
- 7.2 บูรณาการเศรษฐกิจพอเพียง
- 7.3 อื่น ๆ (โปรดระบุ) วิชา ศิลปะ (การแสดง)

8. ชิ้นงาน / ภาระงาน (รวบยอด)

การแสดงการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน

9. การวัดและประเมินผล

9.1 การวัดและประเมินผลชิ้นงาน/ภาระงาน(รวบยอด)

- 1) วิธีการ อธิบายวิธีการการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะช็อก
- 2) เครื่องมือ แบบประเมินความรู้ วิธีการการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะช็อก
- 3) เกณฑ์ ผ่านเกณฑ์ที่ระดับคุณภาพ ดี

9.2 การวัดและประเมินผลระหว่างการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

ลำดับ	รายการที่วัดและประเมินผล	วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์
1	พฤติกรรมกำฝักปฏิบัติ	สังเกตพฤติกรรมกำฝักปฏิบัติ	แบบประเมินพฤติกรรมกำฝักปฏิบัติ	ผ่านเกณฑ์ที่ระดับคุณภาพ ดี
2	ปฏิบัติการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน	แสดงบทบาทสมมุติการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน	แบบประเมิน การแสดงบทบาทสมมุติ	ผ่านเกณฑ์ที่ระดับคุณภาพ ดี

10. สื่อการเรียนรู้ / แหล่งเรียนรู้

10.1 สื่อการเรียนรู้

- 1) คลิปโรคซ็อกจากสงคราม
- 2) คลิปการบำบัดทางจิต ผู้ป่วยช็อก

10.2 แหล่งเรียนรู้

- 1) <https://www.youtube.com/watch?v=4kFt0VbR9wQ>
- 2) <https://www.youtube.com/watch?v=49EDeJtK3Z4>

11. กิจกรรมการเรียนรู้

เรื่องที่ 19 การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน
จำนวนเวลาเรียน 1 ชั่วโมง

เรื่อง ภาวะช็อก (Psychological Trauma)

วิธีสอน สืบเสาะหาความรู้ Inquiry Method : 5E

ขั้นที่ 1 กระตุ้นความสนใจ (Engage)

1. นักเรียนดูคลิปวิดีโอที่เกี่ยวกับ ภาวะช็อก
2. ครูใช้คำถาม กระตุ้นความสนใจและอยากรู้อยากเรียน

ขั้นที่ 2 ขั้นสำรวจและค้นหา

1. นักเรียนจับกลุ่ม 6 คน ศึกษาค้นคว้า ในหัวข้อ “การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะช็อก” และร่วมกันแลกเปลี่ยนเรียนรู้
2. แต่ละกลุ่มเตรียมแสดงบทบาทสมมติ การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะช็อก และคำถามที่สงสัยเกี่ยวกับ ภาวะช็อก 1 คำถาม

ขั้นที่ 3 ขั้นอธิบายความรู้

1. ตัวแทนกลุ่มออกมานำเสนอบทบาทสมมติ เมื่อแสดงเสร็จให้ถามคำถามที่เตรียมมาถามกลุ่มอื่น ๆ กลุ่มไหนสามารถตอบคำถามที่กลุ่มเพื่อนถามได้ถูกต้อง ได้รับคะแนน

ขั้นที่ 4 ขั้นขยายความเข้าใจ

1. ครูให้นักเรียนดูคลิปวิดีโอ เพิ่มเติม เกี่ยวกับการปฐมพยาบาล พร้อมกับอธิบายเพิ่มเติม
2. ครูทบทวนความรู้โดยตอบคำถามที่แต่ละกลุ่มได้ตั้งไว้อย่างละเอียดทุกข้อ

ขั้นที่ 5 ตรวจสอบผล (Evaluate)

การประเมินชิ้นงาน/ภาระงาน (รวบยอด)

แบบประเมินความรู้การปฐมพยาบาลฉุกเฉินภาวะช็อก

รายการประเมิน	คำอธิบายระดับคุณภาพ/ระดับคะแนน			
	ดีมาก (4)	ดี (3)	พอใช้ (2)	ปรับปรุง (1)
1. การช่วยเหลือในสถานการณ์ต่าง ๆ	เลือกใช้การช่วยเหลือได้เหมาะสมกับสถานการณ์ถูกต้อง และสามารถช่วยเหลือได้จริงในระดับ ดีมาก	เลือกใช้การช่วยเหลือได้เหมาะสมกับสถานการณ์ ถูกต้องและสามารถช่วยเหลือได้จริงในระดับดี	เลือกใช้การช่วยเหลือได้เหมาะสมกับสถานการณ์ ถูกต้องและสามารถช่วยเหลือได้จริงในระดับปานกลาง	เลือกใช้การช่วยเหลือได้เหมาะสมกับสถานการณ์ ถูกต้องและสามารถช่วยเหลือได้จริงในระดับพอใช้
2. การปฏิบัติการปฐมพยาบาลฉุกเฉินภาวะช็อก เป็นการปฐมพยาบาลทางใจ เป็นการช่วยเหลือด้านจิตใจโดยยึดหลัก 3L ได้แก่ มองเห็น (Look) รับฟัง (Listen) ส่งต่อ (Link) การปฐมพยาบาลผู้ป่วยช็อก มองเห็น (Look) เห็นว่าใครคือผู้ที่อยู่ในภาวะ สะเทือนขวัญ ให้รีบแยกบุคคล ออกจากเหตุการณ์นั้นเพื่อช่วยเหลือต่ออย่างรวดเร็ว รับฟัง (Listen) รับฟังอย่างตั้งใจไม่ด่วนตัดสิน ไม่แทรกแซง อยู่ใกล้ให้รู้สึกถึงความ เป็นเพื่อน เข้าใจถึงอาการแสดงของ อารมณ์รุนแรงใน	อธิบายได้ถูกต้องครบทั้ง 3 หลัก	อธิบายได้ถูกต้อง 2 หลัก	อธิบายได้ถูกต้อง 1 หลัก	อธิบายได้แต่ไม่ถูกต้อง

รายการประเมิน	คำอธิบายระดับคุณภาพ/ระดับคะแนน			
	ดีมาก (4)	ดี (3)	พอใช้ (2)	ปรับปรุง (1)
<p>ขณะนั้น ช่วย ปรึกษาปรึกษาให้ อารมณ์ ผ่อนคลาย และร่างกายได้รับ ความสบาย รับฟัง ให้ รู้ถึงสิ่งที่คุกคามทาง จิตใจและสัญญาณ การขอความช่วยเหลือ</p> <p>ส่งต่อ (Link) ส่งต่อ เพื่อรับความช่วยเหลือ ที่ ต้องการ เช่น ติดต่อญาติเพื่อมารับ การดูแลต่อ การให้ ข้อมูล การส่งผู้ป่วย ออกจากพื้นที่คุกคาม ยังพื้นที่ปลอดภัย การ ได้รับยาลด ความเครียด จาก แพทย์ เป็นต้น</p>				

หมายเหตุ ให้นิยามความหมายของระดับคุณภาพให้เป็น (rubric score)

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ

ช่วงคะแนน	7 - 8	5 - 6	3 - 4	0 - 2
ระดับคุณภาพ	ดีมาก	ดี	พอใช้	ปรับปรุง

ใบความรู้การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน
ภาวะช็อก (Psychological Trauma)

การปฐมพยาบาลทางใจ เป็นการช่วยเหลือด้านจิตใจโดยยึดหลัก 3L ได้แก่

มองเห็น (Look) รับฟัง (Listen) ส่งต่อ (Link) การปฐมพยาบาลผู้ป่วยช็อก

มองเห็น (Look) เห็นว่าใครคือผู้ที่อยู่ในภาวะ สะเทือนขวัญ ให้รีบแยกบุคคลออกจาก เหตุการณ์ นั้นเพื่อช่วยเหลือต่ออย่างรวดเร็ว

รับฟัง (Listen) รับฟังอย่างตั้งใจไม่ด่วนตัดสิน ไม่แทรกแซง อยู่ใกล้ให้รู้สึกถึงความเป็นเพื่อน เข้าใจ ถึงอาการแสดงของอารมณ์รุนแรงใน ขณะนั้น ช่วยประคับประคองให้อารมณ์ ผ่อนคลายและร่างกายได้รับความสบาย รับฟัง ให้รู้ถึงสิ่งที่คุกคามทางจิตใจและสัญญาณการ ขอความช่วยเหลือ

ส่งต่อ (Link) ส่งต่อเพื่อรับความช่วยเหลือที่ ต้องการ เช่น ติดต่อญาติเพื่อมารับการดูแลต่อ การให้ ข้อมูล การส่งผู้ป่วยออกจากพื้นที่คุกคาม ยังพื้นที่ปลอดภัย การได้รับบาดเจ็บความเครียด จากแพทย์ เป็นต้น

แผนการจัดการเรียนรู้ลำดับที่ 20

หน่วยการเรียนรู้ที่	เรื่อง การเคลื่อนย้ายผู้ป่วย ผู้บาดเจ็บในภาวะฉุกเฉิน	
รหัสวิชา	รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา.....	ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ...
กลุ่มสาระการเรียนรู้	สุขศึกษาและพลศึกษา	
ปีการศึกษา	ภาคเรียนที่	เวลา 1 ชั่วโมง

1. มาตรฐานการเรียนรู้ / ตัวชี้วัด

1.1 มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐาน พ 5.1 ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยา สารเสพติด และความรุนแรง

1.2 ตัวชี้วัด

พ 5.1 ม. 4-6/7 แสดงวิธีการการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน

2. สาระสำคัญ / ความคิดรวบยอด

ในกรณีที่เกิดเหตุฉุกเฉิน สามารถทำการปฐมพยาบาล ณ จุดเกิดเหตุได้ไม่ควรเคลื่อนย้าย ผู้ป่วยโดยไม่มี ความจำเป็น เนื่องจากการเคลื่อนย้ายอาจทำให้ผู้ป่วยเกิดความเจ็บปวด หรือ มีอาการบาดเจ็บมากกว่าเดิม โดยเฉพาะผู้ป่วยที่มีอาการบาดเจ็บบริเวณศีรษะ คอ กระดูกสันหลัง ควรรอให้เจ้าหน้าที่ทางการแพทย์ที่มีความเชี่ยวชาญพร้อมอุปกรณ์ที่ปลอดภัยทำการเคลื่อนย้าย ผู้ป่วยเพื่อส่งรักษาต่อการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยจะ พิจารณากระทำในกรณีที่เป็นเร่งด่วน

3. สาระการเรียนรู้

3.1 สาระการเรียนรู้แกนกลาง

การแพทย์ฉุกเฉินและวิธีการปฐมพยาบาลฉุกเฉินที่ถูกต้อง

4. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

- 4.1 ความสามารถในการสื่อสาร 4.2 ความสามารถในการคิด 4.3 ความสามารถในการแก้ปัญหา
 4.4 ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต 4.5 ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

5. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

5.1 คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (ตามหลักสูตรแกนกลาง)

- 1) รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์ 2) ซื่อสัตย์สุจริต 3) มีวินัย 4) ใฝ่เรียนรู้
 5) อยู่อย่างพอเพียง 6) มุ่งมั่นในการทำงาน 7) รักความเป็นไทย 8) มีจิตสาธารณะ

5.2 คุณลักษณะตามหลักสูตรมาตรฐานสากล

1) มีความรู้พื้นฐานในยุคดิจิทัล วิทยาศาสตร์ เศรษฐศาสตร์ เทคโนโลยี รู้ภาษา พหุวัฒนธรรม
ตระหนักสำนึกระดับโลก

- 2) สามารถคิดประดิษฐ์อย่างสร้างสรรค์ ปรับตัว ใฝ่รู้ ใฝ่เรียน วิเคราะห์ สังเคราะห์ สรุป สร้างองค์ความรู้
 3) มีทักษะสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ
 4) มีความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต
 5) มีความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

6. ทักษะของผู้เรียนในศตวรรษที่ 21 (3R 8C)

- 6.1 ทักษะการอ่าน (Reading)
 6.2 ทักษะการเขียน (Writing)
 6.3 ทักษะการคิดคำนวณ (Arithmetic)
 6.4 ทักษะด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณและทักษะในการแก้ปัญหา (Critical thinking and
problem solving)
 6.5 ทักษะด้านการสร้างสรรค์และนวัตกรรม (Creativity and innovation)
 6.6 ทักษะด้านความร่วมมือการทำงานเป็นทีมและภาวะผู้นำ (Collaboration, teamwork, and
leadership)
 6.7 ทักษะด้านความเข้าใจต่างวัฒนธรรมต่างกระบวนทัศน์ (Cross-cultural understanding)
 6.8 ทักษะด้านการสื่อสารสารสนเทศและรู้เท่าทันสื่อ (Communication information and media literacy)
 6.9 ทักษะด้านคอมพิวเตอร์และเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร (Computing)
 6.10 ทักษะอาชีพและทักษะการเรียนรู้ (Career and learning self-reliance, change)
 6.11 ความมีคุณธรรม มีเมตตา มีระเบียบวินัย (Compassion)

7. การบูรณาการตามพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ

- 7.1 บูรณาการสวนพฤษศาสตร์โรงเรียน
 7.2 บูรณาการเศรษฐกิจพอเพียง
 7.3 อื่น ๆ (โปรดระบุ) วิชา ศิลปะ (การแสดง)

8. ชิ้นงาน / ภาระงาน (รวบยอด)

การแสดงการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน

9. การวัดและประเมินผล

9.1 การวัดและประเมินผลชิ้นงาน/ภาระงาน(รวบยอด)

- 1) วิธีการ การแสดงบทบาทสมมุติการเคลื่อนย้ายผู้ป่วย ผู้บาดเจ็บในภาวะฉุกเฉิน
- 2) เครื่องมือ แบบประเมินการแสดงบทบาทสมมุติ
- 3) เกณฑ์ ผ่านเกณฑ์ที่ระดับคุณภาพ ดี

9.2 การวัดและประเมินผลระหว่างการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

ลำดับ	รายการที่วัดและประเมินผล	วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์
1	พฤติกรรมการฝึกปฏิบัติ	สังเกตพฤติกรรม การฝึกปฏิบัติ	แบบประเมิน พฤติกรรมการฝึก ปฏิบัติ	ผ่านเกณฑ์ที่ระดับ คุณภาพ ดี
2	ปฏิบัติการปฐมพยาบาล ฉุกเฉิน	แสดงบทบาทสมมุติ การปฐมพยาบาล ฉุกเฉิน	แบบประเมิน การ แสดงบทบาทสมมุติ	ผ่านเกณฑ์ที่ระดับ คุณภาพ ดี

10. สื่อการเรียนรู้ / แหล่งเรียนรู้

10.1 สื่อการเรียนรู้

- 1) คลิปการเคลื่อนย้ายผู้ป่วย 1
- 2) คลิปการเคลื่อนย้ายผู้ป่วย 2
- 3) คลิปการเคลื่อนย้ายผู้ป่วย 3

10.2 แหล่งเรียนรู้

- 1) <https://www.youtube.com/watch?v=ydVLmT-EDuA>
- 2) <https://www.youtube.com/watch?v=wOheJlOlSa0>
- 3) <https://www.youtube.com/watch?v=sZNYN48LZ5Q>

11. กิจกรรมการเรียนรู้

เรื่องที่ 20 การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน
จำนวนเวลาเรียน 1 ชั่วโมง

เรื่อง การเคลื่อนย้ายผู้ป่วย ผู้บาดเจ็บในภาวะฉุกเฉิน

วิธีสอน GPAS 5 STEPs

ขั้นที่ 1 Gathering การตั้งคำถาม

1. นักเรียนดูคลิปวิดีโอ การปฐมพยาบาลฉุกเฉินเรื่อง การเคลื่อนย้ายผู้ป่วย ผู้บาดเจ็บในภาวะฉุกเฉิน
2. ครูตั้งคำถามว่า นักเรียนเห็นอะไรจากคลิปวิดีโอนี้บ้าง

ขั้นที่ 2 Processing การเรียนรู้แสวงหาสารสนเทศ

1. นักเรียนจับกลุ่ม กลุ่มละ 5 คน
2. นักเรียนแต่ละกลุ่มร่วมกัน ถกเถียง แลกเปลี่ยนเรียนรู้เรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉินเรื่อง การเคลื่อนย้ายผู้ป่วย ผู้บาดเจ็บในภาวะฉุกเฉิน ที่ถูกต้อง
3. ครูแนะนำและเสริมความรู้เพิ่มเติม

ขั้นที่ 3 Applying การเรียนรู้เพื่อสร้างองค์ความรู้

1. นักเรียนแต่ละกลุ่ม อภิปรายวิธีการและขั้นตอนการปฐมพยาบาลฉุกเฉินเรื่อง การเคลื่อนย้ายผู้ป่วย ผู้บาดเจ็บในภาวะฉุกเฉิน
2. แต่ละกลุ่มออกมานำเสนอข้อมูล โดยกลุ่มถัด ๆ ไปให้นำเสนอข้อมูลที่แตกต่างจากกลุ่มที่นำเสนอไปแล้ว เพื่อความสมบูรณ์ของข้อมูล
3. ครูเสริมความรู้ ข้อมูลที่แตกต่างและขาดหายไปจากการนำเสนอข้อมูลของนักเรียน

ขั้นที่ 3 Applying การเรียนรู้เพื่อสร้างองค์ความรู้ (ต่อ)

1. ครูนำหุ่นเพื่อการฝึกปฏิบัติการปฐมพยาบาลฉุกเฉินการเคลื่อนย้ายผู้ป่วย ผู้บาดเจ็บในภาวะฉุกเฉิน
2. ร่วมกันอภิปรายวิธีการปฐมพยาบาลฉุกเฉินเรื่อง การเคลื่อนย้ายผู้ป่วย ผู้บาดเจ็บในภาวะฉุกเฉิน
3. นักเรียนลงมือฝึกปฏิบัติการปฐมพยาบาลฉุกเฉินเรื่อง การเคลื่อนย้ายผู้ป่วย ผู้บาดเจ็บในภาวะฉุกเฉิน
4. ครูทำหน้าที่เป็นผู้สังเกตและผู้ช่วยเหลือ ให้คำแนะนำในการฝึกปฏิบัติ เพื่อความถูกต้อง

ขั้นที่ 4 Applying the Communication skill การเรียนรู้เพื่อการสื่อสาร

1. แต่ละกลุ่มจับสลากลำดับการแสดงและการสาธิต
2. แต่ละกลุ่มออกมาสาธิตและแสดงบทบาทสมมุติ การปฐมพยาบาลฉุกเฉินเรื่อง การเคลื่อนย้ายผู้ป่วย ผู้บาดเจ็บในภาวะฉุกเฉิน

ขั้นตอนที่ 5 Self Regulating การเรียนรู้เพื่อการตอบสนองสังคม

1. ครูให้นักเรียนแต่ละกลุ่มร่วมกันอภิปรายปัญหา จุดเด่น และจุดด้อยของกลุ่มตนเองในการสาธิตและการแสดงที่ผ่านมา
2. ครูให้คำแนะนำ และให้นักเรียนแก้ไขและปรับปรุงให้ถูกต้อง เมื่อแก้ไขเสร็จแล้วนำมาให้ครูตรวจสอบความถูกต้อง
3. เมื่อสรุปและตรวจสอบความถูกต้องเรียบร้อยแล้ว แต่ละกลุ่มนำมาเขียนสรุป หัวข้อเรื่องการปฐมพยาบาลฉุกเฉินเรื่องการเคลื่อนย้ายผู้ป่วย ผู้บาดเจ็บในภาวะฉุกเฉิน ตกแต่งให้สวยงาม

ในภาวะฉุกเฉินการประเมินชิ้นงาน/ภาระงาน (รวบยอด)

แบบประเมินบทบาทสมมติและแบบประเมินชิ้นงาน การปฐมพยาบาลฉุกเฉินภาวะช็อก

รายการประเมิน	คำอธิบายระดับคุณภาพ/ระดับคะแนน			
	ดีมาก (4)	ดี (3)	พอใช้ (2)	ปรับปรุง (1)
1. การช่วยเหลือในสถานการณ์ต่างๆ	เลือกใช้การช่วยเหลือได้เหมาะสมกับสถานการณ์ ถูกต้องและสามารถช่วยเหลือได้จริงในระดับ ดีมาก	เลือกใช้การช่วยเหลือได้เหมาะสมกับสถานการณ์ ถูกต้องและสามารถช่วยเหลือได้จริงในระดับดี	เลือกใช้การช่วยเหลือได้เหมาะสมกับสถานการณ์ ถูกต้องและสามารถช่วยเหลือได้จริงในระดับปานกลาง	เลือกใช้การช่วยเหลือได้เหมาะสมกับสถานการณ์ ถูกต้องและสามารถช่วยเหลือได้จริงในระดับ พอใช้
2.. การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยในภาวะฉุกเฉินมีหลายวิธีในหนังสือเล่มนี้จะเสนอวิธีการเคลื่อนย้าย ผู้ป่วยที่ไม่บาดเจ็บบริเวณศีรษะ คอ หลัง ออกจากบริเวณที่ไม่ปลอดภัยที่ปฏิบัติบ่อย ง่าย และ ก่อให้เกิดอันตรายแก่ผู้ป่วยและผู้ช่วยเหลือน้อยที่สุด ได้แก่ วิธีที่ 1 การลากเสื้อ (Clothes Drag) เป็นการลากเสื้อของผู้ป่วยที่ได้รับบาดเจ็บที่ไม่สามารถขยับตัวได้ในพื้นราบ ปฏิบัติดังนี้ 1) ผู้ช่วยเหลือนยืนอยู่เหนือศีรษะของผู้ป่วย จับที่เสื้อของผู้ป่วยที่บริเวณด้านหลัง 2) ดึงโดยใช้เสื้อของผู้ป่วยและแขนของผู้ช่วยเหลือออกมาทำเป็นเปลรองศีรษะของผู้ป่วย (ตามรูป) วิธีที่ 2 การลากผ้าห่ม (Blanket Drag) ใช้ในการ	ปฏิบัติได้ถูกต้องครบ 3 วิธี	ปฏิบัติได้ถูกต้อง 2 วิธี	ปฏิบัติได้ถูกต้อง 1 วิธี	ปฏิบัติได้แต่ไม่ถูกต้อง

รายการประเมิน	คำอธิบายระดับคุณภาพ/ระดับคะแนน			
	ดีมาก (4)	ดี (3)	พอใช้ (2)	ปรับปรุง (1)
<p>เคลื่อนย้ายผู้ป่วยที่ไม่รู้สึกตัว ในสถานการณ์ฉุกเฉิน และ เมื่อมีข้อจำกัดเกี่ยวกับ อุปกรณ์ ปฏิบัติดังนี้</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) จัดให้ผู้ป่วยอยู่ระหว่างผู้ ช่วยเหลือและผ้าห่ม 2) พับผ้าห่มเข้ามาครึ่งแล้ว นำมาไว้ชิดกับด้านข้างตัวของ ผู้ป่วย 3) พลิกผู้ป่วยเข้ามาหาตัว ของผู้ช่วยเหลือ 4) คลี่ผ้าห่มที่พับไว้ออก ดังนั้นผ้าห่มจะอยู่ที่ใต้ลำตัว ของผู้ป่วย 5) พลิกผู้ป่วยกลับไป ให้ นอนบนผ้าห่ม 6) รวบผ้าห่มที่อยู่เหนือ ศีรษะแล้วลากผู้ป่วย <p>วิธีที่ 3 การยกและ เคลื่อนย้ายโดยผู้ช่วยเหลือ 3 คน ใช้ในการเคลื่อนย้าย ผู้ป่วยที่ไม่สามารถขยับตัวได้ หรือหมดสติ ปฏิบัติดังนี้</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) ผู้ช่วยเหลือทั้ง 3 คนนั่ง ทำชันเข่าเดียวกัน เรียงแถว กันที่ด้านใดด้านหนึ่งของ ผู้ป่วย 2) ให้ผู้ช่วยเหลือคนใดคน หนึ่งทำหน้าที่หัวหน้าทีม สั่ง การและให้จังหวะแก่สมาชิก ในทีมเพื่อความพร้อมเพรียง ในการยก 3) ผู้ช่วยเหลือทั้ง 3 คน วางมือบนลำตัวผู้ป่วย โดยตำแหน่ง ดังนี้ 				

รายการประเมิน	คำอธิบายระดับคุณภาพ/ระดับคะแนน			
	ดีมาก (4)	ดี (3)	พอใช้ (2)	ปรับปรุง (1)
<p>ผู้ช่วยคนที่ 1 วางมือตำแหน่งหน้าอกหรือลำตัวช่วงบน</p> <p>ผู้ช่วยคนที่ 2 วางมือตำแหน่งสะโพกและต้นขาด้านบน</p> <p>ผู้ช่วยคนที่ 3 วางมือตำแหน่งต้นขาด้านล่างและส่วนปลายขา</p> <p>ผู้ช่วยเหลือทั้ง 3 คนสอดมือเข้าใต้ลำตัวของผู้เจ็บป่วยตรงตามตำแหน่งที่วางมือไว้</p> <p>หัวหน้าทีมสั่งการให้จังหวะให้แก่สมาชิกในทีมยกผู้เจ็บป่วยขึ้นพร้อมกันวางบนเข่า</p>				

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ

ช่วงคะแนน	7 - 8	5 - 6	3 - 4	0 - 2
ระดับคุณภาพ	ดีมาก	ดี	พอใช้	ปรับปรุง

รายการประเมิน	คำอธิบายระดับคุณภาพ/ระดับคะแนน			
	ดีมาก (4)	ดี (3)	พอใช้ (2)	ปรับปรุง (1)
1. ความถูกต้อง ชัดเจนของเนื้อหา	เขียนขั้นตอนการ ปฐมพยาบาลฉุกเฉิน การเคลื่อนย้ายผู้ป่วย ผู้บาดเจ็บในภาวะ ฉุกเฉินได้ถูกต้อง ครบถ้วนทุกขั้นตอน	เขียนขั้นตอนการ ปฐมพยาบาลฉุกเฉิน การเคลื่อนย้าย ผู้ป่วย ผู้บาดเจ็บใน ภาวะฉุกเฉินได้ ถูกต้องขาดบาง ขั้นตอน	เขียนขั้นตอนการ ปฐมพยาบาล ฉุกเฉินการเคลื่อน ย้ายผู้ป่วยผู้บาดเจ็บ ในภาวะฉุกเฉินผิด บางขั้นตอน	เขียนขั้นตอนการ ปฐมพยาบาล ฉุกเฉินการเคลื่อน ย้ายผู้ป่วย ผู้บาดเจ็บ ในภาวะฉุกเฉิน ผิดหลายขั้นตอน
2. การใช้ภาษา	เขียนได้ตรงตาม ประเด็นตามที่ กำหนดไว้ ภาษาที่ ใช้สะกดถูกต้องทำ ให้อ่านเข้าใจได้ ง่ายและมีแนวคิดที่ น่าสนใจ	เขียนได้ตรงตาม ประเด็นตามที่ กำหนดไว้ ภาษาที่ ใช้สะกดถูกต้องทำ ให้อ่านเข้าใจได้ ง่าย	เขียนได้ตรงตาม ประเด็นตามที่ กำหนดไว้ ภาษา อ่านยาก เกิด ความสับสนใน การอ่าน	เขียนไม่ตรงตาม ประเด็น
3. ความสวยงาม และควมมี ระเบียบของ ชิ้นงาน	มีสีสันสวยงาม มีการจัดระเบียบใน การเขียนและมี ความคิดสร้างสรรค์	มีสีสันสวยงาม เป็นระเบียบ	มีสีสันสวยงามแต่ ไม่มีการจัด ระเบียบในการ เขียน	ไม่มีระเบียบและ สีสันสวยงาม
4. ระยะเวลา	ส่งก่อนกำหนดหรือ ตรงตามกำหนด	ส่งช้ากว่ากำหนด 1-2 วัน	ส่งช้ากว่ากำหนด 3 วัน	ส่งช้ากว่ากำหนด มากกว่า 4 วันขึ้นไป

หมายเหตุ ให้นิยามความหมายของระดับคุณภาพให้เป็น (rubric score)

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ

ช่วงคะแนน	16 – 12	11 – 7	4 – 6	0 - 3
ระดับคุณภาพ	ดีมาก	ดี	พอใช้	ปรับปรุง

ใบความรู้การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน การเคลื่อนย้ายผู้ป่วย ผู้บาดเจ็บในภาวะฉุกเฉิน

สถานการณ์ไม่ปลอดภัย หรือกำลังจะไม่ปลอดภัย ตัวอย่างเช่น ไฟไหม้ เสี่ยงต่อ

การระเบิด อันตรายจากสารเคมีรั่วไหล หรือตึกถล่ม เป็นต้น จำเป็นต้องเคลื่อนย้ายเพื่อเข้าไปให้ความช่วยเหลือผู้บาดเจ็บคนอื่นที่มีอาการหนักกว่า เพื่อสามารถให้การรักษาได้อย่างเหมาะสม ตัวอย่างเช่น ผู้ที่หมดสติล้มลงบนบันไดและจำเป็นต้องทำ CPR ซึ่งจำเป็นต้องปฏิบัติบนพื้นผิวราบ

ความปลอดภัยของเจ้าหน้าที่ช่วยชีวิต เป็นสิ่งที่มีความสำคัญอย่างมาก อย่างไรก็ตาม ถ้าเคลื่อนย้ายออกไปจากบริเวณที่เกิดเหตุแล้วจะทำให้เกิดความปลอดภัยกับเจ้าหน้าที่ ช่วยชีวิต ควรพยายามเคลื่อนย้ายไปยังบริเวณที่ปลอดภัยจะดีกว่า

ก่อนการเคลื่อนย้าย ผู้ช่วยเหลือควรประเมิน ดังต่อไปนี้

- สภาพผู้ป่วย ให้แน่ใจว่าผู้เจ็บป่วยไม่มีการบาดเจ็บของอวัยวะสำคัญ ศีรษะ ด้านหลังกระดูกสันหลัง
- ความสูงและน้ำหนักของผู้ป่วย
- ความแข็งแรงของผู้ช่วยเหลือ
- อุปสรรค เช่น บันได ช่องทางผ่านแคบ
- ระยะทางในการเคลื่อนย้าย
- คนอื่น ๆ ที่สามารถให้ความช่วยเหลือได้
- การช่วยเหลือและการส่งต่อผู้ป่วย

การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยที่ปลอดภัยโดยที่ไม่ส่งผลให้ผู้ช่วยเหลือได้รับบาดเจ็บ ผู้ช่วยเหลือ ควรปฏิบัติ ดังนี้

- เวลาแกมตัวลง ให้ใช้ขา
- ไม่ใช่หลัง
- ให้อยู่ต่ำและสะโพก และหลีกเลี่ยงการบิดลำตัว
- ให้เดินไปข้างหน้า เมื่อสามารถทำได้ ก้าวสั้น ๆ และมองบริเวณที่กำลังจะเดินไป
- หลีกเลี่ยงการบิด หรืออตัวของผู้ที่ได้รับบาดเจ็บที่ศีรษะ คอ และหลัง
- ห้ามเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บที่ตัวใหญ่ที่เราไม่สามารถลากได้อย่างสบาย

การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยในภาวะฉุกเฉินมีหลายวิธีในหนังสือเล่มนี้จะเสนอวิธีการเคลื่อนย้าย ผู้ป่วยที่ไม่บาดเจ็บบริเวณศีรษะ คอ หลัง ออกจากบริเวณที่ไม่ปลอดภัยที่ปฏิบัติบ่อย ง่าย และก่อให้เกิดอันตรายแก่ผู้ป่วยและผู้ช่วยเหลือน้อยที่สุด ได้แก่

การลากเสื้อ (Clothes Drag) เป็นการลากเสื้อของผู้ป่วยที่ได้รับบาดเจ็บที่ไม่สามารถขยับตัวได้ในพื้นราบ ปฏิบัติดังนี้

ผู้ช่วยเหลือยืนอยู่เหนือศีรษะของผู้ป่วย จับที่เสื้อของผู้ป่วยที่บริเวณด้านหลัง ดึงโดยใช้เสื้อของผู้ป่วย และแขนของผู้ช่วยเหลือออกมาทำเป็นเปลรองศีรษะของผู้ป่วย (ตามรูป)



การลากผ้าห่ม (Blanket Drag) ใช้ในการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยที่ไม่รู้สึกตัวในสถานการณ์ฉุกเฉิน และเมื่อมีข้อจำกัดเกี่ยวกับอุปกรณ์ ปฏิบัติดังนี้

- จัดให้ผู้ป่วยอยู่ระหว่างผู้ช่วยเหลือและผ้าห่ม
- พับผ้าห่มเข้ามาครึ่งแล้วนำมาไว้ชิดกับด้านข้างตัวของผู้ป่วย
- พลิกผู้ป่วยเข้ามาหาตัวของผู้ช่วยเหลือ
- คลี่ผ้าห่มที่พับไว้ออก ดังนั้นผ้าห่มจะอยู่ที่ใต้ลำตัวของผู้ป่วย
- พลิกผู้ป่วยกลับไปให้นอนบนผ้าห่ม
- รวบผ้าห่มที่อยู่เหนือศีรษะแล้วลากผู้ป่วย (ตามรูป)



การยกและเคลื่อนย้ายโดยผู้ช่วยเหลือ 3 คน ใช้ในการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยที่ไม่สามารถขยับตัวได้หรือหมดสติ ปฏิบัติดังนี้

- ผู้ช่วยเหลือทั้ง 3 คนนั่งท่าชันเข่าเดียวกัน เรียงแถวกันที่ด้านใดด้านหนึ่งของผู้ป่วย
- ให้ผู้ช่วยเหลือคนใดคนหนึ่งทำหน้าที่หัวหน้าทีม สั่งการและให้จังหวะแก่สมาชิกในทีมเพื่อความพร้อมเพรียงในการยก
- ผู้ช่วยเหลือทั้ง 3 คนวางมือบนลำตัวผู้ป่วยโดยตำแหน่ง ดังนี้

ผู้ช่วยคนที่ 1 วางมือตำแหน่งหน้าอกหรือลำตัวช่วงบน
ผู้ช่วยคนที่ 2 วางมือตำแหน่งสะโพกและต้นขาด้านบน
ผู้ช่วยคนที่ 3 วางมือตำแหน่งต้นขาด้านล่างและส่วนปลายขา
ผู้ช่วยเหลือทั้ง 3 คนสอดมือเข้าใต้ลำตัวของผู้เจ็บป่วยตรงตามตำแหน่งที่วางมือไว้
หัวหน้าทีมสั่งการให้จังหวะให้แก่อสมาชิกในทีม ยกผู้เจ็บป่วยขึ้นพร้อมกันวางบนเข่า



แผนการจัดการเรียนรู้ลำดับที่ 21

หน่วยการเรียนรู้ที่	เรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน งูพิษกัด	
รหัสวิชา	รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา.....	ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ...
กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา		
ปีการศึกษา	ภาคเรียนที่	เวลา 1 ชั่วโมง

1. มาตรฐานการเรียนรู้ / ตัวชี้วัด

1.1 มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐาน พ 5.1 ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยา สารเสพติด และความรุนแรง

1.2 ตัวชี้วัด

พ 5.1 ม. 4-6/7 แสดงวิธีการการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน

2. สาระสำคัญ / ความคิดรวบยอด

งูพิษอันตราย หมายถึง งูที่มีเขี้ยวพิษ ต่อน้ำพิษที่มีน้ำพิษรุนแรง แผลที่ถูกงูพิษกัดจะเห็น เป็นเขี้ยวพิษ ใหญ่ๆ 2 จุด หากเป็นรอยเขี้ยวเล็ก ๆ จำนวนมากแสดงว่าเป็นงูไม่มีพิษ งูพิษ ในประเทศไทย และถ้าหากโดนงู ที่มีพิษกัด อาจจะมีอันตรายถึงชีวิตได้ ซึ่งหากการปฏิบัติการช่วยชีวิตผู้ป่วยอย่างถูกวิธี และยังสามารถช่วยให้ผู้ป่วยปลอดภัยและกลับมามีชีวิตอีกครั้งได้ เพราะฉะนั้นต้องได้รับการฝึกปฏิบัติที่ถูกต้องและเกิดความชำนาญ เพื่อประสิทธิภาพในการช่วยชีวิตที่ดี

3. สาระการเรียนรู้

3.1 สาระการเรียนรู้แกนกลาง

การแพทย์ฉุกเฉินและวิธีการปฐมพยาบาลฉุกเฉินที่ถูกต้อง

4. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

- 4.1 ความสามารถในการสื่อสาร 4.2 ความสามารถในการคิด 4.3 ความสามารถในการแก้ปัญหา
 4.4 ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต 4.5 ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

5. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

5.1 คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (ตามหลักสูตรแกนกลาง)

- 1) รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์ 2) ซื่อสัตย์สุจริต 3) มีวินัย 4) ใฝ่เรียนรู้
 5) อยู่อย่างพอเพียง 6) มุ่งมั่นในการทำงาน 7) รักความเป็นไทย 8) มีจิตสาธารณะ

5.2 คุณลักษณะตามหลักสูตรมาตรฐานสากล

- 1) มีความรู้พื้นฐานในยุคดิจิทัล วิทยาศาสตร์ เศรษฐศาสตร์ เทคโนโลยี รู้ภาษา พหุวัฒนธรรม
ตระหนักสำนึกระดับโลก
- 2) สามารถคิดประดิษฐ์อย่างสร้างสรรค์ ปรับตัว ใฝ่รู้ ใฝ่เรียน วิเคราะห์ สังเคราะห์ สรุป สร้างองค์ความรู้
- 3) มีทักษะสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ
- 4) มีความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต
- 5) มีความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

6. ทักษะของผู้เรียนในศตวรรษที่ 21 (3R 8C)

- 6.1 ทักษะการอ่าน (Reading)
- 6.2 ทักษะการเขียน (Writing)
- 6.3 ทักษะการคิดคำนวณ (Arithmetic)
- 6.4 ทักษะด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณและทักษะในการแก้ปัญหา (Critical thinking and problem solving)
- 6.5 ทักษะด้านการสร้างสรรค์และนวัตกรรม (Creativity and innovation)
- 6.6 ทักษะด้านความร่วมมือการทำงานเป็นทีมและภาวะผู้นำ (Collaboration, teamwork, and leadership)
- 6.7 ทักษะด้านความเข้าใจต่างวัฒนธรรมต่างกระบวนทัศน์ (Cross-cultural understanding)
- 6.8 ทักษะด้านการสื่อสารสารสนเทศและรู้เท่าทันสื่อ (Communication information and media literacy)
- 6.9 ทักษะด้านคอมพิวเตอร์และเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร (Computing)
- 6.10 ทักษะอาชีพและทักษะการเรียนรู้ (Career and learning self-reliance, change)
- 6.11 ความมีคุณธรรม มีเมตตา มีระเบียบวินัย (Compassion)

7. การบูรณาการตามพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ

- 7.1 บูรณาการสวนพฤษศาสตร์โรงเรียน
- 7.2 บูรณาการเศรษฐกิจพอเพียง
- 7.3 อื่น ๆ (โปรดระบุ) วิชา ศิลปะ (การแสดง)

8. ชิ้นงาน / ภาระงาน (รวบยอด)

การแสดงการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน

9. การวัดและประเมินผล

9.1 การวัดและประเมินผลชิ้นงาน/ภาระงาน(รวบยอด)

- 1) วิธีการ การแสดงบทบาทสมมุติการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน 7 กิจกั
- 2) เครื่องมือ แบบประเมินการแสดงบทบาทสมมุติ
- 3) เกณฑ์ ผ่านเกณฑ์ที่ระดับคุณภาพ ดี

9.2 การวัดและประเมินผลระหว่างการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

ลำดับ	รายการที่วัดและประเมินผล	วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์
1	พฤติกรรมการฝึกปฏิบัติ	สังเกตพฤติกรรมการฝึกปฏิบัติ	แบบประเมินพฤติกรรมการฝึกปฏิบัติ	ผ่านเกณฑ์ที่ระดับคุณภาพ ดี
2	ปฏิบัติการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน	แสดงบทบาทสมมุติการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน	แบบประเมิน การแสดงบทบาทสมมุติ	ผ่านเกณฑ์ที่ระดับคุณภาพ ดี

10. สื่อการเรียนรู้/แหล่งเรียนรู้

10.1 สื่อการเรียนรู้

- 1) 7 กิจกัในไทยสุดอันตราย
- 2) คลิปโดรนกู้ชีพ ปฐมพยาบาลยังไ

10.2 แหล่งการเรียนรู้

- 1) <https://home.kapook.com/view210523.html>
- 2) https://www.youtube.com/watch?v=b_-huF-4uLc

11. กิจกรรมการเรียนรู้

เรื่องที่ 21 การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน

เรื่อง ุงพิษกัด

จำนวนเวลา

เรียน 1 ชั่วโมง

วิธีสอน สืบเสาะหาความรู้ Inquiry Method : 5E

ขั้นที่ 1 กระตุ้นความสนใจ (Engage)

1. ครูเปิดภาพจำแนก ุงมีพิษ และงูไม่มีพิษ
2. ครูใช้คำถาม วิธีการจำแนกุงพิษ และงูไม่มีพิษ และวิธีการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ุงพิษกัด
3. ครูเปิดคลิปวิดีโอ เกี่ยวกับการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ุงพิษกัด

ขั้นที่ 2 ขั้นสำรวจและค้นหา

1. นักเรียนจับกลุ่ม 3 คน ร่วมกันสืบค้น ในหัวข้อ “การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ุงพิษกัด”
2. นักเรียนจับกลุ่ม 6 คน โดยรวมกลุ่ม 3 คน จำนวน 2 กลุ่ม เป็น 1 กลุ่ม เตรียมแสดงบทบาทสมมติ

ุงพิษกัด

ขั้นที่ 3 ขั้นอธิบายความรู้

1. ตัวแทนกลุ่มออกมานำเสนอแสดงบทบาทสมมติของกลุ่มตนเอง
2. ครูเสริมความรู้ในประเด็นที่แตกต่างหรือขาดหายไป

ขั้นที่ 4 ขั้นขยายความเข้าใจ

1. ครูให้นักเรียนดูคลิปวิดีโอ เพิ่มเติม เกี่ยวกับการปฐมพยาบาล พร้อมกับอธิบายเพิ่มเติม

ขั้นที่ 5 ตรวจสอบผล (Evaluate)

1. ครูและนักเรียนอภิปรายสรุปร่วมกัน เรื่อง “การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ุงพิษกัด”

การประเมินชิ้นงาน/ภาระงาน (รวบยอด)

แบบประเมินบทบาทสมมติ การปฐมพยาบาลฉุกเฉินงูพิษกัด

รายการประเมิน	คำอธิบายระดับคุณภาพ/ระดับคะแนน			
	ดีมาก (4)	ดี (3)	พอใช้ (2)	ปรับปรุง (1)
1. การช่วยเหลือในสถานการณ์ต่าง ๆ	เลือกใช้การช่วยเหลือได้เหมาะสมกับสถานการณ์ ถูกต้องและสามารถช่วยเหลือได้จริงในระดับดีมาก	เลือกใช้การช่วยเหลือได้เหมาะสมกับสถานการณ์ ถูกต้องและสามารถช่วยเหลือได้จริงในระดับดี	เลือกใช้การช่วยเหลือได้เหมาะสมกับสถานการณ์ ถูกต้องและสามารถช่วยเหลือได้จริงในระดับปานกลาง	เลือกใช้การช่วยเหลือได้เหมาะสมกับสถานการณ์ ถูกต้องและสามารถช่วยเหลือได้จริงในระดับพอใช้
2. การปฏิบัติการปฐมพยาบาลฉุกเฉินงูพิษกัด ปฏิบัติดังนี้ 1) หยุดการเคลื่อนไหวของร่างกาย สังเกตบาดแผลว่ามีรอยเขียวงูพิษหรือไม่ 2) ล้างแผลด้วยน้ำสะอาด หรือน้ำเกลือทันที ใช้ผ้าม้วนยืดพันตั้งแต่บริเวณใต้รอยเขียวที่ถูกกัดขึ้นมา จนถึงข้อต่อของอวัยวะส่วนนั้นหรือสูงเหนือบาดแผลให้มากที่สุด 3) หาไม้กระดาน หรือวัสดุที่มีความแข็งแรงมาตามแล้วพันด้วยผ้าม้วนยืดทับอีกครั้ง เพื่อให้อวัยวะส่วนที่ถูกกัดเคลื่อนไหวน้อยที่สุด และจัดอวัยวะส่วนที่ถูกกัดให้อยู่ต่ำกว่าระดับหัวใจ 4) นำผู้บาดเจ็บส่งสถานพยาบาลหรือโรงพยาบาลที่อยู่ใกล้ โดยเร็วที่สุด เพื่อรับการรักษาด่วนด้วยเซรุ่มแก้พิษงู	ปฏิบัติได้ถูกต้องครบ 4 ข้อ	ปฏิบัติได้ถูกต้อง 3 ข้อ	ปฏิบัติได้ถูกต้อง 2 ข้อ	ปฏิบัติได้ถูกต้อง 1 ข้อ

หมายเหตุ ให้นิยามความหมายของระดับคุณภาพให้เป็น (rubric score)

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ

ช่วงคะแนน	7 - 8	5 - 6	3 - 4	0 - 2
ระดับคุณภาพ	ดีมาก	ดี	พอใช้	ปรับปรุง

ใบความรู้การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน งูพิษกัด

งูพิษอันตราย หมายถึง งูที่มีเขี้ยวพิษ ต่อน้ำพิษที่มีน้ำพิษรุนแรง แผลที่ถูกงูพิษกัดจะเห็น เป็นเขี้ยวพิษใหญ่ๆ 2 จุด หากเป็นรอยเขี้ยวเล็ก ๆ จำนวนมากแสดงว่าเป็นงูไม่มีพิษ งูพิษ ในประเทศไทย แบ่งออกเป็น 3 ประเภท ตามอำนาจทำลายของน้ำพิษต่อระบบของร่างกาย คือ



งูเห่า



งูจงอาง



งูทับสมิงคลา



งูสามเหลี่ยม

งูพิษต่อระบบประสาท

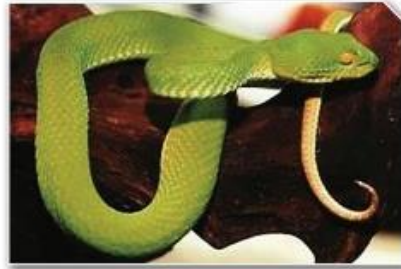
เมื่อถูกงูพิษประเภทนี้กัด พิษจะทำลายระบบประสาท ทำให้มีอาการหนังตาตก ลิ้มตา ไม่ขึ้น ขากรรไกรแข็ง พุดไม่ชัด กลืนน้ำลายไม่ได้ แน่นหน้าอก หายใจไม่สะดวก อ่อนเพลีย อัมพาตและเสียชีวิตจากการหายใจขัดข้อง งูประเภทนี้ ได้แก่ งูเห่า งูจงอาง งูสามเหลี่ยม และ งูทับสมิงคลา เป็นต้น

งูพิษต่อระบบเลือด

เมื่อถูกกัด จะมีอาการปวดบวมบริเวณที่ถูกกัดอย่างชัดเจน มีเลือดซึมตามรอยเขี้ยว เลือดออกใต้ผิวหนังเป็นช้ำ เลือดออกตามไรฟัน เลือดกำเอาไหล อาเจียน และถ่ายอุจจาระ เป็นเลือด งูประเภทนี้ ได้แก่ งูกะปะ งูแมวเซา งูเขียวหางไหม้ เป็นต้น



งูแมวเซา



งูเขียวหางไหม้



งูกะปะ

งูพิษต่อระบบกล้ามเนื้อ

เมื่อถูกกัด จะมีอาการคล้ายงูพิษต่อระบบประสาทกัด เจ็บปวดกล้ามเนื้อ โดยเฉพาะที่สะโพกและไหล่ ไตวายเฉียบพลัน ซึ่งเป็นสาเหตุของการเสียชีวิต งูประเภทนี้ ได้แก่ งูทะเล



งูทะเล

ลักษณะบาดแผลจากงูมีพิษกัด



ลักษณะบาดแผลจากงูไม่มีพิษกัด



การปฐมพยาบาลเบื้องต้นเมื่อถูกงูกัด

1. หยุดการเคลื่อนไหวของร่างกาย สังเกตบาดแผลว่ามีรอยเขี้ยวพิษหรือไม่
2. ล้างแผลด้วยน้ำสะอาด หรือน้ำเกลือทันที ใช้ผ้าม้วนยึดพันตั้งแต่บริเวณใต้รอยเขี้ยวที่ถูกกัดขึ้นมาจนถึงข้อต่อของอวัยวะส่วนนั้นหรือสูงเหนือบาดแผลให้มากที่สุด



3. หาไม้กระดาน หรือวัสดุที่มีความแข็งแรงมาตามแล้วพันด้วยผ้าม้วนยึดทับอีกครั้ง เพื่อให้อวัยวะส่วนที่ถูกกัดเคลื่อนไหวได้น้อยที่สุด และจัดอวัยวะส่วนที่ถูกกัดให้อยู่ต่ำกว่าระดับหัวใจ
4. นำผู้บาดเจ็บส่งสถานพยาบาล หรือโรงพยาบาลที่อยู่ใกล้ โดยเร็วที่สุด เพื่อรับการรักษาด้วยเซรุ่มแก้พิษงู
5. ถ้างงพิษเข้าตา ให้ล้างตาด้วยน้ำสะอาดมาก ๆ ห้ามขยี้ตา และรีบนำส่งโรงพยาบาล
6. อย่าตื่นเต้น หรือตกใจเพราะจะทำให้หัวใจสูบฉีดเลือดมากขึ้น พิษงูจะกระจายเร็วขึ้น
7. ห้ามรับประทานยาและเครื่องดื่มที่กระตุ้นหัวใจ



สิ่งที่ไม่ควรกระทำเมื่อถูกงูกัด

- ไม่ควรใช้ไฟจี้ หรือมีดกรีดบาดแผล เพราะจะทำให้แพทย์วินิจฉัยผิดพลาด
- ไม่ควรใช้ขันชะเนาะ เพราะอาจทำให้อวัยวะขาดเลือดได้
- ไม่ควรใช้ปากดูดบาดแผล
- ไม่ควรให้ผู้ป่วยดื่มสุรา
- ไม่ควรใช้ยากระตุ้นหัวใจ มอร์ฟีน ยาระเหย หรือยาแก้ปวดต่าง ๆ เพราะจะทำให้สับสนถึงอาการของพิษงูทางระบบประสาท

แผนการจัดการเรียนรู้ลำดับที่ 22

หน่วยการเรียนรู้ที่	เรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน แมง หรือ แมลงมีพิษกัด ต่อย	
รหัสวิชา	รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา.....	ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ...
กลุ่มสาระการเรียนรู้	สุขศึกษาและพลศึกษา	
ปีการศึกษา	ภาคเรียนที่	เวลา 1 ชั่วโมง

1. มาตรฐานการเรียนรู้ / ตัวชี้วัด

1.1 มาตรฐานการเรียนรู้

มาตรฐาน พ 5.1 ป้องกันและหลีกเลี่ยงปัจจัยเสี่ยง พฤติกรรมเสี่ยงต่อสุขภาพ อุบัติเหตุ การใช้ยา สารเสพติด และความรุนแรง

1.2 ตัวชี้วัด

พ 5.1 ม. 4-6/7 แสดงวิธีการการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน

2. สาระสำคัญ / ความคิดรวบยอด

แมงหรือแมลงมีพิษ หากถูกกัดหรือต่อย ในรายที่รุนแรง จะมีอาการหน้าบวม ซีก หายใจลำบาก ไตวาย น้ำท่วมปอด ซึ่งหากการปฏิบัติการช่วยชีวิตผู้ป่วยอย่างถูกวิธี และยังสามารถช่วยให้ผู้ป่วยปลอดภัยและกลับมามีชีวิตอีกครั้งได้ เพราะฉะนั้นต้องได้รับการฝึกปฏิบัติที่ถูกต้องและเกิดความชำนาญ เพื่อประสิทธิภาพในการช่วยชีวิตที่ดี

3. สาระการเรียนรู้

3.1 สาระการเรียนรู้แกนกลาง

การแพทย์ฉุกเฉินและวิธีการปฐมพยาบาลฉุกเฉินที่ถูกต้อง

4. สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน

- 4.1 ความสามารถในการสื่อสาร 4.2 ความสามารถในการคิด 4.3 ความสามารถในการแก้ปัญหา
 4.4 ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต 4.5 ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

5. คุณลักษณะอันพึงประสงค์

5.1 คุณลักษณะอันพึงประสงค์ (ตามหลักสูตรแกนกลาง)

- 1) รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์ 2) ซื่อสัตย์สุจริต 3) มีวินัย 4) ใฝ่เรียนรู้
 5) อยู่อย่างพอเพียง 6) มุ่งมั่นในการทำงาน 7) รักความเป็นไทย 8) มีจิตสาธารณะ

5.2 คุณลักษณะตามหลักสูตรมาตรฐานสากล

- 1) มีความรู้พื้นฐานในยุคดิจิทัล วิทยาศาสตร์ เศรษฐศาสตร์ เทคโนโลยี รู้ภาษา พหุวัฒนธรรม
ตระหนักสำนึกระดับโลก
- 2) สามารถคิดประดิษฐ์อย่างสร้างสรรค์ ปรับตัว ใฝ่รู้ ใฝ่เรียน วิเคราะห์ สังเคราะห์ สรุป สร้างองค์ความรู้
- 3) มีทักษะสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ
- 4) มีความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต
- 5) มีความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

6. ทักษะของผู้เรียนในศตวรรษที่ 21 (3R 8C)

- 6.1 ทักษะการอ่าน (Reading)
- 6.2 ทักษะการเขียน (Writing)
- 6.3 ทักษะการคิดคำนวณ (Arithmetic)
- 6.4 ทักษะด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณและทักษะในการแก้ปัญหา (Critical thinking and problem solving)
- 6.5 ทักษะด้านการสร้างสรรค์และนวัตกรรม (Creativity and innovation)
- 6.6 ทักษะด้านความร่วมมือการทำงานเป็นทีมและภาวะผู้นำ (Collaboration, teamwork, and leadership)
- 6.7 ทักษะด้านความเข้าใจต่างวัฒนธรรมต่างกระบวนทัศน์ (Cross-cultural understanding)
- 6.8 ทักษะด้านการสื่อสารสารสนเทศและรู้เท่าทันสื่อ (Communication information and media literacy)
- 6.9 ทักษะด้านคอมพิวเตอร์และเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร (Computing)
- 6.10 ทักษะอาชีพและทักษะการเรียนรู้ (Career and learning self-reliance, change)
- 6.11 ความมีคุณธรรม มีเมตตา มีระเบียบวินัย (Compassion)

7. การบูรณาการตามพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ

- 7.1 บูรณาการสวนพฤษศาสตร์โรงเรียน
- 7.2 บูรณาการเศรษฐกิจพอเพียง
- 7.3 อื่น ๆ (โปรดระบุ) วิชา ศิลปะ (การแสดง)

8. ชิ้นงาน / ภาระงาน (รวบยอด)

การแสดงการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน

9. การวัดและประเมินผล

9.1 การวัดและประเมินผลชิ้นงาน/ภาระงาน(รวบยอด)

- 1) วิธีการ การแสดงบทบาทสมมุติการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ุงพิชกััด
- 2) เครื่องมือ แบบประเมินการแสดงบทบาทสมมุติ
- 3) เกณฑ์ ผ่านเกณฑ์ที่ระดับคุณภาพ ดี

9.2 การวัดและประเมินผลระหว่างการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

ลำดับ	รายการที่วัดและประเมินผล	วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์
1	พฤติกรรมกรรมการฝึกปฏิบัติ	สังเกตพฤติกรรม การฝึกปฏิบัติ	แบบประเมิน พฤติกรรมกรรมการฝึก ปฏิบัติ	ผ่านเกณฑ์ที่ระดับ คุณภาพ ดี
2	ปฏิบัติการปฐมพยาบาล ฉุกเฉิน	แสดงบทบาทสมมุติ การปฐมพยาบาล ฉุกเฉิน	แบบประเมิน การ แสดงบทบาทสมมุติ	ผ่านเกณฑ์ที่ระดับ คุณภาพ ดี

10. สื่อเรียนรู้/แหล่งเรียนรู้

10.1 สื่อการเรียนรู้

- 1) คลิปการช่วยเหลือเบื้องต้นผู้ป่วยถูกสัตว์มีพิษต่อย
- 2) คลิปวิธีการปฐมพยาบาลเมื่อถูกแมลงมีพิษต่อย

10.2 แหล่งเรียนรู้

- 1) <https://www.youtube.com/watch?v=uCULGL1BJrQ>
- 2) <https://www.youtube.com/watch?v=MOqA98DU61c>

11. กิจกรรมการเรียนรู้

เรื่องที่ 22 การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน
จำนวนเวลาเรียน 1 ชั่วโมง

เรื่อง แมง หรือ แมลงมีพิษกัด ต่อย

วิธีสอน สืบเสาะหาความรู้ Inquiry Method : 5E

ขั้นที่ 1 กระตุ้นความสนใจ (Engage)

1. นักเรียนดูคลิปวิดีโอที่เกี่ยวกับการปฐมพยาบาลฉุกเฉินการโดน แมง หรือ แมลงมีพิษกัด ต่อย
2. ครูใช้คำถาม กระตุ้นความสนใจและอยากรู้อยากเรียน

ขั้นที่ 2 ขั้นสำรวจและค้นหา

1. นักเรียนจับกลุ่ม 3 คน ร่วมกันสืบค้น ในหัวข้อ “การปฐมพยาบาลฉุกเฉินการโดน แมง หรือ แมลงมีพิษกัด ต่อย”
2. นักเรียนจับกลุ่ม 6 คน โดยรวมกลุ่ม 3 คน จำนวน 2 กลุ่ม เป็น 1 กลุ่ม แลกเปลี่ยนเรียนรู้ในสิ่งที่ครูให้ศึกษาและสรุปการปฐมพยาบาลฉุกเฉินการโดน แมง หรือ แมลงมีพิษกัด ต่อยเป็นขั้นตอนให้เข้าใจ
3. นักเรียนแต่ละกลุ่มเตรียมการแสดงบทบาทสมมติ

ขั้นที่ 3 ขั้นอธิบายความรู้

1. ตัวแทนกลุ่มออกมานำเสนอแสดงบทบาทสมมติของกลุ่มตนเอง
2. ครูเสริมความรู้ในประเด็นที่แตกต่างหรือขาดหายไป

ขั้นที่ 4 ขั้นขยายความเข้าใจ

1. ครูให้นักเรียนดูคลิปวิดีโอ เพิ่มเติม เกี่ยวกับการปฐมพยาบาล พร้อมกับอธิบายเพิ่มเติม

ขั้นที่ 5 ตรวจสอบผล (Evaluate)

1. ครูและนักเรียนอภิปรายสรุปร่วมกัน เรื่อง “การปฐมพยาบาลฉุกเฉินการโดน แมง หรือ แมลงมีพิษกัด ต่อย”

การประเมินชิ้นงาน/ภาระงาน (รวบยอด)

แบบประเมินบทบาทสมมุติ การปฐมพยาบาลฉุกเฉินแมง หรือ แมลงมีพิษกัด ต่อย

รายการประเมิน	คำอธิบายระดับคุณภาพ/ระดับคะแนน			
	ดีมาก (4)	ดี (3)	พอใช้ (2)	ปรับปรุง (1)
1. การช่วยเหลือในสถานการณ์ต่าง ๆ	เลือกใช้การช่วยเหลือได้เหมาะสมกับสถานการณ์ ถูกต้องและสามารถช่วยเหลือได้จริงในระดับ ดีมาก	เลือกใช้การช่วยเหลือได้เหมาะสมกับสถานการณ์ ถูกต้องและสามารถช่วยเหลือได้จริงในระดับดี	เลือกใช้การช่วยเหลือได้เหมาะสมกับสถานการณ์ ถูกต้องและสามารถช่วยเหลือได้จริงในระดับปานกลาง	เลือกใช้การช่วยเหลือได้เหมาะสมกับสถานการณ์ ถูกต้องและสามารถช่วยเหลือได้จริงในระดับพอใช้
2. การปฏิบัติการปฐมพยาบาลฉุกเฉินแมง หรือ แมลงมีพิษกัด ต่อย ปฏิบัติดังนี้ 1) ล้างบาดแผลด้วยน้ำสะอาดและสบู่ หรือทาแผลด้วยแอมโมเนีย 2) ประคบด้วยน้ำเย็น 3) ถ้าปวดมากให้รับประทานยาแก้ปวดได้ 4) ถ้ามีอาการมากให้รีบนำส่งโรงพยาบาล	ปฏิบัติได้ถูกต้องครบ 4 ข้อ	ปฏิบัติได้ถูกต้อง 3 ข้อ	ปฏิบัติได้ถูกต้อง 2 ข้อ	ปฏิบัติได้ถูกต้อง 1 ข้อ

หมายเหตุ ให้นิยามความหมายของระดับคุณภาพให้เป็น (rubric score)

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ

ช่วงคะแนน	7 - 8	5 - 6	3 - 4	0 - 2
ระดับคุณภาพ	ดีมาก	ดี	พอใช้	ปรับปรุง

ไขความรู้การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน แมง หรือ แมลงมีพิษกัด ต่อย



ผึ้ง ตัวต่อ แตน

ผึ้ง ตัวต่อ แตน กัดต่อย ในรายที่รุนแรง จะมีอาการหน้าบวม ช็อก หายใจลำบาก ไตวาย น้ำท่วมปอด

การปฐมพยาบาล

ในกรณีเหล็กในติดอยู่แผล ต้องเอาเหล็กในออกก่อน โดยใช้หัวปากกาถูกลิ้นที่ถอดใส่ออกครอบจุดที่ถูกกัดต่อยแล้วกดให้เหล็กในโผล่ขึ้นมา แล้วจึงใช้แหนบดึงเหล็กในออก ล้างบาดแผลด้วยน้ำสะอาดและสบู่ หรือทาแผลด้วยแอมโมเนีย ประคบด้วยน้ำเย็นถ้าปวดมากให้รับประทานยาแก้ปวดได้ ถ้ามีอาการแพ้หนักมากให้รีบนำส่งโรงพยาบาล



แมงป่อง แมงมุม ตะขาบ

แมงป่อง แมงมุม ตะขาบ กัด จะมีอาการปวดบวม แดงร้อน ในรายที่รุนแรง อาจเกิด ภาวะไตวายได้

การปฐมพยาบาล

ล้างบาดแผลด้วยน้ำสะอาดและสบู่ หรือทาแผลด้วยแอมโมเนีย ประคบด้วยน้ำเย็น ถ้าปวดมากให้รับประทานยาแก้ปวดได้ ถ้ามีอาการมากให้รีบนำส่งโรงพยาบาล

เอกสารแนบท้ายแผนการจัดการเรียนรู้

1. เกณฑ์การประเมินกิจกรรมกลุ่ม การทำผังมโนทัศน์และใบงาน
2. แบบประเมินการแสดงบทบาทสมมติ
3. แบบประเมินกิจกรรมกลุ่ม
4. ใบกิจกรรม เรื่อง การแพทย์และการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน

เกณฑ์การประเมินกิจกรรมกลุ่ม การทำผังมโนทัศน์ เรื่อง ขั้นตอนการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะไฟไหม้

รายการประเมิน	คำอธิบายระดับคุณภาพ/ระดับคะแนน			
	ดีมาก (4)	ดี (3)	พอใช้ (2)	ปรับปรุง (1)
1.ความถูกต้องชัดเจนของเนื้อหา	เขียนขั้นตอนการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะแผลไหม้ (Burn) ได้ถูกต้องครบถ้วนทุกขั้นตอน	เขียนขั้นตอนการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะแผลไหม้ (Burn) ได้ถูกต้องขาดบางขั้นตอน	เขียนขั้นตอนการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะแผลไหม้ (Burn) ผิดบางขั้นตอน	เขียนขั้นตอนการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะแผลไหม้ (Burn) ผิดหลายขั้นตอน
2. การใช้ภาษา	เขียนได้ตรงตามประเด็นตามที่กำหนดไว้ ภาษาที่ใช้สะกดถูกต้องทำให้ผู้อ่านเข้าใจได้ง่ายและมีแนวคิดที่น่าสนใจ	เขียนได้ตรงตามประเด็นตามที่กำหนดไว้ ภาษาที่ใช้สะกดถูกต้องทำให้ผู้อ่านเข้าใจได้ง่าย	เขียนได้ตรงตามประเด็นตามที่กำหนดไว้ ภาษาอ่านยาก เกิดความสับสนในการอ่าน	เขียนไม่ตรงตามประเด็น
3. ความสวยงามและความมีระเบียบของชิ้นงาน	มีสีสันสวยงาม มีการจัดระเบียบในการเขียน และมีความคิดสร้างสรรค์	มีสีสันสวยงาม เป็นระเบียบ	มีสีสันสวยงามแต่ไม่มีการจัดระเบียบในการเขียน	ไม่มีระเบียบและสีสันสวยงาม

หมายเหตุ ให้นิยามความหมายของระดับคุณภาพให้เป็น (rubric score)

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ

ช่วงคะแนน	12 – 10	7 – 9	4 – 6	0 - 3
ระดับคุณภาพ	ดีมาก	ดี	พอใช้	ปรับปรุง

เกณฑ์การประเมินกิจกรรมกลุ่ม การทำใบงาน เรื่อง ขั้นตอนการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน กระจกหัก

รายการประเมิน	คำอธิบายระดับคุณภาพ/ระดับคะแนน			
	ดีมาก (4)	ดี (3)	พอใช้ (2)	ปรับปรุง (1)
1. ความถูกต้องชัดเจนของเนื้อหา	เขียนขั้นตอนการปฐมพยาบาล กระจกหักได้ถูกต้องครบถ้วนทุกขั้นตอน	เขียนขั้นตอนการปฐมพยาบาล กระจกหักถูกต้องขาดบางขั้นตอน	เขียนขั้นตอนการปฐมพยาบาล กระจกผิบบางขั้นตอน	เขียนขั้นตอนการปฐมพยาบาล กระจกผิบลายขั้นตอน
2. การใช้ภาษา	เขียนได้ตรงตามประเด็นตามที่กำหนดไว้ ภาษาที่ใช้สะกดถูกต้องทำให้ผู้อ่านเข้าใจได้ง่ายและมีแนวคิดที่น่าสนใจ	เขียนได้ตรงตามประเด็นตามที่กำหนดไว้ ภาษาที่ใช้สะกดถูกต้องทำให้ผู้อ่านเข้าใจได้ง่าย	เขียนได้ตรงตามประเด็นตามที่กำหนดไว้ ภาษาอ่านยาก เกิดความสับสนในการอ่าน	เขียนไม่ตรงตามประเด็น
3. ความสวยงามและความมีระเบียบของชิ้นงาน	มีสีสันสวยงาม มีการจัดระเบียบในการเขียนและมีความคิดสร้างสรรค์	มีสีสันสวยงาม เป็นระเบียบ	มีสีสันสวยงามแต่ไม่มีการจัดระเบียบในการเขียน	ไม่มีระเบียบและสีสันสวยงาม

หมายเหตุ ให้นิยามความหมายของระดับคุณภาพให้เป็น (rubric score)

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ

ช่วงคะแนน	12 – 10	7 – 9	4 – 6	0 - 3
ระดับคุณภาพ	ดีมาก	ดี	พอใช้	ปรับปรุง

แบบประเมินการแสดงบทบาทสมมติการแพทย์และปฐมพยาบาลฉุกเฉิน

กลุ่มที่..... ชั้นมัธยมศึกษาปีที่

คำชี้แจง : ให้ ผู้สอน สังเกตพฤติกรรมการแสดงบทบาทสมมติตามรายการ แล้วขีด ✓ ลงในช่องที่ตรงกับระดับคะแนน

ลำดับที่	ชื่อ-สกุล ของผู้รับการประเมิน	การช่วยเหลือใน สถานการณ์ต่าง ๆ				การปฏิบัติการ ปฐมพยาบาล ฉุกเฉิน				รวม 8 คะแนน	หมายเหตุ
		4	3	2	1	4	3	2	1		

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน
...../...../.....

เกณฑ์การให้คะแนน

**ตาม Rubric Score ในหน่วยการเรียนรู้

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ

ช่วงคะแนน	7 - 8	5 - 6	3 - 4	0 - 2
ระดับคุณภาพ	ดีมาก	ดี	พอใช้	ปรับปรุง

กลุ่มที่..... ชั้นมัธยมศึกษาปีที่

คำชี้แจง : ให้ ผู้สอน/หัวหน้ากลุ่ม สังเกตพฤติกรรมการทำกิจกรรมของนักเรียนแล้วขีด ✓ ลงในช่องที่ตรงกับระดับคะแนน

ลำดับ ที่	ชื่อ-สกุล ของผู้รับการ ประเมิน	ความร่วมมือกัน ทำกิจกรรม				การแสดง ความคิดเห็น				การรับฟัง ความคิดเห็น				การตั้งใจ ทำงาน				การแก้ไข ปัญหา/ หรือ ปรับปรุง ผลงานกลุ่ม				รวม 20 คะแนน	
		4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1		

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน
...../...../.....

เกณฑ์การให้คะแนน

ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมอย่างสม่ำเสมอ	ให้	4	คะแนน
ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมบ่อยครั้ง	ให้	3	คะแนน
ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมบางครั้ง	ให้	2	คะแนน
ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมน้อยครั้ง	ให้	1	คะแนน

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ	
ช่วงคะแนน	ระดับคุณภาพ
18 - 20	ดีมาก
14 - 17	ดี
10 - 13	พอใช้
ต่ำกว่า 10	ปรับปรุง

ใบกิจกรรม เรื่อง

คำชี้แจง

สมาชิกกลุ่ม ชั้น.....

- | | | | | |
|---------------|-------------|--------|---------------|-------------|
| 1. ชื่อ | เลขที่..... | ประธาน | 4. ชื่อ | เลขที่..... |
| 2. ชื่อ | เลขที่..... | รองฯ | 5. ชื่อ | เลขที่..... |
| 3. ชื่อ | เลขที่..... | เลขฯ | 6. ชื่อ | เลขที่..... |

แพลตฟอร์มที่ 3

แนวทางการจัดการเรียนรู้สำหรับครูประจำชั้น

แพลตฟอร์มที่ 3

แนวทางการจัดการเรียนรู้สำหรับครูประจำชั้น

คำอธิบายแพลตฟอร์ม

การจัดประสบการณ์การเรียนรู้ผ่านการแนะนำและพูดคุยกับนักเรียนยามเช้าในคาบ Homeroom เพื่อส่งเสริมนักเรียนเป็นรายบุคคลหรือเป็นกลุ่ม โดยมีการฝึกปฏิบัติหรือทำกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อนักเรียนในด้านต่าง ๆ เช่น การรู้จักตนเอง การรู้จักผู้อื่นและสิ่งแวดล้อม ทักษะการตัดสินใจ ทักษะการปรับตัวและการวางแผนชีวิต เป็นต้น โดยบูรณาการเข้ากับองค์ความรู้ด้านการแพทย์ฉุกเฉิน การช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐานและการใช้เครื่อง AED การกิจกรรมเหล่านี้จะจัดในห้องเรียนหรือนอกห้องเรียนก็ได้

ผลลัพธ์การเรียนรู้ของกลุ่มเป้าหมายของแพลตฟอร์มหลักสูตร

1. นักเรียนสามารถสรุปองค์ความรู้ด้านการแพทย์ฉุกเฉินเบื้องต้นได้
2. นักเรียนสามารถปฏิบัติการปฐมพยาบาลฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน (CPR) และใช้อุปกรณ์ AED ได้

ระยะเวลา

จำนวน 22 แผนการจัดการเรียนรู้ รวมทั้งสิ้น 22 ชั่วโมง

บทนำ

แนวทางการจัดการเรียนรู้สำหรับครูประจำชั้น โดยกิจกรรมโฮมรูม เป็นการจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมนักเรียนเป็นรายบุคคล หรือเป็นกลุ่มก็ได้ มีการฝึกปฏิบัติหรือทำกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อนักเรียนในด้านต่าง ๆ เช่น การรู้จักตนเอง การรู้จักผู้อื่นและ สิ่งแวดล้อม ทักษะการตัดสินใจ ทักษะการปรับตัวและการวางแผนชีวิต เป็นต้น กิจกรรมเหล่านี้จะจัดใน ห้องเรียนหรือนอกห้องเรียนก็ได้

แนวทางการจัดการเรียนรู้สำหรับครูประจำชั้น โดยกิจกรรมโฮมรูม เรื่อง การแพทย์และการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน เป็นการทำกิจกรรมระหว่างครูประจำชั้นและนักเรียน เพื่อให้นักเรียนเกิดทักษะในการมีความรู้และประสบการณ์ด้านการแพทย์ฉุกเฉิน และสามารถทำการปฐมพยาบาลเบื้องต้นได้อย่างถูกต้อง

การจัดกิจกรรมโฮมรูม เรื่อง การแพทย์และการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน จะเป็นการจัดประสบการณ์และการเรียนรู้สัปดาห์ละ 1 ครั้ง (ดังตารางแนบ) ซึ่งครูประจำชั้นสามารถปรับเปลี่ยนแผนการจัดกิจกรรมโฮมรูมให้เหมาะสมกับเวลา

ภาพรวมแผนกิจกรรมโฮมรูม

ครั้งที่	เรื่อง
1	กิจกรรมการแพทย์ฉุกเฉิน คือ อะไร
2	กิจกรรมการกู้ชีพขั้นพื้นฐาน การประเมินสถานการณ์ ณ จุดเกิดเหตุ
3	กิจกรรมการกู้ชีพขั้นพื้นฐาน การประเมินผู้ป่วย ณ จุดเกิดเหตุ
4	กิจกรรมการกู้ชีพขั้นพื้นฐาน ห่วงโซ่การรอดชีวิต
5	กิจกรรม การหาความหมายและความสำคัญของการฟื้นคืนชีพ CPR
6	กิจกรรมการกู้ชีพขั้นพื้นฐาน เครื่อง AED
7	กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะทางเดินหายใจถูกอุดกั้น
8	กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉินกล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือดเฉียบพลัน (Heart Attack)
9	กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน เส้นเลือดในสมองแตก ตีบ ตัน (Stroke)
10	กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน หอบหืด
11	กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะแพ้อย่างรุนแรงเฉียบพลัน (Anaphylaxis)
12	กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะเลือดออกภายนอกอย่างรุนแรง (Bleeding)
13	กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะช็อก (Shock)
14	กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน การบาดเจ็บที่ศีรษะ (Head Injury)
15	กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน การบาดเจ็บที่กระดูกสันหลัง (Spinal Injury)
16	กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน กระดูกหัก (Fractures)
17	กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะแผลไหม้ (Burn)
18	กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะชัก (Convulsion)
19	กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะช็อก (Psychological Trauma)
20	กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน การเคลื่อนย้ายผู้ป่วย ผู้บาดเจ็บในภาวะฉุกเฉิน
21	กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน งูพิษกัด
22	กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน แมง หรือ แมลงมีพิษกัด ต่อย

1. กิจกรรมการแพทย์ฉุกเฉิน คือ อะไร

สัปดาห์ที่ 1

เรื่อง การแพทย์ฉุกเฉิน คือ อะไร

สาระสำคัญ

การปฏิบัติการช่วยชีวิตผู้ป่วยอย่างถูกวิธี และสามารถช่วยให้ผู้ป่วยปลอดภัยและกลับมามีชีวิตอีกครั้งได้ซึ่งต้องได้รับการฝึกปฏิบัติที่ถูกต้องและเกิดความชำนาญเพื่อประสิทธิภาพในการช่วยชีวิตที่ดี

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้และเข้าใจในความหมายการแพทย์ฉุกเฉิน
2. เพื่อให้ผู้เรียนสร้างศักยภาพตนเองให้สามารถช่วยชีวิตผู้ที่ตกอยู่ในสถานการณ์ฉุกเฉินด้านสุขภาพ

ให้รอดปลอดภัย

เนื้อหาสาระ

เหตุการณ์ฉุกเฉินทางสุขภาพจากภัยพิบัติ อุบัติเหตุ หรือการป่วยรุนแรง ส่งผลให้เกิดภาวะเสี่ยงต่อการเสียชีวิต สิ่งสำคัญเร่งด่วนคือผู้ที่อยู่ในเหตุการณ์ขณะนั้นสามารถทำการกู้ชีพและปฐมพยาบาลอย่างถูกต้องรวดเร็ว มีประสิทธิภาพ เพื่อช่วยให้ผู้ป่วย หรือผู้บาดเจ็บที่หมดสติ หายุดมหายใจ หัวใจหยุดเต้น จากสถานการณ์ฉุกเฉินต่าง ๆ เช่น ภาวะหัวใจวายเฉียบพลัน กล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือดเฉียบพลัน จมน้ำ การทำงานในที่อับอากาศ ไฟฟ้าช็อต อุบัติเหตุทางท้องถนน หรือผู้ป่วยจากอาการของโรคที่มีอาการรุนแรง ซึ่งในช่วงเวลาสั้น ๆ เมื่อเกิดการหยุดหายใจเป็นช่วงเวลาที่มีความสำคัญมาก ผู้ป่วยอาจเสียชีวิตหรือสมองตายหากสมองขาดออกซิเจนนานเกิน 4 - 6 นาทีการช่วยชีวิต ณ จุดเกิดเหตุอย่างถูกต้องและรวดเร็วจะช่วยให้ผู้ป่วยรอดชีวิตหรือยืดระยะเวลาให้ผู้ป่วยได้รับการส่งต่อไปยังทีมแพทย์ฉุกเฉินได้อย่างปลอดภัย

การดำเนินกิจกรรม

1. ให้นักเรียนทำแบบทดสอบก่อนเรียนใน Application quizz
2. ครูเปิดวิดีโอการแพทย์ฉุกเฉิน
3. ครูให้นักเรียนช่วยกันสรุปผลดีของการแพทย์ฉุกเฉิน
4. ครูและนักเรียนร่วมกันสนทนาถึงข้อมูลข่าวการแพทย์ฉุกเฉินที่เคยเจอ เช่น เคยเจอพลเมืองเมืองช่วยเหลือคนจมน้ำ และปฐมพยาบาลเบื้องต้น

ชิ้นงาน / ภาระงาน (รวบยอด)

สรุปผลดีของการแพทย์ฉุกเฉิน

การวัดและประเมินผล

1 การวัดและประเมินผลชิ้นงาน/ภาระงาน (รวบยอด)

- 1) วิธีการ การอภิปราย สรุปร่วมกัน
- 2) เครื่องมือ แบบทดสอบใน Application quizz
- 3) เกณฑ์ ผ่านเกณฑ์ที่ระดับคุณภาพ ดี

การวัดและประเมินผลระหว่างการจัดกิจกรรมการเรียนรู้

สื่อการเรียนรู้ / แหล่งเรียนรู้

สื่อการเรียนรู้

- 1) สื่อการเรียนรู้

แหล่งเรียนรู้

- 1) <https://quizz.com/admin/quiz/5d72f10a4bfcac001a6eae5d/application>
- 2) <https://www.youtube.com/watch?v=GOfy4uN-hcQ>

ลำดับ	รายการที่วัดและประเมินผล	วิธีการ	เครื่องมือ	เกณฑ์
1.	ทดสอบความรู้ก่อนเรียน	ทำแบบทดสอบก่อนเรียนใน Application quizz	แบบทดสอบก่อนเรียนใน Application quizz	ประเมินตามสภาพจริง
2.	บอกขั้นตอนการประเมินสถานการณ์ ณ จุดเกิดเหตุได้	1. สรุปรการประเมินสถานการณ์ ณ จุดเกิดเหตุได้ 2. การถาม-ตอบ ในกิจกรรมการเรียนรู้	1. แบบประเมินการสรุป 2. คำถามและแนวคำตอบ	ผ่านเกณฑ์ที่ระดับคุณภาพดี

ใบกิจกรรม เรื่อง ความหมายการแพทย์ฉุกเฉิน

สมาชิกกลุ่ม ชั้น.....

1. ชื่อเลขที่.....
2. ชื่อเลขที่.....
3. ชื่อเลขที่.....

คำชี้แจง

1. นักเรียนจับกลุ่ม 3 คน ร่วมกันสืบค้น ในหัวข้อ “ความหมายการแพทย์ฉุกเฉิน”
2. นักเรียนแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับเพื่อนๆกลุ่มอื่นในสิ่งที่ครูให้ศึกษาและสรุปเป็นแผนผังความคิดลงในกระดาษปรีฟของ

กลุ่มที่..... ชั้นมัธยมศึกษาปีที่

คำชี้แจง : ให้ ผู้สอน/หัวหน้ากลุ่ม สังเกตพฤติกรรมการทำกิจกรรมของนักเรียนแล้วขีด ✓ ลงในช่องที่ตรงกับระดับคะแนน

ลำดับที่	ชื่อ-สกุล ของนักเรียน	ความร่วมมือกัน ทำกิจกรรม				การแสดง ความคิดเห็น				การรับฟัง ความคิดเห็น				การตั้งใจ ทำงาน				การแก้ไข ปัญหา/หรือ ปรับปรุง ผลงานกลุ่ม				รวม 20 คะแนน
		4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	

ลงชื่อ.....ผู้ประเมิน

...../...../.....

เกณฑ์การให้คะแนน

- ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมอย่างสม่ำเสมอ ให้ 4 คะแนน
- ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมบ่อยครั้ง ให้ 3 คะแนน
- ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมบางครั้ง ให้ 2 คะแนน
- ปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมน้อยครั้ง ให้ 1 คะแนน

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ	
ช่วงคะแนน	ระดับคุณภาพ
18 - 20	ดีมาก
14 - 17	ดี
10 - 13	พอใช้
ต่ำกว่า 10	ปรับปรุง

แบบประเมินชิ้นงานสรุป เรื่อง ความหมายการแพทย์ฉุกเฉิน

รายการประเมิน	คำอธิบายระดับคุณภาพ/ระดับคะแนน			
	ดีมาก (4)	ดี (3)	พอใช้ (2)	ปรับปรุง (1)
1. ความถูกต้องชัดเจนของเนื้อหา	สามารถอธิบายเรื่องการแพทย์ฉุกเฉินได้ถูกต้องครบถ้วน	สามารถอธิบายเรื่องการแพทย์ฉุกเฉินได้ถูกต้องบางส่วน	สามารถอธิบายเรื่องการแพทย์ฉุกเฉินผิดหลายส่วน	ไม่สามารถอธิบายเรื่องการแพทย์ฉุกเฉินผิดหลายส่วน
2. การใช้ภาษา	เขียนได้ตรงตามประเด็นตามที่กำหนดไว้ ภาษาที่ใช้สะกดถูกต้องทำให้ผู้อ่านเข้าใจได้ง่ายและมีแนวคิดที่น่าสนใจ	เขียนได้ตรงตามประเด็นตามที่กำหนดไว้ ภาษาที่ใช้สะกดถูกต้องทำให้ผู้อ่านเข้าใจได้ง่าย	เขียนได้ตรงตามประเด็นตามที่กำหนดไว้ ภาษาอ่านยาก เกิดความสับสนในการอ่าน	เขียนไม่ตรงตามประเด็น
3. ความสวยงามและความมีระเบียบของชิ้นงาน	มีสีสันสวยงาม มีการจัดระเบียบในการเขียน และมีความคิดสร้างสรรค์	มีสีสันสวยงาม เป็นระเบียบ	มีสีสันสวยงามแต่ไม่มีการจัดระเบียบในการเขียน	ไม่มีระเบียบและสีสันสวยงาม
4. ระยะเวลา	ส่งก่อนกำหนดหรือตรงตามกำหนด	ส่งช้ากว่ากำหนด 1-2 วัน	ส่งช้ากว่ากำหนด 3 วัน	ส่งช้ากว่ากำหนดมากกว่า 4 วันขึ้นไป

หมายเหตุ ให้นิยามความหมายของระดับคุณภาพให้เป็น (rubric score)

เกณฑ์การตัดสินคุณภาพ

ช่วงคะแนน	16 – 12	11 – 7	4 – 6	0 - 3
ระดับคุณภาพ	ดีมาก	ดี	พอใช้	ปรับปรุง

2. กิจกรรมการกู้ชีพขั้นพื้นฐาน การประเมินสถานการณ์ ณ จุดเกิดเหตุ

สัปดาห์ที่ 2

เรื่อง การกู้ชีพขั้นพื้นฐาน การประเมินสถานการณ์ ณ จุดเกิดเหตุ

สาระสำคัญ

การปฏิบัติการช่วยชีวิตผู้ป่วยอย่างถูกวิธี และสามารถช่วยให้ผู้ป่วยปลอดภัยและกลับมามีชีวิตอีกครั้งได้ซึ่งต้องได้รับการฝึกปฏิบัติที่ถูกต้องและเกิดความชำนาญ เพื่อประสิทธิภาพในการช่วยชีวิตที่ดี

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้และเข้าใจในการประเมินสถานการณ์ ณ จุดเกิดเหตุ
2. เพื่อให้ผู้เรียนสร้างศักยภาพตนเองให้สามารถช่วยชีวิตผู้ที่ตกอยู่ในสถานการณ์ฉุกเฉินด้านสุขภาพให้รอดปลอดภัย
3. ผู้เรียนสามารถการประเมินสถานการณ์ ณ จุดเกิดเหตุได้

เนื้อหาสาระ

ก่อนการเข้าไปให้การช่วยเหลือผู้ป่วย ผู้ช่วยเหลือต้องคำนึงถึงความปลอดภัยของตนเองและบุคคลที่อยู่ ณ จุดเกิดเหตุ โดยการประเมินสถานการณ์ ณ จุดเกิดเหตุว่ามีความปลอดภัยสำหรับตนเอง และทีมที่จะเข้าไปให้ความช่วยเหลือหรือไม่ หากสำรวจความปลอดภัยของสถานที่หรือจุดเกิดเหตุแล้ว พบว่าสถานการณ์ไม่ปลอดภัย เช่น มีไฟไหม้ ไฟฟ้ากำลังช็อต ตึกกำลังจะถล่มแผ่นดินไหว เป็นต้น ห้ามเข้าไปช่วยเหลือ ให้รีบร้องขอความช่วยเหลือทันที ตามหลักการที่ถูกต้องในการช่วยชีวิต ผู้ช่วยเหลือควรปฏิบัติการช่วยชีวิตอย่างรวดเร็วที่สุด ไม่ควรเคลื่อนย้ายผู้ป่วยจนกว่าจะแน่ใจว่าสามารถเคลื่อนย้ายได้อย่างปลอดภัย ยกเว้น ในกรณีที่ ผู้ป่วยหรือผู้บาดเจ็บอยู่ในสถานที่หรือสถานการณ์ที่ไม่เหมาะสมต่อการปฐมพยาบาล และมีความเสี่ยงต่อการเกิดอันตรายต่อทั้งผู้ป่วยและผู้ช่วยเหลือ หากพบสถานการณ์เช่นนี้ ให้แจ้งขอความช่วยเหลือจากหน่วยงานที่มีขีดความสามารถสูงกว่าเข้ามาให้ความช่วยเหลือทันทีหรือถ้ามี ผู้ช่วยเหลือเพียงพอในการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย ให้รีบเคลื่อนย้ายผู้ป่วยออกจากจุดเกิดเหตุ

การดำเนินกิจกรรม

1. ครูเปิดวิดีโอการประเมินสถานการณ์ ณ จุดเกิดเหตุ
2. ครูให้สมมติสถานการณ์ขึ้นมาและให้นักเรียนช่วยกันสถานการณ์ ณ จุดเกิดเหตุ
3. ครูสรุปการประเมินสถานการณ์ ณ จุดเกิดเหตุ

3. กิจกรรมการกู้ชีพขั้นพื้นฐาน การประเมินผู้ป่วย ณ จุดเกิดเหตุ

สัปดาห์ที่ 3

เรื่อง การกู้ชีพขั้นพื้นฐาน การประเมินผู้ป่วย ณ จุดเกิดเหตุ

สาระสำคัญ

การประเมินสถานการณ์และสภาพผู้ป่วย การประเมินสถานการณ์ (Scene size-up) หมายถึง การประเมินสิ่งแวดล้อมของสถานที่เกิดเหตุเพื่อความปลอดภัยทั้งตัวผู้ช่วยเหลือผู้ร่วมงานคนรอบข้างและผู้ป่วยสำหรับวางแผนในการเข้าช่วยเหลือหลักการประเมินสถานการณ์

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้และเข้าใจการประเมินสถานการณ์ ณ จุดเกิดเหตุ
2. ผู้เรียนสามารถการประเมินสถานการณ์ ณ จุดเกิดเหตุ
3. เพื่อให้ผู้เรียนสร้างศักยภาพตนเองให้สามารถช่วยชีวิตผู้ที่ตกอยู่ในสถานการณ์ฉุกเฉินด้านสุขภาพ

ให้รอดปลอดภัย

เนื้อหาสาระ

การประเมินสภาพผู้ป่วยเบื้องต้น

1. สภาพทั่วไปของผู้ป่วย (General impression)
2. ประเมินระดับความรู้สึกตัว (Mental status)
3. ประเมินทางเดินหายใจ (Airway: A)
4. ประเมินการหายใจ (Breathing:
5. ประเมินระบบการไหลเวียน (Circulation: C)

Rapid Trauma Assessment

1. การประเมินตรวจร่างกายตามระบบอย่างรวดเร็วใช้เวลาไม่เกิน ๙๐ วินาที
2. เพื่อค้นหาภาวะคุกคามต่อชีวิตที่สำคัญในผู้ป่วย severe Injury“
3. ปัญหาสำคัญคือปัญหา A-B-C
4. ใช้หลักการดูและการคลำ เริ่มประเมินตั้งแต่ศีรษะจรดปลายเท้า

การดำเนินกิจกรรม

1. ครูอธิบายความสำคัญของการเรียนให้นักเรียนฟัง
2. ครูเปิดวิดีโอการประเมินผู้ป่วย
3. ครูให้นักเรียนระดมความคิดจากการดูคลิปวิดีโอ
4. ให้นักเรียนส่งตัวแทนออกมาสรุปการประเมินผู้ป่วยเบื้องต้น

4. กิจกรรมการกู้ชีพขั้นพื้นฐาน ห่วงโซ่การรอดชีวิต

สัปดาห์ที่ 4

เรื่อง การกู้ชีพขั้นพื้นฐาน ห่วงโซ่การรอดชีวิต

สาระสำคัญ

การประเมินสถานการณ์และสภาพผู้ป่วย การประเมินสถานการณ์ (Scene size-up) หมายถึง การประเมินสิ่งแวดล้อมของสถานที่เกิดเหตุเพื่อความปลอดภัยทั้งตัวผู้ช่วยเหลือผู้ร่วมงานคนรอบข้างและผู้ป่วยสำหรับวางแผนในการเข้าช่วยเหลือหลักการประเมินสถานการณ์

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้และเข้าใจเรื่องห่วงโซ่การรอดชีวิต
2. เพื่อให้ผู้เรียนสร้างศักยภาพตนเองให้สามารถช่วยชีวิตผู้ที่ตกอยู่ในสถานการณ์ฉุกเฉินด้านสุขภาพ

ให้รอดปลอดภัย

เนื้อหาสาระ

ห่วงโซ่ของการรอดชีวิต



ห่วงที่ 1. การจดจำอาการและการโทรแจ้งระบบการแพทย์ฉุกเฉิน 1669 ทันที

ท่านต้องจดจำอาการของผู้ป่วยหัวใจหยุดเต้นให้ได้ว่ามีอาการ ไม่ตอบสนอง ไม่หายใจ หายใจ ผิดปกติ หรือหายใจเอือก และไม่มีชีพจร (สำหรับบุคลากรทางการแพทย์)

ทันทีที่ท่านจดจำอาการได้ว่าผู้ป่วยหัวใจหยุดเต้น ให้โทรแจ้งระบบการแพทย์ฉุกเฉิน 1669 หรือให้คนอื่นไปโทรแจ้ง ไม่นานหน่วยปฏิบัติการฉุกเฉินการแพทย์ก็จะมาถึงและรับผิดชอบต่อจากท่าน

ห่วงที่ 2. เริ่มทำการช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR) ทันที โดยเน้นที่การกดหน้าอก

ถ้าผู้ป่วยหัวใจหยุดเต้น ให้เริ่มทำการกดหน้าอก (CPR) ทันทีโดยไม่รอช้า

การเริ่มทำการช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR) ที่มีคุณภาพสูงภายหลังจากหัวใจหยุดเต้น สามารถเพิ่มโอกาสรอดของผู้ป่วยในห่วงโซ่ของการรอดชีวิตได้เป็นอย่างมาก

ผู้ที่อยู่ในเหตุการณ์ที่ไม่ได้รับการฝึกการช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR) มาก่อนก็สามารถช่วยท่านได้อย่างน้อยที่สุดก็ช่วยกดหน้าอกได้

การกดหน้าอกสามารถทำได้ ถึงแม้จะยังไม่ได้รับ การอบรมมา เพราะสามารถทำตามคำแนะนำจาก ศูนย์สั่งการ (1669) ทางโทรศัพท์ได้ การกดหน้าอกช่วยให้มีออกซิเจนไปเลี้ยงที่สมอง หัวใจ และอวัยวะที่สำคัญอื่น ๆ ซึ่งจะช่วยให้ผู้ป่วยมีชีวิตรอด จนกว่าจะมีการนำเครื่องเออีดีมาใช้ หรือได้รับการดูแลจากหน่วย แพทย์ขั้นสูง

ห่วงที่ 3. ได้รับการช็อกไฟฟ้าหัวใจอย่างรวดเร็วด้วยเครื่องเออีดี

การช็อกไฟฟ้าหัวใจอย่างรวดเร็วร่วมกับการกดหน้าอกคุณภาพสูง สามารถเพิ่มโอกาสรอดของผู้ป่วย ได้สองถึงสามเท่า ให้หาเครื่องเออีดี มาให้เร็วที่สุดเท่าที่จะทำได้

เครื่องเออีดี เป็นอุปกรณ์ที่มีน้ำหนักเบา เป็นเครื่องมือที่เคลื่อนย้ายได้ ซึ่งสามารถระบุลักษณะของ จังหวะการเต้นของหัวใจที่อาจเสียชีวิต และส่งกระแสไฟฟ้าไปช็อกเพื่อหยุดการเต้นของหัวใจที่ผิดปกติ และทำให้หัวใจกลับมาเต้นเป็นปกติอีกครั้ง

เครื่องเออีดี เป็นเครื่องที่ใช้งานง่ายและปลอดภัย ปัจจุบันอนุญาตให้บุคลากรทางการแพทย์และประชาชน ทั่วไปก็สามารถใช้ได้

ห่วงที่ 4. การช่วยชีวิตขั้นสูงอย่างมีประสิทธิภาพ (รวมถึงการนำผู้ป่วยขึ้นเปลและนำส่งโรงพยาบาล)

การช่วยชีวิตขั้นสูง (ALS) เป็นสะพานมาเชื่อมต่อจากการช่วยชีวิตขั้นพื้นฐาน (BLS) เพื่อให้ผู้ป่วยได้รับการดูแลเพิ่มมากขึ้น การช่วยชีวิตขั้นสูงสามารถทำได้หลายที่ (ทั้งในและนอกโรงพยาบาล) ประสิทธิภาพของ ทีมช่วยชีวิตขั้นสูงอาจจำเป็นต้องจัดหา อุปกรณ์ที่ดูแลผู้ป่วยเพิ่มมากขึ้น เช่น

12 lead electrocardiogram use advance cardiac monitoring

Electrical therapy intervention du cardioversion

การเปิดเส้นเลือดให้สารน้ำ

การให้ยาอย่างเหมาะสม

การใส่ท่อช่วยหายใจ

ห่วงที่ 5. การดูแลจากสหสาขาวิชาชีพภายหลังจากการช่วยฟื้นคืนชีพ

ทันทีที่ทำให้ผู้ป่วยกลับมา มีการไหลเวียนเลือดได้เองอีกครั้ง ห่วงโซ่ต่อไปก็คือการได้รับการดูแลภาย หลังจากหัวใจกลับมาเต้นอีกครั้ง การดูแลขั้นสูงเป็นการดูแลผู้ป่วยจากทีมสหสาขาวิชาชีพของบุคลากรทาง การแพทย์ มุ่งเน้นไปที่การป้องกันการกลับมาของภาวะหัวใจหยุดเต้น และให้การรักษาเฉพาะทาง เพื่อช่วยให้ มีโอกาสรอดมากขึ้น

การดูแลภายหลังจากภาวะหัวใจหยุดเต้น อาจจำเป็นต้องสวนหัวใจหรือรักษาในห้อง ICU การได้รับการดูแลอย่างต่อเนื่อง การเฝ้าติดตามอาการ การให้ยา หรือการผ่าตัด เพื่อ รักษาโรคประจำตัว และช่วยให้มีชีวิตรอดต่อไป

การดำเนินกิจกรรม

1. ครูให้เปิดวิดีโอห่วงโซ่การรอดชีวิตให้นักเรียน
2. ครูอธิบายเพิ่มเติมเรื่องห่วงโซ่การรอดชีวิต
3. ครูให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม 5 กลุ่ม ได้แก่
 - ห่วงที่ 1. การจดจำอาการและการโทรแจ้งระบบการแพทย์ฉุกเฉิน 1669 ทันที
 - ห่วงที่ 2. เริ่มทำการช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR) ทันที โดยเน้นที่การกดหน้าอก
 - ห่วงที่ 3. ได้รับการช็อกไฟฟ้าหัวใจอย่างรวดเร็วด้วยเครื่องเออีดี
 - ห่วงที่ 4. การช่วยชีวิตขั้นสูงอย่างมีประสิทธิภาพ
 - ห่วงที่ 5. การดูแลจากสหสาขาวิชาชีพภายหลังจากการช่วยฟื้นคืนชีพ
4. ครูให้แต่ละกลุ่มสรุปหัวข้อของตนเองและออกมานำเสนอหน้าชั้นเรียน

5. กิจกรรม การหาความหมายและความสำคัญของการฟื้นคืนชีพ CPR

สัปดาห์ที่ 5

เรื่อง การกู้ชีพขั้นพื้นฐานการหาความหมายและความสำคัญของการฟื้นคืนชีพ CPR

สาระสำคัญ

ปฏิบัติการช่วยฟื้นคืนชีพ (Cardiopulmonary Resuscitation: CPR) คือ การช่วยเหลือ ผู้ที่หยุดหายใจและหัวใจหยุดเต้น ทำให้ผู้ป่วยกลับมาหายใจ หรือมีการนำออกซิเจนเข้าสู่ร่างกาย และเกิดการไหลเวียนเลือดไปเลี้ยงอวัยวะต่าง ๆ ของร่างกายโดยเฉพาะสมองกับหัวใจ จนกระทั่งระบบต่าง ๆ กลับมาทำหน้าที่ได้ตามปกติ เป็นการป้องกันการเสียชีวิต หรือเนื้อเยื่อได้รับ ความเสียหายอย่างถาวรจากการขาดออกซิเจน

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้และเข้าใจการประเมินสถานการณ์ ณ จุดเกิดเหตุ
2. ผู้เรียนสามารถการประเมินสถานการณ์ ณ จุดเกิดเหตุ
3. เพื่อให้ผู้เรียนสร้างศักยภาพตนเองให้สามารถช่วยชีวิตผู้ที่ตกอยู่ในสถานการณ์ฉุกเฉิน

ด้านสุขภาพให้รอดปลอดภัย

เนื้อหาสาระ

ปฏิบัติการช่วยฟื้นคืนชีพ (Cardiopulmonary Resuscitation: CPR) คือ การช่วยเหลือผู้ที่หยุดหายใจและหัวใจหยุดเต้น ทำให้ผู้ป่วยกลับมาหายใจ หรือมีการนำออกซิเจนเข้าสู่ร่างกาย และเกิดการไหลเวียนเลือดไปเลี้ยงอวัยวะต่าง ๆ ของร่างกายโดยเฉพาะสมองกับหัวใจ จนกระทั่ง ระบบต่าง ๆ กลับมาทำหน้าที่ได้ตามปกติ เป็นการป้องกันการเสียชีวิต หรือเนื้อเยื่อได้รับ ความเสียหายอย่างถาวรจากการขาดออกซิเจน

ขั้นตอนการช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR)

1. ประเมินความปลอดภัย ณ จุดเกิดเหตุ เมื่อพิจารณาว่าปลอดภัยแล้วจึงเข้าไปหาผู้ป่วย
2. การประเมินผู้ป่วย โดยการปลุกเรียกผู้ป่วย ถ้ารู้จักชื่อให้เรียกชื่อ แต่ถ้าไม่รู้จักชื่อให้ เรียก “คุณ ๆ” ด้วยเสียงดัง พร้อมกับใช้มือตบที่บ่าทั้ง 2 ข้าง 3 ครั้ง 2 รอบ ขณะที่ตาจ้องมองไปที่ใบหน้าของผู้ป่วย ดูว่าผู้ป่วยมีการกระพริบตาหรือไม่ หากผู้ป่วย ไม่มีอาการตอบสนอง ให้ตะโกนขอความช่วยเหลือตามข้อ 3



ขอความช่วยเหลือ เรียกขอความช่วยเหลือ โทรศัพท์แจ้ง 1669 และขอเครื่องเออีดี



4. ประเมินการหายใจ โดยการตรวจสอบการหายใจ ให้มองไปที่หน้าอก หน้าท้องว่ามีการขยับขึ้นลงหรือไม่ ใช้เวลาไม่น้อยกว่า 5 วินาที แต่ไม่เกิน 10 วินาที



5. การกดหน้าอก วิธีการกดหน้าอก ให้ใช้สันมือข้างหนึ่งวางลงบนกึ่งกลางหน้าอก (กึ่งกลางระหว่างหัวนมทั้งสองข้าง) แล้วใช้มืออีกข้างหนึ่งวางทับด้านบน ใช้นิ้วมือทั้งสองข้างล็อกกันไว้ แขนทั้งสองข้างเหยียดตรงไหล่ของผู้ช่วยเหลือตั้งฉากกับหน้าอกของผู้ป่วยให้ใช้น้ำหนักจากไหล่กดลงมา แขนเหยียดตรง กดลงในแนวแรงตั้งฉากกับพื้นใช้ข้อสะโพกเป็นจุดหมุน เวลาในการกดและปล่อยมือขึ้นต้องเท่ากัน แรงและเร็วเป็นจังหวะให้ได้คุณภาพสูง ดังนี้

- กดลึกลงไป 5 - 6 เซนติเมตร หรือ 2 - 2.4 นิ้ว
- อัตราเร็วในการกดหน้าอก 100 - 120 ครั้งต่อนาที
- ชัดจังหวะ หรือหยุดกดหน้าอกให้น้อยกว่า 10 วินาที
- ถอนมือขึ้นมาเพื่อให้หน้าอกขยายคืนสู่ตำแหน่งเดิมทุกครั้ง
- ไม่เป่าลมช่วยหายใจโดยเป่าลมเข้ามากเกินไป

กดหน้าอก 30 ครั้ง สลับกับการเป่าปาก 2 ครั้ง นับเป็นหนึ่งรอบ ประเมินซ้ำทุก 5 รอบ

หมายเหตุ : ในกรณีที่ไม่มีอุปกรณ์ช่วยหายใจ หรือผู้ช่วยเหลือไม่ทำการเป่าปาก ให้กดหน้าอก อย่างเดียว ต่อเนื่อง 200 ครั้ง หรือประมาณ 2 นาที แล้วประเมินซ้ำ



6. การช่วยหายใจ (การเป่าปาก) ผู้ช่วยเหลือมีความเสี่ยงต่อการติดโรคจากการช่วยหายใจหรือการเป่าปาก เช่น โควิด-19 ไวรัสตับอักเสบบี ผู้ช่วยเหลือจึงสามารถ เลือกรช่วยเหลือฟื้นคืนโดยการกดหน้าอกอย่างเดียว ในกรณีที่ท่านมั่นใจว่าสามารถ ช่วยการหายใจได้ครบถ้วนตามหลักการช่วยฟื้นคืนชีพ การช่วยหายใจมีวิธีการ ดังนี้



6.1 หลังจากกดหน้าอกครบ 30 ครั้ง แล้วให้เปิดทางเดินหายใจ โดยใช้วิธีการกดหน้าผากเซียงคาง โดยใช้นิ้วโป้งกับนิ้วชี้ของมือข้างที่กดหน้าผาก บีบจมูกผู้ป่วยให้สนิท ส่วนมือข้างที่เซียงคาง ขึ้นมาช่วยเปิดปาก แล้วก้มลงไปประกบปากผู้ป่วย (ปากต่อปาก) เป่าลมเข้าใช้เวลาครั้งละประมาณ 1 วินาที ขณะเป่าลมเข้าให้ชำเลืองมองไปที่หน้าอกของผู้ป่วย ต้องมองเห็นหน้าอกขยับขึ้นชัดเจน แล้วเงยหน้าขึ้นเพื่อปล่อยให้ผู้ป่วยหายใจออกทางปาก แล้วเป่าปากซ้ำเป็นครั้งที่ 2

6.2 ถ้าเป่าลมไม่เข้าให้รีบเปิดทางเดินหายใจใหม่ทันที โดยการกดหน้าผากเซียงคางให้มากขึ้น แล้วเป่าปากครั้งที่ 2 (อย่าช่วยหายใจมากกว่า 2 ครั้ง) หลังจากนั้นให้รีบกดหน้าอกต่อทันที

6.3 ไม่เป่าลมช่วยหายใจโดยเป่าลมเข้ามากเกินไป



7. ช่วยฟื้นคืนชีพต่อเนื่อง หลังจากช่วยหายใจแล้ว ให้รีบกลับมากดหน้าอกต่อทันทีอย่างต่อเนื่อง หยุดกดหน้าอกให้น้อยที่สุด ไม่เกิน 10 วินาที โดยให้กดหน้าอก 30 ครั้ง สลับกับการเป่าปาก 2 ครั้ง หรือ 30 : 2 ไปจนครบ 5 รอบแล้วประเมินซ้ำ ให้ช่วยฟื้นคืนชีพไปจนกว่า

7.1 ผู้ป่วยจะกลับมามีสัญญาณชีพอีกครั้ง (ตากระพริบ ไอ หน้าอกหน้าท้องกระเพื่อมตามจังหวะการหายใจ หรือมีการเคลื่อนไหวของแขน ขา)

7.2 ทีมแพทย์ฉุกเฉินเข้ามาให้การช่วยเหลือ

7.3 เหนื่อยมากจนทำต่อไปไม่ไหว

7.4 แพทย์วินิจฉัยว่าผู้ป่วยเสียชีวิตแล้ว ให้ยุติการช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR)

การช่วยฟื้นคืนชีพ หากเป็นไปได้ควรมีผู้ช่วยเหลืออย่างน้อย 2 คน เพื่อสลับกัน กดหน้าอกและเป่าปาก จะช่วยเพิ่มประสิทธิภาพการช่วยชีวิตให้ได้ผลดีกว่าการมีผู้ช่วยเหลือคนเดียว

การช่วยฟื้นคืนชีพเด็ก

ผู้ช่วยเหลือดำเนินการตามขั้นตอนเช่นเดียวกับผู้ใหญ่ ปรับวิธีการกดหน้าอกโดยให้ ผู้ช่วยเหลือวางมือลงตรงกึ่งกลางหน้าอก (กึ่งกลางระหว่างหัวนม) กดลึกลงไปประมาณ 1/4 ของความหนาของหน้าอก (หรือประมาณ 5 เซนติเมตร หรือ 2 นิ้ว) ในการกดหน้าอก จะใช้มือเพียงมือเดียวหรือสองมือก็ได้ สำหรับเด็กวัยรุ่นให้ใช้ความลึกในการกดเท่ากับผู้ใหญ่ (5 - 7 เซนติเมตร)



การช่วยฟื้นคืนชีพทารก

ให้กดหน้าอกลึกลงไปประมาณ 4 ของความหนาของหน้าอก (หรือ 4 เซนติเมตร หรือ 1.5 นิ้ว) โดยการใช้นิ้วมือ หรือ นิ้วโป้ง อัตราเร็วของการกดหน้าอกคือ 100 - 120 ครั้ง ต่อนาที สลับกับการเป่าปาก 2 ครั้ง หรือ 30 : 2 จนครบ 5 รอบแล้วประเมินซ้ำ (ใช้เวลา ในการประเมินไม่เกิน 10 วินาที) ในกรณีที่มีผู้ช่วยเหลือ 2 คน ให้ปรับเปลี่ยนอัตราการกดหน้าอก จาก 30 ครั้ง เป่าปาก 2 ครั้ง มาเป็น กดหน้าอก 15 ครั้ง เป่าปาก 2 ครั้ง แล้วประเมินซ้ำเมื่อ ครบทุก ๆ 10 รอบ



การกดหน้าอกโดยใช้ 2 นิ้วมือ



การกดหน้าอกโดยใช้ 2 นิ้วโป้ง



การเป่าปาก

การดำเนินการกิจกรรม

1. ครูอธิบายวิธีการฟื้นคืนชีพ CPR
2. ครูสาธิตวิธีการฟื้นคืนชีพ CPR
3. ครูให้นักเรียนปฏิบัติการฟื้นคืนชีพ CPR

6. กิจกรรมการกู้ชีพขั้นพื้นฐาน เครื่อง AED

สัปดาห์ที่ 6

เรื่อง การกู้ชีพขั้นพื้นฐาน เครื่อง AED

สาระสำคัญ

เครื่องเออีดี (Automatic External Defibrillator : AED) คืออุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์ แบบพกพาที่สามารถ วินิจฉัย ภาวะหัวใจเต้นผิดปกติที่อันตรายแก่ชีวิต (ชนิด Ventricular Fibrillation หรือหัวใจห้องล่างเต้นแผ่วระรัวที่ไม่มีสัญญาณชีพ และ Ventricular Tachycardia) ได้โดยอัตโนมัติและสามารถให้การรักษาโดยปล่อยไฟฟ้าไปช็อก หรือกระตุ้นหัวใจเพื่อยุติภาวะหัวใจเต้นผิดปกตินั้นให้หัวใจกลับมาเต้นใหม่ในจังหวะที่ถูกต้อง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้และเข้าใจการใช้เครื่อง AED
2. เพื่อให้ผู้เรียนสร้างศักยภาพตนเองให้สามารถช่วยชีวิตผู้ที่ตกอยู่ในสถานการณ์ฉุกเฉินด้านสุขภาพให้รอดปลอดภัย

เนื้อหาสาระ

เครื่องเออีดี (Automatic External Defibrillator : AED) คืออุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์ แบบพกพาที่สามารถ วินิจฉัย ภาวะหัวใจเต้นผิดปกติที่อันตรายแก่ชีวิต (ชนิด Ventricular Fibrillation หรือหัวใจห้องล่างเต้นแผ่วระรัวที่ไม่มีสัญญาณชีพ และ Ventricular Tachycardia) ได้โดย อัตโนมัติ และสามารถ ให้การรักษาโดยปล่อยไฟฟ้าไปช็อก หรือกระตุ้นหัวใจเพื่อยุติภาวะหัวใจเต้นผิดปกตินั้นให้หัวใจกลับมาเต้นใหม่ในจังหวะที่ถูกต้อง

เครื่องเออีดี มักพบติดตั้งในพื้นที่สาธารณะที่มีประชาชน หรือผู้ใช้บริการจำนวนมาก เช่น สถานีรถสาธารณะ โรงพยาบาล โรงเรียน สนามบิน สนามกีฬา ห้างสรรพสินค้า ฯลฯ เพื่อใช้ในการช่วยชีวิตผู้ที่มีอาการหัวใจหยุดเต้นกะทันหันให้รอดชีวิตได้ทันท่วงที ในอนาคต มีแนวโน้มการติดตั้งเครื่องเออีดีเพิ่มมากขึ้นท่านจะทราบได้ว่าเครื่องเออีดีนั้นติดตั้งอยู่จุดใดได้ โดยสังเกตเห็นสัญลักษณ์เช่นนี้



วิธีการใช้เครื่องเออีดี

เครื่องเออีดี มีหลายแบบหลายยี่ห้อ แต่การใช้งานไม่ยุ่งยากและไม่มีความแตกต่างกันมากหลักการใช้งานของเครื่องเออีดี มีดังนี้

1. เปิดเครื่อง กดปุ่มเปิดเครื่อง ในขณะที่เครื่องเออีดีบางรุ่นจะทำงานทันทีเมื่อเปิดฝาครอบออกเมื่อเปิดเครื่องแล้วจะมีเสียงบอกให้รู้ว่าต้องทำอะไรต่อไป ให้ปฏิบัติตามที่เครื่องสั่งทันที



2. ติดแผ่นนำไฟฟ้าที่หน้าอกของผู้ป่วย ตรวจสอบหน้าอกของผู้ป่วยว่าแห้งสนิท หากพบว่า เปียกน้ำหรือไม่แห้งสนิทให้ใช้ผ้าเช็ดบริเวณหน้าอกของผู้ป่วยให้แห้งก่อน แล้วลอกแผ่นพลาสติกด้านหลังแผ่นนำไฟฟ้าออก แปะแผ่นนำไฟฟ้าแผ่นที่หนึ่งที่ได้กระตุกโพลาร้าด้านขวา และแปะ แผ่นที่สองที่บริเวณใต้แนวราวนมซ้ายด้านข้างลำตัว ตรวจสอบให้แน่ใจว่าสายไฟฟ้าจากแผ่นนำไฟฟ้า ต่อเข้ากับตัวเครื่องเรียบร้อยแล้ว หากผู้ป่วยเป็นเด็กตัวเล็ก หรือทารกอาจจำเป็นต้องแปะแผ่นนำไฟฟ้า ที่บริเวณด้านหน้าและด้านหลังของลำตัว (ตามรูป)



3. เครื่องเออีดีทำการวิเคราะห์คลื่นไฟฟ้าหัวใจ เครื่องเออีดี ส่วนมากจะเริ่มวิเคราะห์คลื่นไฟฟ้า หัวใจทันทีเมื่อแปะแผ่นนำไฟฟ้าเสร็จ เครื่องบางรุ่นต้องกดปุ่ม “วิเคราะห์” ก่อน ระหว่างนั้น

การดำเนินกิจกรรม

ห้ามสัมผัสถูกตัวผู้ป่วย ให้ร้องเตือนดัง ๆ ว่า “ทุกคนถอย!” เครื่องเออีดีจะใช้เวลาสั้น ๆ ประมาณ 5 - 10 วินาที ในการวิเคราะห์ ระหว่างนั้นอาจจะได้ยินเสียงการส่งสัญญาณวิเคราะห์



4. เมื่อเครื่องเออีดี ตรวจพบคลื่นไฟฟ้าหัวใจที่จำเป็นต้องทำการช็อก เครื่องจะบอกว่า “แนะนำให้ทำการช็อก ถอยออกจากผู้ป่วย กดปุ่ม “ช็อก” แต่ก่อนที่ผู้ช่วยเหลือจะกดปุ่มช็อกต้องตรวจสอบให้แน่ใจว่าไม่มีใครสัมผัสถูกตัวของผู้ป่วย ด้วยการตะโกนบอกดัง ๆ ว่า “ทุกคนถอย!!” พร้อมกับ



ทางแขนออกเพื่อกันผู้ที่ไม่มีส่วนเกี่ยวข้องเข้ามา มองซ้ำอีกครั้งเพื่อเป็นการตรวจสอบครั้งสุดท้ายว่าไม่มีผู้ใดสัมผัสผู้ป่วยอยู่แล้วจึงกดปุ่ม “ช็อก”

เมื่อกดปุ่มช็อกแล้วให้เริ่มกดหน้าอกต่อทันที 30 ครั้ง สลับกับช่วยหายใจ (การเป่าปาก) 2 ครั้ง หรือกดหน้าอกอย่างเดียวในกรณีที่ท่านไม่ต้องการที่จะเป่าปาก ไปจนกว่าเครื่องเออีดี จะวิเคราะห์คลื่นไฟฟ้าหัวใจซ้ำอีกครั้งเมื่อครบทุก ๆ 2 นาที ให้ทำการกดหน้าอกและช่วยหายใจ หรือกดหน้าอกอย่างเดียวร่วมกับการใช้เครื่องเออีดีไปจนกว่าผู้ป่วยจะฟื้น หรือหน่วยกู้ชีพจะมาถึงและรับผู้ป่วยส่งไปรักษาต่อที่โรงพยาบาล



การดำเนินงานกิจกรรม

1. ครูอธิบายและสาธิตวิธีการใช้เครื่องเออีดี
2. ครูให้นักเรียนปฏิบัติการใช้เครื่องเออีดี

7. กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะทางเดินหายใจถูกอุดกั้น

สัปดาห์ที่ 7

เรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะทางเดินหายใจถูกอุดกั้น

สาระสำคัญ

การสำลักสิ่งแปลกปลอมหรือ choking เป็นสาเหตุอย่างหนึ่งของการการอุดกั้นทางเดินหายใจส่วนบน แม้ว่าการอุดกั้นทางเดินหายใจจากสิ่งแปลกปลอม (foreign body airway obstruction; FBAO) FBAO เป็นปัญหาที่พบไม่บ่อยแต่สามารถนำไปสู่ภาวะคุกคามชีวิตได้ การสำลักส่วนใหญ่เกิดจากการสำลักอาหาร มักมีผู้พบเห็นเหตุการณ์ หากสามารถให้การช่วยเหลือในทันทีขณะที่ผู้ป่วยยังรู้สึกตัวและสามารถตอบสนองได้จะเป็นประโยชน์สูงสุด

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนสามารถการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะทางเดินหายใจถูกอุดกั้น
2. เพื่อให้ผู้เรียนสร้างศักยภาพตนเองให้สามารถช่วยชีวิตผู้ที่ตกอยู่ในสถานการณ์ฉุกเฉินด้านสุขภาพให้รอดปลอดภัย

เนื้อหาสาระ

1. การแก้ไขทางเดินหายใจถูกอุดกั้นในผู้ใหญ่และเด็กโต
 - 1.1 ถ้าผู้ป่วยมีอาการของทางเดินหายใจถูกอุดกั้น คือเอามือกุมที่คอ ตาเหลือก หน้าเขียว ภาวะวณกระวาย เป็นต้น ให้รีบเข้าไปถามว่า “อาหารติดคอ ใช่หรือไม่”
 - 1.2 ถ้าผู้ป่วยพยักหน้า หรือตอบว่า “ใช่” ให้รีบขออนุญาตผู้ป่วย “ให้ผม/ฉันช่วยคุณนะครับ/คะ” แล้วรีบเข้าไป ทางด้านหลัง แล้วใช้มือข้างหนึ่งหาสะดือ แล้วใช้ มืออีกข้างหนึ่งกำมัดแล้ววางเหนือสะดือ ใต้ลิ้นปี่ โดยหันด้านนิ้วโป้งเข้าหาลำตัวผู้ป่วย บอกให้ผู้ป่วย แยกขาออกแล้วผู้ช่วยเหลือวางขาตรงกลางหว่างขาผู้ป่วย
 - 1.3 รัตกระตุกต่อเนื่อง 5 ครั้ง อัตราเร็ว 1 ครั้งต่อวินาที ให้ทำไปจนกว่าเศษอาหารจะออกหรือผู้ป่วยหมดสติ



สำหรับคนอ้วน หรือคนท้อง ให้ใช้วิธีการรัดกระดูกที่หน้าอก ชูดละ 5 ครั้งต่อเนื่อง ทำไปจนกว่าเศษอาหารจะออก หรือหมดสติ (ให้ทำ CPR ทันที) เมื่อแก้ไขได้แล้วควรนำ ผู้ป่วยส่งโรงพยาบาลทุกราย



ถ้าผู้ป่วยหมดสติ ไม่หายใจ (แขนจะตกลงมา) ให้จับผู้ป่วยนอนราบ รีบโทรแจ้ง 1669 แล้วเริ่มทำการช่วยฟื้นคืนชีพทันที ให้ทำไปจนกว่ารถพยาบาลจะมาถึง หรือผู้ป่วยจะฟื้น



การแก้ไขทางเดินหายใจถูกอุดกั้นเมื่อผู้ป่วยนั่งบนรถเข็น

ให้ใช้วิธีรัดกระตุกที่หน้าท้อง เหมือนกับทำในท่ายืน ถ้าไม่สามารถทำได้เนื่องจากลักษณะของรถเข็นสามารถใช้วิธีรัดกระตุก ที่หน้าอกแทน หรือนำรถเข็นไปชิดผนังห้อง ล็อกล้อทั้งสองข้าง ใช้สองมือประสานกัน แล้ววางสันมือระหว่างสะดือกับลิ้นปี่ ดันหน้าท้องในแนวแรงเฉียงขึ้นด้านบน 5 ครั้งต่อเนื่อง ถ้าผู้ป่วยหมดสติให้นำลงมาจากรถเข็นแล้วทำการช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR) ทันที



การแก้ไขทางเดินหายใจถูกอุดกั้นเมื่อเกิดกับตนเองและอยู่คนเดียว

ให้ใช้มือรัดกระตุก ที่หน้าท้องตนเองเหมือนการช่วยเหลือผู้อื่น หรือหาเก้าอี้ที่มีพนักแข็งแรงที่อยู่ใกล้เคียงมา แล้ววางหน้าท้องบริเวณเหนือสะดือ ใต้ลิ้นปี่ ลงบนพนักเก้าอี้กระแทกตัวลงไปต่อเนื่อง 5 ครั้ง หรือจนกว่าสิ่งอุดกั้นจะออก



การแก้ไขทางเดินหายใจอุดตันในทารก

1. ให้นั่งคุกเข่ากับพื้น หรือนั่งบนเก้าอี้ หรือทำยืน

ใช้มือประคองศีรษะทารกบริเวณขากรรไกร จัดให้อยู่ในท่าคว่ำโดยให้ทารกนอนทาบบน หน้าแขน วางแขนบนหน้าขา แล้วใช้มือตบลง ที่ตรงกึ่งกลางกระดูกสะบักทั้งสองข้าง จำนวน 5 ครั้ง ต่อเนื่อง อัตราเร็ว 1 ครั้งต่อวินาที

2. ใช้มืออีกข้างหนึ่งประคองที่ท้ายทอยแล้วใช้แขน

แนบลงตรงกึ่งกลางหลังของทารก แล้วพลิก ทารกหงายหน้าขึ้นนำมาวางไว้บนต้นขา แล้วใช้ 2 นิ้วมือ วางลงตรงกึ่งกลางหน้าอกใต้แนว ราวนม กดลึกลงไป 4 ของความหนาของหน้าอก จำนวน 5 ครั้ง ต่อเนื่อง อัตราเร็ว 1 ครั้งต่อวินาที ให้ทำไปจนกว่าสิ่งแปลกปลอม จะออก ถ้าทารกหมดสติ หยุดหายใจ ให้เข้าสู่ ขั้นตอนของการกู้ชีพขั้นพื้นฐานทารกทันที



การดำเนินกิจกรรม

1. ครูเปิดวิดีโอการแพทย์ฉุกเฉิน
2. ครูให้นักเรียนช่วยกันบอกผลดีของการแพทย์ฉุกเฉิน
3. ครูและนักเรียนร่วมกันสนทนาถึงข้อมูลข่าวสารการแพทย์ฉุกเฉินที่เคยเจอ เช่น เคยเจอพลเมืองเมือง ช่วยเหลือคนจมน้ำ และปฐมพยาบาลเบื้องต้น

8. กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉินกล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือดเฉียบพลัน (Heart Attack)

สัปดาห์ที่ 8

เรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉินกล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือดเฉียบพลัน (Heart Attack)

สาระสำคัญ

โรคกล้ามเนื้อหัวใจตายเฉียบพลัน (heart attack) เป็นโรคที่ทำให้มีการเสียชีวิตค่อนข้างสูง สิ่งสำคัญที่สุดที่จะช่วยลดอัตราการเสียชีวิตของโรคนี้และทำให้ผู้ป่วยสามารถมีคุณภาพชีวิตได้ดีตามปกติคือการวินิจฉัยโรคอย่างรวดเร็วและได้รับการรักษาอย่างทันที่ ควรทำความรู้จักโรคนี้นกันให้ดี เพราะทุกนาทีมีค่าต่อชีวิต

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนเข้าใจการปฐมพยาบาลฉุกเฉินกล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือดเฉียบพลัน (Heart Attack)
2. เพื่อให้ผู้เรียนสร้างศักยภาพตนเองให้สามารถช่วยชีวิตผู้ที่ตกอยู่ในสถานการณ์ฉุกเฉินด้านสุขภาพให้รอดปลอดภัย

เนื้อหาสาระ

สิ่งที่ควรสังเกตและจดจำ

1. เจ็บหน้ากร้าวไปที่แขนซ้าย อาจจะร้าวไปข้างเดียว หรือทั้งสองข้าง หรือร้าวไปที่ขากรรไกรและจะไม่หายไปแม้ได้พัก
2. หายใจไม่ออก หายใจลำบาก
3. รู้สึกอึดอัดไม่สบายบริเวณใต้ลิ้นปี่
4. ล้มลงโดยไม่มีอาการเตือน

การปฐมพยาบาลผู้ป่วยกล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือดเฉียบพลัน (Heart attack)

1. โทรแจ้ง 1669 ทันที และให้ผู้ป่วยพักงดทำกิจกรรมทั้งหมดทันที



2. จัดให้ผู้ป่วยอยู่ในท่าที่สบาย จัดให้ผู้ป่วยอยู่ในท่านั่งพิงบนเก้าอี้ คลายเสื้อผ้าให้หลวม หาผ้ามารองใต้เข่า และคอยช่วยปลอบใจ ให้กำลังใจเตรียมพร้อมที่จะทำการช่วยฟื้นคืนชีพรวมกับการใช้เครื่องเออีดี



3. ช่วยให้ผู้ป่วยได้รับยา ตามที่แพทย์สั่ง เช่น ยาอมใต้ลิ้น หรือแอสไพริน และให้ผู้ป่วยหายใจด้วยออกซิเจน ถ้าท่านผ่านการฝึกอบรมมาแล้ว



4. คอยเฝ้าสังเกตอาการ ให้ผู้ป่วยได้พัก กันไม่ให้คนมามุง คอยตรวจสอบสัญญาณชีพ ได้แก่ การหายใจ ชีพจร ระดับความรู้สึกตัว และบันทึกการเปลี่ยนแปลง ในขณะที่รอรถพยาบาลมารับ



การดำเนินกิจกรรม

1. ครูเปิดวีดิโออาการของกล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือดเฉียบพลัน (Heart Attack)
2. ครูอธิบายการปฐมพยาบาลฉุกเฉินกล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือดเฉียบพลัน (Heart Attack)
3. ครูและนักเรียนร่วมกันสนทนาถึงการช่วยเหลือเมื่อเจอผู้ป่วยที่กล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือดเฉียบพลัน (Heart Attack)

9. กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน เส้นเลือดในสมองแตก ตีบ ตัน (Stroke)

สัปดาห์ที่ 9

เรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน เส้นเลือดในสมองแตก ตีบ ตัน (Stroke)

สาระสำคัญ

การปฏิบัติการช่วยชีวิตผู้ป่วยอย่างถูกวิธี และสามารถช่วยให้ผู้ป่วยปลอดภัยและกลับมามีชีวิตอีกครั้งได้ ซึ่งต้องได้รับการฝึกปฏิบัติที่ถูกต้องและเกิดความชำนาญ เพื่อประสิทธิภาพในการช่วยชีวิตที่ดี

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้และเข้าใจในความหมายการแพทย์ฉุกเฉิน
2. เพื่อให้ผู้เรียนสร้างศักยภาพตนเองให้สามารถช่วยชีวิตผู้ที่ตกอยู่ในสถานการณ์ฉุกเฉินด้านสุขภาพให้รอดปลอดภัย

เนื้อหาสาระ

สิ่งที่ควรสังเกตและจดจำ

- กล้ามเนื้อใบหน้าอ่อนแรง ยิ้มไม่ได้
- แขน ขาอ่อนแรง เคลื่อนไหวได้ข้างเดียว
- อ่อนเปลี้ยทันทีทันใด ด้านใดด้านหนึ่ง หรือทั้งสองด้านของลำตัว
- พูดไม่ชัด พูดไม่รู้เรื่อง ทันทีทันใด
- บันทึกเวลาที่เริ่มเกิดอาการ
- สายตาพร่ามัวทันที
- สับสนทันทีทันใด
- ปวดศีรษะแบบไม่ทราบสาเหตุทันทีทันใด
- มึนศีรษะ ยืนไม่มั่นคง หรือล้มลงทันทีทันใด

การปฐมพยาบาลผู้ป่วยเส้นเลือดในสมองแตก ตีบ ตัน (Stroke)

1. ตรวจสอบใบหน้าของผู้ป่วย ให้ผู้ป่วยอยู่ในท่าที่สบาย บอกให้ผู้ป่วยยิ้ม ถ้าผู้ป่วยเส้นเลือดสมองแตก ตีบ ตัน จะยิ้มได้ข้างเดียว อีกข้างหนึ่งจะตกลงมา



2. ตรวจสอบแขนของผู้ป่วย บอกให้ผู้ป่วยยกแขนขึ้น ถ้าผู้ป่วยเป็น stroke จะยกแขนได้ข้างเดียว



3. ตรวจสอบคำพูดของผู้ป่วย ให้ถามคำถามผู้ป่วย แล้วสังเกตดูว่าผู้ป่วยเข้าใจคำถามและตอบชัดเจนหรือไม่ ปกติจะพบว่าพูดไม่ชัด

4. โทรแจ้งระบบการแพทย์ฉุกเฉิน เพื่อขอความช่วยเหลือ ให้โทร 1669 แจ้งเจ้าหน้าที่ว่าท่านสงสัยว่าผู้ป่วยมีอาการของเส้นเลือดในสมองแตก ตีบ ตัน (Stroke) แล้วจดเวลาที่เกิดอาการ อยู่เป็นกำลังใจ และประเมินสัญญาณชีพ ได้แก่ การหายใจ ชีพจร ระดับความรู้สึกตัว ในระหว่างที่รอรถกู้ชีพมาถึง



การดำเนินกิจกรรม

1. ครูเปิดวีดิโอการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน เส้นเลือดในสมองแตก ตีบ ตัน (Stroke)
2. ครูและนักเรียนระดมความคิดการเผยแพร่ความรู้การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน เส้นเลือดในสมองแตก ตีบ ตัน (Stroke)

10. กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน หอบหืด

สัปดาห์ที่ 10

เรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน หอบหืด

สาระสำคัญ

โรคหอบหืด (asthma) เป็นโรคที่มีการอักเสบเรื้อรังของเยื่อหลอดลม ร่วมกับภาวะผิดปกติของหลอดลมที่ไวต่อสิ่งกระตุ้นต่าง ๆ มากกว่าปกติ เมื่อผู้ป่วยสัมผัสกับสิ่งกระตุ้น กล้ามเนื้อบริเวณหลอดลมจะเกิดการหดเกร็ง ผนังหลอดลมบวมหนาขึ้นและสร้างสารคัดหลั่งหรือเสมหะมากขึ้น ทำให้หลอดลมตีบแคบลง ผู้ป่วยจึงหายใจลำบาก มีอาการเหนื่อยหอบ สมรรถภาพการทำงานของปอดลดลง ในรายที่อาการรุนแรงมาก อาจเป็นอันตรายถึงแก่ชีวิตได้ โรคหอบหืดเป็นโรคที่รักษาไม่หายขาด แต่สามารถควบคุมไม่ให้อาการกำเริบได้

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้และเข้าใจเกี่ยวกับการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน หอบหืด
2. เพื่อให้ผู้เรียนสร้างศักยภาพตนเองให้สามารถช่วยชีวิตผู้ที่ตกอยู่ในสถานการณ์ฉุกเฉินด้านสุขภาพให้รอดปลอดภัย

เนื้อหา

สิ่งที่ควรสังเกตและจดจำ

- หายใจลำบาก
- หายใจมีเสียงวี๊ด
- ไอ
- เกรียดยและวิตกกังวล
- พูดลำบาก
- ผิวหนัง ริมฝีปาก เล็บมีสีคล้ำ

การปฐมพยาบาลหอบหืด

1. ช่วยผู้ป่วยใช้เครื่องพ่นยา (Inhaler) ตั้งสติไม่ตื่นเต้นและให้ความอบอุ่นใจกับผู้ป่วยช่วยผู้ป่วยหาเครื่องพ่นยา (ปกติจะเป็นสีฟ้า) และให้หายใจจากเครื่องพ่นยา
2. บอกให้ผู้ป่วยหายใจช้าลง ช่วยให้ผู้ผู้ป่วยอยู่ในท่าที่ผ่อนคลาย บอกให้ผู้ผู้ป่วยหายใจลึก ๆ และช้า ๆ ถ้าอาการเล็กน้อยจะหายไปภายใน 2-3 นาที ถ้ายังไม่หายให้ผู้ผู้ป่วยหายใจจากเครื่องพ่นยา 1-2 ครั้งทุก ๆ 2 นาทีจนครบ 10 ครั้ง



3. โทรแจ้ง 1669 ถ้าใช้ยาแล้วไม่ได้ผล ผู้ป่วยหายใจไม่ออกจะทำให้พูดลำบาก
4. ฝ้าติดตามอาการของผู้ป่วย และตรวจสอบสัญญาณชีพ ได้แก่การหายใจ ชีพจรและระดับความรู้สึกตัว จนกว่าผู้ป่วยจะดีขึ้น หรือรถพยาบาลจะมาถึง คอยช่วยให้ผู้ป่วยได้ใช้ยาพ่น



การดำเนินงานกิจกรรม

1. ครูเปิดวิดีโอการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน หอบหืด
2. ครูให้ผู้เรียนทำกิจกรรมจำลองสถานการณ์ผู้ป่วยฉุกเฉินเจอผู้ป่วยหอบหืด และให้ผู้เรียนฝึกการปฏิบัติวิธีการปฐมพยาบาลเบื้องต้น
3. ครูและผู้เรียนร่วมกันสรุปกิจกรรมที่ได้เรียนรู้และฝึกปฏิบัติในคาบเรียนนี้

11. กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะแพ้อย่างรุนแรงเฉียบพลัน (Anaphylaxis)

สัปดาห์ที่ 10

เรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะแพ้อย่างรุนแรงเฉียบพลัน (Anaphylaxis)

สาระสำคัญ

ภูมิแพ้รุนแรงเฉียบพลัน (Anaphylaxis) คือ อาการภูมิแพ้ที่มีปฏิกิริยาตอบสนองอย่างเฉียบพลันเมื่อร่างกายได้รับสารกระตุ้นบางอย่าง เช่น อาหารหรือยาบางชนิด แมลงกัดต่อย หรือสารอื่น ๆ เนื่องจากระบบภูมิคุ้มกันของบุคคลนั้นไวต่อสารกระตุ้นดังกล่าวมากกว่าคนปกติ ส่งผลกระทบต่อการทำงานของระบบต่าง ๆ ภายในร่างกายพร้อมกัน หากไม่ได้รับการรักษาอย่างทันที่อาจนำไปสู่ภาวะช็อก อาจร้ายแรงถึงขั้นเสียชีวิตได้

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้และเข้าใจเกี่ยวกับการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะแพ้อย่างรุนแรงเฉียบพลัน (Anaphylaxis)
2. เพื่อให้ผู้เรียนสร้างศักยภาพตนเองให้สามารถช่วยชีวิตผู้ที่ตกอยู่ในสถานการณ์ฉุกเฉินด้านสุขภาพให้รอดปลอดภัย

เนื้อหา

สิ่งที่ควรสังเกตและจดจำ

1. เกิดผื่นแดงตามผิวหนัง ลมพิษ มีอาการคัน
2. ผิวหนังแดง หรือซีด
3. วิงเวียนศีรษะ หน้ามืดคล้ายจะเป็นลม
4. คลื่นไส้ อาเจียน ปวดท้อง หรือท้องเสีย
5. ความดันโลหิตลดต่ำลง
6. ลิ้น ปาก หรือคอบวม หายใจติดขัดและอาจมีเสียงดังวี๊ด ๆ
7. รู้สึกเหมือนมีสิ่งอุดตันในลำคอ กลืนลำบาก
8. แน่นหน้าอก ใจสั่น
9. ชีพจรเบา เร็ว
10. ไอ จาม น้ำมูกไหล
11. รู้สึกปวดคล้ายเข็มทิ่มตามมือ เท้า ปาก หรือหนังศีรษะ
12. พูดไม่ชัด ตะกุกตะกัก
13. บางรายที่มีอาการรุนแรงมาก อาจเสี่ยงต่อภาวะช็อก
14. ซึ่งสังเกตได้จากอาการหายใจลำบาก ไม่มีแรง ชีพจร
15. เต็มเบาเร็ว มีอาการสับสน มึนงง หรือหมดสติ

การปฐมพยาบาลภาวะภูมิแพ้อย่างรุนแรงเฉียบพลัน (Anaphylaxis)

1. รีบโทรแจ้ง 1669 ทันที แจ้งว่าท่านสงสัยว่าผู้ป่วยมีอาการของภาวะภูมิแพ้อย่างรุนแรงเฉียบพลัน
2. ช่วยให้ผู้ป่วยได้รับยา สำหรับผู้ป่วยที่ทราบว่าเป็นภูมิแพ้และมียาอีพิเนฟรินพกติดตัวให้ฉีดยาเข้ากล้ามเนื้อต้นขาของผู้ป่วย



3. จัดให้ผู้ป่วยอยู่ในท่าที่สบาย ผู้ป่วยที่หายใจลำบากแต่ยังรู้สึกตัวดี ควรพองให้นั่งบนเก้าอี้ หากมีอาการหน้ามืด วิงเวียนศีรษะคล้ายจะเป็นลม ควรให้นอนราบกับพื้นและยกขาสูง



4. เฝ้าติดตามอาการ ตรวจสอบชีพจรและการหายใจ หากผู้ป่วยหมดสติ ไม่มีการตอบสนอง หรือหยุดหายใจ ให้ทำ การกดหน้าอก (CPR) ทันทีการดำเนินกิจกรรม



การดำเนินกิจกรรม

1. ครูเปิดวิดีโอการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะแพ้อย่างรุนแรงเฉียบพลัน (Anaphylaxis)
2. ครูและนักเรียนระดมความคิดการเผยแพร่ความรู้การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน เส้นเลือดในสมองแตก ตีบ ตัน (Stroke)

12. กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะเลือดออกภายนอกอย่างรุนแรง (Bleeding)

สัปดาห์ที่ 12

เรื่อง กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะเลือดออกภายนอกอย่างรุนแรง (Bleeding)

สาระสำคัญ

เลือดออกหรือการตกเลือด คือภาวะที่มีการเสียเลือดจากระบบไหลเวียน อาจเป็นการตกเลือดภายในหรือภายนอก ออกจากช่องเปิดตามธรรมชาติเช่นช่องคลอด ปาก จมูก หู ทวารหนัก หรือออกจากแผลเปิดที่ผิวหนังก็ได้ ซึ่งหากการปฏิบัติการช่วยชีวิตผู้ป่วยอย่างถูกวิธี และยังสามารถช่วยให้ผู้ป่วยปลอดภัยและกลับมามีชีวิตอีกครั้งได้ เพราะฉะนั้นต้องได้รับการฝึกปฏิบัติที่ถูกต้องและเกิดความชำนาญ เพื่อประสิทธิภาพในการช่วยชีวิตที่ดี

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้และเข้าใจในการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน
2. เพื่อให้ผู้เรียนสร้างศักยภาพตนเองให้สามารถช่วยชีวิตผู้ที่ตกอยู่ในสถานการณ์ฉุกเฉินด้านสุขภาพให้รอดปลอดภัย

เนื้อหาสาระ

การปฐมพยาบาลภาวะเลือดออกภายนอกอย่างรุนแรง

1. ใช้วิธีการกดลงโดยตรงที่บาดแผล ถ้าจำเป็นให้ถอด หรือตัดเสื้อผ้าที่คลุมอยู่ออกแล้วใช้ผ้าสะอาดที่ไม่เป็นขุยปิดทับลงบนบาดแผล ใช้มือกดลงตรง ๆ หนึ่งๆ



2. ยกประคองส่วนที่เป็นบาดแผลให้สูงกว่าระดับหัวใจ กดที่บาดแผลและยกพุงแผลไว้



3. ช่วยให้ผู้ป่วยนอนลงกับพื้น ยกส่วนที่ได้รับบาดเจ็บให้สูงไว้



4. โทรแจ้ง 1669 โดยบอกขนาดและตำแหน่งของบาดแผลและจำนวนเลือดที่เสียไป (โดยประมาณ)



5. ใช้ผ้าพันแผล พันให้ผ้าปิดแผลอยู่กับที่ ตรวจสอบระบบการไหลเวียนโลหิตของอวัยวะส่วนปลายทุก ๆ 10 นาที ให้คลาย ผ้าพันแผลถ้าจำเป็น ฝ่าตัดตามสัญญาณชีพ ได้แก่ การหายใจ ชีพจร และระดับความรู้สึกตัว ในระหว่างที่รอรถพยาบาลมาถึง



การดำเนินกิจกรรม

1. ครูเปิดสื่อการเรียนการสอนเรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉินเกี่ยวกับภาวะเลือดออกภายนอกอย่างรุนแรง พร้อมทั้งบรรยายวิธีการสังเกตอาการเบื้องต้น
2. ครูให้ผู้เรียนช่วยกันบอกสิ่งที่ควรสังเกต และวิธีการช่วยเหลือผู้ป่วย
3. ครูให้ผู้เรียนทำกิจกรรมจำลองสถานการณ์ผู้ป่วยที่มีภาวะเลือดออกภายนอกอย่างรุนแรง และฝึกการปฏิบัติวิธีการปฐมพยาบาลเบื้องต้น
4. ครูและผู้เรียนร่วมกันสรุปกิจกรรมที่ได้เรียนรู้และฝึกปฏิบัติในคาบเรียนนี้

13. กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน

ภาวะช็อก (Shock)

สัปดาห์ที่ 13

เรื่อง กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะช็อก (Shock)

สาระสำคัญ

ช็อก (Shock) คือ ภาวะของร่างกายที่มีการไหลเวียนเลือดลดลงต่ำผิดปกติ ส่งผลให้การสูบฉีดเลือดไปเลี้ยงส่วนต่าง ๆ ในร่างกายไม่เพียงพอ ทำให้เซลล์และอวัยวะเสียหายจากการขาดเลือดที่เป็นตัวนำออกซิเจนและสารอาหาร เมื่อเกิดกับอวัยวะสำคัญและรักษาไม่ทันเวลาอาจเป็นอันตรายถึงชีวิต และยังพบว่า 1 ใน 5 คนที่มีภาวะช็อกมักเสียชีวิต ในบทความนี้จะขอกล่าวถึงภาวะช็อกที่เกิดจากโรคทางร่างกายเท่านั้น

ช็อกจัดเป็นภาวะอันตรายในทางการแพทย์และยังแบ่งออกได้หลายประเภทตามสาเหตุ เช่น ภาวะช็อกจากการติดเชื้อในกระแสเลือด (Septic Shock) ภาวะช็อกจากปฏิกิริยาภูมิแพ้อย่างฉับพลัน (Anaphylactic Shock) ภาวะช็อกจากโรคหัวใจ (Cardiogenic Shock) ภาวะช็อกจากการสูญเสียเลือดและเกล็ดแร่(Hypovolemic Shock) ภาวะช็อกจากระบบประสาท (Neurogenic Shock)

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้และเข้าใจในการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน
2. เพื่อให้ผู้เรียนสร้างศักยภาพตนเองให้สามารถช่วยชีวิตผู้ที่ตกอยู่ในสถานการณ์ฉุกเฉินด้านสุขภาพให้รอดปลอดภัย

เนื้อหาสาระ

สิ่งที่ควรสังเกตและจดจำ ชีพจรเต้นเบา เร็ว หรือบางรายอาจไม่เต้น ตัวซีดและเย็น เหงื่อแตก

เมื่อเป็นมากขึ้น

- ชีพจรเต้นเบาเร็วผิดปกติ
- หายใจตื้นและเร็ว
- วิงเวียนศีรษะ หน้ามืด
- อ่อนเพลีย
- คลื่นไส้ อาเจียน
- ระบายน้ำ

เมื่อออกซิเจนมาเลี้ยงสมองน้อยลง

- กระวนกระวาย
- หายใจเฮือก
- หหมดสติ

การปฐมพยาบาลผู้ป่วยช็อก

1. จับให้ผู้ป่วยนอนราบ ดูแลสาเหตุของการช็อก เช่น เสียเลือด ไฟไหม้ เป็นต้น ช่วยประคองให้ผู้ป่วยนอนลง ถ้าเป็นไปได้ควรให้นอนบน ผ้าห่มหรือผ้านุ่ม ยกขาให้สูงกว่าระดับหัวใจ



2. โทรแจ้ง 1669 ว่าท่านสงสัยว่าผู้ป่วยมีอาการช็อก



3. คลายเสื้อผ้าให้หลวม เพื่อไม่ให้ขัดขวางการไหลเวียนของโลหิต ที่คอ หน้าอก เอว



4. ให้ความอบอุ่นร่างกายผู้ป่วย ห่มด้วยผ้าห่ม เพื่อให้ความอบอุ่น แนะนำให้ผู้ป่วยอยู่นิ่ง ๆ ฝ้าสังเกตอาการของสัญญาณชีพ ได้แก่ การหายใจ ชีพจรและระดับความรู้สึกตัว ในขณะที่รอรถพยาบาลมาถึง



การดำเนินกิจกรรม

1. ครูเปิดสื่อการเรียนการสอนเรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉินเกี่ยวกับภาวะช็อก พร้อมทั้งบรรยายวิธีการสังเกตอาการเบื้องต้น
2. ครูให้ผู้เรียนช่วยกันบอกสิ่งที่ควรสังเกต และวิธีการช่วยเหลือผู้ป่วย
3. ครูให้ผู้เรียนทำกิจกรรมจำลองสถานการณ์ผู้ป่วยช็อก และฝึกการปฏิบัติวิธีการปฐมพยาบาลเบื้องต้น
4. ครูและผู้เรียนร่วมกันสรุปกิจกรรมที่ได้เรียนรู้และฝึกปฏิบัติในคาบเรียนนี้

14. กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน

การบาดเจ็บที่ศีรษะ (Head Injury)

สัปดาห์ที่ 14

เรื่อง กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน การบาดเจ็บที่ศีรษะ (Head Injury)

สาระสำคัญ

การบาดเจ็บที่ศีรษะ หมายถึง การบาดเจ็บใด ๆ ที่มีต่อหนังศีรษะ กะโหลกศีรษะและเนื้อเยื่อที่เป็นส่วนประกอบภายในกะโหลกศีรษะ ซึ่งอาจทำให้มีหรือไม่มี การเปลี่ยนแปลงระดับความรู้สึกตัว อุบัติการณ์เกิดหรือสถิติการเกิดบาดเจ็บที่ศีรษะบอกตัวเลขที่ชัดเจนได้ยาก เนื่องจากแนวคิดพื้นฐานเกี่ยวกับคำว่าบาดเจ็บที่ศีรษะได้อธิบายไว้กว้างมาก มีความแตกต่างตามความรุนแรงและกลไกของการบาดเจ็บ แต่จากรายงานพบว่าจำนวนผู้ป่วยที่เข้ารับการรักษาเนื่องจากบาดเจ็บที่ศีรษะในแต่ละประเทศมีเป็นจำนวนมาก สำหรับในประเทศไทยมีสถิติของแต่ละโรงพยาบาลเป็นจำนวนไม่น้อย ซึ่งหากการปฏิบัติการช่วยชีวิตผู้ป่วยอย่างถูกวิธี และยังสามารถช่วยให้ผู้ป่วยปลอดภัยและกลับมาใช้ชีวิตอีกครั้งได้ เพราะฉะนั้นต้องได้รับการฝึกปฏิบัติที่ถูกต้องและเกิดความชำนาญ เพื่อประสิทธิภาพในการช่วยชีวิตที่ดี

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้และเข้าใจในการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน
2. เพื่อให้ผู้เรียนสร้างศักยภาพตนเองให้สามารถช่วยชีวิตผู้ที่ตกอยู่ในสถานการณ์ฉุกเฉินด้านสุขภาพให้รอดปลอดภัย

เนื้อหาสาระ

สิ่งที่ควรสังเกตและจดจำ

- หมดสติในช่วงเวลาสั้น ๆ
- อาจมีรอยฟกช้ำที่ศีรษะ
- มึนงง/คลื่นไส้ อาเจียน
- สูญเสียความจำขณะเกิดเหตุ หรือ ก่อนเกิดเหตุการณ์
- ปวดศีรษะเล็กน้อย
- สับสน

สำหรับผู้บาดเจ็บรุนแรง

- มีประวัติว่ามีวัตถุพุ่งมากระแทกที่ศีรษะ/ล้มหัวฟาดพื้น
- การตอบสนองลดลง
- มีน้ำเลือด หรือคราบเลือดออกทางจมูก และหู รูม่านตาสองข้างไม่เท่ากัน

การปฐมพยาบาลการบาดเจ็บที่ศีรษะ

1. ใช้วิธีการกดโดยตรงที่บาดแผล ใช้ผ้าปิดแผลที่สะอาดปิดลงบนบาดแผล โดยใช้มือกดลงไปตรง ๆ เพื่อเป็นการห้ามเลือด



2. ใช้ผ้าพันแผล ปิดแผลให้แน่นอยู่กับที่ โดยการ ใช้ผ้าก๊อซเป็นม้วน หรือผ้าม้วนยึดเพื่อรักษา แรงดันที่กดลงบนผ้าปิดแผล



3. จัดให้ผู้ป่วยนอนราบ ถ้าเป็นไปได้ควรหาผ้า มารองให้ศีรษะและไหล่ให้สูงขึ้นเล็กน้อย จัดให้ผู้ป่วยอยู่ในท่าที่สุขสบายมากที่สุด



4. ฝ้าติดตามอาการอย่างใกล้ชิด คอยตรวจวัดสัญญาณชีพ ได้แก่ การหายใจ ชีพจร และระดับความรู้สึกตัวให้รีบโทรแจ้ง 1669 ถ้าผู้ป่วย มีอาการบาดเจ็บอย่างรุนแรง



การดำเนินกิจกรรม

1. ครูเปิดสื่อการเรียนการสอนเรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉินเกี่ยวกับการบาดเจ็บที่ศีรษะพร้อมทั้งบรรยายวิธีการสังเกตอาการเบื้องต้น
2. ครูให้ผู้เรียนช่วยกันบอกสิ่งที่ควรสังเกต และวิธีการช่วยเหลือผู้ป่วย
3. ครูให้ผู้เรียนทำกิจกรรมจำลองสถานการณ์ผู้ป่วยได้รับการบาดเจ็บที่ศีรษะ และฝึกการปฏิบัติวิธีการปฐมพยาบาลเบื้องต้น
4. ครูและผู้เรียนร่วมกันสรุปกิจกรรมที่ได้เรียนรู้และฝึกปฏิบัติในคาบเรียนนี้

15. กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน การบาดเจ็บที่กระดูกสันหลัง (Spinal Injury)

สัปดาห์ที่ 15

เรื่อง กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน การบาดเจ็บที่กระดูกสันหลัง (Spinal Injury)

สาระสำคัญ

การบาดเจ็บที่กระดูกสันหลัง เป็นสภาวะที่พบได้บ่อยที่สุดส่วนหนึ่งในร่างกาย ซึ่งอาจเกิดได้จากการกระแทกโดยตรง และโดยทางอ้อม เช่น ตกจากที่สูง, อุบัติเหตุรถยนต์และรถจักรยานยนต์ (40 – 56%) จากการทำงาน อุตสาหกรรม การกีฬา การคมนาคม ฯลฯ อันจะนำมาซึ่งภาวะแทรกซ้อนที่รุนแรงตั้งแต่บาดเจ็บเล็กน้อย จนถึงขั้นทุพพลภาพ หรือถึงขั้นสูญเสียชีวิตได้ เช่น จากกระดูกสันหลังส่วนคอหักและเคลื่อน (cervical spine injury) ซึ่งหากการปฏิบัติการช่วยชีวิตผู้ป่วยอย่างถูกวิธี และยังสามารถช่วยให้ผู้ป่วยปลอดภัยและกลับมามีชีวิตอีกครั้งได้ เพราะฉะนั้นต้องได้รับการฝึกปฏิบัติที่ถูกต้องและเกิดความชำนาญเพื่อประสิทธิภาพในการช่วยชีวิตที่ดี

วัตถุประสงค์

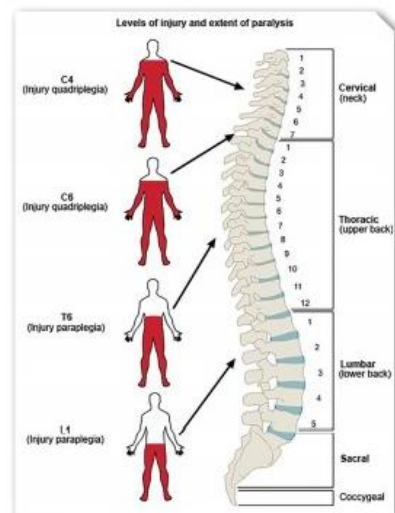
1. เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้และเข้าใจในการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน
2. เพื่อให้ผู้เรียนสร้างศักยภาพตนเองให้สามารถช่วยชีวิตผู้ที่ตกอยู่ในสถานการณ์ฉุกเฉินด้านสุขภาพให้รอดปลอดภัย

เนื้อหาสาระ

สิ่งที่ควรสังเกตและจดจำ

การตกจากที่สูง โดยเอาหลัง ศีรษะหรือขาลง อาจจะมีอาการดังนี้

- เจ็บที่คอและหลัง
- กระดูกผิดรูป บิดเบี้ยวตรงบริเวณที่มีส่วนโค้ง
- กดเจ็บบริเวณที่ได้รับบาดเจ็บ
- แขนขาข้างที่บาดเจ็บอ่อนแรง
- ไม่มีความรู้สึก หรือรู้สึกผิดปกติ
- ควบคุมกระเพาะปัสสาวะหรือลำไส้ไม่ได้
- หายใจลำบาก



แหล่งที่มา
<https://elearning.rcog.org.uk//neurological-disorders/spinal-cord-injury>

การปฐมพยาบาลผู้ที่ได้รับบาดเจ็บที่กระดูกสันหลัง

1. บอกผู้ป่วยห้ามขยับศีรษะ โทรแจ้ง 1669 ถ้าเป็นไปได้บอกให้ผู้อื่นไปโทรแจ้ง ในขณะที่ท่าน ประคองศีรษะและคอผู้ป่วยไว้ไม่ให้เคลื่อนไหว และบอกให้แจ้งศูนย์รับแจ้งเหตุด้วยว่าสงสัย ผู้ป่วยอาจได้รับบาดเจ็บที่กระดูกสันหลัง



2. ประคองศีรษะให้อยู่นิ่ง ๆ โดยนั่งคุกเข่าอยู่ด้านเหนือศีรษะของผู้ป่วย วางแขนลงบนพื้น จับ ประคองศีรษะผู้ป่วยไว้ให้มั่นคง



3. วางอุปกรณ์เสริมข้างศีรษะ ให้ผู้ช่วยเหลืออีกคนหาผ้ามาม้วนเป็นก้อนกลม แล้ววางไว้ข้างศีรษะ ทั้งสองข้างเป็นอุปกรณ์เสริม



4. ฝ้าติดตามอาการอย่างใกล้ชิด คอยตรวจวัดสัญญาณชีพ ได้แก่ การหายใจ ชีพจร และระดับ การตอบสนอง ในขณะที่รถพยาบาลมาถึง



การดำเนินงานกิจกรรม

1. ครูเปิดสื่อการเรียนการสอนเรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉินเกี่ยวกับการบาดเจ็บที่กระดูกสันหลัง พร้อมทั้งบรรยายวิธีการสังเกตอาการเบื้องต้น
2. ครูให้ผู้เรียนช่วยกันบอกสิ่งที่ควรสังเกต และวิธีการช่วยเหลือผู้ป่วย
3. ครูให้ผู้เรียนทำกิจกรรมจำลองสถานการณ์ผู้ป่วยได้รับการบาดเจ็บที่กระดูกสันหลัง และฝึกการปฏิบัติวิธีการปฐมพยาบาลเบื้องต้น
4. ครูและผู้เรียนร่วมกันสรุปกิจกรรมที่ได้เรียนรู้และฝึกปฏิบัติในคาบเรียนนี้

16. กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน

กระดูกหัก (Fractures)

สัปดาห์ที่ 16

เรื่อง กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน กระดูกหัก (Fractures)

สาระสำคัญ

กระดูกหัก (Bone Fracture) คือภาวะที่กระดูกได้รับแรงกระแทกมากเกินไป ส่งผลให้กระดูกไม่สามารถรองรับน้ำหนักจากแรงดังกล่าวได้ และเกิดหักก่อกำให้เกิดอาการปวด เสื่อมสมรรถภาพในการทำงาน รวมทั้งมีเลือดออกและได้รับบาดเจ็บบริเวณ รอบกระดูกที่ได้รับแรงกระแทก โดยทั่วไปแล้ว กระดูกจัดเป็นเนื้อเยื่อเกี่ยวพันชนิดหนึ่ง ประกอบด้วย แคลเซียมและเซลล์กระดูก ตรงกลางกระดูกจะอ่อนกว่า เรียกว่าไขกระดูก ซึ่งทำหน้าที่ผลิตเซลล์เม็ดเลือดแดง กระดูกแต่ละส่วนจะประกบกันเป็นโครงสร้างกระดูกที่รองรับร่างกาย ช่วยในการเคลื่อนไหว และปกป้อง อวัยวะภายในของร่างกาย หากร่างกายได้รับแรงกระแทกอย่างรุนแรงจะส่งผลให้กระดูกแตกหรือหักได้ ซึ่งหากการปฏิบัติการช่วยชีวิตผู้ป่วยอย่างถูกวิธี และยังสามารถช่วยให้ผู้ป่วยปลอดภัยและกลับมาใช้ชีวิตอีกครั้งได้ เพราะฉะนั้นต้องได้รับการฝึกปฏิบัติที่ถูกต้องและเกิดความชำนาญเพื่อประสิทธิภาพในการช่วยชีวิตที่ดี

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้และเข้าใจในการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน
2. เพื่อให้ผู้เรียนสร้างศักยภาพตนเองให้สามารถช่วยชีวิตผู้ที่ตกอยู่ในสถานการณ์ฉุกเฉินด้านสุขภาพให้รอดปลอดภัย

เนื้อหาสาระ

สิ่งที่ควรสังเกตและจดจำ

- แขน ขาผิดรูป บวม มีรอยฟกช้ำบริเวณที่ได้รับบาดเจ็บ
- ปวดและเคลื่อนไหวลำบากบริเวณที่บาดเจ็บ
- งอ บิด หรือสั้นกว่าปกติ
- มีกระดูกโผล่ออกมาจากเนื้อ

การปฐมพยาบาลกระดูกหัก

1. ประคองบริเวณที่หัก ช่วยผู้ป่วยประคองข้อด้านบนและด้านล่างบริเวณที่หัก ให้อยู่ในท่าที่สบายที่สุด



2. ใช้ผ้าห่อป้องกันบริเวณที่หัก ใช้ผ้าเช็ดตัวหรือผ้าปูโต๊ะ ห่อบริเวณที่หักและพองให้อยู่ในท่าที่สบาย



ข้อควรระวัง

1. อย่าพยายามขยับส่วนที่หักโดยไม่จำเป็น อาจทำให้ได้รับบาดเจ็บเพิ่มขึ้นได้
2. ถ้าเป็นแผลเปิดให้ปิดแผลด้วยผ้าสะอาดไม่มีขุยและพันให้เรียบร้อย



3. พยายามที่บาดเจ็บไว้ ในกรณีที่ต้องการช่วยเหลือมาถึงล่าช้า ถ้าแขนหักให้หาอุปกรณ์มาคล้องแขนไว้ถ้าขาหักให้หาไม้มาแล้วใช้ผ้าพันไม้ก่อนนำมาตามขา
4. ถ้าผู้ป่วยแขนหักและไม่มีอาการช็อก สามารถนำผู้ป่วยส่งโรงพยาบาลด้วยรถยนต์ แต่ถ้าขาหักควรนำส่งด้วยรถพยาบาลโดยการโทรแจ้ง 1669 แล้วคอยดูแลอาการช็อก ฝ้าติดตามอาการและบันทึกการหายใจ ชีพจร และระดับการตอบสนองของผู้ป่วย

การดำเนินกิจกรรม

1. ครูเปิดสื่อการเรียนการสอนเรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉินเกี่ยวกับกระดูกหัก พร้อมทั้งบรรยายวิธีการสังเกตอาการเบื้องต้น
2. ครูให้ผู้เรียนช่วยกันบอกสิ่งที่ควรสังเกต และวิธีการช่วยเหลือผู้ป่วย
3. ครูให้ผู้เรียนทำกิจกรรมจำลองสถานการณ์ผู้ป่วยกระดูกหักจากสถานการณ์ต่าง ๆ และฝึกการปฏิบัติวิธีการปฐมพยาบาลเบื้องต้น
4. ครูและผู้เรียนร่วมกันสรุปกิจกรรมที่ได้เรียนรู้และฝึกปฏิบัติในคาบเรียนนี้

17. กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน

ภาวะแผลไหม้ (Burn)

สัปดาห์ที่ 17

เรื่อง กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะแผลไหม้ (Burn)

สาระสำคัญ

การบาดเจ็บจากแผล Burns สามารถเกิดขึ้นได้จากอุบัติเหตุหลายสาเหตุ ทั้งจากความเย็น ความร้อน ของเหลวร้อน ไฟฟ้าช็อต สารเคมี หรือแม้แต่สารกัมมันตภาพรังสี การช่วยเหลือเบื้องต้นก่อนถึงโรงพยาบาลอย่างถูกต้อง และมีประสิทธิภาพ ณ จุดเกิดเหตุ จึงจะสามารถลดความรุนแรง และอันตรายที่เกิดกับผู้บาดเจ็บได้ ซึ่งเมื่ออุบัติเหตุเกิดแล้ว ซึ่งหากการปฏิบัติกรช่วยเหลือผู้บาดเจ็บอย่างถูกวิธี และยังสามารถช่วยให้ผู้ป่วยปลอดภัยและกลับมาใช้ชีวิตอีกครั้งได้ เพราะฉะนั้นต้องได้รับการฝึกปฏิบัติที่ถูกต้องและเกิดความชำนาญเพื่อประสิทธิภาพในการช่วยชีวิตที่ดี

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้และเข้าใจในการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน
2. เพื่อให้ผู้เรียนสร้างศักยภาพตนเองให้สามารถช่วยชีวิตผู้ที่ตกอยู่ในสถานการณ์ฉุกเฉินด้านสุขภาพให้รอดปลอดภัย

เนื้อหาสาระ

สิ่งที่ควรสังเกตและจดจำ

1. **ใช้น้ำราดบริเวณแผลไหม้ทันที** ด้วยน้ำเย็นหรือเย็นจัดเป็นเวลาอย่างน้อย 10 นาทีหรือจนกว่าอาการปวดจะหายไป จัดให้ผู้ป่วย อยู่ในท่าที่สบายโดยจัดให้ผู้ป่วยนั่ง หรือนอน และป้องกันบริเวณที่บาดเจ็บสัมผัสกับพื้นดิน
2. **โทรแจ้ง 1669** แจ้งการบาดเจ็บและอธิบายถึงสาเหตุว่าเกิดจากอะไร และขนาดของ บาดแผล โดยประมาณ
3. **ถอดสิ่งต่าง ๆ ที่รัดตรึงออกในขณะที่ให้ความเย็นบริเวณแผลไหม้** ให้ถอดเสื้อผ้า หรือเครื่องประดับออกจากบริเวณนั้นก่อนที่มัน จะบวม แต่ห้ามดึงสิ่งที่ติดแน่นอยู่กับแผลออก
4. **ปิดแผล** เมื่อให้ความเย็นเสร็จแล้วให้ปิดแผล ด้วยพลาสติกห่อของให้รอบบริเวณบาดแผลไหม้อีกวิธีหนึ่งคือใช้ผ้าสะอาดที่ไม่เป็นขุยปิดแผล ติดตามอาการและสัญญาณชีพของผู้ป่วย ในขณะที่รอรถพยาบาล

ข้อควรระวัง

1. ห้ามใช้ซีผึ้ง โลชั่น น้ำมัน ทาแผลไหม้ ให้ใช้ยาสำหรับแผลไหม้เท่านั้น
2. ห้ามใช้พลาสติกหรือเหนียวติดแผล
3. ห้ามสัมผัสบริเวณแผลไหม้
4. ถ้ามีอาการรุนแรง ให้รักษาอาการช็อก

5. ถ้าแผลไหม้ที่ใบหน้า ไม่ต้องใช้ผ้าปิดแผล ให้ใช้น้ำเย็นราดไว้จนกว่ารถพยาบาลจะมาถึง
6. ถ้าแผลไหม้เกิดจากสารเคมี ให้ใส่ถุงมือป้องกันตนเองแล้วราดด้วยน้ำนานอย่างน้อย 20 นาที
7. ให้มองหาอาการแสดงของการสำลักควันไฟ เช่น หายใจลำบาก

การดำเนินกิจกรรม

1. ครูเปิดสื่อการเรียนการสอนเรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉินเกี่ยวกับแผลไฟไหม้ พร้อมทั้งบรรยายวิธีการสังเกตอาการเบื้องต้น
2. ครูให้ผู้เรียนช่วยกันบอกสิ่งที่ควรสังเกต และวิธีการช่วยเหลือผู้ป่วย
3. ครูให้ผู้เรียนทำกิจกรรมจำลองสถานการณ์ผู้ป่วยโดนไฟไหม้จากสถานการณ์ต่าง ๆ และฝึกการปฏิบัติวิธีการปฐมพยาบาลเบื้องต้น
4. ครูและผู้เรียนร่วมกันสรุปกิจกรรมที่ได้เรียนรู้และฝึกปฏิบัติในคาบเรียนนี้

18. กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน

ภาวะชัก (Convulsion)

สัปดาห์ที่ 18

เรื่อง กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะชัก (Convulsion)

สาระสำคัญ

ภาวะชัก คือ ความผิดปกติของการทำหน้าที่ของสมองโดยที่มีการปลดปล่อยกระแสประสาท ซึ่งเป็นกระแสไฟฟ้าจากเซลล์ประสาทสมองจำนวนมากกว่าปกติมาก ซึ่งอาจก่อให้เกิดอาการ ผิดปกติให้เห็น ได้แก่ อาการกระตุกเฉพาะส่วนของร่างกายหรือทุกส่วน อาจมีพฤติกรรมเปลี่ยน ชั่วขณะ อาจมีอาการเหม่อ เป็นต้น

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้และเข้าใจในการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน
2. เพื่อให้ผู้เรียนสร้างศักยภาพตนเองให้สามารถช่วยชีวิตผู้ที่ตกอยู่ในสถานการณ์ฉุกเฉินด้านสุขภาพให้รอดปลอดภัย

เนื้อหาสาระ

สิ่งที่ควรสังเกตและจดจำ



- หมดสติทันทีทันใด
- หลังโค้งเกร็ง
- อาจจะหายใจมีเสียงดังแล้วเริ่มหายใจลำบาก ริมฝีปากเขียวคล้ำ
- เริ่มชักกระตุก
- อาจมีน้ำลายหรือน้ำลายปนเลือด (กัดริมฝีปาก หรือลิ้นตนเอง)
- ปัสสาวะราด
- กล้ามเนื้อเริ่มคลายตัวและกลับมาหายใจเป็นปกติอีกครั้ง
- หลังชักอาจมีอาการมึนงงและจดจำอะไรไม่ได้

- ผู้ป่วยบางคนอาจจะหลับลึก

การปฐมพยาบาลผู้ป่วยชัก

1. ปกป้องผู้ป่วย จับให้ผู้ป่วยนอนลง บอกให้อยู่นิ่งๆ และให้กำลังใจ เปิดทางเดินหายใจ และป้องกันการบาดเจ็บจากการกระแทกกับวัตถุ จัดพื้นที่ให้โล่ง จุดเวลาที่ชัก
2. ป้องกันศีรษะ และคลายเสื้อผ้าให้หลวม ถ้าเป็นไปได้ให้หาเบาะ หรือของนุ่ม ๆ มารอง ศีรษะหาของนุ่ม ๆ มากันไว้รอบ ๆ เพื่อป้องกันการบาดเจ็บ
3. จัดให้ผู้ป่วยอยู่ในท่าพักฟื้น ทันทิที่ผู้ป่วย หยุดชักผู้ป่วยอาจจะหลับลึก ให้เปิดทางเดินหายใจและตรวจการหายใจ ถ้าผู้ป่วย หายใจได้ดีให้จัดอยู่ในท่าพักฟื้น
4. โทรแจ้ง 1669 เพื่อขอความช่วยเหลือให้กำลังใจกับครอบครัวของผู้ป่วยหรือผู้ดูแล ติดตามอาการและบันทึกสัญญาณชีพ การหายใจ ชีพจร ระดับการตอบสนองและวัดอุณหภูมิในขณะที่รอรพยาบาล

ข้อควรระวัง

1. ห้ามผูกมัดผู้ป่วย
2. ห้ามยัดสิ่งของใด ๆ เข้าไปในปากขณะผู้ป่วยชัก
3. โทรแจ้ง 1669 ถ้าผู้ป่วยมีอาการดังต่อไปนี้ มีการชักซ้ำ, อาการชักนานเกิน 5 นาที เป็นการชักครั้งแรกในชีวิตของผู้ป่วย, หมดสตินานกว่า 10 นาที, หลังจากหยุดชักแล้ว มีการได้รับบาดเจ็บหลงเหลืออยู่

การดำเนินกิจกรรม

1. ครูเปิดสื่อการเรียนการสอนเรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉินเกี่ยวกับภาวะชัก พร้อมทั้งบรรยายวิธีการสังเกตอาการเบื้องต้น
2. ครูให้ผู้เรียนช่วยกันบอกสิ่งที่ควรสังเกต และวิธีการช่วยเหลือผู้ป่วย
3. ครูให้ผู้เรียนทำกิจกรรมจำลองสถานการณ์ผู้ป่วยชักและฝึกการปฏิบัติวิธีการปฐมพยาบาลเบื้องต้น
4. ครูและผู้เรียนร่วมกันสรุปกิจกรรมที่ได้เรียนรู้และฝึกปฏิบัติในคาบเรียนนี้

19. กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะช็อก (Psychological Trauma)

สัปดาห์ที่ 19

เรื่อง กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะช็อก (Psychological Trauma)

สาระสำคัญ

ภาวะจิตใจได้รับความกระทบกระเทือนอย่างรุนแรง เช่น พบเห็นบุคคลอันเป็นที่รัก เสียชีวิตอย่างฉับพลัน อยู่ในเหตุการณ์ความรุนแรง มีความรู้สึกชีวิตตกอยู่ในอันตราย จนส่งผลให้เกิดภาวะสะท้อนขวัญจนไม่สามารถควบคุมอารมณ์ ความคิด และพฤติกรรมได้ อาจพบอาการ แสดงออกทางร่างกาย เช่น ช็อก นิ่งเงียบ ตัวสั่น การแสดงอารมณ์เศร้าโศกหรืออาการโกรธเกรี้ยว รุนแรง หากผู้ที่อยู่ในภาวะสะท้อนขวัญถูกละเลย ไม่ได้รับการปฐมพยาบาลทางใจอย่างถูกต้อง และพื้นที่จะส่งผลต่อสุขภาพจิตในระยะยาว

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้และเข้าใจในการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน
2. เพื่อให้ผู้เรียนสร้างศักยภาพตนเองให้สามารถช่วยชีวิตผู้ที่ตกอยู่ในสถานการณ์ฉุกเฉินด้านสุขภาพให้รอดปลอดภัย

เนื้อหาสาระ

การปฐมพยาบาลทางใจ เป็นการช่วยเหลือด้านจิตใจโดยยึดหลัก 3L ได้แก่

มองเห็น (Look) รับฟัง (Listen) ส่งต่อ (Link) การปฐมพยาบาลผู้ป่วยช็อก

- 1) **มองเห็น (Look)** เห็นว่าใครคือผู้ที่อยู่ในภาวะ สะท้อนขวัญ ให้รีบแยกบุคคลออกจากเหตุการณ์นั้นเพื่อช่วยเหลืออย่างรวดเร็ว
- 2) **รับฟัง (Listen)** รับฟังอย่างตั้งใจไม่ด่วนตัดสิน ไม่แทรกแซง อยู่ใกล้ให้รู้สึกถึงความเป็นเพื่อน เข้าใจถึงอาการแสดงของอารมณ์รุนแรงใน ขณะนั้น ช่วยประคับประคองให้อารมณ์ ผ่อนคลาย และร่างกายได้รับความสบาย รับฟัง ให้รู้ถึงสิ่งที่คุกคามทางจิตใจและสัญญาณการ ขอความช่วยเหลือ
- 3) **ส่งต่อ (Link)** ส่งต่อเพื่อรับความช่วยเหลือที่ ต้องการ เช่น ติดต่อญาติเพื่อมารับการดูแลต่อ การให้ข้อมูล การส่งผู้ป่วยออกจากพื้นที่คุกคามไปยังพื้นที่ปลอดภัย การได้รับยาลดความเครียด จากแพทย์ เป็นต้น

การดำเนินกิจกรรม

1. ครูเปิดสื่อการเรียนการสอนเรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉินเกี่ยวกับภาวะช็อก พร้อมทั้งบรรยายวิธีการสังเกตอาการเบื้องต้น
2. ครูให้ผู้เรียนช่วยกันบอกสิ่งที่ควรสังเกต และวิธีการช่วยเหลือผู้ป่วย
3. ครูให้ผู้เรียนดูวิดีโอเกี่ยวกับสถานการณ์สะท้อนขวัญต่าง ๆ ที่มีเนื้อหาไม่ร้ายแรงนักเพื่อให้ผู้เรียนได้เห็นและเข้าใจในสถานการณ์ดังกล่าวมากยิ่งขึ้น
4. ครูและผู้เรียนร่วมกันสรุปกิจกรรมที่ได้เรียนรู้ในคาบเรียนนี้

20. กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน การเคลื่อนย้ายผู้ป่วย ผู้บาดเจ็บในภาวะฉุกเฉิน

สัปดาห์ที่ 20

เรื่อง กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน การเคลื่อนย้ายผู้ป่วย ผู้บาดเจ็บในภาวะฉุกเฉิน

สาระสำคัญ

ในกรณีที่เกิดเหตุฉุกเฉิน สามารถทำการปฐมพยาบาล ณ จุดเกิดเหตุได้ไม่ควรเคลื่อนย้ายผู้ป่วยโดยไม่มี ความจำเป็น เนื่องจากการเคลื่อนย้ายอาจทำให้ผู้ป่วยเกิดความเจ็บปวด หรือ มีอาการบาดเจ็บมากกว่าเดิม โดยเฉพาะผู้ป่วยที่มีอาการบาดเจ็บบริเวณศีรษะ คอ กระดูกสันหลัง ควรรอให้เจ้าหน้าที่ทางการแพทย์ที่มีความเชี่ยวชาญพร้อมอุปกรณ์ที่ปลอดภัยทำการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยเพื่อส่งรักษาต่อ การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยจะ พิจารณากระทำในกรณีที่เป็นเร่งด่วน

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้และเข้าใจในการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน
2. เพื่อให้ผู้เรียนสร้างศักยภาพตนเองให้สามารถช่วยชีวิตผู้ที่ตกอยู่ในสถานการณ์ฉุกเฉินด้านสุขภาพ ให้รอดปลอดภัย

เนื้อหาสาระ

สถานการณ์ไม่ปลอดภัย หรือกำลังจะไม่ปลอดภัย ตัวอย่างเช่น ไฟไหม้ เสี่ยงต่อ

การระเบิด อันตรายจากสารเคมีรั่วไหล หรือตึกถล่ม เป็นต้น จำเป็นต้องเคลื่อนย้ายเพื่อเข้าไปให้ความ ช่วยเหลือผู้บาดเจ็บคนอื่นที่มีอาการหนักกว่า เพื่อสามารถให้การรักษาได้อย่างเหมาะสม ตัวอย่างเช่น ผู้ที่หมดสติล้มลงบนบันไดและจำเป็นต้องทำ CPR ซึ่งจำเป็นต้องปฏิบัติบนพื้นผิวราบ

ความปลอดภัยของเจ้าหน้าที่ช่วยชีวิต เป็นสิ่งที่มีความสำคัญอย่างมาก อย่างไรก็ตาม ถ้าเคลื่อนย้าย ออกไปจากบริเวณที่เกิดเหตุแล้วจะทำให้เกิดความปลอดภัยกับเจ้าหน้าที่ ช่วยชีวิต ควรพยายามเคลื่อนย้ายไป ยังบริเวณที่ปลอดภัยจะดีกว่า

ก่อนการเคลื่อนย้าย ผู้ช่วยเหลือควรประเมิน ดังต่อไปนี้

- สภาพผู้ป่วย ให้แน่ใจว่าผู้เจ็บป่วยไม่มีการบาดเจ็บของอวัยวะสำคัญ ศีรษะ ด้านหลังกระดูกสันหลัง
- ความสูงและน้ำหนักของผู้ป่วย
- ความแข็งแรงของผู้ช่วยเหลือ
- อุปสรรค เช่น บันได ช่องทางผ่านแคบ
- ระยะทางในการเคลื่อนย้าย
- คนอื่น ๆ ที่สามารถให้ความช่วยเหลือได้
- การช่วยเหลือและการส่งต่อผู้ป่วย

การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยที่ปลอดภัยโดยไม่ส่งผลให้ผู้ช่วยเหลือได้รับบาดเจ็บ ผู้ช่วยเหลือ ควรปฏิบัติ ดังนี้

- เวลาแก้มตัวลง ให้ใช้ขา
- ไม่ใช่หลัง
- ให้อยู่เข่าและสะโพก และหลีกเลี่ยงการบิดลำตัว
- ให้เดินไปข้างหน้า เมื่อสามารถทำได้ ก้าวสั้นๆ และมองบริเวณที่กำลังจะเดินไป
- หลีกเลี่ยงการบิด หรืออึดตัวของผู้ที่ได้รับบาดเจ็บที่ศีรษะ คอ และหลัง
- ห้ามเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บที่ตัวใหญ่ที่เราไม่สามารถลากได้อย่างสบาย

การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยในภาวะฉุกเฉินมีหลายวิธีในหนังสือเล่มนี้จะเสนอวิธีการเคลื่อนย้าย ผู้ป่วยที่ไม่บาดเจ็บบริเวณศีรษะ คอ หลัง ออกจากบริเวณที่ไม่ปลอดภัยที่ปฏิบัติบ่อย ง่าย และก่อให้เกิดอันตรายแก่ผู้ป่วยและผู้ช่วยเหลือน้อยที่สุด ได้แก่

การลากเสื้อ (Clothes Drag) เป็นการลากเสื้อของผู้ป่วยที่ได้รับบาดเจ็บที่ไม่สามารถขยับตัวได้ในพื้นราบ ปฏิบัติดังนี้

1. ผู้ช่วยเหลือยืนอยู่เหนือศีรษะของผู้ป่วย จับที่เสื้อของผู้ป่วยที่บริเวณด้านหลัง
2. ดึงโดยใช้เสื้อของผู้ป่วยและแขนของผู้ช่วยเหลือออกมาทำเป็นเปลรองศีรษะของผู้ป่วย (ตามรูป)



การลากผ้าห่ม (Blanket Drag) ใช้ในการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยที่ไม่รู้สึกตัวในสถานการณ์ฉุกเฉินและเมื่อมีข้อจำกัดเกี่ยวกับอุปกรณ์ ปฏิบัติดังนี้

1. จัดให้ผู้ป่วยอยู่ระหว่างผู้ช่วยเหลือและผ้าห่ม
2. พับผ้าห่มเข้ามาครึ่งแล้วนำมาไว้ชิดกับด้านข้างตัวของผู้ป่วย
3. พลิกผู้ป่วยเข้ามาหาตัวของผู้ช่วยเหลือ
4. คลี่ผ้าห่มที่พับไว้ออก ดังนั้นผ้าห่มจะอยู่ที่ใต้ลำตัวของผู้ป่วย
5. พลิกผู้ป่วยกลับไปให้นอนบนผ้าห่ม
6. รวบผ้าห่มที่อยู่เหนือศีรษะแล้วลากผู้ป่วย (ตามรูป)



การยกและเคลื่อนย้ายโดยผู้ช่วยเหลือ 3 คน ใช้ในการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยที่ไม่สามารถขยับตัวได้หรือหมดสติ ปฏิบัติดังนี้

1. ผู้ช่วยเหลือทั้ง 3 คนนั่งท่าชันเข่าเดียวกัน เรียงแถวกันที่ด้านใดด้านหนึ่งของผู้ป่วย
2. ให้ผู้ช่วยเหลือคนใดคนหนึ่งทำหน้าที่หัวหน้าทีม สั่งการและให้จังหวะแก่สมาชิกในทีมเพื่อความพร้อมเพรียงในการยก
3. ผู้ช่วยเหลือทั้ง 3 คนวางมือบนลำตัวผู้ป่วยโดยตำแหน่ง ดังนี้
 - ผู้ช่วยคนที่ 1 วางมือตำแหน่งหน้าอกหรือลำตัวช่วงบน
 - ผู้ช่วยคนที่ 2 วางมือตำแหน่งสะโพกและต้นขาด้านบน
 - ผู้ช่วยคนที่ 3 วางมือตำแหน่งต้นขาด้านล่างและส่วนปลายขา
4. ผู้ช่วยเหลือทั้ง 3 คนสอดมือเข้าใต้ลำตัวของผู้ป่วยตรงตามตำแหน่งที่วางมือไว้
5. หัวหน้าทีมสั่งการให้จังหวะให้แก่สมาชิกในทีม ยกผู้ป่วยขึ้นพร้อมกันวางบนเข่า



การดำเนินกิจกรรม

1. ครูเปิดสื่อการเรียนการสอนเรื่อง การเคลื่อนย้ายผู้ป่วย ผู้บาดเจ็บในภาวะฉุกเฉิน พร้อมทั้งบรรยายวิธีการสังเกตอาการเบื้องต้น
2. ครูให้ผู้เรียนช่วยกันบอกสิ่งที่ควรสังเกต และวิธีการช่วยเหลือผู้ป่วย
3. ครูให้ผู้เรียนทำกิจกรรมจำลองสถานการณ์ผู้ป่วยฉุกเฉิน และฝึกการปฏิบัติวิธีการปฐมพยาบาลเบื้องต้น
4. ครูและผู้เรียนร่วมกันสรุปกิจกรรมที่ได้เรียนรู้และฝึกปฏิบัติในคาบเรียนนี้

21. กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน งูพิษกัด

สัปดาห์ที่ 21

เรื่อง กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน งูพิษกัด

สาระสำคัญ

งูพิษอันตราย หมายถึง งูที่มีเขี้ยวพิษ ต่อน้ำพิษที่มีน้ำพิษรุนแรง แผลที่ถูกงูพิษกัดจะเห็น เป็นเขี้ยวพิษใหญ่ ๆ 2 จุด หากเป็นรอยเขี้ยวเล็ก ๆ จำนวนมากแสดงว่าเป็นงูไม่มีพิษ งูพิษ ในประเทศไทย และถ้าหากโดนงูที่มีพิษกัด อาจจะมีอันตรายถึงชีวิตได้ ซึ่งหากการปฏิบัติการช่วยชีวิตผู้ป่วยอย่างถูกวิธี และยังสามารถช่วยให้ผู้ป่วยปลอดภัยและกลับมามีชีวิตอีกครั้งได้ เพราะฉะนั้นต้องได้รับการฝึกปฏิบัติที่ถูกต้องและเกิดความชำนาญ เพื่อประสิทธิภาพในการช่วยชีวิตที่ดี

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้และเข้าใจในการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน
2. เพื่อให้ผู้เรียนสร้างศักยภาพตนเองให้สามารถช่วยชีวิตผู้ที่ตกอยู่ในสถานการณ์ฉุกเฉินด้านสุขภาพให้รอดปลอดภัย

เนื้อหาสาระ

งูพิษอันตราย หมายถึง งูที่มีเขี้ยวพิษ ต่อน้ำพิษที่มีน้ำพิษรุนแรง แผลที่ถูกงูพิษกัดจะเห็น เป็นเขี้ยวพิษใหญ่ ๆ 2 จุด หากเป็นรอยเขี้ยวเล็ก ๆ จำนวนมากแสดงว่าเป็นงูไม่มีพิษ งูพิษ ในประเทศไทย แบ่งออกเป็น 3 ประเภท ตามอำนาจทำลายของน้ำพิษต่อระบบของร่างกาย คือ



งูเห่า



งูจงอาง



งูทับสมิงคลา



งูสามเหลี่ยม

งูพิษต่อระบบประสาท

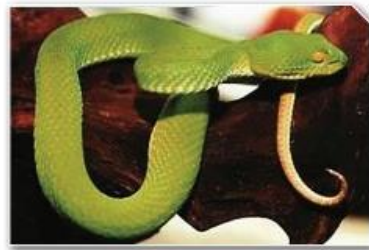
เมื่อถูกงูพิษประเภทนี้กัด พิษจะทำลายระบบประสาท ทำให้มีอาการหนังตาตก ลิ้มตา ไม่ขึ้น ขากรรไกรแข็ง พุดไม่ชัด กลืนน้ำลายไม่ได้ แน่นหน้าอก หายใจไม่สะดวก อ่อนเพลีย อัมพาตและเสียชีวิตจากการหายใจขัดข้อง งูประเภทนี้ ได้แก่ งูเห่า งูจงอาง งูสามเหลี่ยม และ งูทับสมิงคลา เป็นต้น

งูพิษต่อระบบเลือด

เมื่อถูกกัด จะมีอาการปวดบวมบริเวณที่ถูกกัดอย่างชัดเจน มีเลือดซึมตามรอยเขี้ยว เลือดออกใต้ผิวหนังเป็นช้ำ เลือดออกตามไรฟัน เลือดดำกำเริบไหล อาเจียน และถ่ายอุจจาระ เป็นเลือด งูประเภทนี้ ได้แก่ งูกะปะ งูแมวเซา งูเขียวหางไหม้ เป็นต้น



งูแมวเซา



งูเขียวหางไหม้



งูกะปะ

งูพิษต่อระบบกล้ามเนื้อ

เมื่อถูกกัด จะมีอาการคล้ายงูพิษต่อระบบประสาทกัด เจ็บปวดกล้ามเนื้อ โดยเฉพาะ ที่สะโพกและไหล่ ไตวายเฉียบพลัน ซึ่งเป็นสาเหตุของการเสียชีวิต งูประเภทนี้ ได้แก่ งูทะเล



งูทะเล

ลักษณะบาดแผลจากงูมีพิษกัด



ลักษณะบาดแผลจากงูไม่มีพิษกัด



การปฐมพยาบาลเบื้องต้นเมื่อถูกงูกัด

1. หยุดการเคลื่อนไหวของร่างกาย สังเกตบาดแผลว่ามีรอยเขี้ยวงูพิษหรือไม่
2. ล้างแผลด้วยน้ำสะอาด หรือน้ำเกลือทันที ใช้ผ้าม้วนยึดพันตั้งแต่บริเวณใต้รอยเขี้ยวที่ถูกกัดขึ้นมาจนถึงข้อต่อของอวัยวะส่วนนั้นหรือสูงเหนือบาดแผลให้มากที่สุด



3. หาไม้กระดาน หรือวัสดุที่มีความแข็งแรงมาตามแล้วพันด้วยผ้าม้วนยึดทับอีกครั้งเพื่อให้อวัยวะส่วนที่ถูกกัดเคลื่อนไหวได้น้อยที่สุด และจัดอวัยวะส่วนที่ถูกกัดให้อยู่ต่ำกว่าระดับหัวใจ
4. นำผู้บาดเจ็บส่งสถานพยาบาล หรือโรงพยาบาลที่อยู่ใกล้ โดยเร็วที่สุด เพื่อรับการรักษาด้วยเซรุ่มแก้พิษงู
5. ถ้าพิษเข้าตา ให้ล้างตาด้วยน้ำสะอาดมาก ๆ ห้ามขยี้ตา และรีบนำส่งโรงพยาบาล
6. อย่าตื่นเต้น หรือตกใจเพราะจะทำให้หัวใจสูบฉีดเลือดมากขึ้น พิษงูจะกระจายเร็วขึ้น
7. ห้ามรับประทานยาและเครื่องดื่มที่กระตุ้นหัวใจ



สิ่งที่ไม่ควรกระทำเมื่อถูกงูกัด

1. ไม่ควรใช้ไฟจี้ หรือมีดกรีดบาดแผล เพราะจะทำให้แพทย์วินิจฉัยผิดพลาด
2. ไม่ควรใช้ขันชะเนาะ เพราะอาจทำให้อวัยวะขาดเลือดได้
3. ไม่ควรใช้ปากดูดบาดแผล
4. ไม่ควรให้ผู้ป่วยดื่มสุรา
5. ไม่ควรใช้ยากระตุ้นหัวใจ มอร์ฟีน ยาระเหย หรือยาแก้แพ้ต่าง ๆ เพราะจะทำให้สับสนถึงอาการของพิษงูทางระบบประสาท

การดำเนินกิจกรรม

1. ครูเปิดสื่อการเรียนการสอนเรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน โดนงูพิษกัด พร้อมทั้งบรรยายวิธีการสังเกตอาการเบื้องต้น
2. ครูให้ผู้เรียนช่วยกันบอกสิ่งที่ควรสังเกต และวิธีการช่วยเหลือผู้ป่วย
3. ครูให้ผู้เรียนทำกิจกรรมจำลองสถานการณ์ผู้ป่วยฉุกเฉินโดนงูมีพิษและไม่มีพิษกัด และให้ผู้เรียนฝึกการปฏิบัติวิธีการปฐมพยาบาลเบื้องต้น
4. ครูและผู้เรียนร่วมกันสรุปกิจกรรมที่ได้เรียนรู้และฝึกปฏิบัติในคาบเรียนนี้

22. กิจกรรมการปฐมพยาบาลถูกฉุน

แมง หรือ แมลงมีพิษกัด ต่อย

สัปดาห์ที่ 22

เรื่อง กิจกรรมการปฐมพยาบาลถูกฉุน แมง หรือ แมลงมีพิษกัด ต่อย

สาระสำคัญ

แมงหรือแมลงมีพิษ หากถูกกัดหรือต่อย ในรายที่รุนแรง จะมีอาการหน้าบวม ช็อค หายใจลำบาก ไตวาย น้ำท่วมปอด ซึ่งหากการปฏิบัติการช่วยชีวิตผู้ป่วยอย่างถูกวิธี และยังสามารถช่วยให้ผู้ป่วยปลอดภัยและกลับมาใช้ชีวิตอีกครั้งได้ เพราะฉะนั้นต้องได้รับการฝึกปฏิบัติที่ถูกต้องและเกิดความชำนาญ เพื่อประสิทธิภาพในการช่วยชีวิตที่ดี

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้และเข้าใจในการปฐมพยาบาลถูกฉุน
2. เพื่อให้ผู้เรียนสร้างศักยภาพตนเองให้สามารถช่วยชีวิตผู้ที่ตกอยู่ในสถานการณ์ฉุกเฉินด้านสุขภาพให้รอดปลอดภัย

เนื้อหาสาระ



ผึ้ง ตัวต่อ แตน

ผึ้ง ตัวต่อ แตน กัดต่อย ในรายที่รุนแรง จะมีอาการหน้าบวม ช็อค หายใจลำบาก ไตวาย น้ำท่วมปอด

การปฐมพยาบาล

1. ในกรณีเหล็กในติดอยู่แผล ต้องเอาเหล็กในออกก่อน โดยใช้หัวปากกาถูกลิ้นที่ถอดใส่ออกครอบจุดที่ถูกกัดต่อยแล้วกดให้เหล็กในโผล่ขึ้นมา แล้วจึงใช้แหนบดึงเหล็กในออก
2. ล้างบาดแผลด้วยน้ำสะอาดและสบู่ หรือทาแผลด้วยแอมโมเนีย
3. ประคบด้วยน้ำเย็น
4. ถ้าปวดมากให้รับประทานยาแก้ปวดได้
5. ถ้ามีอาการแพ้หนักมากให้รีบนำส่งโรงพยาบาล



แมงป่อง แมงมุม ตะขาบ

แมงป่อง แมงมุม ตะขาบ กัด จะมีอาการปวดบวม แดงร้อน ในรายที่รุนแรง อาจเกิด ภาวะไตวายได้

การปฐมพยาบาล

1. ล้างบาดแผลด้วยน้ำสะอาดและสบู่ หรือทาแผลด้วยแอมโมเนีย
2. ประคบด้วยน้ำเย็น
3. ถ้าปวดมากให้รับประทานยาแก้ปวดได้
4. ถ้ามีอาการมากให้รีบนำส่งโรงพยาบาล

การดำเนินกิจกรรม

1. ครูเปิดสื่อการเรียนการสอนเรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน แมง หรือ แมลงมีพิษกัด ต่อย พร้อมทั้งบรรยายวิธีการสังเกตอาการเบื้องต้น
2. ครูให้ผู้เรียนช่วยกันบอกสิ่งที่ควรสังเกต และวิธีการช่วยเหลือผู้ป่วย
3. ครูให้ผู้เรียนทำกิจกรรมจำลองสถานการณ์ผู้ป่วยฉุกเฉินโดนแมงหรือแมลงมีพิษกัด ต่อย และให้ผู้เรียนฝึกการปฏิบัติวิธีการปฐมพยาบาลเบื้องต้น
4. ครูและผู้เรียนร่วมกันสรุปกิจกรรมที่ได้เรียนรู้และฝึกปฏิบัติในคาบเรียนนี้

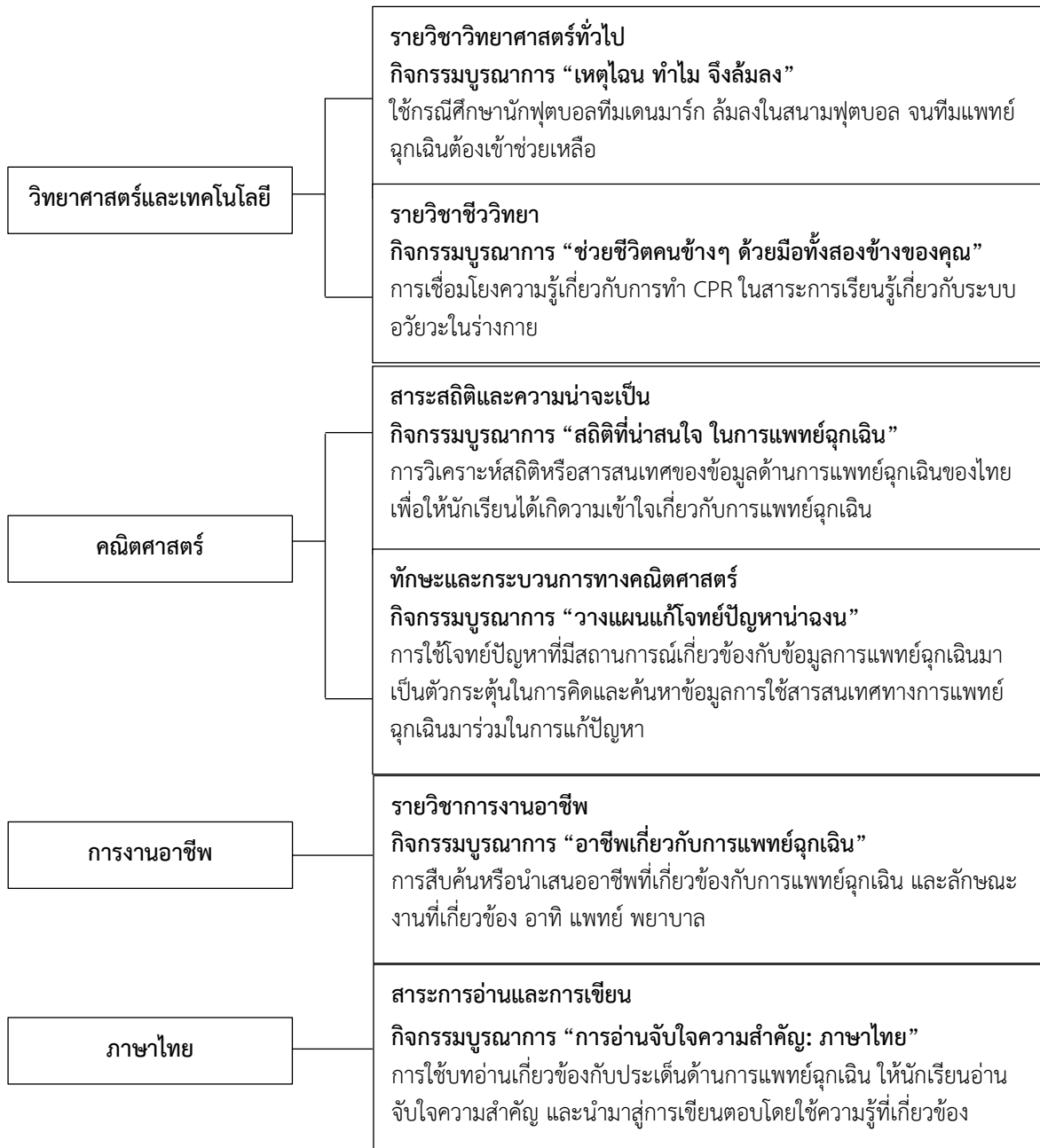
แพลตฟอร์มที่ 4

แผนการจัดการเรียนรู้แบบบูรณาการองค์ความรู้ด้านการแพทย์ฉุกเฉิน
ในรายวิชาวิทยาศาสตร์ คณิตศาสตร์ การงานอาชีพ และภาษาไทย

แพลตฟอร์มที่ 4

แผนการจัดการเรียนรู้แบบบูรณาการองค์ความรู้ด้านการแพทย์ฉุกเฉินใน รายวิชาวิทยาศาสตร์ คณิตศาสตร์ การงานอาชีพ ภาษาไทย และภาษาอังกฤษ

แผนการจัดการเรียนรู้แบบบูรณาการองค์ความรู้ด้านการแพทย์ฉุกเฉินในรายวิชาวิทยาศาสตร์ คณิตศาสตร์ การงานอาชีพ ภาษาไทย และภาษาอังกฤษ มีทั้งหมด 6 แผน ดังนี้



**แผนการจัดการเรียนรู้รายวิชาวิทยาศาสตร์
บูรณาการประเด็นด้านการแพทย์ฉุกเฉิน
กิจกรรมบูรณาการ “เหตุไฉน ทำไม จึงล้มลง”**

ลำดับที่ 1

1. กลุ่มสาระการเรียนรู้	วิทยาศาสตร์
2. ระดับชั้น	มัธยมศึกษาตอนต้น
3. จำนวนคาบเรียน	1 คาบ
4. ตัวอย่างมาตรฐานการเรียนรู้และตัวชี้วัด	ว 1.2 ม.2/3 ตระหนักถึงความสำคัญของระบบหายใจ โดยการบอกแนวทางในการดูแลรักษาอวัยวะในระบบหายใจให้ทำงานเป็นปกติ
5. จุดประสงค์การเรียนรู้	นักเรียนสามารถอธิบายกระบวนการช่วยฟื้นคืนชีพพื้นฐาน (CPR) ที่มีผลต่อระบบการหายใจได้

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นนำ

1. ครูผู้สอนกล่าวทักทายนักเรียนในชั้นเรียน และสอบถามในประเด็นการดำเนินชีวิตประจำวันที่ผ่านมาของแต่ละคน โดยเฉพาะในประเด็นเกี่ยวกับเรื่องการดูแลสุขภาพอนามัย
2. นักเรียนร่วมตอบคำถาม และพูดถึงการดูแลตนเองในสถานการณ์โรคระบาดโควิด 19 ที่ผ่านมา
3. ครูกระตุ้นการคิดของนักเรียนเกี่ยวกับระบบอวัยวะในร่างกายที่เกี่ยวข้องสัมพันธ์กันว่า “ในร่างกายของเรามีระบบอวัยวะอะไรบ้าง และหากระบบใดระบบหนึ่งผิดปกติ จะส่งผลกระทบต่อการใช้ชีวิตอย่างไร”
4. นักเรียนร่วมกันตอบคำถามและแสดงมุมมองของตนเอง โดยมีครูร่วมเสนอแนะและให้ข้อมูลเพิ่มเติม

ขั้นสอน

5. ครูเริ่มนำเสนอประเด็นข่าวเกี่ยวกับการหมดสติของกีฬาทั้งในและต่างประเทศ

- **ข่าวที่ 1** “นักฟุตบอลล้มหมดสติในสนาม”

เกิดเหตุนักฟุตบอลวัย 36 ปี ที่จังหวัดนครนายก ล้มหมดสติขณะที่กำลังทำการแข่งขัน ทำให้ผู้ที่อยู่ในเหตุการณ์ต้องช่วยกันปฐมพยาบาลและเรียกเจ้าหน้าที่กู้ภัยให้การช่วยเหลือ คาดเหตุเกิดจากพักผ่อนน้อย และในเวลาต่อมานักฟุตบอลรายนี้ได้เสียชีวิตแล้ว

โดยปกติแล้ว นักกีฬารายนี้เป็นคนแข็งแรงไม่มีโรคประจำตัว เดินทางมาแข่งขันฟุตบอลและซ้อมฟุตบอลอยู่เป็นประจำ โดยคาดว่าสาเหตุอาจจะเกิดจากการพักผ่อนไม่เพียงพอ สภาพร่างกาย อาจจะไม่พร้อมในการแข่งขัน



ภาพข่าวจาก PPTV

ที่มา: <https://www.pptvhd36.com/news/161324>

- ข่าวที่ 2 “ช็อก! ‘อีริกเซน’ ล้มฟุบกลางสนาม ต้องเรียกแพทย์ปั๊มหัวใจด่วน”

เกิดเหตุสะเทือนขวัญขึ้นระหว่างเกมการแข่งขันฟุตบอลยูโร 2020 กลุ่มบี คู่ระหว่าง “โคนม” เดนมาร์ก กับ ฟินแลนด์ ที่พาร์เกิน สเตเดียม กรุงโคเปนเฮเก้น ประเทศเดนมาร์ก เมื่อจู่ ๆ คริสเตียน อีริกเซน กองกลางของเดนมาร์ก จู่ ๆ ก็ล้มฟุบลงไปบนสนาม

โดยเหตุดังกล่าวเกิดขึ้นในนาทีที่ 42 ของครึ่งแรก อีริกเซน อยู่ดี ๆ ก็ซึ้อกลงไปนอนกับพื้น ทำให้ต้องรีบเรียกแพทย์ลงไป จนถึงขั้นต้องมีการใช้เครื่องปั๊มหัวใจ เพื่อกระตุ้นหัวใจกลับขึ้นมา ขณะที่เพื่อนร่วมทีมที่อยู่ใกล้ๆ นั้นมีสีหน้าที่ไม่สู้ดี จนการแข่งขันต้องหยุดพักไปเป็นเวลานาน



ภาพข่าวจาก มติชน ออนไลน์

ที่มา: https://www.matichon.co.th/sport/footballinter/news_2773330

6. ครูเริ่มประเด็นอภิปรายร่วมกับนักเรียนในประเด็นข่าวและเชื่อมโยงไปยังความรู้เกี่ยวกับระบบการทำงานของร่างกายที่ผิดปกติ โดยเน้นประเด็นเกี่ยวกับการทำงานของระบบอวัยวะในร่างกาย อาทิ “ภาวะหัวใจหยุดเต้นเฉียบพลัน”

7. ครูนำเสนอมุมมองการช่วยเหลือชีวิตของผู้ประสบเหตุในข่าวว่า ณ จุดเกิดเหตุภาวะฉุกเฉินจำเป็นต้องมีการช่วยฟื้นคืนชีวิตด้วยการทำ CPR และการใช้เครื่อง AED ร่วมในการช่วยเหลือซึ่งจะช่วยทำให้ผู้ป่วยมีโอกาสรอดจากสถานการณ์ฉุกเฉินดังกล่าวมากขึ้น

8. ครูแบ่งกลุ่มนักเรียนในชั้นเรียนออกเป็น 5-6 กลุ่ม เพื่อร่วมกันศึกษาความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐานหรือ CPR จากเว็บไซต์ของกระทรวงสาธารณสุข “เรียนรู้ เข้าใจ การช่วยชีวิตเบื้องต้น ในผู้ใหญ่ (ขั้นพื้นฐาน)” ผ่าน URL http://healthydee.moph.go.th/view_article.php?id=654



9. หลังจากนักเรียนร่วมกันศึกษาจากเว็บไซต์ดังกล่าวแล้ว แต่ละกลุ่มส่งตัวแทนมาร่วมกันนำเสนอสาระสำคัญหน้าชั้นเรียน และเติมเต็มความรู้ซึ่งกันและกัน ทีละกลุ่ม จนครบทุกกลุ่ม

ขั้นสรุป

10. ครูสุ่มตัวแทนนักเรียนในชั้นเรียนเพื่อสะท้อนคิดจากการเรียนรู้ในคาบเรียนนี้

11. ครูสรุปประเด็นความรู้เกี่ยวกับความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐานหรือ CPR ที่มีผลต่อระบบการหายใจอีกครั้ง และเปิดโอกาสให้นักเรียนได้ซักถามเพิ่มเติม

การวัดและประเมินผลการเรียนรู้

1. การประเมินการนำเสนอการสรุปความรู้เกี่ยวกับการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐานหรือ CPR
2. การสังเกตการพฤติกรรมมีส่วนร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน

แผนการจัดการเรียนรู้รายวิชาชีววิทยา
บูรณาการประเด็นด้านการแพทย์ฉุกเฉิน
กิจกรรมบูรณาการ “ช่วยชีวิตคนข้างๆ ด้วยมือทั้งสองข้างของคุณ”

ลำดับที่ 2

1. กลุ่มสาระการเรียนรู้	วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี
2. ระดับชั้น	มัธยมศึกษาตอนปลาย
3. จำนวนคาบเรียน	1 คาบ
4. ตัวอย่างผลการเรียนรู้ในสาระชีววิทยา (เพิ่มเติม)	ม.5 ข้อ 6 สืบค้นข้อมูล อธิบายโครงสร้างที่ใช้ในการแลกเปลี่ยนแก๊ส และกระบวนการแลกเปลี่ยนแก๊สของมนุษย์
5. จุดประสงค์การเรียนรู้	นักเรียนสามารถระบุลักษณะและการเตรียมตัวเข้าสู่ชีพทางด้าน การแพทย์ฉุกเฉินได้

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นนำ

1. ครูผู้สอนกล่าวทักทายนักเรียนในชั้นเรียน และชวนพูดคุยกับนักเรียนในชั้นเรียนในประเด็นการดำเนินชีวิตประจำวันที่ผ่านมาของแต่ละคน โดยเฉพาะในประเด็นเกี่ยวกับเรื่องการดูแลสุขภาพอนามัย
2. นักเรียนร่วมตอบคำถาม และพูดถึงการดูแลตนเองในสถานการณ์โรคระบาดโควิด 19 ที่ผ่านมา
3. ครูนำประเด็นแลกเปลี่ยนถึงอวัยวะในร่างกายและระบบในร่างกายที่ได้รับผลกระทบจากการติดเชื้อไวรัสโควิด 19 และนักเรียนร่วมกันแสดงความคิดเห็น (ปอดและระบบการหายใจ)

ขั้นสอน

4. ครูเริ่มนำเสนอประเด็นเกี่ยวกับภาวะฉุกเฉิน อาทิ ผู้บาดเจ็บที่หมดสติ หายใจ หายใจหยุดเต้น จากสถานการณ์ฉุกเฉินต่าง ๆ เช่น ภาวะหัวใจวายเฉียบพลัน กล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือดเฉียบพลัน จมน้ำ การทำงานในที่อับอากาศ ไฟฟ้าช็อต อุบัติเหตุทางท้องถนน หรือผู้ป่วยจากอาการของโรคที่มีอาการรุนแรง ซึ่งในช่วงเวลาสั้น ๆ เมื่อเกิดการหยุดหายใจเป็นช่วงเวลาที่มีความสำคัญมาก รวมทั้งเชื่อมโยงสาระความรู้กับ Infographic 6 อาการฉุกเฉินวิกฤตที่ส่งผลต่อชีวิตและอวัยวะสำคัญ และตั้งคำถามว่า

“ผู้ป่วยอาจเสียชีวิตหรือสมองตายหากสมองขาดออกซิเจนนานเกินกี่นาที”
 (ประมาณ 4–6 นาที)

แบบไหนที่เป็นสัญญาณ อาการฉุกเฉินวิกฤติ!

6

อาการฉุกเฉินวิกฤติ ที่ส่งผลต่อชีวิตและอวัยวะสำคัญ

1

หัวใจหยุดเต้น ไม่หายใจ
ไม่ตอบสนองต่อการเรียก
หรือกระตุ้น ต้องได้รับการ
กู้ชีพทันที



การรับรู้ สติเปลี่ยนแปลงไป
บอกรเวลา สถานที่
คนที่คุ้นเคย ผิดเพี้ยนพัวพัน

2

3

ระบบหายใจมีอาการ
วิกฤติดังนี้



ไม่สามารถ
หายใจได้ปกติ

หายใจเร็ว
แรง และลึก

หายใจมีเสียง
ดังผิดปกติ

พูดได้แค่สั้นๆ
หรือร้องไม่ออก
ออกเสียงไม่ได้

สำคัญ อุดทางเดินหายใจ
กับมีอาการเขียวคล้ำ



ระบบไหลเวียนเลือดวิกฤติ
อย่างน้อย 2 ข้อ ดังนี้

4

ตัวเย็นและซีด

เหงื่อแตกท่วมตัว

หมดสติชั่วคราว
หรืออัมพาตครึ่งซีก



อาการอื่นๆ ที่มีภาวะ
เสี่ยงต่อชีวิตสูง

6

เจ็บหน้าอก
รุนแรง

แขนขาอ่อนแรง
ทันทีทันใด

ชักเกร็ง



5

อวัยวะขาด เสียเลือดมาก
เสี่ยงต่อการพิการ



อาการทั้งหมดเป็นอาการสำคัญที่ต้องแจ้ง ศูนย์ 1669

* เมื่อสอบถามอาการแล้วว่ามีอาการฉุกเฉินวิกฤติจริง จะรับประสานงานให้หน่วยกู้ชีพไปทันที

เจ็บป่วยฉุกเฉิน โทร 1669



5. ครูเริ่มกล่าวถึง เหตุการณ์หัวใจหยุดเต้นกระทันหันว่า มากกว่า 70% มักเกิดขึ้นที่บ้าน ผู้ที่จะช่วยให้คนที่เรารักมากที่สุดรอดชีวิต ก็คงจะมีแต่ตัวเราเองเท่านั้น ฉะนั้นหากเราไม่มีความรู้พื้นฐานการช่วยชีวิตเลย รรรถพยาบาลอย่างเดียว จะทำให้การช่วยเหลือชีวิตล่าช้า ภายใน 4 นาที จะทำให้สมองขาดเลือดและจะไม่กลับมาใช้ชีวิตได้ตามปกติอีกเลย ซึ่งน่าเสียดายเขาอาจกลับมาใช้ชีวิตและลมหายใจต่อได้ และตั้งคำถามว่า

“นักเรียนจะสามารถช่วยเหลือคนในครอบครัวหรือคนใกล้ชิดให้ปลอดภัยในสถานการณ์นี้ได้อย่างไร”

(การปั๊มหัวใจด้วยมือทั้งสองข้างของเราเอง ภายใน 4 นาทีแรก)

6. ครูแบ่งกลุ่มนักเรียนในชั้นเรียนออกเป็น 5-6 กลุ่ม เพื่อร่วมกันศึกษาความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐานหรือ CPR จากเว็บไซต์ของคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ “ช่วยชีวิตคนข้าง ๆ ด้วยมือทั้งสองข้างของคุณเอง ทุกคนสามารถทำได้” ที่นำเสนอข้อมูลโดย ผศ.ดร.นพ.บวร วิทย์ชำนานกุล อาจารย์ประจำภาควิชาเวชศาสตร์ฉุกเฉิน คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ผ่าน URL <https://web.med.cmu.ac.th/index.php/th/allarticle/25-highlight-news/1055-2021-03-28-04-41-29>

ขั้นตอนการช่วยชีวิตพื้นฐานในผู้ใหญ่
สำหรับประชาชนทั่วไป

1. ตรวจสอบความปลอดภัยของสถานที่เกิดเหตุ
2. ตรวจสอบยืนยันว่าผู้ป่วยหมดสติจริง
3. โทรเบอร์ฉุกเฉิน 1669 และรับนำ AED มาให้ทำตามคำแนะนำทางโทรศัพท์
4. ดูกายหายใจ
 - หายใจปกติ ฝ่าสังเกตอาการผู้ป่วย รอทีมช่วยชีวิตมาถึง
 - หายใจผิดปกติ (หายใจเอื้อง) หรือไม่หายใจ
5. เริ่มกดหน้าอกทันที บริเวณครึ่งล่างของกระดูกหน้าอก
 - เส้นกลางลำตัว
 - กระดูกหน้าอก
 - ตำแหน่งการวางมือ
 - ตำแหน่งการกดหน้าอก ให้กดตรงกึ่งกลาง ท่อนล่างของกระดูกหน้าอก (Mid of Lower Sternum) โดยใช้สันมือกด
 - กดลึก (มากกว่า 5 ซม.)
 - กดเร็ว (100-120 ครั้ง/นาที)
 - ขัดจังหวะการกดให้น้อยที่สุด
 - ปล่อยหน้าอกคืนตัวสุด ก่อนกดครั้งถัดไป
6. กดหน้าอก 30 ครั้ง ช่วยหายใจ 2 ครั้ง หรือ "กดหน้าอกเพียงอย่างเดียว" (กดหน้าอกลึกมากกว่า 5 ซม.)
7. เมื่อ AEDมาถึง ให้ใช้ AED
 - วิเคราะห์คลื่นไฟฟ้าหัวใจว่าต้องช็อกไฟฟ้าหรือไม่
 - ให้ช็อกไฟฟ้า 2 นาที
 - ไม่แนะนำให้ช็อกไฟฟ้า 2 นาที
 - ช็อกไฟฟ้า แล้วทำ CPR โดยเริ่มกดหน้าอกทันที
 - ให้ทำ CPR ต่อ โดยเริ่มกดหน้าอกทันที

ทำ CPR ต่อเนื่องจากกว่าทีมช่วยชีวิตมาถึง หรือเมื่อเห็นผู้ป่วยเคลื่อนไหวหรือหายใจปกติ

แหล่งข้อมูล : คู่มือช่วยชีวิตขั้นพื้นฐานและเครื่องช็อกไฟฟ้าหัวใจอัตโนมัติ(เออีดี:AED)สำหรับประชาชน พ.ศ.2561
จัดทำโดย : งานประชาสัมพันธ์ คณะแพทยศาสตร์ มช.

Facebook: คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ (official) | Website: <https://www.med.cmu.ac.th/> | Faculty of Medicine Chiang Mai University | MEDCMU

7. หลังจากนักเรียนร่วมกันศึกษาจากเว็บไซต์ดังกล่าวแล้ว แต่ละกลุ่มส่งตัวแทนมาร่วมกันนำเสนอสาระสำคัญหน้าชั้นเรียน และเติมเต็มความรู้ซึ่งกันและกัน ทีละกลุ่ม จนครบทุกกลุ่ม โดยเชื่อมโยงประเด็นเกี่ยวกับระบบอวัยวะในร่างกายที่ได้เรียนรู้มา

ขั้นสรุป

8. ครูสุ่มตัวแทนนักเรียนในชั้นเรียนเพื่อสะท้อนคิดจากการเรียนรู้ในคาบเรียนนี้

9. ครูสรุปประเด็นความรู้เกี่ยวกับความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐานหรือ CPR อีกครั้ง โดยเชื่อมโยงกับโครงสร้างที่ใช้ในการแลกเปลี่ยนแก๊สและกระบวนการแลกเปลี่ยนแก๊สของมนุษย์และเปิดโอกาสให้นักเรียนได้ซักถามเพิ่มเติม

การวัดและประเมินผลการเรียนรู้

1. การประเมินการนำเสนอการสรุปความรู้เกี่ยวกับการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐานหรือ CPR
2. การสังเกตการพฤติกรรมการมีส่วนร่วมกิจกรรมในชั้นเรียน

แผนการจัดการเรียนรู้รายวิชาคณิตศาสตร์
บูรณาการประเด็นด้านการแพทย์ฉุกเฉิน
กิจกรรมบูรณาการ “สถิติที่น่าสนใจ ในการแพทย์ฉุกเฉิน”

ลำดับที่ 3

1. กลุ่มสาระการเรียนรู้	คณิตศาสตร์
2. ระดับชั้น	มัธยมศึกษาตอนปลาย
3. จำนวนคาบเรียน	1 คาบ
4. ตัวอย่างมาตรฐานและตัวชี้วัดที่บูรณาการ	ค 3.1 ม.6/1 เข้าใจและใช้ความรู้ทางสถิติในการนำเสนอข้อมูลและแปลความหมายของค่าสถิติเพื่อประกอบการตัดสินใจ
5. จุดประสงค์การเรียนรู้	นักเรียนสามารถวิเคราะห์และตีความข้อมูลสถิติเกี่ยวกับการแพทย์ฉุกเฉินได้

กิจกรรมการเรียนรู้
ขั้นนำ

1. ครูผู้สอนกล่าวทักทายนักเรียนในชั้นเรียน และชวนพูดคุยกับนักเรียนในชั้นเรียนในประเด็นการดำเนินชีวิตประจำวันที่ผ่านมาของแต่ละคน โดยเฉพาะในประเด็นเกี่ยวกับเรื่องการดูแลสุขภาพอนามัย
2. นักเรียนร่วมตอบคำถาม และพูดถึงการดูแลตนเองในสถานการณ์โรคระบาดโควิด 19 ที่ผ่านมา
3. ครูกล่าวถึงการใช้สื่อสังคมออนไลน์ อาทิ Facebook, Twitter, Line ซึ่งปรากฏข้อมูล ข่าวสารที่น่าสนใจมากมาย และมักนำเสนอตัวเลขทางสถิติที่น่าสนใจมากมาย
4. นักเรียนร่วมยกตัวอย่างตัวเลขทางสถิติที่เผยแพร่ทางสื่อสังคมออนไลน์ (สถิติผู้ติดเชื้อโควิด 19 สถิติยอดคนได้รับการฉีดวัคซีน สถิติการเลือกตั้ง สถิติอุบัติเหตุทางท้องถนนช่วงปีใหม่ ฯลฯ)
5. ครูนำประเด็นให้เห็นว่าตัวเลขทางสถิติมีประโยชน์ต่อการใช้ชีวิตของเราในหลากหลายมิติ และหลายประเด็นก็นำไปสู่การคิดต่อยอดเพื่อการดำเนินชีวิต

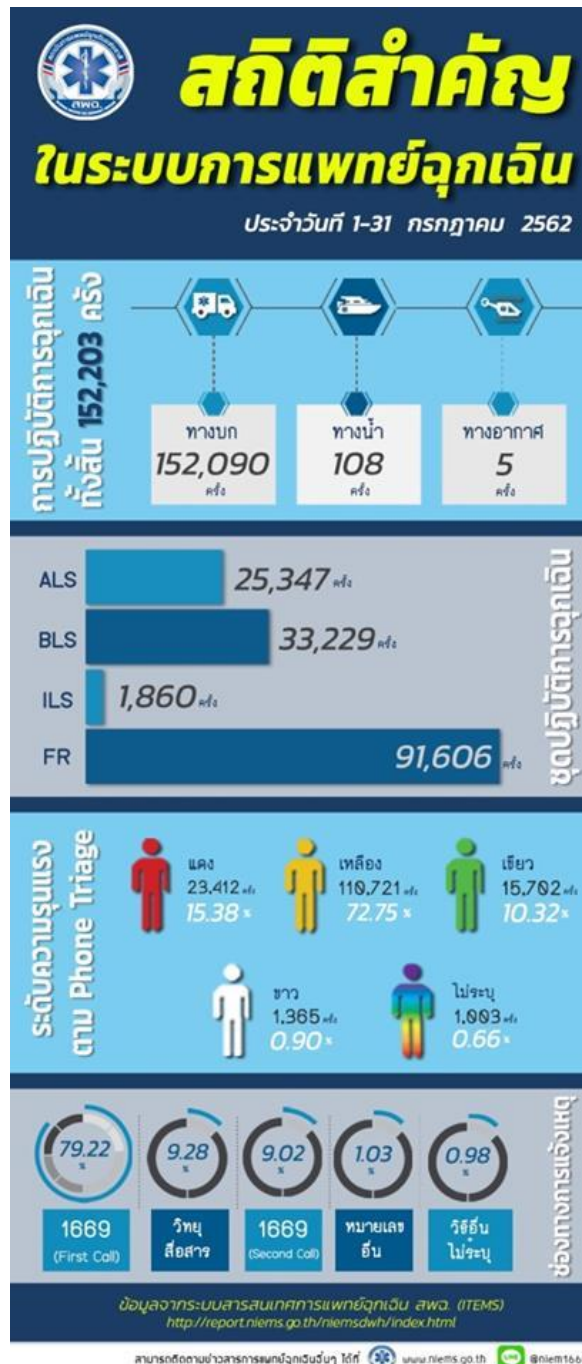
ขั้นสอน

6. ครูแบ่งนักเรียนออกเป็น 5-6 กลุ่ม โดยคละความสามารถ เพื่อเตรียมทำกิจกรรมกลุ่มในการตอบคำถามจากการวิเคราะห์ตัวเลขทางสถิติ
7. ครูนำเสนอตัวเลขสถิติผ่าน Infographic “สถิติสำคัญในระบบการแพทย์ฉุกเฉิน” และตั้งคำถามเพื่อการระดมสมอง (Brain storming) และอภิปรายการวิเคราะห์ตัวเลขทางสถิติต่าง ๆ ในมุมมองคณิตศาสตร์ในแต่ละกลุ่ม ดังนี้

คำถามที่ 1 การแพทย์ฉุกเฉิน หมายถึงอะไร และมีลักษณะอย่างไร

คำถามที่ 2 จากตัวเลขสถิติใน Infographic ที่พบว่า การปฏิบัติการฉุกเฉินทางบก มีความถี่มากที่สุด อาจเนื่องมาจากสาเหตุใด

คำถามที่ 3 ช่องทางการแจ้งเหตุใด ที่น่าจะได้รับความนิยมนิยมสูงสุด และอาจเนื่องมาจากสาเหตุใด



8. นักเรียนร่วมกันศึกษาและวิเคราะห์สารสนเทศจาก Infographic “สถิติสำคัญในระบบการแพทย์ฉุกเฉิน” และศึกษาเพิ่มเติมจากแหล่งเรียนรู้ออนไลน์

9. นักเรียนแต่ละกลุ่มส่งตัวแทนมาร่วมกันนำเสนอสาระสำคัญหน้าชั้นเรียน และเติมเต็มความรู้ซึ่งกันและกันที่ละกลุ่ม จนครบทุกกลุ่ม

10. ครูร่วมเติมเต็มการเรียนรู้จากการนำเสนอของนักเรียนแต่ละกลุ่ม และเสริมความรู้เกี่ยวกับกลุ่มอาการฉุกเฉินที่ควรรู้ Infographic “กลุ่มอาการฉุกเฉินวิกฤต” ดังภาพ

เจ็บป่วยฉุกเฉินวิกฤต
“มีสิทธิทุกที่” โดยไม่ต้องสำรองจ่าย

ด้วยสิทธิ UCEP

เจ็บป่วยฉุกเฉิน โทร. 1669

กลุ่มอาการฉุกเฉินวิกฤต

- ภาวะฉุกเฉินทางการไหลเวียนโลหิต**
 - หัวใจหยุดเต้น
 - เจ็บหน้าอกรุนแรง
 - ความดันตกเฉียบพลัน
- ภาวะฉุกเฉินทางระบบประสาท**
 - ปากเบี้ยว อ่อนแรงครึ่งซีกฉับพลัน
 - ชักเกร็ง ชักกระตุก
 - การขาดเจ็บศีรษะรุนแรง
- ภาวะฉุกเฉินทางการหายใจ**
 - สิ่งแปลกปลอมอุดกั้นทางเดินหายใจ
 - หายใจเหนื่อยหอบรุนแรง
 - ภูมิแพ้รุนแรง
- เหตุฉุกเฉินอื่นๆ**
 - มีภาวะเจ็บป่วยฉุกเฉินตามเกณฑ์ที่ สพจ. กำหนด

ประชาชนที่มีข้อสงสัยสามารถติดต่อสอบถามข้อมูลได้ที่ ศูนย์ประสานคุ้มครองสิทธิผู้ป่วยฉุกเฉินวิกฤต สถาบันการแพทย์ฉุกเฉินแห่งชาติ (ศคส.สพจ.)
โทร. 02-872-1669 หรือ E-mail ucepcenter@niems.go.th

ขั้นสรุป

11. ครูสุ่มตัวแทนนักเรียนในชั้นเรียนเพื่อสะท้อนคิดจากการเรียนรู้ในคาบเรียนนี้
12. ครูสรุปประเด็นประโยชน์ของตัวเลขทางสถิติในการดำเนินชีวิต และประเด็นการแพทย์ฉุกเฉินรวมทั้งเปิดโอกาสให้นักเรียนได้ซักถามเพิ่มเติม (ถ้ามี)

การวัดและประเมินผล

1. การตอบประเด็นคำถาม 3 คำถามหลัก
2. การสังเกตพฤติกรรมการมีส่วนร่วมทำกิจกรรมในชั้นเรียน

แผนการจัดการเรียนรู้รายวิชาคณิตศาสตร์
บูรณาการประเด็นด้านการแพทย์ฉุกเฉิน
กิจกรรมบูรณาการ “วางแผนแก้โจทย์ปัญหาน่าฉงน”

ลำดับที่ 4

1. กลุ่มสาระการเรียนรู้	คณิตศาสตร์
2. ระดับชั้น	มัธยมศึกษาตอนปลาย
3. จำนวนคาบเรียน	1 คาบ
4. ตัวอย่างทักษะ/กระบวนการทางคณิตศาสตร์บูรณาการ	ทักษะการคิดแก้ปัญหา ทักษะการคิดเชื่อมโยง
5. จุดประสงค์การเรียนรู้	นักเรียนสามารถวิเคราะห์และเรียงลำดับชั้นของกระบวนการ 9 ข้อที่ควรรู้ก่อนโทร 1669 ได้

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นนำ

1. ครูผู้สอนกล่าวทักทายนักเรียนในชั้นเรียน และชวนพูดคุยกับนักเรียนในชั้นเรียนในประเด็นการดำเนินชีวิตประจำวันที่ผ่านมาของแต่ละคน โดยเฉพาะในประเด็นเกี่ยวกับเรื่องการดูแลสุขภาพอนามัย
2. นักเรียนร่วมตอบคำถาม และพูดถึงการดูแลตนเองในสถานการณ์โรคระบาดโควิด 19 ที่ผ่านมา
3. ครูกล่าวถึงการแก้ปัญหา (Problem - Solving) ในชีวิตจริงของมนุษย์ที่เกี่ยวข้องกับคณิตศาสตร์ว่าจำเป็นต้องเป็นบวก ลบ คูณ หารตัวเลขหรือจำนวนเสมอไปหรือไม่
4. นักเรียนร่วมอภิปรายตอบคำถามถึงวิธีการแก้ปัญหาในชีวิตจริง
5. ครูนำประเด็นให้เห็นว่าการแก้ปัญหาในชีวิตจริงของมนุษย์ที่เกี่ยวข้องกับคณิตศาสตร์ว่าไม่จำเป็นต้องเป็นบวก ลบ คูณ หารตัวเลขหรือจำนวนเสมอไป การใช้ทักษะและกระบวนการทางคณิตศาสตร์มีหลากหลายรูปแบบ/วิธีการ อาทิ การวางแผนการทำงานอย่างเป็นขั้นตอน การวิเคราะห์ความเป็นไปได้การให้เหตุผลอ้างอิงที่เหมาะสม การคิดเชื่อมโยง เป็นต้น

ขั้นสอน

6. ครูแบ่งนักเรียนออกเป็น 5-6 กลุ่ม โดยคละความสามารถเพื่อเตรียมทำกิจกรรมกลุ่มในการวางแผนการดำเนินการ
7. ครูนำเสนอคลิปวิดีโอความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับการแพทย์ฉุกเฉิน “New Normal ระบบการแพทย์ฉุกเฉิน” จาก YouTube ผ่าน URL <https://www.youtube.com/watch?v=GOfy4uN-hcQ>



New Normal ระบบการแพทย์ฉุกเฉิน

การดู 560 ครั้ง • 17 มี.ย. 2020

👍 10 🗨️ ไม่ชอบ ➡ แชร์ ⚙️ ธีมทีก ...

8. นักเรียนร่วมกันสรุปสาระสำคัญจากการที่ได้รับชมคลิปวิดีโอดังกล่าว โดยการซักถามจากครูผู้สอน
9. ครู้นำเสนอ “9 ข้อควรรู้ก่อนโทร 1669” ดังนี้

A. บอกสถานที่เกิดเหตุ เส้นทาง จุดเกิดเหตุให้ ชัดเจน	B. ให้ข้อมูลว่าเกิดเหตุ อะไร มีผู้ป่วยหรือ ผู้บาดเจ็บลักษณะใด	C. บอกความเสี่ยงที่อาจ เกิดซ้ำ เช่น อยู่กลาง ถนน รถติดแก๊ส ฯลฯ
D. เมื่อพบเหตุเจ็บป่วย ฉุกเฉิน ให้ตั้งสติและ โทรแจ้ง 1669	E. บอกระดับความ รู้สึกตัวของผู้ป่วย	F. ช่วยเหลือเบื้องต้น ถามคำแนะนำของ เจ้าหน้าที่
G. รอทีมกู้ชีพมารับผู้ ป่วยเพื่อนำส่ง โรงพยาบาล	H. ชื่อผู้แจ้ง เบอร์ โทรศัพท์ ที่สามารถ ติดต่อได้	I. บอกเพศ ช่วงอายุ อาการ จำนวน ผู้ป่วย ผู้บาดเจ็บ

10. ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มทดลองวางแผนเรียงลำดับการดำเนินการ 9 ข้อควรรู้ก่อนโทร 1669 จากสิ่งที่ควรดำเนินการก่อนไปหลัง 9 ลำดับขั้นตอน พร้อมเหตุผล และนำเสนอผลการระดมสมองในชั้นเรียนที่ละกลุ่ม

11. ครูนำเสนอ Infographic 9 ข้อควรรู้ก่อนโทร 1669 ที่มีการเรียงลำดับขั้นตอนทั้ง 9 ที่เหมาะสม ให้นักเรียนพิจารณาคำตอบร่วมกัน พร้อมทั้งนำเสนอสาระความรู้เพิ่มเติมเกี่ยวกับการช่วยฟื้นคืนชีพพื้นฐาน CPR (คำตอบคือ D, B, A, I, E, C, H, F, G)

1669

- หมายเลข 1669 สำหรับเรียกใช้บริการทางการแพทย์ฉุกเฉิน
- การรายงานเหตุฉุกเฉินทางการแพทย์
- ศูนย์รับแจ้งเหตุ ส่งโรงพยาบาลฉุกเฉินและปฏิบัติการ
- ศูนย์รับแจ้งเหตุและจัดการ
- พาทนฉุกเฉินออกปฏิบัติการ
- หน่วยกู้ชีพฉุกเฉิน
- การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยฉุกเฉิน
- การดูแลฉุกเฉิน ณ จุดเกิดเหตุ
- โรงพยาบาล

9 ข้อควรรู้ก่อนโทร 1669

1. มีอาการที่บ่งชี้ว่าฉุกเฉิน โทรแจ้ง 1669
2. ให้อีกผู้หนึ่งที่โทร มีผู้ช่วยเหลือผู้บาดเจ็บ
3. บอกสถานที่เกิดเหตุ ชัดเจนที่สุด
4. บอกเวลา ช่วงอายุ อาสาสมัคร ผู้บาดเจ็บ
5. บอกระดับความรู้สึกตัวของผู้ป่วย
6. บอกความเสียหายที่อาจเกิดขึ้น เช่น อุบัติเหตุ รถติด ไฟไหม้
7. รอผู้ช่วยทางการแพทย์ที่สถานพยาบาล
8. ช่วยเหลือเบื้องต้นตามคำแนะนำของเจ้าหน้าที่
9. รอในที่เกิดเหตุตามคำแนะนำของเจ้าหน้าที่

การช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน CPR

1. เปิด气道
2. ตรวจสอบการหายใจ
3. โทรแจ้ง 1669
4. ตรวจสอบชีพจร
5. ให้ออกซิเจน
6. ให้ความช่วยเหลือเบื้องต้น
7. ให้ออกซิเจน
8. ให้ออกซิเจน
9. ให้ออกซิเจน

เอกสารประกอบการเรียนรู้ของอาสาฉุกเฉินชุมชน (อช.)

สืบสานการศึกษาสายอาชีพ
เป็นต้นได้...
เว็บไซต์: www.niems.go.th

สถาบันการแพทย์ฉุกเฉินแห่งชาติ (สพฉ.)
84/40 หมู่ที่ 4 อากาศอำนวยวิทยารามราชภัฏ 84 นครราชสีมา 3006 ต.สวนแก้ว อ.ศาลายา จ.นครราชสีมา 11000
โทรสาร 02-872-1669 โทรสาร 02-872-1602-5

ที่มา: <https://www.chppao.go.th/content/cate/14>

ขั้นสรุป

12. ครูผู้สอนตัวแทนนักเรียนในชั้นเรียนเพื่อสะท้อนคิดจากการเรียนรู้ในคาบเรียนนี้
13. ครูสรุปประเด็นการแก้ปัญหาในชีวิตประจำวันที่ใช้หลักคิดทางคณิตศาสตร์ที่ดำเนินการเป็นขั้นตอน และประเด็นการแพทย์ฉุกเฉินที่น่าสนใจ รวมทั้งเปิดโอกาสให้นักเรียนได้ซักถามเพิ่มเติม (ถ้ามี)

การวัดและประเมินผล

1. การประเมินการวางแผนเรียงลำดับการดำเนินการ 9 ข้อควรรู้ก่อนโทร 1669
2. การสังเกตการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมในชั้นเรียน

**แผนการจัดการเรียนรู้รายวิชาการงานอาชีพ
บูรณาการประเด็นด้านการแพทย์ฉุกเฉิน
กิจกรรมบูรณาการ “อาชีพเกี่ยวกับการแพทย์ฉุกเฉิน”**

ลำดับที่ 5

1. กลุ่มสาระการเรียนรู้	การงานอาชีพ
2. ระดับชั้น	มัธยมศึกษาตอนปลาย
3. จำนวนคาบเรียน	1 คาบ
4. ตัวอย่างมาตรฐานและตัวชี้วัด ที่บูรณาการ	ง 2.1 ม.4-6/1 อภิปรายแนวทางเข้าสู่อาชีพที่สนใจ
5. จุดประสงค์การเรียนรู้	นักเรียนสามารถระบุลักษณะและการเตรียมตัวเข้าสู่อาชีพทางด้านการแพทย์ฉุกเฉินได้

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นนำ

1. ครูผู้สอนกล่าวทักทายนักเรียนในชั้นเรียน และชวนพูดคุยกับนักเรียนในชั้นเรียนในประเด็นการดำเนินชีวิตประจำวันที่ผ่านมาของแต่ละคน โดยเฉพาะในประเด็นเกี่ยวกับเรื่องการดูแลสุขภาพอนามัย
2. นักเรียนร่วมตอบคำถาม และพูดถึงการดูแลตนเองในสถานการณ์โรคระบาดโควิด 19 ที่ผ่านมา
3. ครูกล่าวถึงประเด็นสุขภาพอนามัยว่า “นักเรียนคิดว่ามีอาชีพอะไรบ้างที่เกี่ยวข้องกับการรักษาการติดเชื้อโควิด 19” เพื่อกระตุ้นการคิดเกี่ยวกับอาชีพทางสาธารณสุขในเบื้องต้น
4. นักเรียนร่วมกันเสนอความคิดเห็นเกี่ยวกับอาชีพที่เกี่ยวข้องกับการรักษาการติดเชื้อโควิด 19 (แพทย์ พยาบาล เภสัชกร อสม. ฯลฯ)

ขั้นสอน

5. ครูแบ่งนักเรียนออกเป็น 5-6 กลุ่ม โดยละความสามารถ เพื่อเตรียมทำกิจกรรมกลุ่มในการเรียนรู้เกี่ยวกับอาชีพที่เกี่ยวข้องกับการแพทย์ฉุกเฉิน
6. ครูเปิดประเด็นการสนทนาใหม่ว่า “นักเรียนเคยรู้จักคำว่า การแพทย์ฉุกเฉินหรือไม่ อย่างไร”
7. นักเรียนร่วมกันตอบคำถามและแลกเปลี่ยนประเด็นร่วมกัน โดยครูเป็นผู้เสริมประเด็นจากการตอบคำถามของนักเรียน
8. ครูนำประเด็นให้นักเรียนรู้จักอาชีพที่เกี่ยวข้องกับการแพทย์ฉุกเฉิน โดยให้แต่ละกลุ่มศึกษาสาระความรู้จากเว็บไซต์ 3 เว็บไซต์ดังนี้

เว็บไซต์ที่ 1 “3 อาชีพที่โรบนรพพยาบาลฉุกเฉิน”

ผ่าน URL <https://www.trueplookpanya.com/knowledge/content/75951/-blo-otherknowledge->

เว็บไซต์ที่ 2 “เจาะลึกอาชีพ "แพทย์ฉุกเฉิน" กับ หมอเจี๊ยบ ลลนา ก้องธรนินทร์”

ผ่าน URL <https://www.admissionpremium.com/content/1304>

เว็บไซต์ที่ 3 “นักเทคนิคการแพทย์ฉุกเฉิน”

ผ่าน URL https://hmong.in.th/wiki/Emergency_medical_technician

9. นักเรียนร่วมกันระดมสมองและสรุปสาระสำคัญจากการเรียนรู้ผ่านเว็บไซต์หลัก 3 แหล่งข้างต้น โดยตอบคำถามดังนี้

คำถามที่ 1 จากการศึกษาเว็บไซต์ทั้ง 3 แหล่ง พบอาชีพที่เกี่ยวข้องกับการแพทย์ฉุกเฉินอะไรบ้าง

คำถามที่ 2 แต่ละอาชีพนั้นมีลักษณะและจุดเด่นอย่างไร

คำถามที่ 3 หากนักเรียนมีความสนใจเข้าสู่อาชีพเหล่านี้ ต้องเตรียมตัวอย่างไร

10. ครูให้นักเรียนแต่ละกลุ่มส่งตัวแทนมาร่วมนำเสนอหน้าชั้นเรียน และอภิปรายร่วมกันเกี่ยวกับอาชีพที่เกี่ยวข้องกับการแพทย์ฉุกเฉิน

ขั้นสรุป

11. ครูสุ่มตัวแทนนักเรียนในชั้นเรียนเพื่อสะท้อนคิดจากการเรียนรู้ในคาบเรียนนี้

12. ครูสรุปประเด็นอาชีพที่เกี่ยวข้องกับการแพทย์ฉุกเฉิน และประเด็นที่น่าสนใจเพิ่มเติม รวมทั้งเปิดโอกาสให้นักเรียนได้ซักถามเพิ่มเติม (ถ้ามี)

การวัดและประเมินผล

1. การประเมินจากการตอบคำถามหลัก 3 คำถาม
2. การสังเกตการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมในชั้นเรียน

แผนการจัดการเรียนรู้รายวิชาภาษาไทย
บูรณาการประเด็นด้านการแพทย์ฉุกเฉิน
กิจกรรมบูรณาการ “การอ่านจับใจความสำคัญ”

ลำดับที่ 6

1. กลุ่มสาระการเรียนรู้	ภาษาไทย
2. ระดับชั้น	มัธยมศึกษาตอนปลาย
3. จำนวนคาบเรียน	1 คาบ
4. ตัวอย่างมาตรฐานและตัวชี้วัดที่บูรณาการ	ท 1.1 ม.4-6/8 สังเคราะห์ความรู้จากการอ่านสื่อสิ่งพิมพ์ สื่ออิเล็กทรอนิกส์ และแหล่งเรียนรู้ต่าง ๆ มาพัฒนาตน พัฒนาการเรียน พัฒนาความรู้ทางอาชีพ
5. จุดประสงค์การเรียนรู้	นักเรียนสามารถจับใจความสำคัญของเรื่องที่อ่านเกี่ยวกับการแพทย์ฉุกเฉินได้

กิจกรรมการเรียนรู้

ขั้นนำ

1. ครูผู้สอนกล่าวทักทายนักเรียนในชั้นเรียน และชวนพูดคุยกับนักเรียนในชั้นเรียนในประเด็นการดำเนินชีวิตประจำวันที่ผ่านมาของแต่ละคน โดยเฉพาะในประเด็นเกี่ยวกับเรื่องการดูแลสุขภาพอนามัย
2. นักเรียนร่วมตอบคำถาม และพูดถึงการดูแลตนเองในสถานการณ์โรคระบาดโควิด 19 ที่ผ่านมา
3. ครูนำประเด็นเกี่ยวกับการอ่านเรื่องราวต่าง ๆ ผ่านสื่อและสื่อสังคมออนไลน์ ว่าในปัจจุบันมีการนำเสนอสาระความรู้มากมาย นักเรียนจำเป็นต้องฝึกทักษะการอ่านจับใจความสำคัญเพื่อประโยชน์ในการเรียนรู้และการดำเนินชีวิตที่มีคุณภาพ ควรตั้งคำถามว่า “ในสัปดาห์ที่ผ่านมา นักเรียนได้อ่านสาระความรู้ผ่านสื่อต่าง ๆ ในเรื่องอะไรบ้าง”
4. นักเรียนร่วมกันตอบคำถามและแสดงความคิดเห็นเพิ่มเติม

ขั้นสอน

5. ครูนำประเด็นเรื่องราวเกี่ยวกับเหตุการณ์ที่ไม่คาดฝัน โดยเริ่มประเด็นว่า
 “นักเรียนเคยพบเห็นเหตุการณ์ในภาวะฉุกเฉินหรือไม่”
 (นักกีฬามีอาการหัวใจวายเฉียบพลัน ครูมีอาการกล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือดเฉียบพลัน การจมน้ำของเด็กในชุมชน พนักงานโดนไฟฟ้าช็อต การเกิดอุบัติเหตุทางท้องถนน เป็นต้น)
 “หากผู้ประสบเหตุไม่ได้รับการช่วยเหลืออย่างทันท่วงที จะเป็นอย่างไร”
 (อาจกระทบต่อระบบการทำงานของอวัยวะในร่างกายหรือถึงขั้นเสียชีวิตได้)
 “ซึ่งในช่วงเวลาสั้นๆ เมื่อเกิดการหยุดหายใจเป็นช่วงเวลาที่มีความสำคัญมาก หากผู้ประสบเหตุเป็นคนในครอบครัวหรือผู้ใกล้ชิดเรา เราย่อมมีความห่วงใยและต้องเร่งช่วยเหลืออย่างเร่งด่วน ดังนั้นการทำกิจกรรมการอ่านในวันนี้ จะมุ่งให้ความรู้เกี่ยวกับการแพทย์ฉุกเฉิน”
6. ครูแบ่งนักเรียนออกเป็น 5-6 กลุ่ม โดยละความสามารถ เพื่อเตรียมทำกิจกรรมกลุ่มในการอ่านจับใจความสำคัญของเรื่องการแพทย์ฉุกเฉิน

7. ครูแจกใบความรู้และใบกิจกรรมเรื่อง ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับการแพทย์ฉุกเฉินให้นักเรียนแต่ละกลุ่มได้ร่วมกันอ่านจับใจความสำคัญ และร่วมกันทำใบกิจกรรมที่กำหนดไว้

8. หลังจากทำกิจกรรมการอ่านจับใจความสำคัญเสร็จ นักเรียนแต่ละกลุ่มส่งตัวแทนมาร่วมนำเสนอการทำใบกิจกรรมหน้าชั้นเรียน โดยแบ่งให้กลุ่มละ 2 ข้อ พร้อมให้เหตุผล ซึ่งครูและนักเรียนร่วมกันเฉลยคำตอบที่ถูกต้อง

ขั้นสรุป

9. ครูสุ่มตัวแทนนักเรียนในชั้นเรียนเพื่อสะท้อนคิดจากการเรียนรู้ในคาบเรียนนี้

10. ครูสรุปประเด็นความสำคัญของการอ่านจับใจความสำคัญจากสื่อต่าง ๆ และประเด็นการแพทย์ฉุกเฉินที่น่าสนใจ รวมทั้งเปิดโอกาสให้นักเรียนได้ซักถามเพิ่มเติม (ถ้ามี)

การวัดและประเมินผล

1. ประเมินการทำใบกิจกรรมเรื่อง ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับการแพทย์ฉุกเฉิน
2. สังเกตการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมในชั้นเรียน

ใบความรู้ เรื่อง ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับการแพทย์ฉุกเฉิน

คำชี้แจง ให้นักเรียนอ่านบทความเรื่อง ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับการแพทย์ฉุกเฉิน ดังต่อไปนี้

เหตุการณ์ฉุกเฉินทางสุขภาพจากภัยพิบัติ อุบัติเหตุ หรือการป่วยรุนแรง ส่งผลให้เกิดภาวะเสี่ยงต่อการเสียชีวิต สิ่งสำคัญเร่งด่วนคือผู้ที่อยู่ในเหตุการณ์ขณะนั้นสามารถทำการกู้ชีพและปฐมพยาบาลอย่างถูกต้อง รวดเร็ว มีประสิทธิภาพ เพื่อช่วยให้ผู้ป่วยหรือผู้บาดเจ็บที่หมดสติ หายใจหยุด หัวใจหยุดเต้น จากสถานการณ์ฉุกเฉินต่าง ๆ เช่น ภาวะหัวใจวายเฉียบพลัน กล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือดเฉียบพลัน จมน้ำ การทำงานในที่อับอากาศ ไฟฟ้าช็อต อุบัติเหตุทางท้องถนน หรือผู้ป่วยจากอาการของโรคที่มีอาการรุนแรง ซึ่งในช่วงเวลาสั้น ๆ เมื่อเกิดการหยุดหายใจเป็นช่วงเวลาที่มีความสำคัญมาก ผู้ป่วยอาจเสียชีวิตหรือสมองตายหากสมองขาดออกซิเจนนานเกิน 4-6 นาที

การช่วยชีวิต ณ จุดเกิดเหตุอย่างถูกต้องและรวดเร็วจะช่วยให้ผู้ป่วยรอดชีวิต หรือยืดระยะเวลาให้ผู้ป่วยได้รับการส่งต่อไปยังทีมแพทย์ฉุกเฉินได้อย่างปลอดภัยหลักการของการช่วยฟื้นคืนชีพ (Cardio Pulmonary Resuscitation: CPR) คือ การช่วยให้เกิดการไหลเวียนของเลือดในร่างกายเพื่อป้องกันภาวะสมอง หัวใจ และเนื้อเยื่อของอวัยวะสำคัญขาดออกซิเจน ด้วยการกดหน้าอกและการช่วยหายใจในช่วงที่ผู้ป่วยหยุดหายใจและหัวใจหยุดเต้นการช่วยฟื้นคืนชีพด้วยการกดหน้าอกจะช่วยให้ผู้ป่วยรอดชีวิตได้ร้อยละ 3-5 กรณีที่ใช้เครื่องฟื้นคืนคลื่นหัวใจด้วยไฟฟ้าแบบอัตโนมัติ หรือเครื่อง เออีดี (Automated External Defibrillator: AED) ร่วมด้วย จะช่วยเพิ่มอัตราการรอดชีวิตให้สูงขึ้นถึงร้อยละ 45-50 ปัจจุบันมักพบเครื่องเออีดี ติดตั้งอยู่ตามสถานที่สำคัญต่าง ๆ เพื่อให้สามารถนำไปใช้ในการช่วยชีวิตผู้ป่วยได้อย่างทันท่วงทีการช่วยฟื้นคืนชีพ การใช้เครื่องเออีดี และการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน จึงเป็นความรู้ขั้นพื้นฐานที่ประชาชนคนไทยทุกคนต้องได้รับการอบรม หรือเรียนรู้เพื่อเพิ่มโอกาสรอดของผู้ป่วยผู้บาดเจ็บ

การกู้ชีพขั้นพื้นฐาน

1. การประเมินสถานการณ์ ณ จุดเกิดเหตุ

ก่อนการเข้าไปให้การช่วยเหลือผู้ป่วย ผู้ช่วยเหลือต้องคำนึงถึงความปลอดภัยของตนเองและบุคคลที่อยู่ ณ จุดเกิดเหตุ โดยการประเมินสถานการณ์ ณ จุดเกิดเหตุว่ามีความปลอดภัยสำหรับตนเอง และทีมที่จะเข้าไปให้ความช่วยเหลือหรือไม่ หากสำรวจความปลอดภัยของสถานที่หรือจุดเกิดเหตุแล้ว พบว่า สถานการณ์ไม่ปลอดภัย เช่น มีไฟไหม้ ไฟฟ้ากำลังช็อต ดึกกำลังจะถล่ม แผ่นดินไหว เป็นต้น ห้ามเข้าไปช่วยเหลือให้รีบร้องขอความช่วยเหลือทันทีตามหลักการที่ถูกต้องในการช่วยชีวิต ผู้ช่วยเหลือควรปฏิบัติตามการช่วยชีวิตอย่างเร็วที่สุดไม่ควรเคลื่อนย้ายผู้ป่วยจนกว่าจะแน่ใจว่าสามารถเคลื่อนย้ายได้อย่างปลอดภัย ยกเว้น ในกรณีที่ผู้ป่วยหรือผู้บาดเจ็บอยู่ในสถานที่หรือสถานการณ์ที่ไม่เหมาะสมต่อการปฐมพยาบาล และมีความเสี่ยงต่อการเกิดอันตรายต่อทั้งผู้ป่วยและผู้ช่วยเหลือ หากพบสถานการณ์เช่นนี้ ให้แจ้งขอความช่วยเหลือจากหน่วยงานที่มีขีดความสามารถสูงกว่าเข้ามาให้ความช่วยเหลือทันที หรือถ้ามีผู้ช่วยเหลือเพียงพอในการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัย ให้รีบเคลื่อนย้ายผู้ป่วยออกจากจุดเกิดเหตุ (เช่นผู้ป่วยประสบอุบัติเหตุบนทางด่วนอยู่กลางถนนเวลากลางคืน เป็นต้น) ไปทำการช่วยฟื้นคืนชีพยังสถานที่ปลอดภัย

2. การประเมินผู้ป่วย

การประเมินผู้ป่วย คือ การตรวจประเมินอาการของผู้ป่วย เพื่อวางแผนให้การปฐมพยาบาลเบื้องต้น ต้องดำเนินการอย่างรวดเร็ว (ไม่ควรใช้เวลานานเกิน 1 นาที) มุ่งการประเมินภาวะคุกคามต่อชีวิต ได้แก่ ระบบหายใจ ระบบไหลเวียนเลือด กรณีที่ผู้ช่วยเหลือต้องทำการช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR) ผู้ป่วยต้องมีภาวะดังนี้ คือ

หมดสติ หายใจหรือหายใจเฮือก หัวใจหยุดเต้น

กรณีที่ผู้ช่วยเหลือประเมินสภาพทั่วไปของผู้ป่วย พบภาวะที่ต้องให้การปฐมพยาบาลแต่ไม่ต้องช่วยฟื้นคืนชีพ ได้แก่

- ผู้ป่วยกระพริบตา พูด หรือไอ หน้าอกหน้าท้องกระพือขึ้นลง ชยับตัว แสดงว่า ผู้ป่วยรู้สึกตัวและหายใจ (ให้การปฐมพยาบาลตามอาการที่พบ)



แผนภาพการประเมินและปฐมพยาบาลผู้ป่วย ผู้บาดเจ็บ

3. ห่วงโซ่ของการรอดชีวิต

การตอบสนองอย่างมีประสิทธิภาพต่อภาวะฉุกเฉินของหัวใจ มีความจำเป็นที่จะต้องเข้าใจความหมายของแต่ละห่วงโซ่ของการรอดชีวิต ดังนี้



ห่วงที่ 1. การจดจำอาการและการโทรแจ้งระบบการแพทย์ฉุกเฉิน 1669 ทันที

- ท่านต้องจดจำอาการของผู้ป่วยหัวใจหยุดเต้นให้ได้ว่ามีอาการ ไม่ตอบสนอง ไม่หายใจหายใจผิดปกติ หรือหายใจเฮือก และไม่มีชีพจร (สำหรับบุคลากรทางการแพทย์)
- ทันทีที่ท่านจดจำอาการได้ว่าผู้ป่วยหัวใจหยุดเต้น ให้โทรแจ้งระบบการแพทย์ฉุกเฉิน 1669 หรือให้คนอื่นไปโทรแจ้ง ไม่นานหน่วยปฏิบัติการฉุกเฉินการแพทย์ก็จะมาถึงและรับผิดชอบต่อจากท่าน

ห่วงที่ 2. เริ่มทำการช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR) ทันที โดยเน้นที่การกดหน้าอก

- ถ้าผู้ป่วยหัวใจหยุดเต้น ให้เริ่มทำการกดหน้าอก (CPR) ทันที โดยไม่รอช้า
- การเริ่มทำการช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR) ที่มีคุณภาพสูงภายหลังจากหัวใจหยุดเต้น สามารถเพิ่มโอกาสรอดของผู้ป่วยในห่วงโซ่ของการรอดชีวิตได้เป็นอย่างมาก
- ผู้ที่อยู่ในเหตุการณ์ที่ไม่ได้รับการฝึกการช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR) มาก่อนก็สามารถช่วยท่านได้ อย่างน้อยที่สุดก็ช่วยกดหน้าอกได้ การกดหน้าอกสามารถทำได้ ถึงแม้จะยังไม่ได้รับการอบรมมา เพราะสามารถทำตามคำแนะนำจากศูนย์สั่งการ (1669) ทางโทรศัพท์ได้
- การกดหน้าอกช่วยให้มีออกซิเจนไปเลี้ยงที่สมอง หัวใจ และอวัยวะที่สำคัญอื่น ๆ ซึ่งจะช่วยให้ผู้ป่วยมีชีวิตรอด จนกว่าจะมีการนำเครื่องเออีดีมาใช้ หรือได้รับการดูแลจากหน่วยแพทย์ขั้นสูง

ห่วงที่ 3. ได้รับการช็อกไฟฟ้าหัวใจอย่างรวดเร็วด้วยเครื่องเออีดี

- การช็อกไฟฟ้าหัวใจอย่างรวดเร็วร่วมกับการกดหน้าอกคุณภาพสูง สามารถเพิ่มโอกาสรอดของผู้ป่วยได้ 2-3 เท่า ให้หาเครื่องเออีดี มาให้เร็วที่สุดเท่าที่จะทำได้
- เครื่องเออีดี เป็นอุปกรณ์ที่มีน้ำหนักเบา เป็นเครื่องมือที่เคลื่อนย้ายได้ ซึ่งสามารถระบุลักษณะของจังหวะการเต้นของหัวใจที่อาจเสียชีวิต และส่งกระแสไฟฟ้าไปช็อกเพื่อหยุดการเต้นของหัวใจที่ผิดปกติ และทำให้หัวใจกลับมาเต้นเป็นปกติอีกครั้ง

- เครื่องเออีดี เป็นเครื่องที่ใช้ง่ายและปลอดภัย ปัจจุบันอนุญาตให้บุคลากรทางการแพทย์และประชาชนทั่วไปก็สามารถใช้ได้

ห่วงที่ 4. การช่วยชีวิตขั้นสูงอย่างมีประสิทธิภาพ (รวมถึงการนำผู้ป่วยขึ้นเปลและนำส่งโรงพยาบาล)

- การช่วยชีวิตขั้นสูง (ALS) เป็นสะพานมาเชื่อมต่อจากการช่วยชีวิตขั้นพื้นฐาน (BLS) เพื่อให้ผู้ป่วยได้รับการดูแลเพิ่มมากขึ้น การช่วยชีวิตขั้นสูงสามารถทำได้หลายที่ (ทั้งในและนอกโรงพยาบาล) ประสิทธิภาพของทีมช่วยชีวิตขั้นสูงอาจจำเป็นต้องจัดหาอุปกรณ์ที่ดูแลผู้ป่วยเพิ่มมากขึ้น เช่น

- lead electrocardiogram หรือ advance cardiac monitoring
- Electrical therapy intervention เช่น cardioversion
- การเปิดเส้นเลือดให้สารน้ำ
- การให้ยาอย่างเหมาะสม
- การใส่ท่อช่วยหายใจ

ห่วงที่ 5. การดูแลจากสหสาขาวิชาชีพหลังจากการช่วยฟื้นคืนชีพ

- ทักษะที่ทำให้ผู้ป่วยกลับมาที่มีการไหลเวียนเลือดได้เองอีกครั้ง ห่วงโซ่ต่อไปก็คือ การได้รับการดูแลภายหลังจากหัวใจกลับมาเต้นอีกครั้ง
- การดูแลขั้นสูงเป็นการดูแลผู้ป่วยจากทีมสหสาขาวิชาชีพของบุคลากรทางการแพทย์มุ่งเน้นไปที่การป้องกันการกลับมาของภาวะหัวใจหยุดเต้น และให้การรักษาเฉพาะทางเพื่อช่วยให้มีโอกาสรอดมากขึ้น
- การดูแลภายหลังจากภาวะหัวใจหยุดเต้น อาจจำเป็นต้องสวนหัวใจหรือรักษาในห้อง ICU
- การได้รับการดูแลอย่างต่อเนื่อง การเฝ้าติดตามอาการ การให้ยา หรือการผ่าตัด เพื่อรักษาโรคประจำตัว และช่วยให้มีชีวิตอยู่ต่อไป

อ้างอิงเนื้อหาจาก

สำนักงานบรรเทาทุกข์และประชานามัยพิทักษ์ สภากาชาดไทย. (2563). *การปฐมพยาบาลฉุกเฉินและการกู้ชีพขั้นพื้นฐาน*. กรุงเทพฯ: นิเวศธรรมดาการพิมพ์.

ใบงาน
เรื่อง ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับการแพทย์ฉุกเฉิน

ชื่อ-สกุล ห้องเรียน เลขที่

คำชี้แจง จากการอ่านจับใจความสำคัญในใบกิจกรรม เรื่อง ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับการแพทย์ฉุกเฉิน ให้นักเรียนพิจารณารายการข้อความในแต่ละข้อ เติมเครื่องหมาย ✓ หน้าข้อความที่เห็นว่าถูก และเติมเครื่องหมาย x หน้าข้อความที่เห็นว่าผิด

- 1) ภาวะหัวใจวายเฉียบพลัน กล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือดเฉียบพลัน จมน้ำ ไฟฟ้าช็อต อุบัติเหตุทางท้องถนน จัดเป็นสถานการณ์ฉุกเฉิน
- 2) ในช่วงเวลาสั้น ๆ เมื่อเกิดการหยุดหายใจเป็นช่วงเวลาที่มีความสำคัญมาก ผู้ป่วยอาจเสียชีวิตหรือสมองตายหากสมองขาดออกซิเจนนานเกิน 8-10 นาที
- 3) หลักการของการช่วยฟื้นคืนชีพ (Cardio Pulmonary Resuscitation: CPR) คือ การช่วยให้เกิดการไหลเวียนของเลือดในร่างกายเพื่อป้องกันภาวะสมอง หัวใจ และเนื้อเยื่อของอวัยวะสำคัญขาดออกซิเจน ด้วยการกดหน้าอกและการช่วยหายใจในช่วงที่ผู้ป่วยหยุดหายใจและหัวใจหยุดเต้น การช่วยฟื้นคืนชีพด้วยการกดหน้าอกจะช่วยให้ผู้ป่วยรอดชีวิตได้ร้อยละ 3-5
- 4) การเครื่องฟื้นคืนคลื่นหัวใจด้วยไฟฟ้าแบบอัตโนมัติ หรือเครื่อง เออีดี (Automated External Defibrillator: AED) ร่วมด้วย จะช่วยเพิ่มอัตราการรอดชีวิตให้สูงขึ้นถึงร้อยละ 100
- 5) การกู้ชีพขั้นพื้นฐาน ในขั้นตอนเกี่ยวกับการประเมินสถานการณ์ ณ จุดเกิดเหตุ ผู้ช่วยเหลือต้องคำนึงถึงความปลอดภัยของตนเองและบุคคลที่อยู่ ณ จุดเกิดเหตุ โดยการประเมินสถานการณ์ ณ จุดเกิดเหตุว่ามีความปลอดภัยสำหรับตนเอง และทีมที่จะเข้าไปให้ความช่วยเหลือด้วย
- 6) การกู้ชีพขั้นพื้นฐาน ในขั้นตอนเกี่ยวกับการประเมินผู้ป่วย หากพบว่า ผู้ป่วยกระพริบตา พุด หรือไอ หน้าอกหน้าท้องกระเพื่อมขึ้นลง ชยับตัว ผู้ช่วยเหลือต้องรีบทำการช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR) ให้ผู้ป่วยทันที
- 7) เบอร์โทรแจ้งระบบการแพทย์ฉุกเฉิน คือ 1669
- 8) ผู้ที่อยู่ในเหตุการณ์ฉุกเฉิน แต่ไม่ได้รับการฝึกการช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR) มาก่อน ไม่สามารถช่วยฟื้นคืนชีพให้กับผู้ป่วยที่อยู่ภาวะฉุกเฉิน
- 9) การช็อกไฟฟ้าหัวใจอย่างรวดเร็วร่วมกับการกดหน้าอกคุณภาพสูง สามารถเพิ่มโอกาสรอดของผู้ป่วยได้ 100%
- 10) การดูแลขั้นสูงเป็นการดูแลผู้ป่วยจากทีมสหสาขาวิชาชีพของบุคลากรทางการแพทย์ มุ่งเน้นไปที่การป้องกันการกลับมาของภาวะหัวใจหยุดเต้น และให้การรักษาเฉพาะทางเพื่อช่วยให้มีโอกาสรอดมากขึ้น

เฉลยคำตอบ

ถูก 1)

ผิด 2) ผู้ป่วยอาจเสียชีวิตหรือสมองตายหากสมองขาดออกซิเจนนานเกิน 4-6 นาที

ถูก 3)

ผิด 4) การใช้เครื่อง เออีดี ร่วมด้วย จะช่วยเพิ่มอัตราการรอดชีวิตให้สูงขึ้นถึงร้อยละ 45-50

ถูก 5)

ผิด 6) ให้การปฐมพยาบาล แต่ไม่ต้องช่วยฟื้นคืนชีพ

ถูก 7)

ผิด 8) ผู้ที่อยู่ในเหตุการณ์ที่ไม่ได้รับการฝึกการช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR) มาก่อนก็สามารถช่วยผู้ป่วยได้ อย่างน้อยที่สุดก็ช่วยกดหน้าอกได้ การกดหน้าอกสามารถทำได้ ถึงแม้จะยังไม่ได้รับการอบรมมา เพราะสามารถทำตามคำแนะนำจากศูนย์สั่งการ (1669) ทางโทรศัพท์ได้

ผิด 9) สามารถเพิ่มโอกาสรอดของผู้ป่วยได้ 2-3 เท่า

ถูก 10)

แพลตฟอร์มที่ 5

กิจกรรมทักษะชีวิต : กิจกรรมลูกเสือ เนตรนารี หรือผู้บำเพ็ญประโยชน์

แพดฟอร์มที่ 5

กิจกรรมทักษะชีวิต : กิจกรรมลูกเสือ เนตรนารี หรือผู้บำเพ็ญประโยชน์

คำอธิบายแพดฟอร์ม

การจัดประสบการณ์การเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตให้เด็กและเยาวชนในสถานศึกษาด้วยกระบวนการในกิจกรรมลูกเสือ เนตรนารี หรือผู้บำเพ็ญประโยชน์ โดยให้เด็กและเยาวชนลงมือปฏิบัติด้วยตนเอง ในการทำกิจกรรมอย่างครบวงจร ตั้งแต่การศึกษา วิเคราะห์ วางแผน ปฏิบัติตามแผน ประเมินและปรับปรุงการจัดกิจกรรม รวมถึงการทำงานเป็นระบบหมู่ตามกระบวนการลูกเสือ ซึ่งเป็นกิจกรรมการพัฒนาความเป็นมนุษย์แบบองค์รวม ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และสติปัญญา โดยบูรณาการเข้ากับองค์ความรู้ด้านการแพทย์ฉุกเฉิน การช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน และการใช้เครื่อง AED ทำให้เด็กและเยาวชนองค์ความรู้ และทักษะสำคัญ รวมทั้งมีระเบียบวินัย มีจิตสำนึกในการทำความดีเพื่อทำประโยชน์ให้กับครอบครัว ชุมชน สังคม และประเทศชาติ ต่อไป

ผลลัพธ์การเรียนรู้ของกลุ่มเป้าหมายของแพดฟอร์มหลักสูตร

1. นักเรียนสามารถสรุปองค์ความรู้ด้านการแพทย์ฉุกเฉินเบื้องต้นได้
2. นักเรียนสามารถปฏิบัติการปฐมพยาบาลฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน (CPR) และใช้อุปกรณ์ AED ได้

ระยะเวลา

จำนวน 22 แผนการจัดการเรียนรู้ รวมทั้งสิ้น 22 ชั่วโมง

คำนำ

กิจกรรมลูกเสือ เป็น มีวัตถุประสงค์เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตให้เด็กและเยาวชนในสถานศึกษาด้วยกระบวนการลูกเสือ โดยให้เด็กและเยาวชนลงมือปฏิบัติด้วยตนเอง ในการทำกิจกรรมอย่าง ครบวงจร ตั้งแต่ การศึกษา วิเคราะห์ วางแผน ปฏิบัติตามแผน ประเมินและปรับปรุงการจัดกิจกรรม รวมถึงการทำงานเป็นระบบหมู่ตามกระบวนการลูกเสือ ซึ่งเป็นกิจกรรมการพัฒนาความเป็นมนุษย์แบบองค์รวม ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และสติปัญญา ทำให้เด็กและเยาวชนมีระเบียบวินัย มีจิตสำนึกในการทำความดีเพื่อทำประโยชน์ให้กับครอบครัว ชุมชน สังคม และประเทศชาติ ต่อไป

คู่มือการจัดกิจกรรมลูกเสือ เรื่อง การแพทย์และการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน เป็นกิจกรรมการปฐมพยาบาลที่มีการบรรจุในกิจกรรมลูกเสือเพื่อให้เกิดทักษะในการมีความรู้และประสบการณ์ด้านการแพทย์ฉุกเฉิน และสามารถทำการปฐมพยาบาลเบื้องต้นได้อย่างถูกต้อง การจัดกิจกรรมลูกเสือ เรื่อง การแพทย์และการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน จะเป็นการจัดประสบการณ์และสามารถปรับเปลี่ยนแผนการจัดกิจกรรมให้เหมาะสมกับเวลาและสามารถบูรณาการร่วมกับกิจกรรมอื่น ๆ ได้

ภาพรวมลำดับแผนกิจกรรมกิจกรรมลูกเสือ เนตรนารี หรือผู้บำเพ็ญประโยชน์

ครั้งที่	เรื่อง
1	กิจกรรมการแพทย์ฉุกเฉิน คือ อะไร
2	กิจกรรมการกู้ชีพขั้นพื้นฐาน การประเมินสถานการณ์ ณ จุดเกิดเหตุ
3	กิจกรรมการกู้ชีพขั้นพื้นฐาน การประเมินผู้ป่วย ณ จุดเกิดเหตุ
4	กิจกรรมการกู้ชีพขั้นพื้นฐาน ห่วงโซ่การรอดชีวิต
5	กิจกรรม การหาความหมายและความสำคัญของการฟื้นคืนชีพ CPR
6	กิจกรรมการกู้ชีพขั้นพื้นฐาน เครื่อง AED
7	กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะทางเดินหายใจถูกอุดกั้น
8	กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉินกล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือดเฉียบพลัน (Heart Attack)
9	กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน เส้นเลือดในสมองแตก ตีบ ตัน (Stroke)
10	กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน หอบหืด
11	กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะแพ้อย่างรุนแรงเฉียบพลัน (Anaphylaxis)
12	กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะเลือดออกภายนอกอย่างรุนแรง (Bleeding)
13	กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะช็อก (Shock)
14	กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน การบาดเจ็บที่ศีรษะ (Head Injury)
15	กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน การบาดเจ็บที่กระดูกสันหลัง (Spinal Injury)
16	กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน กระดูกหัก (Fractures)
17	กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะแผลไหม้ (Burn)
18	กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะชัก (Convulsion)
19	กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะช็อก (Psychological Trauma)
20	กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน การเคลื่อนย้ายผู้ป่วย ผู้บาดเจ็บในภาวะฉุกเฉิน
21	กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน งูพิษกัด
22	กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน แมง หรือ แมลงมีพิษกัด ต่อย

แผนกิจกรรมกิจกรรมลูกเสือ เนตรนารี หรือผู้บำเพ็ญประโยชน์ ลำดับที่ 1

แผนการจัดกิจกรรมลูกเสือสามัญรุ่นใหญ่
แผนการจัดที่ 1 เรื่อง การแพทย์ฉุกเฉิน คือ อะไร

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
จำนวน 1 ชั่วโมง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้และเข้าใจในการแพทย์ฉุกเฉิน
2. เพื่อให้ผู้เรียนสร้างศักยภาพตนเองให้สามารถช่วยชีวิตผู้ที่ตกอยู่ในสถานการณ์ฉุกเฉินด้านสุขภาพให้รอดปลอดภัย

เนื้อหา ความหมายการแพทย์ฉุกเฉิน

กิจกรรมการเรียนการสอน

1. พิธีเปิด (ธงขึ้น สวดมนต์ สงบนิ่ง ตรวจ แยก) 10 นาที
2. เพลง “ สวัสดิ์ ” 5 นาที
3. สอนตามเนื้อหา 30 นาที
 - 3.1 ผู้กำกับเปิดสื่อการเรียนการสอนเรื่องการแพทย์ฉุกเฉิน พร้อมทั้งบรรยายวิธีการช่วยเหลือในรูปแบบการแพทย์ฉุกเฉิน
 - 3.2 ผู้กำกับและลูกเสือปลูกฝังการเป็นพลเมืองที่ดี การช่วยเหลือผู้อื่นตามกฎหมายของลูกเสือ
 - 3.3 ผู้กำกับและลูกเสือร่วมกันสรุปกิจกรรมที่ได้เรียนรู้และฝึกปฏิบัติในคาบเรียนนี้
4. เล่าเรื่องสั้นที่เป็นคติ 5 นาที
5. พิธีปิด (นัดหมาย ตรวจเครื่องแต่งกาย ธงลง เลิก) 10 นาที

สื่อการเรียนการสอน สื่อการเรียนการสอน เรื่อง การแพทย์ฉุกเฉิน

การวัดผลและประเมินผล

1. การสังเกต ความตั้งใจขณะฟังบรรยายการแพทย์ฉุกเฉิน คือ อะไร
2. การทดสอบ การตอบคำถามการแพทย์ฉุกเฉิน คือ อะไร

บันทึกหลังการสอน.....

ข้อเสนอแนะของผู้บริหารสถานศึกษา.....

แผนกิจกรรมกิจกรรมลูกเสือ เนตรนารี หรือผู้บำเพ็ญประโยชน์ ลำดับที่ 2

แผนการจัดกิจกรรมลูกเสือสามัญรุ่นใหญ่
แผนการจัดที่ 2 เรื่อง กิจกรรมการกู้ชีพขั้นพื้นฐาน
การประเมินสถานการณ์ ณ จุดเกิดเหตุ

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
จำนวน 1 ชั่วโมง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้และเข้าใจกิจกรรมการกู้ชีพขั้นพื้นฐาน การประเมินสถานการณ์ ณ จุดเกิดเหตุ
2. เพื่อให้ผู้เรียนสร้างศักยภาพตนเองให้สามารถช่วยชีวิตผู้ที่ตกอยู่ในสถานการณ์ฉุกเฉินด้านสุขภาพให้รอดปลอดภัย

เนื้อหา การกู้ชีพขั้นพื้นฐาน การประเมินสถานการณ์ ณ จุดเกิดเหตุ

กิจกรรมการเรียนการสอน

1. พิธีเปิด (ธงขึ้น สวดมนต์ สงบนิ่ง ตรวจ แยก) 10 นาที
2. เพลง “ สวัสดิ์ ” 5 นาที
3. สอนตามเนื้อหา 30 นาที

3.1 ผู้กำกับเปิดสื่อการเรียนการสอนเรื่องกิจกรรมการกู้ชีพขั้นพื้นฐาน การประเมินสถานการณ์ ณ จุดเกิดเหตุ พร้อมทั้งบรรยายวิธีการประเมินสถานการณ์ ณ จุดเกิดเหตุ

3.2 ผู้กำกับและลูกเสือปลูกฝังการเป็นพลเมืองที่ดี การช่วยเหลือผู้อื่นตามกฎหมายของลูกเสือ

3.3 ผู้กำกับให้ลูกเสือทำกิจกรรมจำลองสถานการณ์ประเมินสถานการณ์ ณ จุดเกิดเหตุ

3.4 ผู้กำกับและลูกเสือร่วมกันสรุปกิจกรรมที่ได้เรียนรู้และฝึกปฏิบัติในคาบเรียนนี้

4. เล่าเรื่องสั้นที่เป็นคติ 5 นาที
5. พิธีปิด (นัดหมาย ตรวจเครื่องแต่งกาย ธงลง เลิก) 10 นาที

สื่อการเรียนการสอน สื่อ Video คลิปการเรียนการสอนเรื่อง ประเมินสถานการณ์ ณ จุดเกิดเหตุ

การวัดผลและประเมินผล

1. การสังเกต ความตั้งใจขณะฟังบรรยายประเมินสถานการณ์ ณ จุดเกิดเหตุ
2. การทดสอบ การตอบคำถามประเมินสถานการณ์ ณ จุดเกิดเหตุ

บันทึกหลังการสอน.....

ข้อเสนอแนะของผู้บริหารสถานศึกษา.....

แผนกิจกรรมกิจกรรมลูกเสือ เนตรนารี หรือผู้บำเพ็ญประโยชน์ ลำดับที่ 3

แผนการจัดกิจกรรมลูกเสือสามัญรุ่นใหญ่

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

แผนการจัดที่ 3 เรื่อง กิจกรรมการกู้ชีพขั้นพื้นฐาน ห่วงโซ่การรอดชีวิต

จำนวน 1 ชั่วโมง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้และเข้าใจในการกู้ชีพขั้นพื้นฐาน แบบห่วงโซ่การรอดชีวิต
2. เพื่อให้ผู้เรียนสร้างศักยภาพตนเองให้สามารถช่วยชีวิตผู้ที่ตกอยู่ในสถานการณ์ฉุกเฉินด้านสุขภาพให้รอดปลอดภัย

เนื้อหา การกู้ชีพขั้นพื้นฐาน แบบห่วงโซ่การรอดชีวิต

กิจกรรมการเรียนการสอน

1. พิธีเปิด (ธงขึ้น สวดมนต์ สงบนิ่ง ตรวจ แยก) 10 นาที
2. เพลง “ สวัสดิ์ ” 5 นาที
3. สอนตามเนื้อหา 30 นาที
 - 3.1 ผู้กำกับเปิดสื่อการเรียนการสอนเรื่อง การกู้ชีพขั้นพื้นฐาน แบบห่วงโซ่การรอดชีวิต
 - 3.2 ผู้กำกับให้ลูกเสือทำกิจกรรมจำลองสถานการณ์เกิดอุบัติเหตุและฝึกการปฏิบัติวิธีการปฐมพยาบาลเบื้องต้นแบบห่วงโซ่อาหาร
 - 3.3 ผู้กำกับให้ลูกเสือทำกิจกรรมจำลองสถานการณ์เกิดอุบัติเหตุและฝึกการปฏิบัติวิธีการปฐมพยาบาลเบื้องต้นแบบห่วงโซ่อาหาร
 - 3.4 ผู้กำกับและลูกเสือร่วมกันสรุปกิจกรรมที่ได้เรียนรู้และฝึกปฏิบัติในคาบเรียนนี้
4. เล่าเรื่องสั้นที่เป็นคติ 5 นาที
5. พิธีปิด (นัดหมาย ตรวจเครื่องแต่งกาย ธงลง เลิก) 10 นาที

สื่อการเรียนการสอน สื่อVideoคลิปการเรียนการสอนเรื่อง การช่วยเหลือแบบห่วงโซ่อาหาร

การวัดผลและประเมินผล

1. การสังเกต ความตั้งใจขณะฟังบรรยายวิธี ประเมินผู้ป่วย ณ จุดเกิดเหตุ
2. การทดสอบ ปฏิบัติจำลองสถานการณ์อุบัติเหตุ การปฏิบัติวิธีการปฐมพยาบาลเบื้องต้นแบบห่วง

โซ่อาหาร

บันทึกหลังการสอน.....

ข้อเสนอแนะของผู้บริหารสถานศึกษา.....

แผนกิจกรรมกิจกรรมลูกเสือ เนตรนารี หรือผู้บำเพ็ญประโยชน์ ลำดับที่ 4

แผนการจัดกิจกรรมลูกเสือสามัญรุ่นใหญ่

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

แผนการจัดที่ 4 เรื่อง กิจกรรมการกู้ชีพขั้นพื้นฐาน

จำนวน 1 ชั่วโมง

การประเมินผู้ป่วย ณ จุดเกิดเหตุ

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้และเข้าใจในการกู้ชีพขั้นพื้นฐาน ประเมินผู้ป่วย ณ จุดเกิดเหตุ
2. เพื่อให้ผู้เรียนสร้างศักยภาพตนเองให้สามารถช่วยชีวิตผู้ที่ตกอยู่ในสถานการณ์ฉุกเฉินด้านสุขภาพให้รอดปลอดภัย

เนื้อหา การกู้ชีพขั้นพื้นฐาน ประเมินผู้ป่วย ณ จุดเกิดเหตุ

กิจกรรมการเรียนการสอน

1. พิธีเปิด (ธงขึ้น สวดมนต์ สงบนิ่ง ตรวจ แยก) 10 นาที
2. เพลง “ สวัสดิ์ ” 5 นาที
3. สอนตามเนื้อหา 30 นาที
 - 3.1 ผู้กำกับเปิดสื่อการเรียนการสอนเรื่อง การกู้ชีพขั้นพื้นฐาน ประเมินผู้ป่วย ณ จุดเกิดเหตุ
 - 3.2 ผู้กำกับและลูกเสือช่วยกันบอกสิ่งที่ควรสังเกต และวิธีการช่วยเหลือผู้ป่วย
 - 3.3 ผู้กำกับให้ลูกเสือทำกิจกรรมจำลองสถานการณ์การกู้ชีพขั้นพื้นฐาน ประเมินผู้ป่วย ณ จุดเกิดเหตุ และฝึกการปฏิบัติวิธีการปฐมพยาบาลเบื้องต้น
 - 3.4 ผู้กำกับให้ลูกเสือทำกิจกรรมจำลองสถานการณ์ ประเมินผู้ป่วย ณ จุดเกิดเหตุ
 - 3.5 ผู้กำกับและลูกเสือร่วมกันสรุปกิจกรรมที่ได้เรียนรู้และฝึกปฏิบัติในคาบเรียนนี้
4. เล่าเรื่องสั้นที่เป็นคติ 5 นาที
5. พิธีปิด (นวดหมาย ตรวจเครื่องแต่งกาย ธงลง เลิก) 10 นาที

สื่อการเรียนการสอน สื่อVideoคลิปการเรียนการสอนเรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉินเกี่ยวกับภาวะช็อก

การวัดผลและประเมินผล

1. การสังเกต ความตั้งใจขณะฟังบรรยายวิธี ประเมินผู้ป่วย ณ จุดเกิดเหตุ
2. การทดสอบ ปฏิบัติจำลองสถานการณ์ปฐมพยาบาล ประเมินผู้ป่วย ณ จุดเกิดเหตุ

บันทึกหลังการสอน.....

ข้อเสนอแนะของผู้บริหารสถานศึกษา.....

ใบความรู้

ห่วงโซ่ของการรอดชีวิต



ห่วงที่ 1. การจดจำอาการและการโทรแจ้งระบบการแพทย์ฉุกเฉิน 1669 ทันที

1.1 ท่านต้องจดจำอาการของผู้ป่วยหัวใจหยุดเต้นให้ได้ว่ามีอาการ ไม่ตอบสนอง ไม่หายใจ หายใจผิดปกติ หรือหายใจเอือก และไม่มีชีพจร (สำหรับบุคลากรทางการแพทย์)

1.2 ทันทีที่ท่านจดจำอาการได้ว่าผู้ป่วยหัวใจหยุดเต้น ให้โทรแจ้งระบบการแพทย์ฉุกเฉิน 1669 หรือให้คนอื่นไปโทรแจ้ง ไม่นานหน่วยปฏิบัติการฉุกเฉินการแพทย์ก็จะมาถึงและรับผิดชอบต่อจากท่าน

ห่วงที่ 2. เริ่มทำการช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR) ทันที โดยเน้นที่การกดหน้าอก

2.1 ถ้าผู้ป่วยหัวใจหยุดเต้น ให้เริ่มทำการกดหน้าอก (CPR) ทันทีโดยไม่รู้ซ้ำ

2.2 การเริ่มทำการช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR) ที่มีคุณภาพสูงหลังจากหัวใจหยุดเต้น สามารถเพิ่มโอกาสรอดของผู้ป่วยในห่วงโซ่ของการรอดชีวิตได้เป็นอย่างมาก

2.3 ผู้ที่อยู่ในเหตุการณ์ที่ไม่ได้รับการฝึกการช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR) มาก่อนก็สามารถช่วยท่านได้อย่างน้อยที่สุดก็ช่วยกดหน้าอกได้

2.4 การกดหน้าอกสามารถทำได้ ถึงแม้จะยังไม่ได้รับ การอบรมมา เพราะสามารถทำตามคำแนะนำจากศูนย์สั่งการ (1669) ทางโทรศัพท์ได้ การกดหน้าอกช่วยให้มือออกซิเจนไปเลี้ยงที่สมอง หัวใจ และอวัยวะที่สำคัญอื่น ๆ ซึ่งจะช่วยให้ผู้ป่วยมีชีวิตรอด จนกว่าจะมีการนำเครื่องเออีดีมาใช้ หรือได้รับการดูแลจากหน่วยแพทย์ขั้นสูง

ห่วงที่ 3. ได้รับการช็อกไฟฟ้าหัวใจอย่างรวดเร็วด้วยเครื่องเออีดี

3.1 การช็อกไฟฟ้าหัวใจอย่างรวดเร็วร่วมกับการกดหน้าอกคุณภาพสูง สามารถเพิ่มโอกาสรอดของผู้ป่วยได้สองถึงสามเท่า ให้หาเครื่องเออีดี มาให้เร็วที่สุดเท่าที่จะทำได้

3.2 เครื่องเออีดี เป็นอุปกรณ์ที่มีน้ำหนักเบา เป็นเครื่องมือที่เคลื่อนย้ายได้ ซึ่งสามารถระบุลักษณะของจังหวะการเต้นของหัวใจที่อาจเสียชีวิต และส่งกระแสไฟฟ้าไปช็อกเพื่อหยุดการเต้นของหัวใจที่ผิดปกติ และทำให้หัวใจกลับมาเต้นเป็นปกติอีกครั้ง

3.3 เครื่องเออีดี เป็นเครื่องที่ใช้ง่ายและปลอดภัย ปัจจุบันอนุญาตให้บุคลากรทางการแพทย์และประชาชนทั่วไปก็สามารถใช้ได้

ห่วงที่ 4. การช่วยชีวิตขั้นสูงอย่างมีประสิทธิภาพ (รวมถึงการนำผู้ป่วยขึ้นเปลและนำส่งโรงพยาบาล)

4.1 การช่วยชีวิตขั้นสูง (ALS) เป็นสะพานมาเชื่อมต่อจากการช่วยชีวิตขั้นพื้นฐาน (BLS) เพื่อให้ผู้ป่วยได้รับการดูแลเพิ่มมากขึ้น การช่วยชีวิตขั้นสูงสามารถทำได้หลายที่ (ทั้งในและนอกโรงพยาบาล) ประสิทธิภาพของทีมช่วยชีวิตขั้นสูงอาจจำเป็นต้องจัดหา อุปกรณ์ที่ดูแลผู้ป่วยเพิ่มมากขึ้น เช่น

- 12 lead electrocardiogram use advance cardiac monitoring
- Electrical therapy intervention du cardioversion
- การเปิดเส้นเลือดให้สารน้ำ
- การให้ยาอย่างเหมาะสม
- การใส่ท่อช่วยหายใจ

ห่วงที่ 5. การดูแลจากสหสาขาวิชาชีพหลังจากการช่วยฟื้นคืนชีพ

5.1 ทันทีที่ทำให้ผู้ป่วยกลับมาที่มีการไหลเวียนเลือดได้เองอีกครั้ง ห่วงโซ่ต่อไปก็คือการได้รับ

5.2 การดูแลภายหลังจากหัวใจกลับมาเต้นอีกครั้ง การดูแลขั้นสูงเป็นการดูแลผู้ป่วยจากทีมสหสาขาวิชาชีพของบุคลากรทางการแพทย์ มุ่งเน้นไปที่การป้องกันการกลับมาของภาวะหัวใจหยุดเต้น และให้การรักษาเฉพาะทาง เพื่อช่วยให้มีโอกาสรอดมากขึ้น

5.3 การดูแลภายหลังจากภาวะหัวใจหยุดเต้น อาจจำเป็นต้องสวนหัวใจหรือรักษาในห้อง ICU การได้รับการดูแลอย่างต่อเนื่อง การเฝ้าติดตามอาการ การให้ยา หรือการผ่าตัด เพื่อ รักษาโรคประจำตัว และช่วยให้มีชีวิตรอดต่อไป

แผนกิจกรรมกิจกรรมลูกเสือ เนตรนารี หรือผู้บำเพ็ญประโยชน์ ลำดับที่ 5

แผนการจัดกิจกรรมลูกเสือสามัญรุ่นใหญ่

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

แผนการจัดที่ 5 เรื่อง ความหมายและความสำคัญของการฟื้นคืนชีพ CPR จำนวน 1 ชั่วโมง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้และเข้าใจความสำคัญการทำ CPR
2. เพื่อให้ผู้เรียนสามารถปฏิบัติการฟื้นคืนชีพ ด้วยการทำให้ CPR
3. เพื่อให้ผู้เรียนสร้างศักยภาพตนเองให้สามารถช่วยชีวิตผู้ที่ตกอยู่ในสถานการณ์ฉุกเฉินด้านสุขภาพให้รอดปลอดภัย

เนื้อหา ความหมายและความสำคัญของการฟื้นคืนชีพ CPR

กิจกรรมการเรียนการสอน

- | | |
|---|---------|
| 1. พิธีเปิด (ธงขึ้น สวดมนต์ สงบนิ่ง ตรวจ แยก) | 10 นาที |
| 2. เพลง “ สวัสดิ์ “ | 5 นาที |
| 3. สอนตามเนื้อหา | 30 นาที |
| 3.1 ผู้กำกับเปิดสื่อการเรียนการสอนเรื่อง ความหมายและความสำคัญของการฟื้นคืนชีพ CPR | |
| 3.2 ผู้กำกับและลูกเสือช่วยกันบอกสิ่งที่ควรสังเกต และวิธีการช่วยเหลือผู้ป่วย | |
| 3.3 ผู้กำกับให้ลูกเสือทำกิจกรรมจำลองสถานการณ์การปฏิบัติการฟื้นคืนชีพ ด้วยการทำให้ CPR กู้ชีพขั้นพื้นฐาน | |
| 3.4 ผู้กำกับให้ลูกเสือทำกิจกรรมจำลองสถานการณ์การปฏิบัติการฟื้นคืนชีพ ด้วยการทำให้ CPR | |
| 3.5 ผู้กำกับและลูกเสือร่วมกันสรุปกิจกรรมที่ได้เรียนรู้และฝึกปฏิบัติในคาบเรียนนี้ | |
| 4. เล่าเรื่องสั้นที่เป็นคติ | 5 นาที |
| 5. พิธีปิด (นวดหมาย ตรวจเครื่องแต่งกาย ธงลง เลิก) | 10 นาที |

สื่อการเรียนการสอน สื่อ Video คลิปการเรียนการสอนเรื่อง การทำ CPR

การวัดผลและประเมินผล

1. การสังเกตความตั้งใจขณะฟังบรรยายความหมายและความสำคัญของการฟื้นคืนชีพ CPR และความตั้งใจในการดูวีดิทัศน์
2. การทดสอบปฏิบัติจำลองสถานการณ์เหตุการณ์การช่วยเหลือผู้ป่วยปฏิบัติการฟื้นคืนชีพด้วยการทำให้ CPR

บันทึกหลังการสอน.....

ข้อเสนอแนะของผู้บริหารสถานศึกษา.....

ใบความรู้

ขั้นตอนการช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR)

1. ประเมินความปลอดภัย ณ จุดเกิดเหตุ เมื่อพิจารณาว่าปลอดภัยแล้วจึงเข้าไปหาผู้ป่วย

1. การประเมินผู้ป่วย โดยการปลุกเรียกผู้ป่วย ถ้ารู้จักชื่อให้เรียกชื่อ แต่ถ้าไม่รู้จักชื่อให้ เรียก “คุณ ๆ” ด้วยเสียงดัง พร้อมกับใช้มือตบที่บ่าทั้ง 2 ข้าง 3 ครั้ง 2 รอบ ขณะที่ตาจ้องมองไปที่ใบหน้าของผู้ป่วย ดูว่าผู้ป่วยมีการกระพริบตาหรือไม่ หากผู้ป่วย ไม่มีอาการตอบสนอง ให้ตะโกนขอความช่วยเหลือตามข้อ 3



2. ขอความช่วยเหลือ เรียกขอความช่วยเหลือ โทรศัพท์แจ้ง 1669 และขอเครื่องเออีดี



3. ประเมินการหายใจ โดยการตรวจสอบการหายใจ ให้มองไปที่หน้าอก หน้าท้องว่ามีการขยับขึ้นลงหรือไม่ใช้ เวลาไม่น้อยกว่า 5 วินาที แต่ไม่เกิน 10 วินาที



4. การกดหน้าอก วิธีการกดหน้าอก ให้ใช้สันมือข้างหนึ่งวางลงบนกึ่งกลางหน้าอก (กึ่งกลางระหว่างหัวนมทั้งสองข้าง) แล้วใช้มืออีกข้างหนึ่งวางทับด้านบน ใช้นิ้วมือ ทั้งสองข้างล็อกกันไว้ แขนทั้งสองข้างเหยียดตรง ไหล่ของผู้ช่วยเหลือตั้งฉากกับหน้าอก ของผู้ป่วย ให้ใช้น้ำหนักจากไหล่กดลงมา แขนเหยียดตรง กดลงในแนวแรงตั้งฉากกับพื้น ใช้ข้อสะโพกเป็นจุดหมุน เวลาในการกดและปล่อยมือขึ้นต้องเท่ากัน แรงและเร็ว เป็นจังหวะให้ได้คุณภาพสูง ดังนี้

กดลึกลงไป 5 - 6 เซนติเมตร หรือ 2 - 2.4 นิ้ว

อัตราเร็วในการกดหน้าอก 100 - 120 ครั้งต่อนาที

ขัดจังหวะ หรือหยุดกดหน้าอกให้น้อยกว่า 10 วินาที

ถอนมือขึ้นมาเพื่อให้หน้าอกขยายคืนสู่ตำแหน่งเดิมทุกครั้ง

ไม่เป่าลมช่วยหายใจโดยเป่าลมเข้ามากเกินไป

กดหน้าอก 30 ครั้ง สลับกับการเป่าปาก 2 ครั้ง นับเป็นหนึ่งรอบ ประเมินซ้ำทุก 5 รอบ

หมายเหตุ : ในกรณีที่ไม่มีอุปกรณ์ช่วยหายใจ หรือผู้ช่วยเหลือไม่ทำการเป่าปาก ให้กดหน้าอก อย่างเดียว ต่อเนื่อง 200 ครั้ง หรือประมาณ 2 นาที แล้วประเมินซ้ำ



5. การช่วยหายใจ (การเป่าปาก) ผู้ช่วยเหลือมีความเสี่ยงต่อการติดโรคจากการช่วยหายใจ หรือการเป่าปาก เช่น โควิด-19 ไวรัสตับอักเสบบี ผู้ช่วยเหลือจึงสามารถ เลือกรการช่วยฟื้นคืนโดยการกดหน้าอกอย่างเดียว ในกรณีที่ท่านมั่นใจว่าสามารถ ช่วยการหายใจได้ครบถ้วนตามหลักการช่วยฟื้นคืนชีพ การช่วยหายใจ มีวิธีการ ดังนี้



5.1 หลังจากกดหน้าอกครบ 30 ครั้ง แล้วให้เปิดทางเดินหายใจ โดยใช้วิธีการกดหน้าผาก เขยคาง โดยใช้นิ้วโป้งกับนิ้วชี้ของมือข้างที่กดหน้าผาก บีบจมูกผู้ป่วยให้สนิท ส่วนมือข้างที่เขยคาง ขึ้นมาช่วยเปิดปาก แล้วก้มลงไปประกบปากผู้ป่วย (ปากต่อปาก) เป่าลมเข้าใช้เวลาครั้งละประมาณ 1 วินาที ขณะเป่าลมเข้าให้ชำเลืองมองไปที่หน้าอกของผู้ป่วย ต้องมองเห็นหน้าอกขยับขึ้นชัดเจน แล้วเงยหน้าขึ้นเพื่อปล่อยให้ผู้ป่วยหายใจออกทางปาก แล้วเป่าปากซ้ำเป็นครั้งที่ 2

5.2 ถ้าเป่าลมไม่เข้าให้รีบเปิดทางเดินหายใจใหม่ทันที โดยการกดหน้าผากเขยคางให้มากขึ้นแล้วเป่าปากครั้งที่ 2 (อย่าช่วยหายใจมากกว่า 2 ครั้ง) หลังจากนั้นให้รีบกดหน้าอกต่อทันที

5.3 ไม่เป่าลมช่วยหายใจโดยเป่าลมเข้ามากเกินไป



6. ช่วยฟื้นคืนชีพต่อเนื่อง หลังจากช่วยหายใจแล้ว ให้รีบกลับมากดหน้าอกต่อทันทีอย่างต่อเนื่องหยุดกดหน้าอกให้น้อยที่สุด ไม่เกิน 10 วินาที โดยให้กดหน้าอก 30 ครั้ง สลับกับการเป่าปาก 2 ครั้ง หรือ 30 : 2 ไปจนครบ 5 รอบแล้วประเมินซ้ำ ให้ช่วยฟื้นคืนชีพไปจนกว่า

6.1 ผู้ป่วยจะกลับมามีสัญญาณชีพอีกครั้ง (ตากระพริบ ไอ หน้าอกหน้าท้องกระเพื่อม ตามจังหวะการหายใจ หรือมีการเคลื่อนไหวของแขน ขา)

6.2 ทีมแพทย์ฉุกเฉินเข้ามาให้การช่วยเหลือ

6.3 เหนื่อยมากจนทำต่อไปไม่ไหว

6.4 แพทย์วินิจฉัยว่าผู้ป่วยเสียชีวิตแล้ว ให้ยุติการช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR)

การช่วยฟื้นคืนชีพ หากเป็นไปได้ควรมีผู้ช่วยเหลืออย่างน้อย 2 คน เพื่อสลับกัน กดหน้าอกและเป่าปาก จะช่วยเพิ่มประสิทธิภาพการช่วยชีวิตให้ได้ผลดีกว่าการมีผู้ช่วยเหลือคนเดียว

การช่วยฟื้นคืนชีพเด็ก

ผู้ช่วยเหลือดำเนินการตามขั้นตอนเช่นเดียวกับผู้ใหญ่ ปรับวิธีการกดหน้าอกโดยให้ผู้ช่วยเหลือวางมือลงตรงกึ่งกลางหน้าอก (กึ่งกลางระหว่างหัวนม) กดลึกลงไปประมาณ 14 ของความหนาของหน้าอก (หรือประมาณ 5 เซนติเมตร หรือ 2 นิ้ว) ในการกดหน้าอก จะใช้มือเพียงมือเดียวหรือสองมือก็ได้ สำหรับเด็กวัยรุ่นให้ใช้ความลึกในการกดเท่ากับผู้ใหญ่ (5 - 7 เซนติเมตร)



การช่วยฟื้นคืนชีพทารก

ให้กดหน้าอกลึกลงไปประมาณ 4 ของความหนาของหน้าอก (หรือ 4 เซนติเมตร หรือ 1.5 นิ้ว) โดยการใช้ 2 นิ้วมือ หรือ 2 นิ้วโป้ง อัตราเร็วของการกดหน้าอกคือ 100 - 120 ครั้ง ต่อนาที สลับกับการเป่าปาก 2 ครั้ง หรือ 30 : 2 จนครบ 5 รอบแล้วประเมินซ้ำ (ใช้เวลา ในการประเมินไม่เกิน 10 วินาที) ในกรณีที่มีผู้ช่วยเหลือ 2 คน ให้ปรับเปลี่ยนอัตราการกดหน้าอก จาก 30 ครั้ง เป่าปาก 2 ครั้ง มาเป็น กดหน้าอก 15 ครั้ง เป่าปาก 2 ครั้ง แล้วประเมินซ้ำเมื่อครบทุก ๆ 10 รอบ



การกดหน้าอกโดยใช้ 2 นิ้วมือ



การกดหน้าอกโดยใช้ 2 นิ้วโป้ง



การเป่าปาก

แผนกิจกรรมกิจกรรมลูกเสือ เนตรนารี หรือผู้บำเพ็ญประโยชน์ ลำดับที่ 6

แผนการจัดกิจกรรมลูกเสือสามัญรุ่นใหญ่

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

แผนการจัดที่ 6 เรื่อง กิจกรรมการกู้ชีพขั้นพื้นฐาน เครื่อง AED

จำนวน 1 ชั่วโมง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้และเข้าใจในการกู้ชีพขั้นพื้นฐาน ด้วยเครื่อง AED
2. เพื่อให้ผู้เรียนสามารถปฏิบัติการกู้ชีพขั้นพื้นฐาน ด้วยเครื่อง AED
3. เพื่อให้ผู้เรียนสร้างศักยภาพตนเองให้สามารถช่วยชีวิตผู้ที่ตกอยู่ในสถานการณ์ฉุกเฉินด้านสุขภาพ

ให้รอดปลอดภัย

เนื้อหา การกู้ชีพขั้นพื้นฐาน ด้วยเครื่อง AED

กิจกรรมการเรียนการสอน

- | | |
|---|---------|
| 1. พิธีเปิด (ธงขึ้น สวดมนต์ สงบนิ่ง ตรวจ แยก) | 10 นาที |
| 2. เพลง “ สวัสดิ์ “ | 5 นาที |
| 3. สอนตามเนื้อหา | 30 นาที |
| 3.1 ผู้กำกับเปิดสื่อการเรียนการสอนเรื่อง การกู้ชีพขั้นพื้นฐาน ด้วยเครื่อง AED | |
| 3.2 ผู้กำกับและลูกเสือช่วยกันบอกสิ่งที่ควรสังเกต และวิธีการช่วยเหลือผู้ป่วย | |
| 3.3 ผู้กำกับให้ลูกเสือทำกิจกรรมจำลองสถานการณ์การปฏิบัติการกู้ชีพขั้นพื้นฐาน ด้วยเครื่อง AED | |
| 3.4 ผู้กำกับให้ลูกเสือทำกิจกรรมจำลองสถานการณ์การปฏิบัติการกู้ชีพขั้นพื้นฐาน ด้วยเครื่อง AED | |
| 3.5 ผู้กำกับและลูกเสือร่วมกันสรุปกิจกรรมที่ได้เรียนรู้และฝึกปฏิบัติในคาบเรียนนี้ | |
| 4. เล่าเรื่องสั้นที่เป็นคติ | 5 นาที |
| 5. พิธีปิด (นัดหมาย ตรวจเครื่องแต่งกาย ธงลง เลิก) | 10 นาที |

สื่อการเรียนการสอน สื่อ Video คลิปการเรียนการสอนเรื่อง การกู้ชีพขั้นพื้นฐาน ด้วยเครื่อง AED

การวัดผลและประเมินผล

1. การสังเกต ความตั้งใจขณะฟังบรรยายการกู้ชีพขั้นพื้นฐาน ด้วยเครื่อง AED และความตั้งใจในการดูวิธีสาธิต
2. การทดสอบ ปฏิบัติจำลองสถานการณ์เหตุการณ์การช่วยเหลือผู้ป่วย ปฏิบัติการกู้ชีพขั้นพื้นฐาน ด้วยเครื่อง AED

บันทึกหลังการสอน.....

ข้อเสนอแนะของผู้บริหารสถานศึกษา.....

ใบความรู้

เครื่องเออีดี (Automatic External Defibrillator : AED) คืออุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์ แบบพกพาที่สามารถ วินิจฉัย ภาวะหัวใจเต้นผิดปกติที่อันตรายแก่ชีวิต (ชนิด Ventricular Fibrillation หรือหัวใจห้องล่างเต้นแผ่วระรัวที่ไม่มีสัญญาณชีพและ Ventricular Tachycardia) ได้โดยอัตโนมัติและสามารถให้การรักษาโดยปล่อยไฟฟ้าไปช็อก หรือกระตุ้นหัวใจเพื่อยุติภาวะหัวใจเต้นผิดปกตินั้นให้หัวใจกลับมาเต้นใหม่ในจังหวะที่ถูกต้อง

เครื่องเออีดี มักพบติดตั้งในพื้นที่สาธารณะที่มีประชาชน หรือผู้ใช้บริการจำนวนมาก เช่น สถานีรถสาธารณะ โรงพยาบาล โรงเรียน สนามบิน สนามกีฬา ห้างสรรพสินค้า ฯลฯ เพื่อใช้ในการช่วยชีวิตผู้ที่มีอาการหัวใจหยุดเต้นกะทันหันให้รอดชีวิตได้ทันท่วงที ในอนาคต มีแนวโน้มการติดตั้งเครื่องเออีดีเพิ่มมากขึ้น ท่านจะทราบได้ว่าเครื่องเออีดีนั้นติดตั้งอยู่จุดใดได้ โดยสังเกตเห็นสัญลักษณ์เช่นนี้



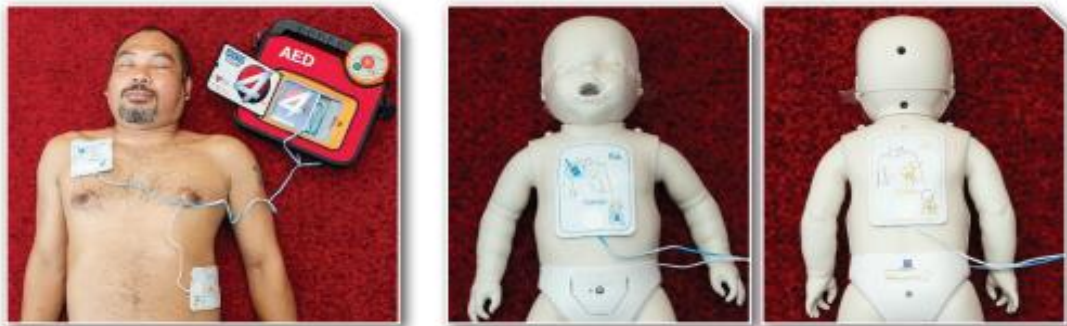
วิธีการใช้เครื่องเออีดี

เครื่องเออีดี มีหลายแบบหลายยี่ห้อ แต่การใช้งานไม่ยุ่งยากและไม่มีความแตกต่างกันมาก หลักการใช้งานของเครื่องเออีดี มีดังนี้

1. เปิดเครื่อง กดปุ่มเปิดเครื่อง ในขณะที่เครื่องเออีดีบางรุ่นจะทำงานทันทีเมื่อเปิดฝาคกรอบออกเมื่อเปิดเครื่องแล้วจะมีเสียงบอกให้รู้ว่าต้องทำอะไรต่อไป ให้ปฏิบัติตามที่เครื่องสั่งทันที



2. ติดแผ่นนำไฟฟ้าที่หน้าอกของผู้ป่วย ตรวจสอบหน้าอกของผู้ป่วยว่าแห้งสนิท หากพบว่า เปียกน้ำหรือไม่แห้งสนิทให้ใช้ผ้าเช็ดบริเวณหน้าอกของผู้ป่วยให้แห้งก่อน แล้วลอกแผ่นพลาสติกด้านหลังแผ่นนำไฟฟ้าออก แปะแผ่นนำไฟฟ้าแผ่นที่หนึ่งที่ได้กระตุกโพลาร่าด้านขวา และแปะ แผ่นที่สองที่บริเวณใต้แนวราวนมซ้ายด้านข้างลำตัว ตรวจสอบให้แน่ใจว่าสายไฟฟ้าจากแผ่นนำไฟฟ้า ต่อเข้ากับตัวเครื่องเรียบร้อย หากผู้ป่วยเป็นเด็กตัวเล็ก หรือทารกอาจจำเป็นต้องแปะแผ่นนำไฟฟ้า ที่บริเวณด้านหน้าและด้านหลังของลำตัว (ตามรูป)



3. เครื่องเออีดีทำการวิเคราะห์คลื่นไฟฟ้าหัวใจ เครื่องเออีดี ส่วนมากจะเริ่มวิเคราะห์คลื่นไฟฟ้า หัวใจทันทีเมื่อแปะแผ่นนำไฟฟ้าเสร็จ เครื่องบางรุ่นต้องกดปุ่ม “วิเคราะห์” ก่อน ระหว่างนั้นการดำเนินกิจกรรมห้ามสัมผัสตัวผู้ป่วย ให้ร้องเตือนดัง ๆ ว่า “ทุกคนถอย!” เครื่องเออีดีจะใช้เวลาสั้น ๆ ประมาณ 5 - 10 วินาที ในการวิเคราะห์ ระหว่างนั้นอาจจะได้ยินเสียงการส่งสัญญาณวิเคราะห์



4. เมื่อเครื่องเออีดี ตรวจพบคลื่นไฟฟ้าหัวใจที่จำเป็นต้องทำการช็อก เครื่องจะบอกว่า “แนะนำให้การช็อก ถอยออกจากผู้ป่วย กดปุ่ม “ช็อก” แต่ก่อนที่ผู้ช่วยเหลือจะกดปุ่มช็อกต้องตรวจสอบให้แน่ใจว่าไม่มีใครสัมผัสตัวของผู้ป่วย ด้วยการตะโกนบอกดัง ๆ ว่า “ทุกคนถอย!!” พร้อมกับ



กางแขนออกเพื่อกันผู้ที่ไม่มีส่วนเกี่ยวข้องเข้ามา มองซ้ำอีกครั้งเพื่อเป็นการตรวจสอบครั้งสุดท้ายว่าไม่มีผู้ใดสัมผัสผู้ป่วยอยู่แล้วจึงกดปุ่ม “ช็อก”

เมื่อกดปุ่มช็อกแล้วให้เริ่มกดหน้าอกต่อทันที 30 ครั้ง สลับกับช่วยหายใจ (การเป่าปาก) 2 ครั้ง หรือกดหน้าอกอย่างเดียวในกรณีที่ท่านไม่ต้องการที่จะเป่าปาก ไปจนกว่าเครื่องเออีดี จะวิเคราะห์คลื่นไฟฟ้าหัวใจซ้ำอีกครั้งเมื่อครบทุก ๆ 2 นาที ให้ทำการกดหน้าอกและช่วยหายใจ หรือกดหน้าอกอย่างเดียวรวมกับการใช้เครื่องเออีดีไปจนกว่าผู้ป่วยจะฟื้น หรือหน่วยกู้ชีพจะมาถึงและรับผู้ป่วยส่งไปรักษาต่อที่โรงพยาบาล



แผนกิจกรรมกิจกรรมลูกเสือ เนตรนารี หรือผู้บำเพ็ญประโยชน์ ลำดับที่ 7

แผนการจัดกิจกรรมลูกเสือสามัญรุ่นใหญ่

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

แผนการจัดที่ 7 เรื่อง กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน

จำนวน 1 ชั่วโมง

ภาวะทางเดินหายใจถูกอุดกั้น

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้และเข้าใจในการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะทางเดินหายใจถูกอุดกั้น
2. เพื่อให้ผู้เรียนสามารถปฏิบัติการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะทางเดินหายใจถูกอุดกั้น
3. เพื่อให้ผู้เรียนสร้างศักยภาพตนเองให้สามารถช่วยชีวิตผู้ที่ตกอยู่ในสถานการณ์ฉุกเฉินด้านสุขภาพให้รอดปลอดภัย

เนื้อหา การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะทางเดินหายใจถูกอุดกั้น

กิจกรรมการเรียนการสอน

1. พิธีเปิด (ธงขึ้น สวดมนต์ สงบนิ่ง ตรวจ แยก) 10 นาที
2. เพลง “ สวัสดิ์ ” 5 นาที
3. สอนตามเนื้อหา 30 นาที
 - 3.1 ผู้กำกับเปิดสื่อการเรียนการสอนเรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะทางเดินหายใจถูกอุดกั้น
 - 3.2 ผู้กำกับและลูกเสือช่วยกันบอกสิ่งที่ควรสังเกต และวิธีการช่วยเหลือผู้ป่วยภาวะทางเดินหายใจถูกอุดกั้น
 - 3.3 ผู้กำกับให้ลูกเสือทำกิจกรรมจำลองสถานการณ์การปฏิบัติการปฐมพยาบาลฉุกเฉินภาวะทางเดินหายใจถูกอุดกั้น
 - 3.4 ผู้กำกับให้ลูกเสือทำกิจกรรมจำลองสถานการณ์การปฏิบัติการปฐมพยาบาลฉุกเฉินภาวะทางเดินหายใจถูกอุดกั้น
 - 3.5 ผู้กำกับและลูกเสือร่วมกันสรุปกิจกรรมที่ได้เรียนรู้และฝึกปฏิบัติในคาบเรียนนี้
4. เล่าเรื่องสั้นที่เป็นคติ 5 นาที
5. พิธีปิด (นัดหมาย ตรวจเครื่องแต่งกาย ธงลง เลิก) 10 นาที

สื่อการเรียนการสอน สื่อ Video คลิปการเรียนการสอนเรื่อง - การปฐมพยาบาลฉุกเฉินภาวะทางเดินหายใจถูกอุดกั้น

การวัดผลและประเมินผล

1. การสังเกต ความตั้งใจขณะฟังบรรยายการปฐมพยาบาลฉุกเฉินภาวะทางเดินหายใจถูกอุดกั้นและความตั้งใจในการดูวีดิทัศน์
2. การทดสอบ ปฏิบัติจำลองสถานการณ์เหตุการณ์การช่วยเหลือผู้ป่วยปฏิบัติภาวะทางเดินหายใจถูกอุดกั้น

บันทึกหลังการสอน.....

ข้อเสนอแนะของผู้บริหารสถานศึกษา.....

ใบความรู้

1. การแก้ไขทางเดินหายใจถูกอุดกั้นในผู้ใหญ่และเด็กโต

1.1 ถ้าผู้ป่วยมีอาการของทางเดินหายใจถูกอุดกั้น คือเอามือกุมที่คอ ตาเหลือก หน้าเขียว ภาวะวณ กระจาย เป็นต้น ให้รีบเข้าไปถามว่า “อาหารติดคอ ใช่หรือไม่”

1.2 ถ้าผู้ป่วยพยักหน้า หรือตอบว่า “ใช่” ให้รีบขออนุญาตผู้ป่วย “ให้ผม/ฉันช่วยคุณนะครับ/คะ” แล้วรีบเข้าไป ทางด้านหลัง แล้วใช้มือข้างหนึ่งหาสะดือ แล้วใช้ มืออีกข้างหนึ่งกำมัดแล้ววางเหนือสะดือ ใต้ลิ้นปี่ โดยหันด้านนิ้วโป้งเข้าหาลำตัวผู้ป่วย บอกให้ผู้ป่วย แยกขาออกแล้วผู้ช่วยเหลือวางขาตรงกลางหว่างขา ผู้ป่วย

1.3 รัตกระตุกต่อเนื่อง 5 ครั้ง อัตราเร็ว 1 ครั้งต่อวินาที ให้ทำไปจนกว่าเศษอาหารจะออกหรือผู้ป่วยหมดสติ



สำหรับคนอ้วน หรือคนท้อง ให้ใช้วิธีการรัตกระตุกที่หน้าอก ชุดละ 5 ครั้งต่อเนื่อง ทำไปจนกว่าเศษอาหารจะออก หรือหมดสติ (ให้ทำ CPR ทันที) เมื่อแก้ไขได้แล้วควรรนำ ผู้ป่วยส่งโรงพยาบาลทุกราย



ถ้าผู้ป่วยหมดสติ ไม่หายใจ (แขนจะตกลงมา) ให้จับผู้ป่วยนอนราบ รีบโทรแจ้ง 1669 แล้วเริ่มทำการช่วยฟื้นคืนชีพทันที ให้ทำไปจนกว่ารถพยาบาลจะมาถึง หรือผู้ป่วยจะฟื้น



การแก้ไขทางเดินหายใจถูกอุดกั้นเมื่อผู้ป่วยนั่งบนรถเข็น

ให้ใช้วิธีรัดกระดูกที่หน้าท้อง เหมือนกับทำในท่ายืน ถ้าไม่สามารถทำได้เนื่องจากลักษณะของรถเข็นสามารถใช้วิธีรัดกระดูกที่หน้าอกแทน หรือนำรถเข็นไปชิดผนังห้อง ล็อกล้อทั้งสองข้าง ใช้สองมือประสานกันแล้ว วางสันมือระหว่างสะดือกับลิ้นปี่ ดันหน้าท้องในแนวแรงเฉียงขึ้นด้านบน 5 ครั้งต่อเนื่อง ถ้าผู้ป่วยหมดสติให้นำลงมาจากรถเข็นแล้วทำการช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR) ทันที



การแก้ไขทางเดินหายใจอุดตันเมื่อเกิดกับตนเองและอยู่คนเดียว

ให้ใช้มือรัดกระตุก ที่หน้าท้องตนเองเหมือนการช่วยเหลือผู้อื่น หรือหาเก้าอี้ที่มีพนักแข็งแรงที่อยู่ใกล้เคียงมา แล้ววางหน้าท้องบริเวณเหนือสะดือ ใต้ลิ้นปี่ ลงบนพนักเก้าอี้กระแทกตัวลงไปต่อเนื่อง 5 ครั้ง หรือจนกว่าสิ่งอุดตันจะออก



การแก้ไขทางเดินหายใจอุดตันในทารก

1. ให้นั่งคุกเข่ากับพื้น หรือนั่งบนเก้าอี้ หรือทำยืน

ใช้มือประคองศีรษะทารกบริเวณขากรรไกร จัดให้อยู่ในท่าคว่ำโดยให้ทารกนอนทาบบน หน้าแขน วางแขนบนหน้าขา แล้วใช้มือตบลง ที่ตรงกึ่งกลางกระดูกสะบักทั้งสองข้าง จำนวน 5 ครั้ง ต่อเนื่อง อัตราเร็ว 1 ครั้งต่อวินาที

2. ใช้มืออีกข้างหนึ่งประคองที่ท้ายทอยแล้วใช้แขน

แนบลงตรงกึ่งกลางหลังของทารก แล้วพลิก ทารกหงายหน้าขึ้นนำมาวางไว้บนต้นขา แล้วใช้ 2 นิ้วมือ วางลงตรงกึ่งกลางหน้าอกใต้แนว ราวนม กดลึกลงไป 4 ของความหนาของ หน้าอก จำนวน 5 ครั้ง ต่อเนื่อง อัตราเร็ว 1 ครั้งต่อวินาที ให้ทำไปจนกว่าสิ่งแปลกปลอมจะออก ถ้าทารกหมดสติ หยุดหายใจให้เข้าสู่ขั้นตอนของการกู้ฟื้นคืนชีพทารกทันที



แผนกิจกรรมกิจกรรมลูกเสือ เนตรนารี หรือผู้บำเพ็ญประโยชน์ ลำดับที่ 8

แผนการจัดกิจกรรมลูกเสือสามัญรุ่นใหญ่

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

แผนการจัดที่ 8 เรื่อง กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน

จำนวน 1 ชั่วโมง

กล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือดเฉียบพลัน (Heart Attack)

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้และเข้าใจในการปฐมพยาบาลฉุกเฉินกล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือดเฉียบพลัน
2. เพื่อให้ผู้เรียนสามารถปฏิบัติในการปฐมพยาบาลฉุกเฉินกล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือดเฉียบพลัน
3. เพื่อให้ผู้เรียนสร้างศักยภาพตนเองให้สามารถช่วยชีวิตผู้ที่ตกอยู่ในสถานการณ์ฉุกเฉินด้านสุขภาพให้รอดปลอดภัย

เนื้อหา การปฐมพยาบาลฉุกเฉินกล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือดเฉียบพลัน

กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

1. พิธีเปิด (ธงขึ้น สวดมนต์ สงบนิ่ง ตรวจ แยก) 10 นาที
2. เพลง “ สวัสดิ์ ” และเพลง “ หากพวกเรากำลังสบาย ” 5 นาที
3. สอนตามเนื้อหา 30 นาที
 - 3.1 ผู้กำกับเปิดสื่อการเรียนการสอนเรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉินกล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือดเฉียบพลัน
 - 3.2 ผู้กำกับและลูกเสือช่วยกันบอกสิ่งที่ควรสังเกต และวิธีการช่วยเหลือผู้ป่วย
 - 3.3 ผู้กำกับให้ลูกเสือทำกิจกรรมจำลองสถานการณ์การปฏิบัติปฐมพยาบาลฉุกเฉินกล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือดเฉียบพลัน
 - 3.4 ผู้กำกับให้ลูกเสือทำกิจกรรมจำลองสถานการณ์การปฏิบัติปฐมพยาบาลฉุกเฉินกล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือดเฉียบพลัน
 - 3.5 ผู้กำกับและลูกเสือร่วมกันสรุปกิจกรรมที่ได้เรียนรู้และฝึกปฏิบัติในคาบเรียนนี้
4. เล่าเรื่องสั้นที่เป็นคติ 5 นาที
5. พิธีปิด (นัดหมาย ตรวจเครื่องแต่งกาย ธงลง เลิก) 10 นาที

สื่อการเรียนการสอน สื่อ Video คลิปการเรียนการสอนเรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉินกล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือดเฉียบพลัน

การวัดผลและประเมินผล

1. การสังเกต ความตั้งใจขณะฟังบรรยายการปฐมพยาบาลฉุกเฉินกล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือดเฉียบพลันและความตั้งใจในการดูวีดิทัศน์
2. การทดสอบ ปฏิบัติจำลองสถานการณ์เหตุการณ์การช่วยเหลือผู้ป่วย ปฏิบัติการปฐมพยาบาลฉุกเฉินกล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือดเฉียบพลัน

บันทึกหลังการสอน.....

ข้อเสนอแนะของผู้บริหารสถานศึกษา.....

ใบความรู้

การปฐมพยาบาลฉุกเฉินกล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือดเฉียบพลัน

สิ่งที่ควรสังเกตและจดจำ

1. เจ็บหน้าอกร้าวไปที่แขนซ้าย อาจจรร้าวไปข้างเดียว หรือทั้งสองข้าง หรือร้าวไปที่ขากรรไกร และจะไม่หายไปแม้ได้พัก
2. หายใจไม่ออก หายใจลำบาก
3. รู้สึกอึดอัดไม่สบายบริเวณใต้ลิ้นปี่
4. ล้มลงโดยไม่มีอาการเตือน

การปฐมพยาบาลผู้ป่วยกล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือดเฉียบพลัน (Heart attack)

1. โทรแจ้ง 1669 ทันที และให้ผู้ป่วยพักงดทำกิจกรรมทั้งหมดทันที



2. จัดให้ผู้ป่วยอยู่ในท่าที่สบาย จัดให้ผู้ป่วยอยู่ในท่านั่งพิงบนเก้าอี้ คลายเสื้อผ้าให้หลวม หาผ้ามารองใต้เข่า และคอยช่วยปลอบใจ ให้กำลังใจเตรียมพร้อมที่จะทำการช่วยฟื้นคืนชีพร่วมกับการใช้เครื่องเออีดี



3. ช่วยให้ผู้ป่วยได้รับยา ตามที่แพทย์สั่ง เช่น ยาอมใต้ลิ้น หรือแอสไพริน และให้ผู้ป่วยหายใจด้วยออกซิเจน ถ้าท่านผ่านการฝึกอบรมมาแล้ว



4. คอยเฝ้าสังเกตอาการ ให้ผู้ป่วยได้พัก กันไม่ให้คนมามุง คอยตรวจสอบสัญญาณชีพ ได้แก่ การหายใจ ชีพจร ระดับความรู้สึกตัว และบันทึกการเปลี่ยนแปลง ในขณะที่รอรถพยาบาลมารับ



แผนกิจกรรมกิจกรรมลูกเสือ เนตรนารี หรือผู้บำเพ็ญประโยชน์ ลำดับที่ 9

แผนการจัดกิจกรรมลูกเสือสามัญรุ่นใหญ่

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

แผนการจัดที่ 9 เรื่อง กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน

จำนวน 1 ชั่วโมง

เส้นเลือดในสมองแตก ตีบ ตัน (Stroke)

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้และเข้าใจในการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน เส้นเลือดในสมองแตก ตีบ ตัน (Stroke)
2. เพื่อให้ผู้เรียนสามารถปฏิบัติในการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน เส้นเลือดในสมองแตก ตีบ ตัน (Stroke)
3. เพื่อให้ผู้เรียนสร้างศักยภาพตนเองให้สามารถช่วยชีวิตผู้ที่ตกอยู่ในสถานการณ์ฉุกเฉินด้านสุขภาพให้รอดปลอดภัย

เนื้อหา การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน เส้นเลือดในสมองแตก ตีบ ตัน (Stroke)

กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

1. พิธีเปิด (ธงขึ้น สวดมนต์ สงบนิ่ง ตรวจ แยก) 10 นาที
2. เพลง “ สวัสดิ์ ” และเพลง “ หากพวกเรากำลังสบาย ” 5 นาที
3. สอนตามเนื้อหา 30 นาที
 - 3.1 ผู้กำกับเปิดสื่อการเรียนการสอนเรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน เส้นเลือดในสมองแตก ตีบ ตัน (Stroke)
 - 3.2 ผู้กำกับและลูกเสือช่วยกันบอกสิ่งที่ควรสังเกต และวิธีการช่วยเหลือผู้ป่วย
 - 3.3 ผู้กำกับให้ลูกเสือทำกิจกรรมจำลองสถานการณ์การปฏิบัติการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน เส้นเลือดในสมองแตก ตีบ ตัน (Stroke)
 - 3.4 ผู้กำกับให้ลูกเสือทำกิจกรรมจำลองสถานการณ์การปฏิบัติการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน เส้นเลือดในสมองแตก ตีบ ตัน (Stroke)
 - 3.5 ผู้กำกับและลูกเสือร่วมกันสรุปกิจกรรมที่ได้เรียนรู้และฝึกปฏิบัติในคาบเรียนนี้
4. เล่าเรื่องสั้นที่เป็นคติ 5 นาที
5. พิธีปิด (นัดหมาย ตรวจเครื่องแต่งกาย ธงลง เลิก) 10 นาที

สื่อการเรียนการสอน สื่อ Video คลิปการเรียนการสอนเรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉินเส้นเลือดในสมองแตก ตีบ ตัน (Stroke)

การวัดผลและประเมินผล

1. การสังเกตความตั้งใจขณะฟังบรรยายการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน เส้นเลือดในสมองแตก ตีบ ตัน (Stroke)
2. การทดสอบ ปฏิบัติจำลองสถานการณ์เหตุการณ์การช่วยเหลือผู้ป่วยปฏิบัติการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน เส้นเลือดในสมองแตก ตีบ ตัน (Stroke)

บันทึกหลังการสอน.....

ข้อเสนอแนะของผู้บริหารสถานศึกษา.....

ใบความรู้

การปฐมพยาบาลผู้ป่วยเส้นเลือดในสมองแตก ตีบ ตัน (Stroke)

สิ่งที่ควรสังเกตและจดจำ

- กล้ามเนื้อใบหน้าอ่อนแรง ยิ้มไม่ได้
- แขน ขาอ่อนแรง เคลื่อนไหวได้ข้างเดียว
- อ่อนเปลี้ยทันทีทันใด ด้านใดด้านหนึ่ง หรือทั้งสองด้านของลำตัว
- พูดไม่ชัด พูดไม่รู้เรื่อง ทันทันทันใด
- บันทึกเวลาที่เริ่มเกิดอาการ
- สายตาพร่ามัวทันที
- สับสนทันทีทันใด
- ปวดศีรษะแบบไม่ทราบสาเหตุทันทีทันใด
- มึนศีรษะ ยืนไม่มั่นคง หรือล้มลงทันทีทันใด

การปฐมพยาบาลผู้ป่วยเส้นเลือดในสมองแตก ตีบ ตัน (Stroke)

1. ตรวจสอบใบหน้าของผู้ป่วย ให้ผู้ป่วยอยู่ในท่าที่สบาย บอกให้ผู้ป่วยยิ้ม ถ้าผู้ป่วยเส้นเลือดสมองแตก ตีบ ตัน จะยิ้มได้ข้างเดียว อีกข้างหนึ่งจะตกลงมา



2. ตรวจสอบแขนของผู้ป่วย บอกให้ผู้ผู้ป่วยยกแขนขึ้น ถ้าผู้ป่วยเป็น stroke จะยกแขนได้ข้างเดียว



3. ตรวจสอบคำพูดของผู้ป่วย ให้ถามคำถามผู้ป่วย แล้วสังเกตดูว่าผู้ป่วยเข้าใจคำถามและตอบชัดเจนหรือไม่ ปกติจะพบว่าพูดไม่ชัด

4. โทรแจ้งระบบการแพทย์ฉุกเฉิน เพื่อขอความช่วยเหลือ ให้โทร 1669 แจ้งเจ้าหน้าที่ว่าท่านสงสัยว่าผู้ป่วยมีอาการของเส้นเลือดในสมองแตก ตีบ ตัน (Stroke) แล้วจดเวลาที่เกิดอาการ อยู่เป็นกำลังใจและประเมินสัญญาณชีพ ได้แก่ การหายใจ ชีพจร ระดับความรู้สึกตัว ในระหว่างที่รอรถกู้ชีพมาถึง



แผนกิจกรรมกิจกรรมลูกเสือ เนตรนารี หรือผู้บำเพ็ญประโยชน์ ลำดับที่ 10

แผนการจัดกิจกรรมลูกเสือสามัญรุ่นใหญ่

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

แผนการจัดที่ 10 เรื่อง กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน หอบหืด

จำนวน 1 ชั่วโมง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้และเข้าใจในการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน หอบหืด
2. เพื่อให้ผู้เรียนสามารถปฏิบัติในการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน หอบหืด
3. เพื่อให้ผู้เรียนสร้างศักยภาพตนเองให้สามารถช่วยชีวิตผู้ที่ตกอยู่ในสถานการณ์ฉุกเฉินด้านสุขภาพ

ให้รอดปลอดภัย

เนื้อหา การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน หอบหืด

กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

- | | |
|--|---------|
| 1. พิธีเปิด (ธงขึ้น สวดมนต์ สงบนิ่ง ตรวจ แยก) | 10 นาที |
| 2. เพลง “ สวัสดิ์ ” และเพลง | 5 นาที |
| 3. สอนตามเนื้อหา | 30 นาที |
| 3.1 ผู้กำกับเปิดสื่อการเรียนการสอนเรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน หอบหืด | |
| 3.2 ผู้กำกับและลูกเสือช่วยกันบอกสิ่งที่ควรสังเกต และวิธีการช่วยเหลือผู้ป่วย | |
| 3.3 ผู้กำกับให้ลูกเสือทำกิจกรรมจำลองสถานการณ์การปฏิบัติปฐมพยาบาลฉุกเฉิน หอบหืด | |
| 3.4 ผู้กำกับให้ลูกเสือทำกิจกรรมจำลองสถานการณ์การปฏิบัติปฐมพยาบาลฉุกเฉิน หอบหืด | |
| 3.5 ผู้กำกับและลูกเสือร่วมกันสรุปกิจกรรมที่ได้เรียนรู้และฝึกปฏิบัติในคาบเรียนนี้ | |
| 4. เล่าเรื่องสั้นที่เป็นคติ | 5 นาที |
| 5. พิธีปิด (นัดหมาย ตรวจเครื่องแต่งกาย ธงลง เลิก) | 10 นาที |

สื่อการเรียนการสอน สื่อ Video คลิปการเรียนการสอนเรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน เส้นเลือดในสมองแตก ตีบ ตัน (Stroke)

การวัดผลและประเมินผล

1. การสังเกต ความตั้งใจขณะฟังบรรยายการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน หอบหืด
2. การทดสอบ ปฏิบัติจำลองสถานการณ์เหตุการณ์การช่วยเหลือผู้ป่วย ปฏิบัติการปฐมพยาบาล

ฉุกเฉิน หอบหืด

บันทึกหลังการสอน.....

.....

ข้อเสนอแนะของผู้บริหารสถานศึกษา.....

ใบความรู้

การปฐมพยาบาลหอบหืด

1. ช่วยผู้ป่วยใช้เครื่องพ่นยา (Inhaler) ตั้งสติไม่ตื่นเต้นและให้ความอบอุ่นใจกับผู้ป่วยช่วยผู้ป่วยหาเครื่องพ่นยา (ปกติจะเป็นสีฟ้า) และให้หายใจจากเครื่องพ่นยา
2. บอกให้ผู้ป่วยหายใจช้าลง ช่วยให้ผู้ผู้ป่วยอยู่ในท่าที่ผ่อนคลาย บอกให้ผู้ป่วยหายใจลึก ๆ และช้า ๆ ถ้าอาการเล็กน้อยจะหายไปภายใน 2-3 นาที ถ้ายังไม่หายให้ผู้ป่วยหายใจจากเครื่องพ่นยา 1-2 ครั้งทุก ๆ 2 นาทีจนครบ 10 ครั้ง



3. โทรแจ้ง 1669 ถ้าใช้ยาแล้วไม่ได้ผล ผู้ป่วยหายใจไม่ออกจะทำให้พูดลำบากและเริ่ม
4. เผื่อติดตามอาการของผู้ป่วย และตรวจสอบสัญญาณชีพ ได้แก่การหายใจ ชีพจรและระดับความรู้สึกตัว จนกว่าผู้ป่วยจะดีขึ้น หรือรถพยาบาลจะมาถึง คอยช่วยให้ผู้ป่วยได้ใช้ยาพ่น



แผนกิจกรรมกิจกรรมลูกเสือ เนตรนารี หรือผู้บำเพ็ญประโยชน์ ลำดับที่ 11

แผนการจัดกิจกรรมลูกเสือสามัญรุ่นใหญ่

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

แผนการจัดที่ 11 เรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน

จำนวน 1 ชั่วโมง

ภาวะแพ้อย่างรุนแรงเฉียบพลัน (Anaphylaxis)

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้และเข้าใจในการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะแพ้อย่างรุนแรงเฉียบพลัน (Anaphylaxis)
2. เพื่อให้ผู้เรียนสามารถปฏิบัติในการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะแพ้อย่างรุนแรงเฉียบพลัน (Anaphylaxis)
3. เพื่อให้ผู้เรียนสร้างศักยภาพตนเองให้สามารถช่วยชีวิตผู้ที่ตกอยู่ในสถานการณ์ฉุกเฉินด้านสุขภาพให้รอดปลอดภัย

เนื้อหา การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน หอบหืด

กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

- | | |
|---|---------|
| 1. พิธีเปิด (ธงขึ้น สวดมนต์ สงบนิ่ง ตรวจ แยก) | 10 นาที |
| 2. เพลง “ สวัสดิ์ ” และเพลง “ หากพวกเรากำลังสบาย ” | 5 นาที |
| 3. สอนตามเนื้อหา | 30 นาที |
| 3.1 ผู้กำกับเปิดสื่อการเรียนการสอนเรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะแพ้อย่างรุนแรงเฉียบพลัน (Anaphylaxis) | |
| 3.2 ผู้กำกับและลูกเสือช่วยกันบอกสิ่งที่ควรสังเกต และวิธีการช่วยเหลือผู้ป่วย | |
| 3.3 ผู้กำกับให้ลูกเสือทำกิจกรรมจำลองสถานการณ์การปฏิบัติปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะแพ้อย่างรุนแรงเฉียบพลัน (Anaphylaxis) | |
| 3.4 ผู้กำกับให้ลูกเสือทำกิจกรรมจำลองสถานการณ์การปฏิบัติปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะแพ้อย่างรุนแรงเฉียบพลัน (Anaphylaxis) | |
| 3.5 ผู้กำกับและลูกเสือร่วมกันสรุปกิจกรรมที่ได้เรียนรู้และฝึกปฏิบัติในคาบเรียนนี้ | |
| 4. เล่าเรื่องสั้นที่เป็นคติ | 5 นาที |
| 5. พิธีปิด (นัดหมาย ตรวจเครื่องแต่งกาย ธงลง เลิก) | 10 นาที |

สื่อการเรียนการสอน สื่อ Video คลิปการเรียนการสอนเรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะแพ้อย่างรุนแรงเฉียบพลัน (Anaphylaxis)

การวัดผลและประเมินผล

1. การสังเกต ความตั้งใจขณะฟังบรรยายการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะแพ้อย่างรุนแรงเฉียบพลัน (Anaphylaxis)
2. การทดสอบ ปฏิบัติจำลองสถานการณ์เหตุการณ์การช่วยเหลือผู้ป่วย ปฏิบัติการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะแพ้อย่างรุนแรงเฉียบพลัน (Anaphylaxis)

บันทึกหลังการสอน.....

ข้อเสนอแนะของผู้บริหารสถานศึกษา.....

ใบความรู้

การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะแพ้อย่างรุนแรงเฉียบพลัน (Anaphylaxis)

สิ่งที่ควรสังเกตและจดจำ

1. เกิดผื่นแดงตามผิวหนัง ลมพิษ มีอาการคัน
2. ผิวหนังแดง หรือซีด
3. วิงเวียนศีรษะ หน้ามืดคล้ายจะเป็นลม
4. คลื่นไส้ อาเจียน ปวดท้อง หรือท้องเสีย
5. ความดันโลหิตลดต่ำลง
6. ลิ้น ปาก หรือคอบวม หายใจติดขัดและอาจมีเสียงดังวี๊ด ๆ
7. รู้สึกเหมือนมีสิ่งอุดตันในลำคอ กลืนลำบาก
8. แน่นหน้าอก ใจสั่น
9. ชีพจรเบา เร็ว
10. ไอ จาม น้ำมูกไหล
11. รู้สึกปวดคล้ายเข็มทิ่มตามมือ เท้า ปาก หรือหนังศีรษะ
12. พุดไม้ขีด ตะกุกตะกัก
13. บางรายที่มีอาการรุนแรงมาก อาจเสี่ยงต่อภาวะช็อก
14. ซึ่งสังเกตได้จากอาการหายใจลำบาก ไม่มีแรง ชีพจร
15. เต็มเบาเร็ว มีอาการสับสน มึนงง หรือหมดสติ

การปฐมพยาบาลภาวะภูมิแพ้อย่างรุนแรงเฉียบพลัน (Anaphylaxis)

1. รีบโทรแจ้ง 1669 ทันที แจ้งว่าท่านสงสัยว่าผู้ป่วยมีอาการของภาวะภูมิแพ้อย่างรุนแรงเฉียบพลัน
2. ช่วยให้ผู้ป่วยได้รับยา สำหรับผู้ป่วยที่ทราบว่าตนเองมีอาการแพ้และมียาอีพิเนพรีนพกติดตัว ให้ฉีดยาเข้ากล้ามเนื้อต้นขาของผู้ป่วย



3. จัดให้ผู้ป่วยอยู่ในท่าที่สบาย ผู้ป่วยที่หายใจลำบากแต่ยังรู้สึกตัวดี ควรพุงให้นั่งบนเก้าอี้ หากมีอาการหน้ามืด วิงเวียนศีรษะคล้ายจะเป็นลม ควรให้นอนราบกับพื้นและยกขาสูง



4. ฝ้าติดตามอาการ ตรวจดูชีพจรและการหายใจ หากผู้ป่วยหมดสติ ไม่มีการตอบสนอง หรือหยุดหายใจ ให้ทำ การกดหน้าอก (CPR) ทันทีการดำเนินกิจกรรม

แผนกิจกรรมกิจกรรมลูกเสือ เนตรนารี หรือผู้บำเพ็ญประโยชน์ ลำดับที่ 12

แผนการจัดกิจกรรมลูกเสือสามัญรุ่นใหญ่

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

แผนการจัดที่12 เรื่อง กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉินภาวะ
เลือดออกภายนอกอย่างรุนแรง (Bleeding)

จำนวน 1 ชั่วโมง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้และเข้าใจในการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน
2. เพื่อให้ผู้เรียนสร้างศักยภาพตนเองให้สามารถช่วยชีวิตผู้ที่ตกอยู่ในสถานการณ์ฉุกเฉินด้านสุขภาพ

ให้รอดปลอดภัย

เนื้อหา การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน เลือดออกภายนอกอย่างรุนแรง (Bleeding)

กิจกรรมการเรียนการสอน

1. พิธีเปิด (ธงขึ้น สวดมนต์ สงบนิ่ง ตรวจ แยก) 10 นาที

2. เพลง “ สวีส์ตี “ 5 นาที

3. สอนตามเนื้อหา 30 นาที

3.1 ผู้กำกับเปิดสื่อการเรียนการสอนเรื่องการปฐมพยาบาลฉุกเฉินเกี่ยวกับภาวะเลือดออก
ภายนอกอย่างรุนแรง(Bleeding)พร้อมทั้งบรรยายวิธีการสังเกตอาการเบื้องต้น

3.2 ผู้กำกับและลูกเสือช่วยกันบอกสิ่งที่ควรสังเกต และวิธีการช่วยเหลือผู้ป่วย

3.3 ผู้กำกับให้ลูกเสือทำกิจกรรมจำลองสถานการณ์ผู้ป่วยที่มีภาวะเลือดออกภายนอกอย่างรุนแรง
(Bleeding) และฝึกการปฏิบัติวิธีการปฐมพยาบาลเบื้องต้น

3.4 ผู้กำกับและลูกเสือร่วมกันสรุปกิจกรรมที่ได้เรียนรู้และฝึกปฏิบัติในคาบเรียนนี้

4. เล่าเรื่องสั้นที่เป็นคติ 5 นาที

5. พิธีปิด (นัดหมาย ตรวจเครื่องแต่งกาย ธงลง เลิก) 10 นาที

สื่อการเรียนการสอน สื่อVideoคลิปการเรียนการสอนเรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉินเกี่ยวกับภาวะเลือดออก
ภายนอกอย่างรุนแรง (Bleeding)

การวัดผลและประเมินผล

1. การสังเกต ความตั้งใจขณะฟังบรรยายวิธีการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน

2. การทดสอบ ปฏิบัติจำลองสถานการณ์ปฐมพยาบาลช่วยเหลือผู้ป่วยที่มีภาวะเลือดออกภายนอก
อย่างรุนแรง (Bleeding)

บันทึกหลังการสอน.....

ข้อเสนอแนะของผู้บริหารสถานศึกษา.....

ใบความรู้

การปฐมพยาบาลภาวะเลือดออกภายนอกอย่างรุนแรง

1. ใช้วิธีการกดลงโดยตรงที่บาดแผล ถ้าจำเป็น ให้ถอด หรือตัดเสื้อผ้าที่คลุมอยู่ออก แล้วใช้ผ้าสะอาดที่ไม่เป็นขุยปิดทับลงบนบาดแผล ใช้มือกดลงตรง ๆ นิ่ง ๆ
2. ยกประคองส่วนที่เป็นบาดแผลให้สูงกว่าระดับหัวใจ กดที่บาดแผลและยกพุงแผลไว้



3. ช่วยให้ผู้ป่วยนอนลงกับพื้น ยกส่วนที่ได้รับบาดเจ็บให้สูงไว้



4. โทรแจ้ง 1669 โดยบอกขนาดและตำแหน่งของบาดแผลและจำนวนเลือดที่เสียไป (โดยประมาณ)



5. ใช้ผ้าพันแผล พันให้ผ้าปิดแผลอยู่กับที่ ตรวจสอบระบบการไหลเวียนโลหิตของ อวัยวะส่วนปลาย ทุก ๆ 10 นาที ให้คลาย ผ้าพันแผลถ้าจำเป็น ฝ่าติดตามสัญญาณชีพ ได้แก่ การหายใจ ชีพจร และระดับความรู้สึกตัว ในระหว่างที่รอรถพยาบาลมาถึง



แผนกิจกรรมกิจกรรมลูกเสือ เนตรนารี หรือผู้บำเพ็ญประโยชน์ ลำดับที่ 13

แผนการจัดกิจกรรมลูกเสือสามัญรุ่นใหญ่

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

แผนการจัดที่ 13 เรื่อง กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉินภาวะช็อก (Shock)

จำนวน 1 ชั่วโมง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้และเข้าใจในการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน
2. เพื่อให้ผู้เรียนสร้างศักยภาพตนเองให้สามารถช่วยชีวิตผู้ที่ตกอยู่ในสถานการณ์ฉุกเฉินด้านสุขภาพ

ให้รอดปลอดภัย

เนื้อหา การปฐมพยาบาลฉุกเฉินภาวะช็อก

กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

- | | |
|---|---------|
| 1. พิธีเปิด (ธงขึ้น สวดมนต์ สงบนิ่ง ตรวจ แยก) | 10 นาที |
| 2. เพลง “ สวัสดิ์ ” | 5 นาที |
| 3. สอนตามเนื้อหา | 30 นาที |

3.1 ผู้กำกับเปิดสื่อการเรียนการสอนเรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉินเกี่ยวกับภาวะเลือดออกภายนอกอย่างรุนแรง พร้อมทั้งบรรยายวิธีการสังเกตอาการเบื้องต้น

3.2 ผู้กำกับและลูกเสือช่วยกันบอกสิ่งที่ควรสังเกต และวิธีการช่วยเหลือผู้ป่วย

3.3 ผู้กำกับให้ลูกเสือทำกิจกรรมจำลองสถานการณ์ผู้ป่วยที่มีภาวะเลือดออกภายนอกอย่างรุนแรง และฝึกการปฏิบัติวิธีการปฐมพยาบาลเบื้องต้น

3.4 ผู้กำกับและลูกเสือร่วมกันสรุปกิจกรรมที่ได้เรียนรู้และฝึกปฏิบัติในคาบเรียนนี้

- | | |
|---|---------|
| 4. เล่าเรื่องสั้นที่เป็นคติ | 5 นาที |
| 5. พิธีปิด (นัดหมาย ตรวจเครื่องแต่งกาย ธงลง เลิก) | 10 นาที |

สื่อการเรียนการสอน สื่อVideoคลิปการเรียนการสอนเรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉินเกี่ยวกับภาวะช็อก

การวัดผลและประเมินผล

1. การสังเกต ความตั้งใจขณะฟังบรรยายวิธีการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน
2. การทดสอบ ปฏิบัติจำลองสถานการณ์ปฐมพยาบาลช่วยเหลือผู้ป่วยที่มีภาวะช็อก

บันทึกหลังการสอน.....

ข้อเสนอแนะของผู้บริหารสถานศึกษา.....

ใบความรู้

ช็อก (Shock) คือ ภาวะของร่างกายที่มีการไหลเวียนเลือดลดลงต่ำผิดปกติ ส่งผลให้การสูบฉีดเลือดไปเลี้ยงส่วนต่าง ๆ ในร่างกายไม่เพียงพอ ทำให้เซลล์และอวัยวะเสียหายจากการขาดเลือดที่เป็นตัวนำออกซิเจนและสารอาหาร เมื่อเกิดกับอวัยวะสำคัญและรักษาไม่ทันเวลาอาจเป็นอันตรายถึงชีวิต และยังพบว่า 1 ใน 5 คนที่มีภาวะช็อกมักเสียชีวิต ในบทความนี้จะขอกล่าวถึงภาวะช็อกที่เกิดจากโรคทางร่างกายเท่านั้นช็อกจัดเป็นภาวะอันตรายในทางการแพทย์และยังแบ่งออกได้หลายประเภทตามสาเหตุ เช่น ภาวะช็อกจากการติดเชื้อในกระแสเลือด (Septic Shock) ภาวะช็อกจากปฏิกิริยาภูมิแพ้อย่างฉับพลัน (Anaphylactic Shock) ภาวะช็อกจากโรคหัวใจ (Cardiogenic Shock) ภาวะช็อกจากการสูญเสียเลือดและเกล็ดเลือด (Hypovolemic Shock) ภาวะช็อกจากระบบประสาท (Neurogenic Shock)

สิ่งที่ควรสังเกตและจดจำ ชีพจรเต้นเบา เร็ว หรือบางรายอาจไม่เต้น ตัวซีดและเย็น เหงื่อแตก

เมื่อเป็นมากขึ้น

- ชีพจรเต้นเบาเร็วผิดปกติ
- หายใจตื้นและเร็ว
- วิงเวียนศีรษะ หน้ามืด
- อ่อนเปลี้ย
- คลื่นไส้ อาเจียน
- กระจายน้ำ

เมื่อออกซิเจนมาเลี้ยงสมองน้อยลง

- กระวนกระวาย
- หายใจเฮือก
- หมดสติ

การปฐมพยาบาลผู้ป่วยช็อก

1. จับให้ผู้ป่วยนอนราบ ดูแลสาเหตุของการช็อก เช่น เสียเลือด ไฟไหม้ เป็นต้น ช่วยประคอง ให้ผู้ป่วยนอนลง ถ้าเป็นไปได้ควรให้นอนบน ผ้าห่มหรือผ้านุ่ม ยกขาให้สูงกว่าระดับหัวใจ



2. โทรแจ้ง 1669 ว่าท่านสงสัยว่าผู้ป่วยมีอาการช็อก



3. คลายเสื้อผ้าให้หลวม เพื่อไม่ให้ขัดขวางการไหลเวียนของโลหิต ที่คอ หน้าอก เอว



4. ให้ความอบอุ่นร่างกายผู้ป่วย ห่มด้วยผ้าห่ม เพื่อให้ความอบอุ่น แนะนำให้ผู้ป่วยอยู่นิ่ง ๆ ฝ้าสังเกตอาการของสัญญาณชีพ ได้แก่ การหายใจ ชีพจรและระดับความรู้สึกตัว ในขณะที่รอรถพยาบาลมาถึง



แผนกิจกรรมกิจกรรมลูกเสือ เนตรนารี หรือผู้บำเพ็ญประโยชน์ ลำดับที่ 14

แผนการจัดกิจกรรมลูกเสือสามัญรุ่นใหญ่

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

แผนการจัดที่ 14 เรื่อง กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน

จำนวน 1 ชั่วโมง

การบาดเจ็บที่ศีรษะ (Head Injury)

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้และเข้าใจในการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน
2. เพื่อให้ผู้เรียนสร้างศักยภาพตนเองให้สามารถช่วยชีวิตผู้ที่ตกอยู่ในสถานการณ์ฉุกเฉินด้านสุขภาพให้รอดปลอดภัย

เนื้อหา

1. สิ่งที่ต้องสังเกตและจดจำเกี่ยวกับการบาดเจ็บที่ศีรษะ
2. การปฐมพยาบาลฉุกเฉินการบาดเจ็บที่ศีรษะ (Head Injury)

กิจกรรมการเรียนการสอน

1. พิธีเปิด (ธงขึ้น สวดมนต์ สงบนิ่ง ตรวจ แยก) 10 นาที
2. เพลง “ สวัสดิ์ ” 5 นาที
3. สอนตามเนื้อหา 30 นาที
 - 3.1 ผู้กำกับเปิดสื่อการเรียนการสอนเรื่องการปฐมพยาบาลฉุกเฉินเกี่ยวกับการบาดเจ็บที่ศีรษะ พร้อมทั้งบรรยายวิธีการสังเกตอาการเบื้องต้น
 - 3.2 ผู้กำกับและลูกเสือช่วยกันบอกสิ่งที่ควรสังเกต และวิธีการช่วยเหลือผู้ป่วย
 - 3.3 ผู้กำกับให้ลูกเสือทำกิจกรรมจำลองสถานการณ์ผู้ป่วยที่มีการบาดเจ็บที่ศีรษะและฝึกการปฏิบัติวิธีการปฐมพยาบาลเบื้องต้น
 - 3.4 ผู้กำกับและลูกเสือร่วมกันสรุปกิจกรรมที่ได้เรียนรู้และฝึกปฏิบัติในคาบเรียนนี้
4. เล่าเรื่องสั้นที่เป็นคติ 5 นาที
5. พิธีปิด (นัดหมาย ตรวจเครื่องแต่งกาย ธงลง เลิก) 10 นาที

สื่อการเรียนการสอน สื่อ Video คลิปการเรียนการสอนเรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉินเกี่ยวกับการบาดเจ็บที่ศีรษะ

การวัดผลและประเมินผล

1. การสังเกต ความตั้งใจขณะฟังบรรยายวิธีการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน
2. การทดสอบ ปฏิบัติจำลองสถานการณ์ปฐมพยาบาลช่วยเหลือผู้ป่วยที่มีการบาดเจ็บที่ศีรษะ

บันทึกหลังการสอน.....

ข้อเสนอแนะของผู้บริหารสถานศึกษา.....

ใบความรู้

การบาดเจ็บที่ศีรษะ หมายถึง การบาดเจ็บใด ๆ ที่มีต่อหนังศีรษะ กะโหลกศีรษะและเนื้อเยื่อที่เป็นส่วนประกอบภายในกะโหลกศีรษะ ซึ่งอาจทำให้มีหรือไม่มี การเปลี่ยนแปลงระดับความรู้สึกตัว อุบัติการณ์เกิดหรือสถิติการเกิดบาดเจ็บที่ศีรษะบอกตัวเลขที่ชัดเจนได้ยาก เนื่องจากแนวคิดพื้นฐานเกี่ยวกับคำว่าบาดเจ็บที่ศีรษะได้อธิบายไว้กว้างมาก มีความแตกต่างตามความรุนแรงและกลไกของการบาดเจ็บ แต่จากรายงานพบว่าจำนวนผู้ป่วยที่เข้ารับการรักษาเนื่องจากบาดเจ็บที่ศีรษะในแต่ละประเทศมีเป็นจำนวนมาก สำหรับในประเทศไทยมีสถิติของแต่ละโรงพยาบาลเป็นจำนวนไม่น้อย ซึ่งหากการปฏิบัติการช่วยชีวิตผู้ป่วยอย่างถูกวิธี และยังสามารถช่วยให้ผู้ป่วยปลอดภัยและกลับมาใช้ชีวิตอีกครั้งได้ เพราะฉะนั้นต้องได้รับการฝึกปฏิบัติที่ถูกต้องและเกิดความชำนาญ เพื่อประสิทธิภาพในการช่วยชีวิตที่ดี

สิ่งที่ควรสังเกตและจดจำ

- หมดสติในช่วงเวลาสั้น ๆ
- อาจมีรอยฟกช้ำที่ศีรษะ
- มึนงง/คลื่นไส้ อาเจียน
- สูญเสียความจำขณะเกิดเหตุ หรือ ก่อนเกิดเหตุการณ์
- ปวดศีรษะเล็กน้อย
- สับสน

สำหรับผู้ที่บาดเจ็บรุนแรง

- มีประวัติว่ามีวัตถุพุ่งมากระแทกที่ศีรษะ/ล้มหัวฟาดพื้น
- การตอบสนองลดลง
- มีน้ำเลือด หรือคราบเลือดออกทางจมูก และหู
- รูม่านตาสองข้างไม่เท่ากัน

การปฐมพยาบาลการบาดเจ็บที่ศีรษะ

1. ใช้วิธีการกดโดยตรงที่บาดแผล ใช้ผ้าปิดแผลที่สะอาดปิดลงบนบาดแผล โดยใช้มือกดลงไปตรง ๆ เพื่อเป็นการห้ามเลือด



2. ใช้ผ้าพันแผล ปิดแผลให้แน่นอยู่กับที่ โดยการ ใช้ผ้าก๊อชเป็นม้วน หรือผ้าม้วนยัดเพื่อรักษา แรงดันที่กดลงบนผ้าปิดแผล



3. จัดให้ผู้ป่วยนอนราบ ถ้าเป็นไปได้ควรหาผ้า มารองให้ศีรษะและไหล่ให้สูงขึ้นเล็กน้อย จัดให้ ผู้ป่วย อยู่ในท่าที่สุขสบายมากที่สุด



4. ฝ้าติดตามอาการอย่างใกล้ชิด คอยตรวจวัดสัญญาณชีพ ได้แก่ การหายใจ ชีพจร และระดับ ความรู้สึกตัว ให้รีบโทรแจ้ง 1669 ถ้าผู้ป่วย มีอาการบาดเจ็บอย่างรุนแรง

แผนกิจกรรมกิจกรรมลูกเสือ เนตรนารี หรือผู้บำเพ็ญประโยชน์ ลำดับที่ 15

แผนการจัดกิจกรรมลูกเสือสามัญรุ่นใหญ่

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

แผนการจัดที่ 15 เรื่อง กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน

จำนวน 1 ชั่วโมง

การบาดเจ็บที่กระดูกสันหลัง (Spinal Injury)

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้และเข้าใจในการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน
2. เพื่อให้ผู้เรียนสร้างศักยภาพตนเองให้สามารถช่วยชีวิตผู้ที่ตกอยู่ในสถานการณ์ฉุกเฉินด้านสุขภาพให้รอดปลอดภัย

เนื้อหา

1. สิ่งที่ต้องสังเกตและจดจำเกี่ยวกับการบาดเจ็บที่กระดูกสันหลัง
2. การปฐมพยาบาลฉุกเฉินการบาดเจ็บที่กระดูกสันหลัง (Spinal Injury)

กิจกรรมการเรียนการสอน

1. พิธีเปิด (ธงขึ้น สวดมนต์ สงบนิ่ง ตรวจ แยก) 10 นาที
2. เพลง “ สวัสดิ์ ” 5 นาที
3. สอนตามเนื้อหา 30 นาที
 - 3.1 ผู้กำกับเปิดสื่อการเรียนการสอนเรื่องการปฐมพยาบาลฉุกเฉินเกี่ยวกับการบาดเจ็บที่กระดูกสันหลังพร้อมทั้งบรรยายวิธีการสังเกตอาการเบื้องต้น
 - 3.2 ผู้กำกับและลูกเสือช่วยกันบอกสิ่งที่จะต้องสังเกต และวิธีการช่วยเหลือผู้ป่วย
 - 3.3 ผู้กำกับให้ลูกเสือทำกิจกรรมจำลองสถานการณ์ผู้ป่วยที่มีการบาดเจ็บที่กระดูกสันหลังและฝึกการปฏิบัติวิธีการปฐมพยาบาลเบื้องต้น
 - 3.4 ผู้กำกับและลูกเสือร่วมกันสรุปกิจกรรมที่ได้เรียนรู้และฝึกปฏิบัติในคาบเรียนนี้
4. เล่าเรื่องสั้นที่เป็นคติ 5 นาที
5. พิธีปิด (นัดหมาย ตรวจเครื่องแต่งกาย ธงลง เลิก) 10 นาที

สื่อการเรียนการสอน สื่อ Video คลิปการเรียนการสอนเรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉินเกี่ยวกับการบาดเจ็บที่กระดูกสันหลัง

การวัดผลและประเมินผล

1. การสังเกต ความตั้งใจขณะฟังบรรยายวิธีการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน
2. การทดสอบ ปฏิบัติจำลองสถานการณ์ปฐมพยาบาลช่วยเหลือผู้ป่วยที่มีการบาดเจ็บที่กระดูกสันหลัง

บันทึกหลังการสอน.....

ข้อเสนอแนะของผู้บริหารสถานศึกษา.....

ใบความรู้

การบาดเจ็บที่กระดูกสันหลัง เป็นสภาวะที่พบได้บ่อยที่สุดส่วนหนึ่งในร่างกาย ซึ่งอาจเกิดได้จากการกระแทกโดยตรง และโดยทางอ้อม เช่น ตกจากที่สูง, อุบัติเหตุรถยนต์และรถจักรยานยนต์ (40 – 56%) จากการทำงาน อุตุสาหกรรม การกีฬา การคมนาคม ฯลฯ อันจะนำมาซึ่งภาวะแทรกซ้อนที่รุนแรงตั้งแต่บาดเจ็บเล็กน้อย จนถึงขั้นทุพพลภาพ หรือถึงขั้นสูญเสียชีวิตได้ เช่น จากกระดูกสันหลังส่วนคอหักและเคลื่อน (cervical spine injury) ซึ่งหากการปฏิบัติการช่วยชีวิตผู้ป่วยอย่างถูกวิธี และยังสามารถช่วยให้ผู้ป่วยปลอดภัยและกลับมามีชีวิตอีกครั้งได้ เพราะฉะนั้นต้องได้รับการฝึกปฏิบัติที่ถูกต้องและเกิดความชำนาญ เพื่อประสิทธิภาพในการช่วยชีวิตที่ดี

สิ่งที่ควรสังเกตและจดจำ

การตกจากที่สูง โดยเอาหลัง ศีรษะหรือขาลง อาจจะมีอาการดังนี้

- เจ็บที่คอและหลัง
- กระดูกผิดรูป บิดเบี้ยวตรงบริเวณที่มีส่วนโค้ง
- กดเจ็บบริเวณที่ได้รับบาดเจ็บ
- แขนขาข้างที่บาดเจ็บอ่อนแรง
- ไม่มีความรู้สึก หรือรู้สึกผิดปกติ
- ควบคุมกระเพาะปัสสาวะหรือลำไส้ไม่ได้
- หายใจลำบาก

การปฐมพยาบาลผู้ที่ได้รับบาดเจ็บที่กระดูกสันหลัง

1. บอกผู้ป่วยห้ามขยับศีรษะ โทรแจ้ง 1669 ถ้าเป็นไปได้บอกให้ผู้อื่นไปโทรแจ้ง ในขณะที่ท่านประคองศีรษะและคอผู้ป่วยไว้ไม่ให้เคลื่อนไหว และบอกให้แจ้งศูนย์รับแจ้งเหตุด้วยว่าสงสัย ผู้ป่วยอาจได้รับบาดเจ็บที่กระดูกสันหลัง



2. ประคองศีรษะให้อยู่นิ่ง ๆ โดยนั้งคุกเข่าอยู่ด้านหลังศีรษะของผู้ป่วย วางแขนลงบนพื้นจับประคองศีรษะผู้ป่วยไว้ให้มั่นคง



3. วางอุปกรณ์เสริมข้างศีรษะ ให้ผู้ช่วยเหลืออีกคนหาผ้ามาม้วนเป็นก้อนกลม แล้ววางไว้ข้างศีรษะ ทั้งสองข้างเป็นอุปกรณ์เสริม



4. ฝ้าติดตามอาการอย่างใกล้ชิด คอยตรวจวัดสัญญาณชีพ ได้แก่ การหายใจ ชีพจร และระดับการตอบสนอง ในขณะที่รถพยาบาลมาถึง



แผนกิจกรรมกิจกรรมลูกเสือ เนตรนารี หรือผู้บำเพ็ญประโยชน์ ลำดับที่ 16

แผนการจัดกิจกรรมลูกเสือสามัญรุ่นใหญ่

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

แผนการจัดที่ 16 เรื่อง กิจกรรมการปฐมพยาบาลลูกเขมือกระดูกหัก (Fractures) จำนวน 1 ชั่วโมง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้และเข้าใจในการปฐมพยาบาลลูกเขมือ
2. เพื่อให้ผู้เรียนสร้างศักยภาพตนเองให้สามารถช่วยชีวิตผู้ที่ตกอยู่ในสถานการณ์ฉุกเฉินด้านสุขภาพให้รอดปลอดภัย

เนื้อหา

1. สิ่งที่ต้องสังเกตและจดจำเกี่ยวกับการบาดเจ็บกระดูกหัก
2. การปฐมพยาบาลลูกเขมือการบาดเจ็บกระดูกหัก (Fractures)

กิจกรรมการเรียนการสอน

1. พิธีเปิด (ธงขึ้น สวดมนต์ สงบนิ่ง ตรวจ แยก) 10 นาที
2. เพลง “ สวัสดิ์ ” 5 นาที
3. สอนตามเนื้อหา 30 นาที
 - 3.1 ผู้กำกับเปิดสื่อการเรียนการสอนเรื่องการปฐมพยาบาลลูกเขมือเกี่ยวกับการบาดเจ็บกระดูกหัก (Fractures) พร้อมทั้งบรรยายวิธีการสังเกตอาการเบื้องต้น
 - 3.2 ผู้กำกับและลูกเสือช่วยกันบอกสิ่งที่ควรสังเกต และวิธีการช่วยเหลือผู้ป่วย
 - 3.3 ผู้กำกับให้ลูกเสือทำกิจกรรมจำลองสถานการณ์ผู้ป่วยที่มีการบาดเจ็บกระดูกหัก (Fractures) และฝึกการปฏิบัติวิธีการปฐมพยาบาลเบื้องต้น
 - 3.4 ผู้กำกับและลูกเสือร่วมกันสรุปกิจกรรมที่ได้เรียนรู้และฝึกปฏิบัติในคาบเรียนนี้
4. เล่าเรื่องสั้นที่เป็นคติ 5 นาที
5. พิธีปิด (นัดหมาย ตรวจเครื่องแต่งกาย ธงลง เลิก) 10 นาที

สื่อการเรียนการสอน สื่อ Video คลิปการเรียนการสอนเรื่อง การปฐมพยาบาลลูกเขมือเกี่ยวกับการบาดเจ็บกระดูกหัก (Fractures)

การวัดผลและประเมินผล

1. การสังเกต ความตั้งใจขณะฟังบรรยายวิธีการปฐมพยาบาลลูกเขมือ
2. การทดสอบ ปฏิบัติจำลองสถานการณ์ปฐมพยาบาลช่วยเหลือผู้ป่วยที่มีกระดูกหัก

บันทึกหลังการสอน.....

ข้อเสนอแนะของผู้บริหารสถานศึกษา.....

ใบความรู้

กระดูกหัก (Bone Fracture) คือภาวะที่กระดูกได้รับแรงกระแทกมากเกินไป ส่งผลให้กระดูกไม่สามารถรองรับน้ำหนักจากแรงดังกล่าวได้ และเกิดหัก ก่อให้เกิดอาการปวด เสื่อมสมรรถภาพในการทำงาน รวมทั้งมีเลือดออกและได้รับบาดเจ็บบริเวณรอบกระดูกที่ได้รับแรงกระแทก โดยทั่วไปแล้ว กระดูกจัดเป็นเนื้อเยื่อเกี่ยวพันชนิดหนึ่ง ประกอบด้วย แคลเซียมและเซลล์กระดูก ตรงกลางกระดูกจะอ่อนกว่า เรียกว่าไขกระดูก ซึ่งทำหน้าที่ผลิตเซลล์เม็ดเลือดแดง กระดูกแต่ละส่วนจะประกอบกันเป็นโครงสร้างกระดูกที่รองรับร่างกาย ช่วยในการเคลื่อนไหว และปกป้อง อวัยวะภายในของร่างกาย หากร่างกายได้รับแรงกระแทกอย่างรุนแรง จะส่งผลให้กระดูกแตกหรือหักได้ ซึ่งหากการปฏิบัติการช่วยชีวิตผู้ป่วยอย่างถูกวิธี และยังสามารถช่วยให้ผู้ป่วยปลอดภัยและกลับมาใช้ชีวิตอีกครั้งได้ เพราะฉะนั้นต้องได้รับการฝึกปฏิบัติที่ถูกต้องและเกิดความชำนาญ เพื่อประสิทธิภาพในการช่วยชีวิตที่ดี

สิ่งที่ควรสังเกตและจดจำ

- แขน ขาผิดรูป บวม มีรอยฟกช้ำบริเวณที่ได้รับบาดเจ็บ
- ปวดและเคลื่อนไหวลำบากบริเวณที่บาดเจ็บ
- งอ บิด หรือสั้นกว่าปกติ
- มีกระดูกโผล่ออกมาจากเนื้อ

การปฐมพยาบาลกระดูกหัก

1. ประคองบริเวณที่หัก ช่วยผู้ป่วยประคองข้อด้านบนและด้านล่างบริเวณที่หัก ให้อยู่ใน ท่าที่สบายที่สุด



2. ใช้ผ้าห่อป้องกันบริเวณที่หัก ใช้ผ้าเช็ดตัวหรือผ้าปูโต๊ะ ห่อบริเวณที่หักและพองให้อยู่ ในท่าที่สบาย



ข้อควรระวัง

1. อย่าพยายามขยับส่วนที่หักโดยไม่จำเป็น อาจทำให้ได้รับบาดเจ็บเพิ่มขึ้นได้
2. ถ้าเป็นแผลเปิดให้ปิดแผลด้วยผ้าสะอาดไม่มีขุยและพันให้เรียบร้อย



3. พองส่วนที่บาดเจ็บไว้ ในกรณีที่ต้องการช่วยเหลือมาถึงลำช้า ถ้าแขนหักให้หาอุปกรณ์มาคล้องแขนไว้ ถ้าขาหักให้หาไม้มาแล้วใช้ผ้าพันไม้ก่อนนำมาตามขา

4. ถ้าผู้ป่วยแขนหักและไม่มีอาการช็อก สามารถ นำผู้ป่วยส่งโรงพยาบาลด้วยรถยนต์ แต่ถ้าขาหักควร นำส่งด้วยรถพยาบาลโดยการโทรแจ้ง 1669 แล้วคอยดูแลอาการช็อก ฝ่าติดตามอาการ และบันทึกการหายใจ ชีพจร และระดับการ ตอบสนองของผู้ป่วย

แผนกิจกรรมกิจกรรมลูกเสือ เนตรนารี หรือผู้บำเพ็ญประโยชน์ ลำดับที่ 17

แผนการจัดกิจกรรมลูกเสือสามัญรุ่นใหญ่

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

แผนการจัดที่ 17 เรื่อง กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉินภาวะแผลไหม้ (Burn) จำนวน 1 ชั่วโมง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้และเข้าใจในการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน
2. เพื่อให้ผู้เรียนสร้างศักยภาพตนเองให้สามารถช่วยชีวิตผู้ที่ตกอยู่ในสถานการณ์ฉุกเฉินด้านสุขภาพให้รอดปลอดภัย

เนื้อหา

1. สิ่งที่ต้องสังเกตและจดจำเกี่ยวกับภาวะแผลไหม้
2. การปฐมพยาบาลฉุกเฉินภาวะแผลไหม้ (Burn)

กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

1. พิธีเปิด (ธงขึ้น สวดมนต์ สงบนิ่ง ตรวจ แยก) 10 นาที
2. เพลง “ สวัสดิ์ดี ” 5 นาที
3. สอนตามเนื้อหา 30 นาที
 - 3.1 ผู้กำกับเปิดสื่อการเรียนการสอนเรื่องการปฐมพยาบาลฉุกเฉินเกี่ยวกับภาวะแผลไหม้ (Burn) พร้อมทั้งบรรยายวิธีการสังเกตอาการเบื้องต้น
 - 3.2 ผู้กำกับและลูกเสือช่วยกันบอกสิ่งที่ควรสังเกต และวิธีการช่วยเหลือผู้ป่วย
 - 3.3 ผู้กำกับให้ลูกเสือทำกิจกรรมจำลองสถานการณ์ผู้ป่วยที่มีภาวะแผลไหม้ (Burn) และฝึกการปฏิบัติวิธีการปฐมพยาบาลเบื้องต้น
 - 3.4 ผู้กำกับและลูกเสือร่วมกันสรุปกิจกรรมที่ได้เรียนรู้และฝึกปฏิบัติในคาบเรียนนี้
4. เล่าเรื่องสั้นที่เป็นคติ 5 นาที
5. พิธีปิด (นัดหมาย ตรวจเครื่องแต่งกาย ธงลง เลิก) 10 นาที

สื่อการเรียนการสอน สื่อ Video คลิปการเรียนการสอนเรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉินเกี่ยวกับภาวะแผลไหม้ (Burn)

การวัดผลและประเมินผล

1. การสังเกต ความตั้งใจขณะฟังบรรยายวิธีการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน
2. การทดสอบ ปฏิบัติจำลองสถานการณ์ปฐมพยาบาลช่วยเหลือผู้ป่วยที่มีภาวะแผลไหม้

บันทึกหลังการสอน.....

ข้อเสนอแนะของผู้บริหารสถานศึกษา.....

ใบความรู้

การบาดเจ็บจากแผล Burns สามารถเกิดขึ้นได้จากอุบัติเหตุหลายสาเหตุ ทั้งจากความเย็น ความร้อน ของเหลวร้อน ไฟฟ้าช็อต สารเคมี หรือแม้แต่สารกัมมันตภาพรังสี การช่วยเหลือเบื้องต้นก่อนถึงโรงพยาบาล อย่างถูกต้อง และมีประสิทธิภาพ ณ จุดเกิดเหตุ จึงจะสามารถลดความรุนแรง และอันตรายที่เกิดกับผู้บาดเจ็บ ได้ ซึ่งเมื่ออุบัติเหตุเกิดแล้ว ซึ่งหากการปฏิบัติการช่วยชีวิตผู้ป่วยอย่างถูกวิธี และยังสามารถช่วยให้ผู้ป่วย ปลอดภัยและกลับมามีชีวิตอีกครั้งได้ เพราะฉะนั้นต้องได้รับการฝึกปฏิบัติที่ถูกต้องและเกิดความชำนาญเพื่อ ประสิทธิภาพในการช่วยชีวิตที่ดี

สิ่งที่ควรสังเกตและจดจำ

1. **ใช้น้ำราดบริเวณแผลไหม้ทันที** ด้วยน้ำเย็นหรือเย็นจัดเป็นเวลาอย่างน้อย 10 นาทีหรือ จนกว่า อาการปวดจะหายไป จัดให้ผู้ป่วย อยู่ในท่าที่สบายโดยจัดให้ผู้ป่วยนั่ง หรือนอน และป้องกันบริเวณที่บาดเจ็บ สัมผัสกับพื้นดิน

2. **โทรแจ้ง 1669** แจ้งการบาดเจ็บและอธิบายถึงสาเหตุว่าเกิดจากอะไร และขนาดของ บาดแผล โดยประมาณ

3. **ถอดสิ่งต่าง ๆ ที่รัดตรึงออก ในขณะที่ให้ความเย็นบริเวณแผลไหม้** ให้ถอดเสื้อผ้า หรือ เครื่องประดับออกจากบริเวณนั้นก่อนที่มัน จะบวม แต่ห้ามดึงสิ่งที่ติดแน่นอยู่กับแผลออก

4. **ปิดแผล** เมื่อให้ความเย็นเสร็จแล้วให้ปิดแผล ด้วยพลาสติกห่อของให้รอบบริเวณบาดแผลไหม้ อีก วิธีหนึ่งคือใช้ผ้าสะอาดที่ไม่เป็นขุยปิดแผล ติดตามอาการและสัญญาณชีพของผู้ป่วย ในขณะที่รอรถพยาบาล

ข้อควรระวัง

1. ห้ามใช้ขี้ผึ้ง โลชั่น น้ำมัน ทาแผลไหม้ ให้ใช้ยาสำหรับแผลไหม้เท่านั้น
2. ห้ามใช้พลาสติกหรือเหนียวติดแผล
3. ห้ามสัมผัสบริเวณแผลไหม้
4. ถ้ามีอาการรุนแรง ให้รักษาอาการช็อก
5. ถ้าแผลไหม้ที่ใบหน้า ไม่ต้องใช้ผ้าปิดแผล ให้ใช้น้ำเย็นราดไว้จนกว่ารถพยาบาลจะมาถึง
6. ถ้าแผลไหม้เกิดจากสารเคมี ให้ใส่ถุงมือป้องกันตนเองแล้วราดด้วยน้ำนานอย่างน้อย 20 นาที
7. ให้มองหาอาการแสดงของการสำลักควันไฟ เช่น หายใจลำบาก

แผนกิจกรรมกิจกรรมลูกเสือ เนตรนารี หรือผู้บำเพ็ญประโยชน์ ลำดับที่ 18

แผนการจัดกิจกรรมลูกเสือสามัญรุ่นใหญ่

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

แผนการจัดที่ 18 เรื่อง กิจกรรมการปฐมพยาบาลลูกฉุกเฉิน ภาวะชัก (Convulsion) จำนวน 1 ชั่วโมง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้และเข้าใจในการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน
2. เพื่อให้ผู้เรียนสร้างศักยภาพตนเองให้สามารถช่วยชีวิตผู้ที่ตกอยู่ในสถานการณ์ฉุกเฉินด้านสุขภาพให้รอดปลอดภัย

เนื้อหา

1. สิ่งที่ต้องสังเกตและจดจำเกี่ยวกับ ภาวะชัก (Convulsion)
2. การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะชัก (Convulsion)

กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

- | | |
|---|---------|
| 1. พิธีเปิด (ธงขึ้น สวดมนต์ สงบนิ่ง ตรวจ แยก) | 10 นาที |
| 2. เพลง “ เมาคลีล่าสัตว์ “ | 5 นาที |
| 3. สอนตามเนื้อหา | 30 นาที |
| <ol style="list-style-type: none"> 3.1 ผู้กำกับเปิดสื่อการเรียนการสอนเรื่องการปฐมพยาบาลฉุกเฉินเกี่ยวกับภาวะชัก (Convulsion) พร้อมทั้งบรรยายวิธีการสังเกตอาการเบื้องต้น 3.2 ผู้กำกับและลูกเสือช่วยกันบอกสิ่งที่ควรสังเกต และวิธีการช่วยเหลือผู้ป่วย 3.3 ผู้กำกับให้ลูกเสือทำกิจกรรมจำลองสถานการณ์ผู้ป่วยที่มีภาวะชัก (Convulsion) และฝึกการปฏิบัติวิธีการปฐมพยาบาลเบื้องต้น 3.4 ผู้กำกับและลูกเสือร่วมกันสรุปกิจกรรมที่ได้เรียนรู้และฝึกปฏิบัติในคาบเรียนนี้ | |
| 4. เล่าเรื่องสั้นที่เป็นคติ | 5 นาที |
| 5. พิธีปิด (นัดหมาย ตรวจเครื่องแต่งกาย ธงลง เลิก) | 10 นาที |

สื่อการเรียนการสอน สื่อ Video คลิปการเรียนการสอนเรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉินเกี่ยวกับภาวะชัก (Convulsion)

การวัดผลและประเมินผล

1. การสังเกต ความตั้งใจขณะฟังบรรยายวิธีการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน
2. การทดสอบ ปฏิบัติจำลองสถานการณ์ปฐมพยาบาลช่วยเหลือผู้ป่วยที่มีภาวะชัก

บันทึกหลังการสอน.....

ข้อเสนอแนะของผู้บริหารสถานศึกษา.....

ใบความรู้

ภาวะช็อก คือ ความผิดปกติของการทำหน้าที่ของสมองโดยที่มีการปลดปล่อยกระแสประสาท ซึ่งเป็นกระแสไฟฟ้าจากเซลล์ประสาทสมองจำนวนมากกว่าปกติมาก ซึ่งอาจก่อให้เกิดอาการ ผิดปกติให้เห็น ได้แก่ อาการกระตุกเฉพาะส่วนของร่างกายหรือทุกส่วน อาจมีพฤติกรรมเปลี่ยน ชั่วขณะ อาจมีอาการเหม่อ เป็นต้น

สิ่งที่ควรสังเกตและจดจำ



- หหมดสติทันทีทันใด
- หลังโค้งเกร็ง
- อาจจะหายใจมีเสียงดังแล้วเริ่มหายใจ ลำบาก ริมฝีปากเขียวคล้ำ
- เริ่มชักกระตุก
- อาจมีน้ำลาย หรือน้ำลายปนเลือด (กัดริมฝีปาก หรือลิ้นตนเอง)
- ปัสสาวะราด
- กล้ามเนื้อเริ่มคลายตัวและกลับมาหายใจเป็นปกติอีกครั้ง
- หลังชักอาจมีอาการมึนงงและจดจำอะไรไม่ได้
- ผู้ป่วยบางคนอาจจะหลับลึก

การปฐมพยาบาลผู้ป่วยชัก

1. ปกป้องผู้ป่วย จับให้ผู้ป่วยนอนลง บอกให้อยู่นิ่ง ๆ และให้กำลังใจ เปิดทางเดินหายใจ และป้องกันการบาดเจ็บจากการกระแทกกับวัตถุ จัดพื้นที่ให้โล่ง จุดเวลาที่ชัก
2. ป้องกันศีรษะ และคลายเสื้อผ้าให้หลวม ถ้าเป็นไปได้ให้หาเบาะ หรือของนุ่ม ๆ มารองศีรษะหาของนุ่ม ๆ มากันไว้รอบ ๆ เพื่อป้องกัน การบาดเจ็บ
3. จัดให้ผู้ป่วยอยู่ในท่าพักฟื้น ทันทที่ผู้ป่วย หยุดชักผู้ป่วยอาจจะหลับลึก ให้เปิดทาง เดินหายใจ และตรวจการหายใจ ถ้าผู้ป่วย หายใจได้ดีให้จัดอยู่ในท่าพักฟื้น
4. โทรแจ้ง 1669 เพื่อขอความช่วยเหลือให้กำลังใจกับครอบครัวของผู้ป่วยหรือผู้ดูแล ติดตามอาการและบันทึกสัญญาณชีพ การหายใจ ชีพจร ระดับการตอบสนอง และ วัตถุประสงค์ ในขณะ ที่รอรถพยาบาล

ข้อควรระวัง

1. ห้ามผูกมัดผู้ป่วย
2. ห้ามยัดสิ่งของใด ๆ เข้าไปในปากขณะผู้ป่วยชัก
3. โทรแจ้ง 1669 ถ้าผู้ป่วยมีอาการดังต่อไปนี้ มีการชักซ้ำ, อาการชักรุนแรงเกิน 5 นาที เป็นการชักครั้งแรกในชีวิตของผู้ป่วย, หหมดสตินานกว่า 10 นาที, หลังจากหยุดชักแล้ว มีการได้รับบาดเจ็บหลงเหลืออยู่

แผนกิจกรรมกิจกรรมลูกเสือ เนตรนารี หรือผู้บำเพ็ญประโยชน์ ลำดับที่ 19

แผนการจัดกิจกรรมลูกเสือสามัญรุ่นใหญ่

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

แผนการจัดที่ 19 เรื่อง กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน

จำนวน 1 ชั่วโมง

ภาวะช็อก (Psychological Trauma)

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้และเข้าใจในการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน
2. เพื่อให้ผู้เรียนสร้างศักยภาพตนเองให้สามารถช่วยชีวิตผู้ที่ตกอยู่ในสถานการณ์ฉุกเฉินด้านสุขภาพให้รอดปลอดภัย

เนื้อหา

1. สิ่ง que ควรสังเกตและจดจำเกี่ยวกับ ภาวะช็อก (Psychological Trauma)
2. การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน ภาวะช็อก (Psychological Trauma)

กิจกรรมการเรียนการสอน

1. พิธีเปิด (ธงขึ้น สวดมนต์ สงบนิ่ง ตรวจ แยก) 10 นาที
2. เพลง “ เมาคลีล่าสัตว์ “ 5 นาที
3. สอนตามเนื้อหา 30 นาที
 - 3.1 ผู้กำกับเปิดสื่อการเรียนการสอนเรื่องการปฐมพยาบาลฉุกเฉินเกี่ยวกับภาวะช็อก (Psychological Trauma) พร้อมทั้งบรรยายวิธีการสังเกตอาการเบื้องต้น
 - 3.2 ผู้กำกับและลูกเสือช่วยกันบอกสิ่งที่ควรสังเกต และวิธีการช่วยเหลือผู้ป่วย
 - 3.3 ผู้กำกับให้ลูกเสือทำกิจกรรมจำลองสถานการณ์ผู้ป่วยที่มีภาวะช็อก (Psychological Trauma) และฝึกการปฏิบัติวิธีการปฐมพยาบาลเบื้องต้น
 - 3.4 ผู้กำกับและลูกเสือร่วมกันสรุปกิจกรรมที่ได้เรียนรู้และฝึกปฏิบัติในคาบเรียนนี้
4. เล่าเรื่องสั้นที่เป็นคติ 5 นาที
5. พิธีปิด (นัดหมาย ตรวจเครื่องแต่งกาย ธงลง เลิก) 10 นาที

สื่อการเรียนการสอน สื่อ Video คลิปการเรียนการสอนเรื่องการปฐมพยาบาลฉุกเฉินเกี่ยวกับภาวะช็อก (Psychological Trauma)

การวัดผลและประเมินผล

1. การสังเกต ความตั้งใจขณะฟังบรรยายวิธีการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน
2. การทดสอบ ปฏิบัติจำลองสถานการณ์ปฐมพยาบาลช่วยเหลือผู้ป่วยที่มีภาวะช็อก

บันทึกหลังการสอน.....

ข้อเสนอแนะของผู้บริหารสถานศึกษา.....

ใบความรู้

ภาวะซ็อกคือภาวะจิตใจได้รับความกระทบกระเทือนอย่างรุนแรง เช่น พบเห็นบุคคลอันเป็นที่รัก เสียชีวิตอย่างฉับพลัน อยู่ในเหตุการณ์ความรุนแรง มีความรู้สึกชีวิตตกอยู่ในอันตราย จนส่งผลให้ เกิดภาวะ สะเทือนขวัญจนไม่สามารถควบคุมอารมณ์ ความคิด และพฤติกรรมได้ อาจพบอาการ แสดงออกทางร่างกาย เช่น ซ็อก นิ่งเงียบ ตัวสั่น การแสดงอารมณ์เศร้าโศกหรืออาการโกรธเกรี้ยว รุนแรง หากผู้ที่อยู่ในภาวะสะเทือน ขวัญถูกละเลย ไม่ได้รับการปฐมพยาบาลทางใจอย่างถูกต้อง และทันท่วงที่จะส่งผลต่อสุขภาพจิตในระยะยาว

การปฐมพยาบาลทางใจ เป็นการช่วยเหลือด้านจิตใจโดยยึดหลัก 3L ได้แก่

มองเห็น (Look) รับฟัง (Listen) ส่งต่อ (Link) การปฐมพยาบาลผู้ป่วยซ็อก

- 1) **มองเห็น (Look)** เห็นว่าใครคือผู้ที่อยู่ในภาวะ สะเทือนขวัญ ให้รีบแยกบุคคลออกจากเหตุการณ์ นั้นเพื่อช่วยเหลือต่ออย่างรวดเร็ว
- 2) **รับฟัง (Listen)** รับฟังอย่างตั้งใจไม่ด่วนตัดสิน ไม่แทรกแซง อยู่ใกล้ให้รู้สึกถึงความเป็นเพื่อนเข้าใจถึง อาการแสดงของอารมณ์รุนแรงในขณะนั้น ช่วยประคับประคองให้อารมณ์ ผ่อนคลายและร่างกาย ได้รับความสบาย รับฟัง ให้รู้ถึงสิ่งที่คุกคามทางจิตใจและสัญญาณการขอความช่วยเหลือ
- 3) **ส่งต่อ (Link)** ส่งต่อเพื่อรับความช่วยเหลือที่ ต้องการ เช่น ติดต่อญาติเพื่อมารับการดูแลต่อการให้ ข้อมูล การส่งผู้ป่วยออกจากพื้นที่คุกคาม ยังพื้นที่ปลอดภัย การได้รับยาลดความเครียดจากแพทย์ เป็นต้น

แผนกิจกรรมกิจกรรมลูกเสือ เนตรนารี หรือผู้บำเพ็ญประโยชน์ ลำดับที่ 20

แผนการจัดกิจกรรมลูกเสือสามัญรุ่นใหญ่

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

แผนการจัดที่ 20 เรื่อง กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉินการเคลื่อนย้ายผู้ป่วย
ผู้บาดเจ็บในภาวะฉุกเฉิน

จำนวน 1 ชั่วโมง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้และเข้าใจในการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน
2. เพื่อให้ผู้เรียนสร้างศักยภาพตนเองให้สามารถช่วยชีวิตผู้ที่ตกอยู่ในสถานการณ์ฉุกเฉินด้านสุขภาพให้รอดปลอดภัย

เนื้อหา

1. สิ่งที่ต้องสังเกตและจดจำเกี่ยวกับ การเคลื่อนย้ายผู้ป่วย ผู้บาดเจ็บในภาวะฉุกเฉิน
2. การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน การเคลื่อนย้ายผู้ป่วย ผู้บาดเจ็บในภาวะฉุกเฉิน

กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

1. พิธีเปิด (ธงขึ้น สวดมนต์ สงบนิ่ง ตรวจ แยก) 10 นาที
2. เพลง “ เมาศลิล่าสัตว์ “ 5 นาที
3. สอนตามเนื้อหา 30 นาที
 - 3.1 ผู้กำกับเปิดสื่อการเรียนการสอนเรื่องการปฐมพยาบาลฉุกเฉินเกี่ยวกับการเคลื่อนย้ายผู้ป่วย ผู้บาดเจ็บในภาวะฉุกเฉินพร้อมทั้งบรรยายวิธีการสังเกตอาการเบื้องต้น
 - 3.2 ผู้กำกับและลูกเสือช่วยกันบอกสิ่งที่ควรสังเกต และวิธีการช่วยเหลือผู้ป่วย
 - 3.3 ผู้กำกับให้ลูกเสือทำกิจกรรมจำลองสถานการณ์การเคลื่อนย้ายผู้ป่วย ผู้บาดเจ็บในภาวะฉุกเฉินและฝึกการปฏิบัติวิธีการปฐมพยาบาลเบื้องต้น
 - 3.4 ผู้กำกับและลูกเสือร่วมกันสรุปกิจกรรมที่ได้เรียนรู้และฝึกปฏิบัติในคาบเรียนนี้
4. เล่าเรื่องสั้นที่เป็นคติ 5 นาที
5. พิธีปิด (นัดหมาย ตรวจเครื่องแต่งกาย ธงลง เลิก) 10 นาที

สื่อการเรียนการสอน สื่อ Video คลิปการเรียนการสอนเรื่อง การปฐมพยาบาลฉุกเฉินเกี่ยวกับการเคลื่อนย้ายผู้ป่วย ผู้บาดเจ็บในภาวะฉุกเฉิน

การวัดผลและประเมินผล

1. การสังเกต ความตั้งใจขณะฟังบรรยายวิธีการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน
2. การทดสอบ ปฏิบัติจำลองสถานการณ์ปฐมพยาบาลช่วยเหลือเกี่ยวกับการเคลื่อนย้ายผู้ป่วย ผู้บาดเจ็บในภาวะฉุกเฉิน

บันทึกหลังการสอน.....

ข้อเสนอแนะของผู้บริหารสถานศึกษา.....

ใบความรู้

การเคลื่อนย้ายผู้ป่วย ผู้บาดเจ็บในภาวะฉุกเฉิน ในกรณีที่เกิดเหตุฉุกเฉิน สามารถทำการปฐมพยาบาล ณ จุดเกิดเหตุได้ไม่ควรเคลื่อนย้าย ผู้ป่วยโดยไม่มี ความจำเป็น เนื่องจากการเคลื่อนย้ายอาจทำให้ผู้ป่วยเกิดความเจ็บปวด หรือ มีอาการบาดเจ็บมากกว่าเดิม โดยเฉพาะผู้ป่วยที่มีอาการบาดเจ็บบริเวณศีรษะ คอ กระดูกสันหลัง ควรรอให้เจ้าหน้าที่ทางการแพทย์ที่มีความเชี่ยวชาญพร้อมอุปกรณ์ที่ปลอดภัยทำการเคลื่อนย้าย ผู้ป่วยเพื่อส่งรักษาต่อ การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยจะพิจารณากระทำในกรณีที่จำเป็นเร่งด่วน

สถานการณ์ไม่ปลอดภัย หรือกำลังจะไม่ปลอดภัย ตัวอย่างเช่น ไฟไหม้ เสี่ยงต่อ

การระเบิด อันตรายจากสารเคมีรั่วไหล หรือตึกถล่ม เป็นต้น จำเป็นต้องเคลื่อนย้ายเพื่อเข้าไปให้ความช่วยเหลือผู้บาดเจ็บคนอื่นที่มีอาการหนักกว่า เพื่อสามารถให้การรักษาได้อย่างเหมาะสม ตัวอย่างเช่น ผู้ที่หมดสติล้มลงบนบันไดและจำเป็นต้องทำ CPR ซึ่งจำเป็นต้องปฏิบัติตามพื้นผิวนราบ

ความปลอดภัยของเจ้าหน้าที่ช่วยชีวิต เป็นสิ่งที่มีความสำคัญอย่างมาก อย่างไรก็ตาม ถ้าเคลื่อนย้ายออกไปจากบริเวณที่เกิดเหตุแล้วจะทำให้เกิดความปลอดภัยกับเจ้าหน้าที่ ช่วยชีวิต ควรพยายามเคลื่อนย้ายไปยังบริเวณที่ปลอดภัยจะดีกว่า

ก่อนการเคลื่อนย้าย ผู้ช่วยเหลือควรประเมิน ดังต่อไปนี้

- สภาพผู้ป่วย ให้แน่ใจว่าผู้เจ็บป่วยไม่มีการบาดเจ็บของอวัยวะสำคัญ ศีรษะ ด้านหลังกระดูกสันหลัง
- ความสูงและน้ำหนักของผู้ป่วย
- ความแข็งแรงของผู้ช่วยเหลือ
- อุปสรรค เช่น บันได ช่องทางผ่านแคบ
- ระยะทางในการเคลื่อนย้าย
- คนอื่น ๆ ที่สามารถให้ความช่วยเหลือได้
- การช่วยเหลือและการส่งต่อผู้ป่วย

การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยที่ปลอดภัยโดยที่ไม่ส่งผลให้ผู้ช่วยเหลือได้รับบาดเจ็บ ผู้ช่วยเหลือ ควรปฏิบัติ ดังนี้

- เวลาที่ล้มตัวลง ให้ใช้ขา
- ไม่ใช่หลัง
- ให้อยู่ต่ำและสะโพก และหลีกเลี่ยงการบิดลำตัว
- ให้เดินไปข้างหน้า เมื่อสามารถทำได้ ก้าวสั้นๆ และมองบริเวณที่กำลังจะเดินไป
- หลีกเลี่ยงการบิด หรือองตัวของผู้ที่ได้รับบาดเจ็บที่ศีรษะ คอ และหลัง
- ห้ามเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บที่ตัวใหญ่ที่เราไม่สามารถลากได้อย่างสบาย

การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยในภาวะฉุกเฉินมีหลายวิธีในหนังสือเล่มนี้จะเสนอวิธีการเคลื่อนย้าย ผู้ป่วยที่ไม่บาดเจ็บบริเวณศีรษะ คอ หลัง ออกจากบริเวณที่ไม่ปลอดภัยที่ปฏิบัติบ่อย ง่าย และก่อให้เกิดอันตรายแก่ผู้ป่วยและผู้ช่วยเหลือน้อยที่สุด ได้แก่

การลากเสื้อ (Clothes Drag) เป็นการลากเสื้อของผู้ป่วยที่ได้รับบาดเจ็บที่ไม่สามารถขยับตัวได้ในพื้นราบ ปฏิบัติดังนี้

1. ผู้ช่วยเหลือยืนอยู่เหนือศีรษะของผู้ป่วย จับที่เสื้อของผู้ป่วยที่บริเวณด้านหลัง
2. ดึงโดยใช้เสื้อของผู้ป่วยและแขนของผู้ช่วยเหลือออกมาทำเป็นเปลรองศีรษะของผู้ป่วย (ตามรูป)



การลากผ้าห่ม (Blanket Drag) ใช้ในการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยที่ไม่รู้สึกตัวในสถานการณ์ฉุกเฉิน และเมื่อมีข้อจำกัดเกี่ยวกับอุปกรณ์ ปฏิบัติดังนี้

1. จัดให้ผู้ป่วยอยู่ระหว่างผู้ช่วยเหลือและผ้าห่ม
2. พับผ้าห่มเข้ามาครึ่งแล้วนำมาไว้ชิดกับด้านข้างตัวของผู้ป่วย
3. พลิกผู้ป่วยเข้ามาหาตัวของผู้ช่วยเหลือ
4. คลี่ผ้าห่มที่พับไว้ออก ดังนั้นผ้าห่มจะอยู่ที่ใต้ลำตัวของผู้ป่วย
5. พลิกผู้ป่วยกลับไปให้นอนบนผ้าห่ม
6. รวบผ้าห่มที่อยู่เหนือศีรษะแล้วลากผู้ป่วย (ตามรูป)



การยกและเคลื่อนย้ายโดยผู้ช่วยเหลือ 3 คน ใช้ในการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยที่ไม่สามารถขยับตัวได้หรือหมดสติ ปฏิบัติดังนี้

1. ผู้ช่วยเหลือทั้ง 3 คนนั่งท่าชันเข่าเดียวกัน เรียงแถวกันที่ด้านใดด้านหนึ่งของผู้ป่วย
2. ให้ผู้ช่วยเหลือคนใดคนหนึ่งทำหน้าที่หัวหน้าทีม สั่งการและให้จังหวะแก่สมาชิกในทีมเพื่อความพร้อมเพรียงในการยก
3. ผู้ช่วยเหลือทั้ง 3 คนวางมือบนลำตัวผู้ป่วยโดยตำแหน่ง ดังนี้
 - ผู้ช่วยคนที่ 1 วางมือตำแหน่งหน้าอกหรือลำตัวช่วงบน
 - ผู้ช่วยคนที่ 2 วางมือตำแหน่งสะโพกและต้นขาด้านบน
 - ผู้ช่วยคนที่ 3 วางมือตำแหน่งต้นขาด้านล่างและส่วนปลายขา
4. ผู้ช่วยเหลือทั้ง 3 คนสอดมือเข้าใต้ลำตัวของผู้ป่วยตรงตามตำแหน่งที่วางมือไว้
5. หัวหน้าทีมสั่งการให้จังหวะให้แก่สมาชิกในทีม ยกผู้ป่วยขึ้นพร้อมกันวางบนเข่า



แผนกิจกรรมกิจกรรมลูกเสือ เนตรนารี หรือผู้บำเพ็ญประโยชน์ ลำดับที่ 21

แผนการจัดกิจกรรมลูกเสือสามัญรุ่นใหญ่

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

แผนการจัดที่ 21 เรื่อง กิจกรรมการปฐมพยาบาลฉุกเฉินงูพิษกัด

จำนวน 1 ชั่วโมง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้และเข้าใจในการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน
2. เพื่อให้ผู้เรียนสร้างศักยภาพตนเองให้สามารถช่วยชีวิตผู้ที่ตกอยู่ในสถานการณ์ฉุกเฉินด้านสุขภาพให้รอดปลอดภัย

เนื้อหา

1. สิ่งที่ต้องสังเกตและจดจำเกี่ยวกับ งูพิษกัด
2. การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน งูพิษกัด

กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

1. พิธีเปิด (ธงขึ้น สวดมนต์ สงบนิ่ง ตรวจ แยก) 10 นาที
2. เพลง “ เมาคลีล่าสัตว์ “ 5 นาที
3. สอนตามเนื้อหา 30 นาที
 - 3.1 ผู้กำกับเปิดสื่อการเรียนการสอนเรื่องการแยกชนิดงูพิษและการปฐมพยาบาลฉุกเฉินงูพิษกัด พร้อมทั้งบรรยายวิธีการสังเกตอาการเบื้องต้น
 - 3.2 ผู้กำกับและลูกเสือช่วยกันบอกสิ่งที่ควรสังเกต และวิธีการช่วยเหลือผู้ป่วย
 - 3.3 ผู้กำกับให้ลูกเสือทำกิจกรรมจำลองสถานการณ์การถูกงูพิษกัดและฝึกการปฏิบัติวิธีการปฐมพยาบาลเบื้องต้น
 - 3.4 ผู้กำกับและลูกเสือร่วมกันสรุปกิจกรรมที่ได้เรียนรู้และฝึกปฏิบัติในคาบเรียนนี้
4. เล่าเรื่องสั้นที่เป็นคติ 5 นาที
5. พิธีปิด (นัดหมาย ตรวจเครื่องแต่งกาย ธงลง เลิก) 10 นาที

สื่อการเรียนการสอน สื่อ Video คลิปการเรียนการสอนเรื่อง การแยกชนิดงูพิษและการปฐมพยาบาลฉุกเฉินงูพิษกัด

การวัดผลและประเมินผล

1. การสังเกต ความตั้งใจขณะฟังบรรยายวิธีการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน
2. การทดสอบ ปฏิบัติจำลองสถานการณ์ปฐมพยาบาลช่วยเหลือผู้ป่วยที่ถูกงูพิษกัด

บันทึกหลังการสอน.....

ข้อเสนอแนะของผู้บริหารสถานศึกษา.....

ใบความรู้

งูพิษอันตราย หมายถึง งูที่มีเขี้ยวพิษ ต่อน้ำพิษที่มีน้ำพิษรุนแรง ผลที่ถูกงูพิษกัดจะเห็นเป็นเขี้ยวพิษใหญ่ ๆ 2 จุด หากเป็นรอยเขี้ยวเล็ก ๆ จำนวนมากแสดงว่าเป็นงูไม่มีพิษ งูพิษ ในประเทศไทย และถ้าหากโดนงูที่มีพิษกัด อาจจะมีอันตรายถึงชีวิตได้ ซึ่งหากการปฏิบัติการช่วยชีวิตผู้ป่วยอย่างถูกวิธี และยังสามารถช่วยให้ผู้ป่วยปลอดภัยและกลับมาใช้ชีวิตอีกครั้งได้ เพราะฉะนั้นต้องได้รับการฝึกปฏิบัติที่ถูกต้องและเกิดความชำนาญ เพื่อประสิทธิภาพในการช่วยชีวิตที่ดี

งูพิษอันตราย หมายถึง งูที่มีเขี้ยวพิษ ต่อน้ำพิษที่มีน้ำพิษรุนแรง ผลที่ถูกงูพิษกัดจะเห็น เป็นเขี้ยวพิษใหญ่ ๆ 2 จุด หากเป็นรอยเขี้ยวเล็ก ๆ จำนวนมากแสดงว่าเป็นงูไม่มีพิษ งูพิษ ในประเทศไทย แบ่งออกเป็น 3 ประเภท ตามอำนาจทำลายของน้ำพิษต่อระบบของร่างกาย คือ



งูเห่า



งูจงอาง



งูทับสมิงคลา



งูสามเหลี่ยม

งูพิษต่อระบบประสาท

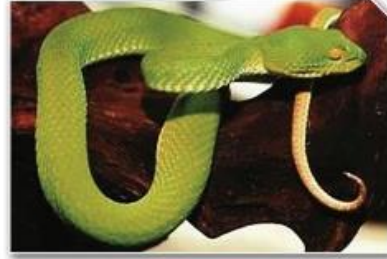
เมื่อถูกงูพิษประเภทนี้กัด พิษจะทำลายระบบประสาท ทำให้มีอาการหนังตาคก ลืมตา ไม่ขึ้น ขากรรไกรแข็ง พุดไม่ชัด กลืนน้ำลายไม่ได้ แน่นหน้าอก หายใจไม่สะดวก อ่อนเพลีย อัมพาตและเสียชีวิตจากการหายใจขัดข้อง งูประเภทนี้ ได้แก่ งูเห่า งูจงอาง งูสามเหลี่ยม และ งูทับสมิงคลา เป็นต้น

งูพิษต่อระบบเลือด

เมื่อถูกกัด จะมีอาการปวดบวมบริเวณที่ถูกกัดอย่างชัดเจน มีเลือดซึมตามรอยเขี้ยว เลือดออกใต้ผิวหนังเป็นช้ำ เลือดออกตามไรฟัน เลือดดำเก่าไหล อาเจียน และถ่ายอุจจาระ เป็นเลือด งูประเภทนี้ ได้แก่ งูกะปะ งูแมวเซา งูเขียวหางไหม้ เป็นต้น



งูแมวเซา



งูเขียวหางไหม้



งูกะปะ

งูพิษต่อระบบกล้ามเนื้อ

เมื่อถูกกัดจะมีอาการคล้ายงูพิษต่อระบบประสาทกัด เจ็บปวดกล้ามเนื้อ โดยเฉพาะที่สะโพกและไหล่ ไตวายเฉียบพลัน ซึ่งเป็นสาเหตุของการเสียชีวิต งูประเภทนี้ ได้แก่ งูทะเล



งูทะเล

ลักษณะบาดแผลจากงูมีพิษกัด



ลักษณะบาดแผลจากงูไม่มีพิษกัด



การปฐมพยาบาลเบื้องต้นเมื่อถูกงูกัด

1. หยุดการเคลื่อนไหวของร่างกาย สังเกตบาดแผลว่ามีรอยเขียวม่วงพิษหรือไม่
2. ล้างแผลด้วยน้ำสะอาด หรือน้ำเกลือทันที ใช้ผ้ามันยัดพันตั้งแต่บริเวณใต้รอยเขียวที่ถูกกัดขึ้นมาจนถึงข้อต่อของอวัยวะส่วนนั้นหรือสูงเหนือบาดแผลให้มากที่สุด



3. หาไม้กระดาน หรือวัสดุที่มีความแข็งแรงมาตามแล้วพันด้วยผ้ามันยัดทับอีกครั้ง เพื่อให้อวัยวะส่วนที่ถูกกัดเคลื่อนไหวได้น้อยที่สุด และจัดอวัยวะส่วนที่ถูกกัดให้อยู่ต่ำกว่าระดับหัวใจ
4. นำผู้บาดเจ็บส่งสถานพยาบาล หรือโรงพยาบาลที่อยู่ใกล้ โดยเร็วที่สุด เพื่อรับการรักษาด้วยเซรุ่มแก้พิษงู
5. ถ้าพิษเข้าตา ให้ล้างตาด้วยน้ำสะอาดมาก ๆ ห้ามขยี้ตา และรีบนำส่งโรงพยาบาล
6. อย่าตื่นเต้น หรือตกใจเพราะจะทำให้หัวใจสูบฉีดเลือดมากขึ้น พิษงูจะกระจายเร็วขึ้น
7. ห้ามรับประทานยาและเครื่องดื่มที่กระตุ้นหัวใจ



สิ่งที่ไม่ควรกระทำเมื่อถูกงูกัด

1. ไม่ควรใช้ไฟจี้ หรือมีดกรีดบาดแผล เพราะจะทำให้แพทย์วินิจฉัยผิดพลาด
2. ไม่ควรใช้ขันชะเนาะ เพราะอาจทำให้อวัยวะขาดเลือดได้
3. ไม่ควรใช้ปากดูดบาดแผล
4. ไม่ควรให้ผู้ป่วยดื่มสุรา
5. ไม่ควรใช้ยากระตุ้นหัวใจ มอร์ฟีน ยาระเหย หรือยาแก้แพ้ต่าง ๆ เพราะจะทำให้สับสนถึงอาการของพิษงูทางระบบประสาท

แผนกิจกรรมกิจกรรมลูกเสือ เนตรนารี หรือผู้บำเพ็ญประโยชน์ ลำดับที่ 22

แผนการจัดกิจกรรมลูกเสือสามัญรุ่นใหญ่

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

แผนการจัดที่ 22 เรื่อง กิจกรรมการปฐมพยาบาลลูกเสือแมลงหรือแมลงมีพิษกัด ต่อยจำนวน 1 ชั่วโมง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้และเข้าใจในการปฐมพยาบาลลูกเสือ
2. เพื่อให้ผู้เรียนสร้างศักยภาพตนเองให้สามารถช่วยชีวิตผู้ที่ตกอยู่ในสถานการณ์ฉุกเฉินด้านสุขภาพให้รอดปลอดภัย

เนื้อหา

1. สิ่งที่ต้องสังเกตและจดจำเกี่ยวกับ แมง หรือ แมลงมีพิษกัด ต่อย
2. การปฐมพยาบาลลูกเสือ แมง หรือ แมลงมีพิษกัด ต่อย

กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

1. พิธีเปิด (ธงขึ้น สวดมนต์ สงบนิ่ง ตรวจ แยก) 10 นาที
2. เพลง “ เมาคลีล่าสัตว์ “ 5 นาที
3. สอนตามเนื้อหา 30 นาที
 - 3.1 ผู้กำกับเปิดสื่อการเรียนการสอนเรื่องการแยกชนิดงูพิษและการปฐมพยาบาลลูกเสือแมง หรือ แมลงมีพิษกัดต่อยพร้อมทั้งบรรยายวิธีการสังเกตอาการเบื้องต้น
 - 3.2 ผู้กำกับและลูกเสือช่วยกันบอกสิ่งที่ควรสังเกต และวิธีการช่วยเหลือผู้ป่วย
 - 3.3 ผู้กำกับให้ลูกเสือทำกิจกรรมจำลองสถานการณ์การถูกแมง หรือ แมลงมีพิษกัด ต่อยและฝึกการปฏิบัติวิธีการปฐมพยาบาลเบื้องต้น
 - 3.4 ผู้กำกับและลูกเสือร่วมกันสรุปกิจกรรมที่ได้เรียนรู้และฝึกปฏิบัติในคาบเรียนนี้
4. เล่าเรื่องสั้นที่เป็นคติ 5 นาที
5. พิธีปิด (นัดหมาย ตรวจเครื่องแต่งกาย ธงลง เลิก) 10 นาที

สื่อการเรียนการสอน สื่อ Video คลิปการเรียนการสอนเรื่อง การแยกชนิดงูพิษและการปฐมพยาบาลลูกเสือแมง หรือ แมลงมีพิษกัด ต่อย

การวัดผลและประเมินผล

1. การสังเกต ความตั้งใจขณะฟังบรรยายวิธีการปฐมพยาบาลลูกเสือ
2. การทดสอบ ปฏิบัติจำลองสถานการณ์ปฐมพยาบาลช่วยเหลือผู้ป่วยที่ถูกแมง หรือ แมลงมีพิษกัดต่อย

บันทึกหลังการสอน.....

ข้อเสนอแนะของผู้บริหารสถานศึกษา.....

ใบความรู้

แมงหรือแมลงมีพิษหากถูกกัดหรือต่อยในรายที่รุนแรง จะมีอาการหน้าบวม ซ้ำอก หายใจลำบาก ไตวาย น้ำท่วมปอด ซึ่งหากการปฏิบัติการช่วยชีวิตผู้ป่วยอย่างถูกวิธี และยังสามารถช่วยให้ผู้ป่วยปลอดภัยและกลับมาใช้ชีวิตอีกครั้งได้ เพราะฉะนั้นต้องได้รับการฝึกปฏิบัติที่ถูกต้องและเกิดความชำนาญ เพื่อประสิทธิภาพในการช่วยชีวิตที่ดี



ผึ้ง ตัวต่อ แตน

ผึ้ง ตัวต่อ แตน กัดต่อย ในรายที่รุนแรง จะมีอาการหน้าบวม ซ้ำอก หายใจลำบาก ไตวาย น้ำท่วมปอด

การปฐมพยาบาล

1. ในกรณีเหล็กในติดอยู่แผล ต้องเอาเหล็กในออกก่อน โดยใช้หัวปากกาถูกลิ้นที่ถอดใส่ออกครอบจุดที่ถูกกัดต่อยแล้วกดให้เหล็กในโผล่ขึ้นมา แล้วจึงใช้แหนบดึงเหล็กในออก
2. ล้างบาดแผลด้วยน้ำสะอาดและสบู่ หรือทาแผลด้วยแอมโมเนีย
3. ประคบด้วยน้ำเย็น
4. ถ้าปวดมากให้รับประทานยาแก้ปวดได้
5. ถ้ามีอาการแพ้หนักมากให้รีบนำส่งโรงพยาบาล



แมงป่อง แมงมุม ตะขาบ

แมงป่อง แมงมุม ตะขาบ กัด จะมีอาการปวดบวม แดงร้อน ในรายที่รุนแรง อาจเกิด ภาวะไตวายได้

การปฐมพยาบาล

1. ล้างบาดแผลด้วยน้ำสะอาดและสบู่ หรือทาแผลด้วยแอมโมเนีย
2. ประคบด้วยน้ำเย็น
3. ถ้าปวดมากให้รับประทานยาแก้ปวดได้
4. ถ้ามีอาการมากให้รีบนำส่งโรงพยาบาล

แพลตฟอร์มที่ 6

กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน : กิจกรรมแนะแนว

แพลตฟอร์มที่ 6

กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน : กิจกรรมแนะแนว

คำอธิบายแพลตฟอร์ม

การจัดประสบการณ์การเรียนรู้ทางด้านองค์ความรู้ด้านการแพทย์ฉุกเฉินเข้าไปในกิจกรรมแนะแนว ซึ่งเป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมและพัฒนาความสามารถของผู้เรียนให้เหมาะสมตามความแตกต่างระหว่างบุคคล เสริมสร้างทักษะชีวิต และเรียนรู้ที่จะเผชิญกับสภาพความเป็นจริงและสิ่งแวดล้อมรอบ ๆ ตัวได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยกำหนดให้มีกิจกรรมแนะแนวด้านองค์ความรู้ด้านการแพทย์ฉุกเฉินและทักษะการปฏิบัติ ในการ CPR และ การใช้เครื่อง AED

ผลลัพธ์การเรียนรู้ของกลุ่มเป้าหมายของแพลตฟอร์มหลักสูตร

1. นักเรียนสามารถสรุปองค์ความรู้ด้านการแพทย์ฉุกเฉินเบื้องต้นได้
2. นักเรียนมีทักษะพื้นฐานในการ CPR และ การใช้เครื่อง AED

ระยะเวลา

จำนวน 2 ชั่วโมง

รายละเอียดกำหนดการกิจกรรม

ชั่วโมงที่ 1 สร้างความตระหนักรู้

สร้างความตระหนักถึงความจำเป็นสำคัญของการมีความรู้และทักษะที่สำคัญด้านการแพทย์ฉุกเฉิน และให้ความรู้และสร้างความเข้าใจเกี่ยวกับการแพทย์ฉุกเฉิน (ผ่านการ วิเคราะห์ข่าว สถิติ ข้อมูลต่าง ๆ)

ชั่วโมงที่ 2 ครู/วิทยากร ความสำคัญของการช่วยเหลือ/ทักษะทางการแพทย์ฉุกเฉินบรรยายหลักการพื้นฐานการ CPR และ การใช้เครื่อง AED นำเสนอคลิปวิดีโอเรื่องการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน พร้อมทั้งสาธิต ขั้นตอนต่าง ๆ เบื้องต้นตามลำดับ และนักเรียนฝึกปฏิบัติเบื้องต้น

การวัดและประเมินผล

1. แบบทดสอบความรู้ด้านการแพทย์ฉุกเฉิน
2. แบบประเมินทักษะการ CPR และ เครื่อง AED

แผนการจัดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน : กิจกรรมแนวแนว

ชั่วโมงที่ 1 สร้างความตระหนักรู้

ผลลัพธ์การเรียนรู้ของกลุ่มเป้าหมาย

1. นักเรียนเกิดความตระหนักถึงความสำคัญและจำเป็นของการมีความรู้และทักษะที่สำคัญด้านการแพทย์ฉุกเฉิน
2. นักเรียนสามารถสรุปองค์ความรู้พื้นฐานด้านการแพทย์ฉุกเฉินเบื้องต้นได้

กิจกรรมการเรียนรู้

1. สร้างความตระหนักถึงความจำเป็นสำคัญของการมีความรู้และทักษะที่สำคัญด้านการแพทย์ฉุกเฉินและให้ความรู้และสร้างความเข้าใจเกี่ยวกับการแพทย์ฉุกเฉิน (ผ่านการ วิเคราะห์ข่าว สถิติ ข้อมูลต่าง ๆ) (15 นาที)

- 1.1 ครูนำเสนอข่าว เหตุการณ์ สถิติ ข้อมูลทางการแพทย์ต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการแพทย์ฉุกเฉิน เช่น

1.1.1 <https://www.thairath.co.th/sport/eurofootball/2115722>



1.1.2 ยื้อชีวิต “คริสเตียน อีริคเซ่น” ภารกิจที่สำคัญกว่าฟุตบอล/
workpointTODAY จาก <https://www.youtube.com/watch?v=Pm56KzvVTf8>

1.2 ให้นักเรียนสะท้อนคิดถึงเหตุการณ์ ข้อมูลสถิติต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น

2. ครูให้นักเรียนศึกษาเอกสารและค้นคว้าเพิ่มเติม เกี่ยวกับการกู้ชีพพื้นฐาน พร้อมสรุปเป็น mapping ประกอบด้วย 3 ประเด็น (15 นาที)

ประเด็นที่ 1 การประเมินสถานการณ์ ณ จุดเกิดเหตุ (ใบความรู้ที่ 1)

ประเด็นที่ 2 การประเมินผู้ป่วย (ใบความรู้ที่ 2)

ประเด็นที่ 3 ห่วงโซ่ของการรอดชีวิต (ใบความรู้ที่ 3)

จับฉลากให้แต่ละกลุ่ม 1 ประเด็น นำเสนอกกลุ่ม 7 นาที

3. ให้ผู้เรียนร่วมกันสรุป สิ่งที่ได้เรียนรู้ (5 นาที)

การวัดและประเมินผล

1. แบบทดสอบความรู้ด้านการแพทย์ฉุกเฉิน

เอกสารประกอบชั่วโมงที่ 1

ใบความรู้ที่ 1

การประเมินสถานการณ์ ณ จุดเกิดเหตุ

ก่อนการเข้าไปให้การช่วยเหลือผู้ป่วย ผู้ช่วยเหลือต้องคำนึงถึงความปลอดภัยของตนเองและบุคคลที่อยู่ ณ จุดเกิดเหตุ โดยการประเมินสถานการณ์ ณ จุดเกิดเหตุว่ามีความปลอดภัยสำหรับตนเอง และทีมที่จะเข้าไปให้ความช่วยเหลือหรือไม่ หากสำรวจความปลอดภัยของสถานที่หรือจุดเกิดเหตุแล้ว พบว่าสถานการณ์ไม่ปลอดภัย เช่น มีไฟไหม้ ไฟฟ้ากำลังช็อต ตึกกำลังจะถล่มแผ่นดินไหว เป็นต้น ห้ามเข้าไปช่วยเหลือให้รีบร้องขอความช่วยเหลือทันที

ตามหลักการที่ถูกต้องในการช่วยชีวิต ผู้ช่วยเหลือควรปฏิบัติตามการช่วยชีวิตอย่างรวดเร็วที่สุดไม่ควรเคลื่อนย้ายผู้ป่วยจนกว่าจะแน่ใจว่าสามารถเคลื่อนย้ายได้อย่างปลอดภัย ยกเว้น ในกรณีที่ผู้ป่วยหรือผู้บาดเจ็บอยู่ในสถานที่หรือสถานการณ์ที่ไม่เหมาะสมต่อการปฐมพยาบาล และมีความเสี่ยงต่อการเกิดอันตรายต่อทั้งผู้ป่วยและผู้ช่วยเหลือ หากพบสถานการณ์เช่นนี้ ให้แจ้งขอความช่วยเหลือจากหน่วยงานที่มีขีดความสามารถสูงกว่าเข้ามาให้ความช่วยเหลือทันที หรือถ้ามีผู้ช่วยเหลือเพียงพอในการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัยให้รีบเคลื่อนย้ายผู้ป่วยออกจากจุดเกิดเหตุ (เช่นผู้ป่วยประสบอุบัติเหตุนอนหมดสติอยู่กลางถนนเวลากลางคืน เป็นต้น) ไปทำการช่วยฟื้นคืนชีพยังสถานที่ปลอดภัย

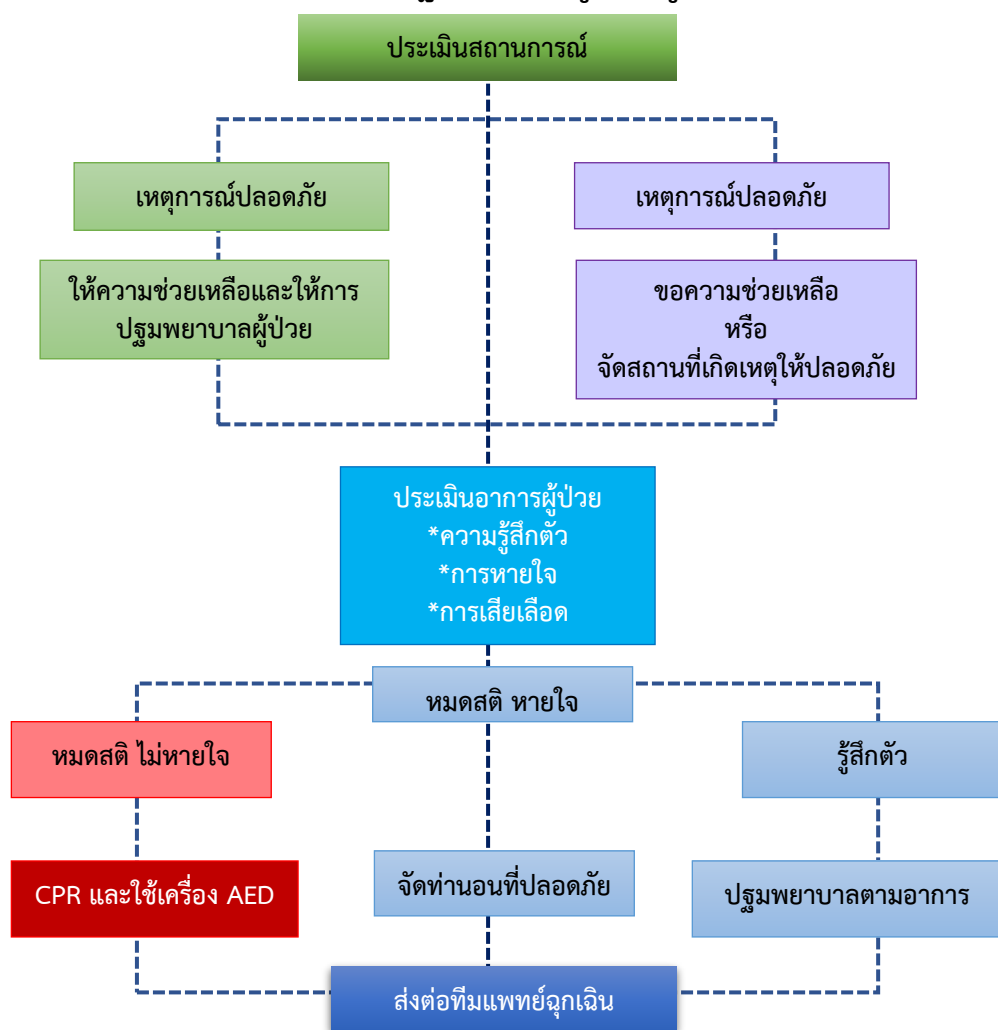
ใบความรู้ที่ 2 การประเมินผู้ป่วย

การประเมินผู้ป่วย คือ การตรวจประเมินอาการของผู้ป่วย เพื่อวางแผนให้การปฐมพยาบาลเบื้องต้น ต้องดำเนินการอย่างรวดเร็ว (ไม่ควรใช้เวลานานเกิน 1 นาที) มุ่งการประเมินภาวะคุกคามต่อชีวิต ได้แก่ ระบบหายใจ ระบบไหลเวียนเลือด กรณีที่ผู้ช่วยเหลือต้องทำการช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR) ผู้ป่วยต้องมีภาวะดังนี้คือ **หมดสติ หายใจหรือหายใจเอื้อง หัวใจหยุดเต้น**

กรณีที่ผู้ช่วยเหลือประเมินสภาพทั่วไปของผู้ป่วย พบภาวะที่ต้องให้การปฐมพยาบาลแต่ไม่ต้องช่วยฟื้นคืนชีพ ได้แก่

- ผู้ป่วยกระพริบตา พูด หรือไอ หน้าอกรู้สึกท้อกระเพื่อมขึ้นลง ชยับตัว แสดงว่า ผู้ป่วยรู้สึกตัวและหายใจ (ให้การปฐมพยาบาลตามอาการที่พบ)

แผนภาพการประเมินและปฐมพยาบาลผู้ป่วย ผู้บาดเจ็บ



ที่มา : คู่มือปฐมพยาบาลเบื้องต้น (น.11), โดย ศูนย์ฝึกอบรมปฐมพยาบาลและสุขภาพอนามัย สภากาชาดไทย (2559)

ใบความรู้ที่ 3 ห่วงโซ่ของการรอดชีวิต



การตอบสนองอย่างมีประสิทธิภาพต่อภาวะฉุกเฉินของหัวใจ มีความจำเป็นที่จะต้องเข้าใจความหมายของแต่ละห่วงโซ่ของการรอดชีวิต ดังนี้

ห่วงที่ 1. การจดจำอาการและการโทรแจ้งระบบการแพทย์ฉุกเฉิน 1669 ทันที

- ท่านต้องจดจำอาการของผู้ป่วยหัวใจหยุดเต้นให้ได้ว่ามีอาการ ไม่ตอบสนอง ไม่หายใจ หายใจผิดปกติ หรือหายใจเฮือก และไม่มีชีพจร (สำหรับบุคลากรทางการแพทย์)
- ทันทีที่ท่านจดจำอาการได้ว่าผู้ป่วยหัวใจหยุดเต้น ให้โทรแจ้งระบบการแพทย์ฉุกเฉิน 1669 หรือให้คนอื่นไปโทรแจ้ง ไม่นานหน่วยปฏิบัติการฉุกเฉินการแพทย์ก็จะมาถึงและรับผิดชอบต่อจากท่าน

ห่วงที่ 2. เริ่มทำการช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR) ทันที โดยเน้นที่การกดหน้าอก

- ถ้าผู้ป่วยหัวใจหยุดเต้น ให้เริ่มทำการกดหน้าอก (CPR) ทันทีโดยไม่รอช้า
- การเริ่มทำการช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR) ที่มีคุณภาพสูงหลังจากหัวใจหยุดเต้น สามารถเพิ่มโอกาสรอดของผู้ป่วยในห่วงโซ่ของการรอดชีวิตได้เป็นอย่างมาก
- ผู้ที่อยู่ในเหตุการณ์ที่ไม่ได้รับการฝึกการช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR) มาก่อนก็สามารถช่วย ท่านได้ อย่างน้อยที่สุดก็ช่วยกดหน้าอกได้
- การกดหน้าอกสามารถทำได้ ถึงแม้จะยังไม่ได้รับ การอบรมมา เพราะสามารถทำตามคำแนะนำจาก ศูนย์สั่งการ (1669) ทางโทรศัพท์ได้ การกดหน้าอกช่วยให้มีออกซิเจนไปเลี้ยงที่สมอง หัวใจ และอวัยวะที่สำคัญอื่น ๆ ซึ่งจะช่วยให้ผู้ป่วยมีชีวิตรอด จนกว่าจะมีการนำเครื่องเออีดีมาใช้หรือได้รับการดูแลจากหน่วยแพทย์ขั้นสูง

ห่วงที่ 3. ได้รับการช็อกไฟฟ้าหัวใจอย่างรวดเร็วด้วยเครื่องเออีดี

- การช็อกไฟฟ้าหัวใจอย่างรวดเร็วร่วมกับการกดหน้าอกคุณภาพสูง สามารถเพิ่มโอกาสรอดของผู้ป่วยได้สองถึงสามเท่า ให้หาเครื่องเออีดี มาให้เร็วที่สุดเท่าที่จะทำได้
- เครื่องเออีดี เป็นอุปกรณ์ที่มีน้ำหนักเบา เป็นเครื่องมือที่เคลื่อนย้ายได้ ซึ่งสามารถระบุ ลักษณะของจังหวะการเต้นของหัวใจที่อาจเสียชีวิต และส่งกระแสไฟฟ้าไปช็อกเพื่อหยุดการเต้นของหัวใจที่ผิดปกติ และทำให้หัวใจกลับมาเต้นเป็นปกติอีกครั้ง

- เครื่องเออีที เป็นเครื่องที่ใช้ง่ายและปลอดภัย ปัจจุบันอนุญาตให้บุคลากรทางการแพทย์และประชาชนทั่วไปก็สามารถใช้ได้

ห่วงที่ 4. การช่วยชีวิตขั้นสูงอย่างมีประสิทธิภาพ (รวมถึงการนำผู้ป่วยขึ้นเปลและนำส่งโรงพยาบาล)

- การช่วยชีวิตขั้นสูง (ALS) เป็นสะพานมาเชื่อมต่อการช่วยชีวิตขั้นพื้นฐาน (BLS) เพื่อให้ผู้ป่วยได้รับการดูแลเพิ่มมากขึ้น การช่วยชีวิตขั้นสูงสามารถทำได้หลายที่ (ทั้งในและนอกโรงพยาบาล) ประสิทธิภาพของทีมช่วยชีวิตขั้นสูงอาจจำเป็นต้องจัดหา อุปกรณ์ที่ดูแลผู้ป่วยเพิ่มมากขึ้น เช่น
 - 12 lead electrocardiogram use advance cardiac monitoring
 - Electrical therapy intervention du cardioversion
 - การเปิดเส้นเลือดให้สารน้ำ
 - การให้ยาอย่างเหมาะสม
 - การใส่ท่อช่วยหายใจ

ห่วงที่ 5. การดูแลจากสหสาขาวิชาชีพภายหลังการช่วยฟื้นคืนชีพ

- ทันทีที่ทำให้ผู้ป่วยกลับมามีการไหลเวียนเลือดได้เองอีกครั้ง ห่วงโซ่ต่อไปก็คือการได้รับการดูแลภายหลังจากหัวใจกลับมาเต้นอีกครั้ง
- การดูแลขั้นสูงเป็นการดูแลผู้ป่วยจากทีมสหสาขาวิชาชีพของบุคลากรทางการแพทย์ มุ่งเน้นไปที่การป้องกันการกลับมาของภาวะหัวใจหยุดเต้น และให้การรักษาเฉพาะทาง เพื่อช่วยให้มีโอกาสรอดมากขึ้น
- การดูแลภายหลังจากภาวะหัวใจหยุดเต้น อาจจำเป็นต้องสวนหัวใจหรือรักษาในห้อง ICU
- การได้รับการดูแลอย่างต่อเนื่อง การเฝ้าติดตามอาการ การให้ยา หรือการผ่าตัด เพื่อ รักษาโรคประจำตัว และช่วยให้มีชีวิตอยู่ต่อไป

แผนการจัดกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน : กิจกรรมแนวแนว

ชั่วโมงที่ 2 การปฏิบัติขั้นพื้นฐาน

ผลลัพธ์การเรียนรู้ของกลุ่มเป้าหมาย

นักเรียนมีทักษะพื้นฐานในการ CPR และ การใช้เครื่อง AED

กิจกรรมการเรียนรู้

1. ครูนำเสนอคลิปคุณหมอที่กล่าวถึง ความสำคัญของการช่วยเหลือ/ทักษะทางการแพทย์ฉุกเฉิน (15 นาที)

1.1 ครู/วิทยากรให้นักเรียนศึกษาใบความรู้ 4-6 พร้อมทั้งนำเสนอคลิปวิดีโอเรื่องการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน

- <https://www.niems.go.th/1/Video/Detail/77?group=7> และ
- <https://www.youtube.com/watch?v=l7vZqtUpCA8>

การทำ CPR & การใช้ AED สิ่งที่ต้องรู้ ของที่ต้องมี : We Mahidol



#CPR #AED #Firstaid
การทำ CPR & การใช้ AED สิ่งที่ต้องรู้ ของที่ต้องมี : We Mahidol

1.2 ครูและวิทยากรแนะนำขั้นตอน อุปกรณ์ การใช้อุปกรณ์ และสาธิตขั้นตอนต่าง ๆ เบื้องต้นตามลำดับ

2. ให้ผู้เรียนรวมกลุ่ม ๆ ละ 5 คน เพื่อฝึกปฏิบัติทักษะพื้นฐานในการ CPR และ การใช้เครื่อง AED โดยให้ปฏิบัติตามการสาธิตของวิทยากรทีละขั้น (15 นาที)

3. ให้ผู้เรียนรวมกลุ่ม ๆ ละ 5 คน เพื่อฝึกปฏิบัติทักษะพื้นฐานในการ CPR และ การใช้เครื่อง AED (15 นาที) โดยมีวิทยากรเดินสังเกตและให้คำชี้แนะทีละกลุ่ม (10 นาที)

4. ครู/วิทยากร สรุปหลักการพื้นฐานและข้อควรระมัดระวังในการ CPR และการใช้เครื่อง AED และให้ผู้เรียนพูดสะท้อนคิดสิ่งที่ได้เรียนรู้ (5 นาที)

การวัดและประเมินผล

1. แบบประเมินทักษะการ CPR และเครื่อง AED

เอกสารประกอบชั่วโมงที่ 2

ใบความรู้ที่ 4

ปฏิบัติการช่วยฟื้นคืนชีพ (Cardiopulmonary Resuscitation : CPR)

ปฏิบัติการช่วยฟื้นคืนชีพ (Cardiopulmonary Resuscitation : CPR) คือ การช่วยเหลือผู้ที่หยุดหายใจและหัวใจหยุดเต้น ทำให้ผู้ป่วยกลับมาหายใจ หรือมีการนำออกซิเจนเข้าสู่ร่างกาย และเกิดการไหลเวียนเลือดไปเลี้ยงอวัยวะต่าง ๆ ของร่างกายโดยเฉพาะสมองกับหัวใจจนกระทั่ง ระบบต่าง ๆ กลับมาทำหน้าที่ได้ตามปกติ เป็นการป้องกันการเสียชีวิต หรือเนื้อเยื่อได้รับ ความเสียหายอย่างถาวรจากการขาดออกซิเจน

ขั้นตอนการช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR)

1. ประเมินความปลอดภัย ณ จุดเกิดเหตุ เมื่อพิจารณาว่าปลอดภัยแล้วจึงเข้าไปหาผู้ป่วย
2. การประเมินผู้ป่วย โดยการปลุกเรียกผู้ป่วย ถ้ารู้จักชื่อให้เรียกชื่อ แต่ถ้าไม่รู้จักชื่อให้ เรียก “คุณ ๆ” ด้วยเสียงดัง พร้อมกับใช้มือตบที่บ่าทั้ง 2 ข้าง 3 ครั้ง 2 รอบ ขณะที่ตาจ้องมองไปที่ใบหน้าของผู้ป่วยดูว่าผู้ป่วยมีการกระพริบตาหรือไม่ หากผู้ป่วย ไม่มีอาการตอบสนอง ให้ตะโกนขอความช่วยเหลือ ตามข้อ 3



3. ขอความช่วยเหลือ เรียกขอความช่วยเหลือ โทรศัพท์แจ้ง 1669 และขอเครื่องเออีดี



4. ประเมินการหายใจ โดยการตรวจสอบการหายใจ ให้มองไปที่หน้าอก หน้าท้องว่ามีการขยับขึ้นลงหรือไม่ ใช้เวลาไม่น้อยกว่า 5 วินาที แต่ไม่เกิน 10 วินาที



5. การกดหน้าอก วิธีการกดหน้าอก ให้ใช้สันมือข้างหนึ่งวางลงบนกึ่งกลางหน้าอก (กึ่งกลางระหว่างหัวนมทั้งสองข้าง) แล้วใช้มืออีกข้างหนึ่งวางทับด้านบน ใช้นิ้วมือ ทั้งสองข้างล็อกกันไว้ แขนทั้งสองข้างเหยียดตรงไหล่ของผู้ช่วยเหลือตั้งฉากกับหน้าอก ของผู้ป่วย ให้ใช้น้ำหนักจากไหล่กดลงมา แขนเหยียดตรง กดลงในแนวแรงตั้งฉากกับพื้น ใช้ข้อศอกเป็นจุดหมุน เวลาในการกดและปล่อยมือขึ้นต้องเท่ากัน แรงและเร็วเป็นจังหวะให้ได้คุณภาพสูง ดังนี้

- กดลึกลงไป 5 - 6 เซนติเมตร หรือ 2 - 2.4 นิ้ว
- อัตราเร็วในการกดหน้าอก 100 - 120 ครั้งต่อนาที
- ชดจังหวะ หรือหยุดกดหน้าอกให้น้อยกว่า 10 วินาที
- ถอนมือขึ้นมาเพื่อให้หน้าอกขยายคืนสู่ตำแหน่งเดิมทุกครั้ง
- ไม่เป่าลมช่วยหายใจโดยเป่าลมเข้ามากเกินไป
- กดหน้าอก 30 ครั้ง สลับกับการเป่าปาก 2 ครั้ง นับเป็นหนึ่งรอบ ประเมินซ้ำทุก 5 รอบ

หมายเหตุ : ในกรณีที่ไม่มีอุปกรณ์ช่วยหายใจ หรือผู้ช่วยเหลือไม่ทำการเป่าปาก ให้กดหน้าอก อย่างเดียว ต่อเนื่อง 200 ครั้ง หรือประมาณ 2 นาที แล้วประเมินซ้ำ



6. การช่วยหายใจ (การเป่าปาก) ผู้ช่วยเหลือมีความเสี่ยงต่อการติดโรคจากการช่วยหายใจหรือการเป่าปาก เช่น โควิด-19 ไวรัสตับอักเสบบี ผู้ช่วยเหลือจึงสามารถ เลือกรการช่วยฟื้นคืนโดยการกดหน้าอกอย่างเดียว ในกรณีที่ท่านมั่นใจว่าสามารถ ช่วยการหายใจได้ครบถ้วนตามหลักการช่วยฟื้นคืนชีพ การช่วยหายใจไม่มีวิธีการ ดังนี้



- หลังจากกดหน้าอกครบ 30 ครั้ง แล้วให้เปิดทางเดินหายใจ โดยใช้วิธีการกดหน้าผาก เขยคาง โดยใช้นิ้วโป้งกับนิ้วชี้ของมือข้างที่กดหน้าผาก บีบจมูกผู้ป่วยให้สนิท ส่วนมือข้างที่เขยคาง ขึ้นมาช่วยเปิดปาก แล้วก็ล้มลงไปประกบปากผู้ป่วย (ปากต่อปาก) เป่าลมเข้าใช้เวลาครั้งละประมาณ 1 วินาที ขณะเป่าลมเข้าให้ชำเลืองมองไปที่หน้าอกของผู้ป่วย ต้องมองเห็นหน้าอกขยับขึ้นชัดเจน แล้วเงยหน้าขึ้นเพื่อปล่อยให้ผู้ช่วยหายใจออกจากปาก แล้วเป่าปากซ้ำเป็นครั้งที่ 2

- ถ้าเป่าลมไม่เข้าให้รีบเปิดทางเดินหายใจใหม่ทันที โดยการกดหน้าผากเซยคางให้มากขึ้นแล้วเป่าปากครั้งที่ 2 (อย่าช่วยหายใจมากกว่า 2 ครั้ง) หลังจากนั้นให้รีบกดหน้าอกต่อทันที
- ไม่เป่าลมช่วยหายใจโดยเป่าลมเข้ามากเกินไป



7. ช่วยฟื้นคืนชีพต่อเนื่อง หลังจากช่วยหายใจแล้ว ให้รีบกลับมากดหน้าอกต่อทันทีอย่างต่อเนื่อง หยุดกดหน้าอกให้น้อยที่สุด ไม่เกิน 10 วินาที โดยให้กดหน้าอก 30 ครั้ง สลับกับการเป่าปาก 2 ครั้ง หรือ 30 : 2 ไปจนครบ 5 รอบแล้วประเมินซ้ำ ให้ช่วยฟื้นคืนชีพไปจนกว่า

- ผู้ป่วยจะกลับมามีสัญญาณชีพอีกครั้ง (ตากระพริบ ไอ หน้าอกหน้าท้องกระเพื่อมตามจังหวะการหายใจ หรือมีการเคลื่อนไหวของแขน ขา)
- ทีมแพทย์ฉุกเฉินเข้ามาให้การช่วยเหลือ
- เหนื่อยมากจนทำต่อไปไม่ไหว
- แพทย์วินิจฉัยว่าผู้ป่วยเสียชีวิตแล้ว ให้ยุติการช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR)

การช่วยฟื้นคืนชีพ หากเป็นไปได้ควรมีผู้ช่วยเหลืออย่างน้อย 2 คน เพื่อสลับกัน กดหน้าอกและเป่าปาก จะช่วยเพิ่มประสิทธิภาพการช่วยชีวิตให้ได้ผลดีกว่าการมีผู้ช่วยเหลือคนเดียว

การช่วยฟื้นคืนชีพเด็ก

ผู้ช่วยเหลือดำเนินการตามขั้นตอนเช่นเดียวกับผู้ใหญ่ ปรับวิธีการกดหน้าอกโดยให้ ผู้ช่วยเหลือวางมือลงตรงกึ่งกลางหน้าอก (กึ่งกลางระหว่างหัวนม) กดลึกลงไปประมาณ 14 ของความหนาของหน้าอก (หรือประมาณ 5 เซนติเมตร หรือ 2 นิ้ว) ในการกดหน้าอกจะใช้มือเพียงมือเดียวหรือสองมือก็ได้ สำหรับเด็กวัยรุ่นให้ใช้ความลึกในการกดเท่ากับผู้ใหญ่ (5 - 7 เซนติเมตร)



การช่วยฟื้นคืนชีพทารก

ให้กดหน้าอกลึกลงไปประมาณ 4 ของความหนาของหน้าอก (หรือ 4 เซนติเมตร หรือ 1.5 นิ้ว) โดยการใช้ 2 นิ้วมือ หรือ 2 นิ้วโป้ง อัตราเร็วของการกดหน้าอกคือ 100 - 120 ครั้ง ต่อนาที สลับกับการเป่าปาก 2 ครั้ง หรือ 30 : 2 จนครบ 5 รอบแล้วประเมินซ้ำ (ใช้เวลา ในการประเมินไม่เกิน 10 วินาที) ในกรณีที่มีผู้ช่วยเหลือ 2 คน ให้ปรับเปลี่ยนอัตราการกดหน้าอก จาก 30 ครั้ง เป่าปาก 2 ครั้ง มาเป็น กดหน้าอก 15 ครั้ง เป่าปาก 2 ครั้ง แล้วประเมินซ้ำเมื่อครบทุก ๆ 10 รอบ



การกดหน้าอกโดยใช้ 2 นิ้วมือ



การกดหน้าอกโดยใช้ 2 นิ้วโป้ง



การเป่าปาก

ใบความรู้ที่ 5 การใช้เครื่องเออีดี

เครื่องเออีดี (Automatic External Defibrillator : AED) คืออุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์ แบบพกพาที่สามารถ วินิจฉัย ภาวะหัวใจเต้นผิดปกติที่อันตรายแก่ชีวิต (ชนิด Ventricular Fibrillation หรือหัวใจห้องล่างเต้นแผ่วระรัวที่ไม่มีสัญญาณชีพ และ Ventricular Tachycardia) ได้โดยอัตโนมัติ และสามารถให้การรักษา โดยปล่อยไฟฟ้าไปช็อก หรือกระตุ้นหัวใจเพื่อยุติภาวะหัวใจเต้นผิดปกตินั้นให้หัวใจกลับมาเต้นใหม่ในจังหวะที่ถูกต้อง

เครื่องเออีดี มักพบติดตั้งในพื้นที่สาธารณะที่มีประชาชน หรือผู้ใช้บริการจำนวนมาก เช่น สถานีรถสาธารณะ โรงพยาบาล โรงเรียน สนามบิน สนามกีฬา ห้างสรรพสินค้า ฯลฯ เพื่อใช้ในการช่วยชีวิตผู้ที่มีอาการหัวใจหยุดเต้นกะทันหันให้รอดชีวิตได้ทันเวลาที่ ในอนาคต มีแนวโน้มการติดตั้งเครื่องเออีดีเพิ่มมากขึ้น เราจะทราบได้ว่าเครื่องเออีดีนั้นติดตั้งอยู่จุดใดได้ โดยสังเกตเห็นสัญลักษณ์เช่นนี้



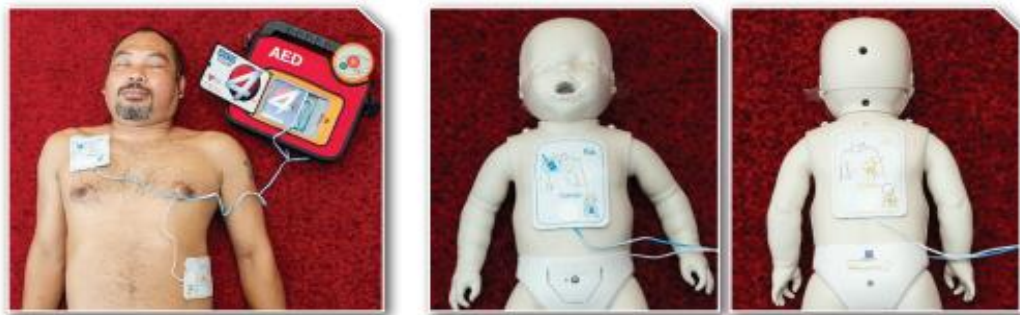
วิธีการใช้เครื่องเออีดี

เครื่องเออีดี มีหลายแบบหลายยี่ห้อ แต่การใช้งานไม่ยุ่งยากและไม่มีความแตกต่างกันมาก หลักการทำงานของเครื่องเออีดี มีดังนี้

1. เปิดเครื่อง กดปุ่มเปิดเครื่อง ในขณะที่เครื่องเออีดีบางรุ่นจะทำงานทันทีเมื่อเปิดฝาด้านบนออก เมื่อเปิดเครื่องแล้วจะมีเสียงบอกให้รู้ว่าต้องทำอะไรต่อไป ให้ปฏิบัติตามที่เครื่องสั่งทันที



2. ติดแผ่นนำไฟฟ้าที่หน้าอกของผู้ป่วย ตรวจสอบหน้าอกของผู้ป่วยว่าแห้งสนิท หากพบว่า เปียกน้ำ หรือไม่แห้งสนิทให้ใช้ผ้าเช็ดบริเวณหน้าอกของผู้ป่วยให้แห้งก่อน แล้วลอกแผ่นพลาสติกด้านหลังแผ่นนำไฟฟ้าออก แปะแผ่นนำไฟฟ้าแผ่นที่หนึ่งที่ใต้กระดูกไหปลาร้าด้านขวา และแปะ แผ่นที่สองที่บริเวณใต้แนวราวนมซ้ายด้านข้างลำตัว ตรวจสอบให้แน่ใจว่าสายไฟฟ้าจากแผ่นนำไฟฟ้า ต่อเข้ากับตัวเครื่องเรียบร้อยแล้ว หากผู้ป่วยเป็นเด็กตัวเล็ก หรือทารกอาจจำเป็นต้องแปะแผ่นนำไฟฟ้า ที่บริเวณด้านหน้าและด้านหลังของลำตัว (ตามรูป)



3. เครื่องเออีดีทำการวิเคราะห์คลื่นไฟฟ้าหัวใจ เครื่องเออีดี ส่วนมากจะเริ่มวิเคราะห์คลื่นไฟฟ้า หัวใจทันทีเมื่อแปะแผ่นนำไฟฟ้าเสร็จ เครื่องบางรุ่นต้องกดปุ่ม “วิเคราะห์” ก่อน ระหว่างนั้นการดำเนินกิจกรรมห้ามสัมผัสตัวผู้ป่วยให้ร้องเตือนดัง ๆ ว่า “ทุกคนถอย!” เครื่องเออีดีจะใช้เวลาสั้น ๆ ประมาณ 5 - 10 วินาที ในการวิเคราะห์ ระหว่างนั้นอาจจะได้ยินเสียงการส่งสัญญาณวิเคราะห์



4. เมื่อเครื่องเออีดี ตรวจพบคลื่นไฟฟ้าหัวใจที่จำเป็นต้องทำการช็อก เครื่องจะบอกว่า “แนะนำให้ ทำการช็อก ถอยออกจากผู้ป่วย กดปุ่ม “ช็อก” แต่ก่อนที่ผู้ช่วยเหลือจะกดปุ่มช็อกต้องตรวจสอบให้แน่ใจว่าไม่มีใครสัมผัสตัวของผู้ป่วย ด้วยการตะโกนบอกดัง ๆ ว่า “ทุกคนถอย!!” พร้อมกับกางแขนออกเพื่อกันผู้ที่ไม่มีส่วนเกี่ยวข้องเข้ามา มองซ้ำอีกครั้งเพื่อเป็นการตรวจสอบครั้งสุดท้ายว่าไม่มีผู้ใดสัมผัสผู้ป่วยอยู่แล้วจึงกดปุ่ม “ช็อก”



เมื่อกดปุ่มช็อกแล้วให้เริ่มกดหน้าอกต่อทันที 30 ครั้ง สลับกับช่วยหายใจ (การเป่าปาก) 2 ครั้ง หรือกดหน้าอกอย่างเดียวในกรณีที่ท่านไม่ต้องการที่จะเป่าปาก ไปจนกว่าเครื่องเออีดี จะวิเคราะห์คลื่นไฟฟ้าหัวใจซ้ำอีกครั้งเมื่อครบทุก ๆ 2 นาที ให้ทำการกดหน้าอกและช่วยหายใจ หรือกดหน้าอกอย่างเดียวรวมกับการใช้เครื่องเออีดีไปจนกว่าผู้ป่วยจะฟื้น หรือหน่วยกู้ชีพจะมาถึงและรับผู้ป่วยส่งไปรักษาต่อที่โรงพยาบาล



ใบความรู้ที่ 6

การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน การเคลื่อนย้ายผู้ป่วย ผู้บาดเจ็บในภาวะฉุกเฉิน

สถานการณ์ไม่ปลอดภัย หรือกำลังจะไม่ปลอดภัย ตัวอย่างเช่น ไฟไหม้ เสี่ยงต่อการระเบิด อันตรายจากสารเคมีรั่วไหล หรือตึกถล่ม เป็นต้น จำเป็นต้องเคลื่อนย้ายเพื่อเข้าไปให้ความช่วยเหลือผู้บาดเจ็บคนอื่นที่มีอาการหนักกว่า เพื่อสามารถให้การรักษาได้อย่างเหมาะสม ตัวอย่างเช่น ผู้ที่หมดสติล้มลงบนบันไดและจำเป็นต้องทำ CPR ซึ่งจำเป็นต้องปฏิบัติบนพื้นผิวราบ

ความปลอดภัยของเจ้าหน้าที่ช่วยชีวิต เป็นสิ่งที่มีความสำคัญอย่างมาก อย่างไรก็ตาม ถ้าเคลื่อนย้ายออกไปจากบริเวณที่เกิดเหตุแล้วจะทำให้เกิดความปลอดภัยกับเจ้าหน้าที่ ช่วยชีวิต ควรพยายามเคลื่อนย้ายไปยังบริเวณที่ปลอดภัยจะดีกว่า

ก่อนการเคลื่อนย้าย

ก่อนการเคลื่อนย้าย ผู้ช่วยเหลือควรประเมิน ดังต่อไปนี้

- สภาพผู้ป่วย ให้แน่ใจว่าผู้เจ็บป่วยไม่มีการบาดเจ็บของอวัยวะสำคัญ ศีรษะ ด้านหลัง กระดูกสันหลัง
- ความสูงและน้ำหนักของผู้ป่วย
- ความแข็งแรงของผู้ช่วยเหลือ
- อุปสรรค เช่น บันได ช่องทางผ่านแคบ
- ระยะทางในการเคลื่อนย้าย
- คนอื่น ๆ ที่สามารถให้ความช่วยเหลือได้
- การช่วยเหลือและการส่งต่อผู้ป่วย

การเคลื่อนย้ายผู้ป่วย

การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยที่ปลอดภัยโดยที่ไม่ส่งผลให้ผู้ช่วยเหลือได้รับบาดเจ็บ ผู้ช่วยเหลือ ควรปฏิบัติ ดังนี้

- เวลาแก้มตัวลง ให้ใช้ขา
- ไม่ใช่หลัง
- ให้อยู่ต่ำและสะโพก และหลีกเลี่ยงการบิดลำตัว
- ให้เดินไปข้างหน้า เมื่อสามารถทำได้ ก้าวสั้น ๆ และมองบริเวณที่กำลังจะเดินไป
- หลีกเลี่ยงการบิด หรือองตัวของผู้ที่ได้รับบาดเจ็บที่ศีรษะ คอ และหลัง
- ห้ามเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บที่ตัวใหญ่ที่เราไม่สามารถลากได้อย่างสบาย

การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยในภาวะฉุกเฉินมีหลายวิธีในหนังสือเล่มนี้จะเสนอวิธีการเคลื่อนย้าย ผู้ป่วยที่ไม่บาดเจ็บบริเวณศีรษะ คอ หลัง ออกจากบริเวณที่ไม่ปลอดภัยที่ปฏิบัติบ่อย ง่าย และก่อให้เกิดอันตรายแก่ผู้ป่วยและผู้ช่วยเหลือน้อยที่สุด ได้แก่

การลากเสื้อ (Clothes Drag)

การลากเสื้อ (Clothes Drag) เป็นการลากเสื้อของผู้ป่วยที่ได้รับบาดเจ็บที่ไม่สามารถขยับตัวได้ในพื้นราบ ปฏิบัติดังนี้

1. ผู้ช่วยเหลือยืนอยู่เหนือศีรษะของผู้ป่วย จับที่เสื้อของผู้ป่วยที่บริเวณด้านหลัง
2. ดึงโดยใช้เสื้อของผู้ป่วยและแขนของผู้ช่วยเหลือออกมาทำเป็นเปลรองศีรษะของผู้ป่วย (ตามรูป)



การลากผ้าห่ม (Blanket Drag)

การลากผ้าห่ม (Blanket Drag) ใช้ในการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยที่ไม่รู้สึกตัวในสถานการณ์ฉุกเฉินและเมื่อมีข้อจำกัดเกี่ยวกับอุปกรณ์ ปฏิบัติดังนี้

1. จัดให้ผู้ป่วยอยู่ระหว่างผู้ช่วยเหลือและผ้าห่ม
2. พับผ้าห่มเข้ามาครึ่งแล้วนำมาไว้ชิดกับด้านข้างตัวของผู้ป่วย
3. พลิกผู้ป่วยเข้ามาหาตัวของผู้ช่วยเหลือ
4. คลี่ผ้าห่มที่พับไว้ออก ดังนั้นผ้าห่มจะอยู่ที่ใต้ลำตัวของผู้ป่วย
5. พลิกผู้ป่วยกลับไป ให้นอนบนผ้าห่ม
6. รวบผ้าห่มที่อยู่เหนือศีรษะแล้วลากผู้ป่วย (ตามรูป)



การยกและเคลื่อนย้ายโดยผู้ช่วยเหลือ 3 คน

การยกและเคลื่อนย้ายโดยผู้ช่วยเหลือ 3 คน ใช้ในการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยที่ไม่สามารถขยับตัวได้หรือหมดสติ ปฏิบัติดังนี้

1. ผู้ช่วยเหลือทั้ง 3 คนนั่งท่าชันเข่าเดียวกัน เรียงแถวกันที่ด้านใดด้านหนึ่งของผู้ป่วย
2. ให้ผู้ช่วยเหลือคนใดคนหนึ่งทำหน้าที่หัวหน้าทีม สั่งการและให้จังหวะแก่สมาชิกในทีมเพื่อความพร้อมเพรียงในการยก
3. ผู้ช่วยเหลือทั้ง 3 คนวางมือบนลำตัวผู้ป่วยโดยตำแหน่ง ดังนี้
 - ผู้ช่วยคนที่ 1 วางมือตำแหน่งหน้าอกหรือลำตัวช่วงบน
 - ผู้ช่วยคนที่ 2 วางมือตำแหน่งสะโพกและต้นขาด้านบน
 - ผู้ช่วยคนที่ 3 วางมือตำแหน่งต้นขาด้านล่างและส่วนปลายขา
4. ผู้ช่วยเหลือทั้ง 3 คนสอดมือเข้าใต้ลำตัวของผู้เจ็บป่วยตรงตามตำแหน่งที่วางมือไว้
5. หัวหน้าทีมสั่งการให้จังหวะให้แก่สมาชิกในทีม ยกผู้เจ็บป่วยขึ้นพร้อมกันวางบนเข่า



หมายเลขโทรศัพท์ระบบบริการฉุกเฉินทางการแพทย์ที่ควรทราบ

- | | |
|---|------|
| 1. เหตุด่วน เหตุร้าย เจ้าหน้าที่ตำรวจ | 191 |
| 2. ศูนย์ดับเพลิง สัตว์เข้าบ้าน | 199 |
| 3. ศูนย์นเรนทร (สถาบันการแพทย์ฉุกเฉินแห่งชาติ) | 1669 |
| 4. ศูนย์นเรนทร (วชิรพยาบาล) | 1554 |
| 5. หน่วยแพทย์กู้ชีพ กรุงเทพมหานคร | 1555 |
| 6. ศูนย์เอราวัณ (กรุงเทพมหานคร) | 1646 |
| 7. อุบัติเหตุทางน้ำ กองบัญชาการตำรวจ | 1196 |
| 8. ศูนย์ปลอดภัยทางน้ำ กรมเจ้าท่า | 1199 |
| 9. ศูนย์พิษวิทยา โรงพยาบาลรามาธิบดี | 1367 |
| 10. ศูนย์ความปลอดภัยคมนาคม | 1356 |
| 11. สายด่วนสุขภาพจิต | 1323 |
| 12. ศูนย์ช่วยเหลือเร่งด่วน กระทรวงพัฒนาสังคมและความมั่นคงมนุษย์ | 1507 |
| 13. ศูนย์รับแจ้งข่าวยาเสพติด | 1688 |

การแจ้งเหตุฉุกเฉินเพื่อขอความช่วยเหลือ ผู้แจ้งควรรีให้ข้อมูล ดังนี้

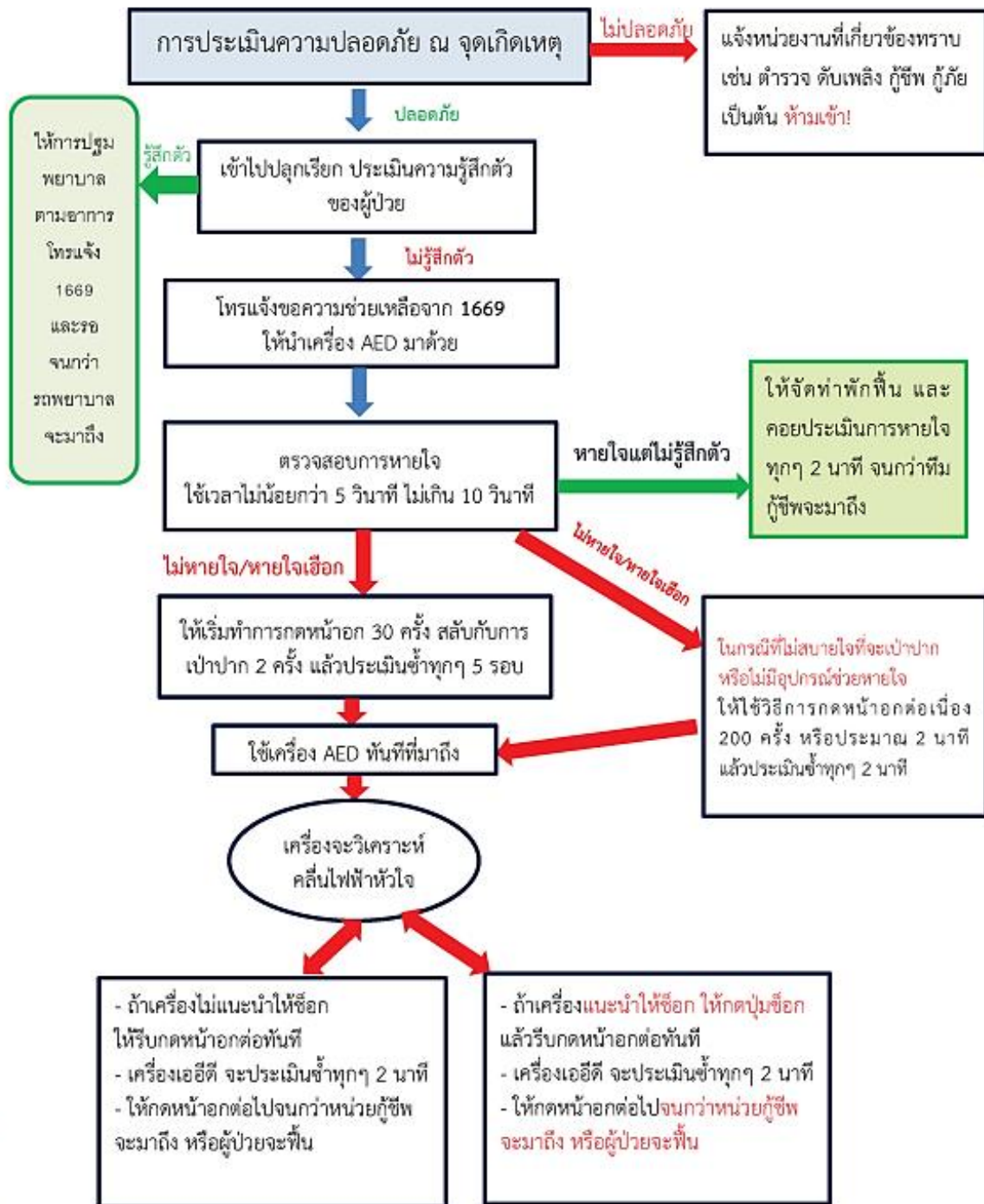
1. เกิดเหตุอะไร
2. สถานที่เกิดเหตุ
3. จำนวนผู้บาดเจ็บและอาการโดยสรุป ผู้บาดเจ็บ ผู้ป่วยเป็นอะไร/ มีอาการอย่างไร/รู้สึกตัว/รู้สติ ตื่น
พูดได้หรือไม่
4. ผู้บาดเจ็บ หรือผู้ป่วยอยู่ที่ไหน
5. ชื่อและหมายเลขโทรศัพท์ของผู้แจ้งเหตุ

หมายเหตุ เมื่อท่านโทรไปที่ 1669 แล้ว เจ้าหน้าที่จากศูนย์รับแจ้งเหตุฯ จะถามข้อมูลเหล่านี้จากท่าน
ขอให้ท่านตั้งใจแล้วตอบคำถามตามความเป็นจริง

ข้อควรปฏิบัติขณะรอรพพยาบาล

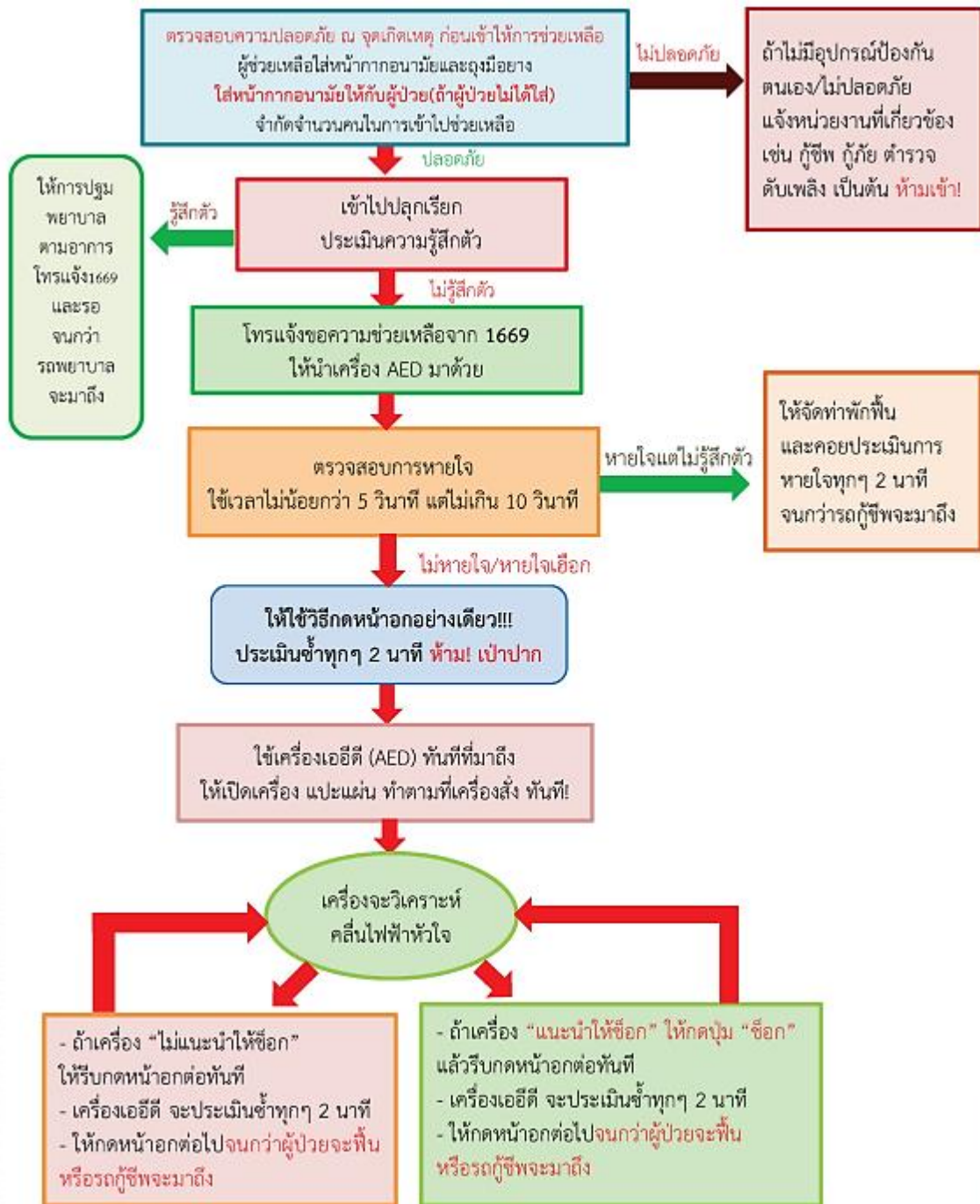
1. ควบคุมดูแลผู้บาดเจ็บให้ปลอดภัย : การหายใจ ภาวะเลือดออก
2. สังเกตอาการเปลี่ยนแปลงที่อาจเกิดขึ้นกับผู้บาดเจ็บและทำให้อาการรุนแรงมากขึ้นเพื่อแจ้งข้อมูล
เพิ่มเติมและขอคำแนะนำเพื่อดูแลผู้บาดเจ็บให้ปลอดภัย

แผนภาพขั้นตอนการช่วยชีวิตขั้นพื้นฐานและการใช้เครื่องเอ อี ดี (AED) ในผู้ใหญ่ ในภาวะปกติ



จัดทำโดย ศูนย์วิชาการเตรียมความพร้อมด้านการแพทย์ฉุกเฉิน (ศูนย์ EMPAC) สว.สพ.

แผนภาพขั้นตอนการช่วยชีวิตขั้นพื้นฐานและการใช้เครื่องเออีดี (AED)
ในผู้สงสัยติดโควิด-19 ภาคประชาชน



จัดทำโดย ศูนย์วิชาการเตรียมความพร้อมด้านการแพทย์ฉุกเฉิน (ศูนย์ EMPAC) สวว.สพฉ.

แพลตฟอร์มที่ 7

กิจกรรมลดเวลาเรียน เพิ่มเวลารู้

แพลตฟอร์มที่ 7

กิจกรรมลดเวลาเรียน เพิ่มเวลารู้

คำอธิบายแพลตฟอร์ม

“กิจกรรมลดเวลาเรียน เพิ่มเวลารู้” มุ่งเน้นพัฒนาผู้เรียนซึ่งเป็นอนาคตของชาติให้มีความสมดุลทั้งด้านร่างกาย ความรู้ คุณธรรม มีจิตสำนึกในความเป็นพลเมืองไทยและพลโลก มีความรู้และทักษะพื้นฐานรวมทั้งเจตคติที่จำเป็นต่อการศึกษา การประกอบอาชีพ และการศึกษาตลอดชีวิต โดยมุ่งเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ บนพื้นฐานความเชื่อว่าทุกคนสามารถเรียนรู้และพัฒนาตนเองได้เต็มตามศักยภาพ เป็นการพัฒนา 4H คือ Head (กิจกรรมพัฒนาสมอง), Heart (กิจกรรมพัฒนาจิตใจ), Hand (กิจกรรมพัฒนาทักษะการปฏิบัติ) และ Health (กิจกรรมพัฒนาสุขภาพ) โดยเชื่อมโยงกับมาตรฐานการเรียนรู้และตัวชี้วัด สมรรถนะสำคัญของผู้เรียนในกลุ่มสาระสุขศึกษาและพลศึกษา

ผลลัพธ์การเรียนรู้ของกลุ่มเป้าหมายของแพลตฟอร์มหลักสูตร

1. นักเรียนสามารถสรุปองค์ความรู้ด้านการแพทย์ฉุกเฉินเบื้องต้นได้
2. นักเรียนมีทักษะในการ CPR และ การใช้เครื่อง AED

ระยะเวลา

จำนวน 6 ชั่วโมง โดยใช้เวลา 3 ชั่วโมง/สัปดาห์

รายละเอียดกำหนดการกิจกรรม

ชั่วโมงที่ 1-3 สร้างความตระหนักถึงความจำเป็นสำคัญของการมีความรู้และทักษะที่สำคัญด้านการแพทย์ฉุกเฉิน และให้ความรู้และสร้างความเข้าใจเกี่ยวกับการแพทย์ฉุกเฉิน (ผ่านการ วิเคราะห์ข่าว สถิติ ข้อมูลต่าง ๆ)

ชั่วโมงที่ 4-6 ฝึกปฏิบัติทักษะการ CPR และ การใช้เครื่อง AED และทดสอบความรู้และการปฏิบัติ (เบื้องต้น)

การวัดและประเมินผล

1. แบบทดสอบความรู้ด้านการแพทย์ฉุกเฉิน
2. แบบประเมินทักษะการ CPR และ เครื่อง AED

แผนการจัดกิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้

ชั่วโมงที่ 1-3 สร้างความตระหนักและมีภูมิรู้

ผลลัพธ์การเรียนรู้ของกลุ่มเป้าหมายของแพลตฟอร์มหลักสูตร

1. นักเรียนมีความตระหนักถึงความสำคัญของการแพทย์ฉุกเฉิน
2. นักเรียนสามารถสรุปองค์ความรู้ด้านการแพทย์ฉุกเฉินเบื้องต้นได้

รายละเอียดกำหนดการกิจกรรม

1. สร้างความตระหนักถึงความจำเป็นสำคัญของการมีความรู้และทักษะที่สำคัญด้านการแพทย์ฉุกเฉิน และให้ความรู้และสร้างความเข้าใจเกี่ยวกับการแพทย์ฉุกเฉิน (ผ่านการ วิเคราะห์ข่าว สถิติ ข้อมูลต่าง ๆ)

1.1 ครูนำเสนอข่าว เหตุการณ์ สถิติ ข้อมูลทางการแพทย์ต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการแพทย์ฉุกเฉิน เช่น จาก

1.1.1 <https://www.thairath.co.th/sport/eurofootball/2115722>



1.1.2 ยื้อชีวิต “คริสเตียน อีริคเซ่น” ภารกิจที่สำคัญกว่าฟุตบอล/

workpointTODAY จาก <https://www.youtube.com/watch?v=Pm56KzvVTf8>

1.2 ให้นักเรียนสะท้อนคิดถึงเหตุการณ์ ข้อมูล สถิติต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น พร้อมทั้งสรุปความรู้สึกต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น

2. ครูให้นักเรียนศึกษาใบความรู้ ที่ 1-3 และค้นคว้าข้อมูลเพิ่มเติมร่วมกันเป็นกลุ่ม พร้อมทั้งตอบคำถามสำคัญ

3. ครูให้นักเรียนศึกษาใบความรู้ที่ 4-6 พร้อมทั้งแนะนำขั้นตอนอุปกรณ์การใช้อุปกรณ์เครื่อง AED และสาธิตขั้นตอนต่าง ๆ ของการ CPR เบื้องต้นตามลำดับ

3.1 ครู/วิทยากร สรุปหลักการพื้นฐานและความสำคัญการแพทย์ฉุกเฉิน การปฐมพยาบาล การกู้ชีพพื้นฐาน

3.2 ครู/วิทยากร บรรยายหลักการพื้นฐานการ CPR และการใช้เครื่อง AED และนำเสนอคลิปวิดีโอเรื่องการช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน

- <https://www.niems.go.th/1/Video/Detail/77?group=7> และ
- <https://www.youtube.com/watch?v=l7vZqtUpCA8>
การทำ CPR & การใช้เครื่อง AED พร้อมทั้งสาธิตขั้นตอนต่าง ๆ เบื้องต้นตามลำดับ



4. ให้ผู้เรียนเขียนสะท้อนคิดสิ่งที่ได้เรียนรู้ (สิ่งที่ได้เรียนรู้คืออะไร)

การวัดและประเมินผล

1. การทดสอบความรู้ด้านการแพทย์ฉุกเฉิน

เอกสารประกอบชั่วโมงที่ 1-3

ใบความรู้ที่ 1

การประเมินสถานการณ์ ณ จุดเกิดเหตุ

ก่อนการเข้าไปให้การช่วยเหลือผู้ป่วย ผู้ช่วยเหลือต้องคำนึงถึงความปลอดภัยของตนเองและบุคคลที่อยู่ ณ จุดเกิดเหตุ โดยการประเมินสถานการณ์ ณ จุดเกิดเหตุว่ามีความปลอดภัยสำหรับตนเอง และทีมที่จะเข้าไปให้ความช่วยเหลือหรือไม่ หากสำรวจความปลอดภัยของสถานที่หรือจุดเกิดเหตุแล้ว พบว่าสถานการณ์ไม่ปลอดภัย เช่น มีไฟไหม้ ไฟฟ้ากำลังช็อต ดึกกำลังจะถล่มแผ่นดินไหว เป็นต้น ห้ามเข้าไปช่วยเหลือ ให้รีบร้องขอความช่วยเหลือทันที

ตามหลักการที่ถูกต้องในการช่วยชีวิต ผู้ช่วยเหลือควรปฏิบัติตามการช่วยชีวิตอย่างรวดเร็วที่สุดไม่ควรเคลื่อนย้ายผู้ป่วยจนกว่าจะแน่ใจว่าสามารถเคลื่อนย้ายได้อย่างปลอดภัย ยกเว้น ในกรณีที่ผู้ป่วยหรือผู้บาดเจ็บอยู่ในสถานที่หรือสถานการณ์ที่ไม่เหมาะสมต่อการปฐมพยาบาล และมีความเสี่ยงต่อการเกิดอันตรายต่อทั้งผู้ป่วยและผู้ช่วยเหลือ หากพบสถานการณ์เช่นนี้ ให้แจ้งขอความช่วยเหลือจากหน่วยงานที่มีขีดความสามารถสูงกว่าเข้ามาให้ความช่วยเหลือทันที หรือถ้ามีผู้ช่วยเหลือเพียงพอในการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยอย่างปลอดภัยให้รีบเคลื่อนย้ายผู้ป่วยออกจากจุดเกิดเหตุ (เช่นผู้ป่วยประสบอุบัติเหตุนอนหมดสติอยู่กลางถนนเวลากลางคืน เป็นต้น) ไปทำการช่วยฟื้นคืนชีพยังสถานที่ปลอดภัย

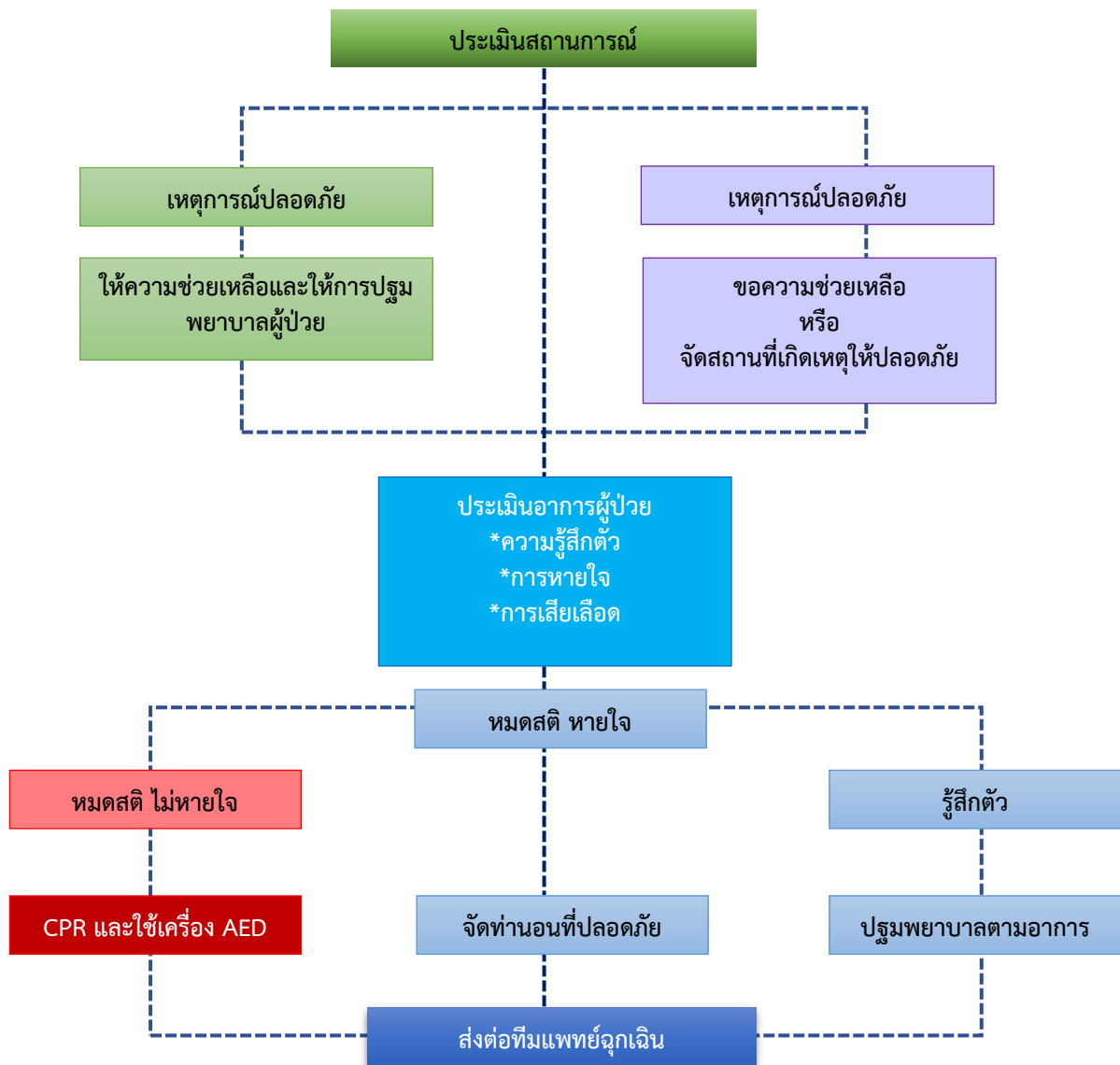
ใบความรู้ที่ 2 การประเมินผู้ป่วย

การประเมินผู้ป่วย คือ การตรวจประเมินอาการของผู้ป่วย เพื่อวางแผนให้การปฐมพยาบาลเบื้องต้น ต้องดำเนินการอย่างรวดเร็ว (ไม่ควรใช้เวลานานเกิน 1 นาที) มุ่งการประเมินภาวะคุกคามต่อชีวิต ได้แก่ ระบบหายใจ ระบบไหลเวียนเลือด กรณีที่ผู้ช่วยเหลือต้องทำการช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR) ผู้ป่วยต้องมีภาวะดังนี้คือ **หมดสติ หยุดหายใจหรือหายใจเฮือก หัวใจหยุดเต้น**

กรณีที่ผู้ช่วยเหลือประเมินสภาพทั่วไปของผู้ป่วย พบภาวะที่ต้องให้การปฐมพยาบาลแต่ไม่ต้องช่วยฟื้นคืนชีพ ได้แก่

- ผู้ป่วยกระพริบตา พูด หรือไอ หน้าอกหน้าท้องกระเพื่อมขึ้นลง ชยับตัว แสดงว่า ผู้ป่วยรู้สึกตัวและหายใจ (ให้การปฐมพยาบาลตามอาการที่พบ)

แผนภาพการประเมินและปฐมพยาบาลผู้ป่วย ผู้บาดเจ็บ



ที่มา : คู่มือปฐมพยาบาลเบื้องต้น (น.11), โดย ศูนย์ฝึกอบรมปฐมพยาบาลและสุขภาพอนามัย สภากาชาดไทย (2559)

ใบความรู้ที่ 3 ห่วงโซ่ของการรอดชีวิต



การตอบสนองอย่างมีประสิทธิภาพต่อภาวะฉุกเฉินของหัวใจ มีความจำเป็นที่จะต้องเข้าใจความหมายของแต่ละห่วงโซ่ของการรอดชีวิต ดังนี้

ห่วงโซ่ที่ 1. การจดจำอาการและการโทรแจ้งระบบการแพทย์ฉุกเฉิน 1669 ทันที

- ท่านต้องจดจำอาการของผู้ป่วยหัวใจหยุดเต้นให้ได้ว่ามีอาการ ไม่ตอบสนอง ไม่หายใจ หายใจผิดปกติ หรือหายใจเฮือก และไม่มีชีพจร (สำหรับบุคลากรทางการแพทย์)
- ทันทีที่ท่านจดจำอาการได้ว่าผู้ป่วยหัวใจหยุดเต้น ให้โทรแจ้งระบบการแพทย์ฉุกเฉิน 1669 หรือให้คนอื่นไปโทรแจ้ง ไม่นานหน่วยปฏิบัติการฉุกเฉินการแพทย์ก็จะมาถึงและรับผิดชอบต่อจากท่าน

ห่วงโซ่ที่ 2. เริ่มทำการช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR) ทันที โดยเน้นที่การกดหน้าอก

- ถ้าผู้ป่วยหัวใจหยุดเต้น ให้เริ่มทำการกดหน้าอก (CPR) ทันทีโดยไมรอช้า
- การเริ่มทำการช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR) ที่มีคุณภาพสูงหลังจากหัวใจหยุดเต้น สามารถเพิ่มโอกาสรอดของผู้ป่วยในห่วงโซ่ของการรอดชีวิตได้เป็นอย่างมาก
- ผู้ที่อยู่ในเหตุการณ์ที่ไม่ได้รับการฝึกการช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR) มาก่อนก็สามารถช่วยท่านได้อย่างน้อยที่สุดก็ช่วยกดหน้าอกได้
- การกดหน้าอกสามารถทำได้ ถึงแม้จะยังไม่ได้รับ การอบรมมา เพราะสามารถทำตามคำแนะนำจากศูนย์สั่งการ (1669) ทางโทรศัพท์ได้ การกดหน้าอกช่วยให้มีออกซิเจนไปเลี้ยงที่สมอง หัวใจ และอวัยวะที่สำคัญอื่น ๆ ซึ่งจะช่วยให้ผู้ป่วยมีชีวิตรอด จนกว่าจะมีการนำเครื่องเออีดีมาใช้ หรือได้รับการดูแลจากหน่วยแพทย์ขั้นสูง

ห่วงโซ่ที่ 3. ได้รับการช็อกไฟฟ้าหัวใจอย่างรวดเร็วด้วยเครื่องเออีดี

- การช็อกไฟฟ้าหัวใจอย่างรวดเร็วร่วมกับการกดหน้าอกคุณภาพสูง สามารถเพิ่มโอกาสรอดของผู้ป่วยได้สองถึงสามเท่า ให้หาเครื่องเออีดี มาให้เร็วที่สุดเท่าที่จะทำได้

- เครื่องเออีดี เป็นอุปกรณ์ที่มีน้ำหนักเบา เป็นเครื่องมือที่เคลื่อนย้ายได้ ซึ่งสามารถระบุ ลักษณะของ จังหวะการเต้นของหัวใจที่อาจเสียชีวิต และส่งกระแสไฟฟ้าไปช็อกเพื่อหยุดการเต้นของหัวใจที่ ผิดปกติ และทำให้หัวใจกลับมาเต้นเป็นปกติอีกครั้ง
- เครื่องเออีดี เป็นเครื่องมือที่ใช้งานและปลอดภัย ปัจจุบันอนุญาตให้บุคลากรทางการแพทย์และประชาชน ทั่วไปก็สามารถใช้ได้

ห่วงที่ 4. การช่วยชีวิตขั้นสูงอย่างมีประสิทธิภาพ (รวมถึงการนำผู้ป่วยขึ้นเปลและนำส่งโรงพยาบาล)

- การช่วยชีวิตขั้นสูง (ALS) เป็นสะพานมาเชื่อมต่อการช่วยชีวิตขั้นพื้นฐาน (BLS) เพื่อให้ผู้ป่วยได้รับ การดูแลเพิ่มมากขึ้น การช่วยชีวิตขั้นสูงสามารถทำได้หลายที่ (ทั้งในและนอกโรงพยาบาล) ประสิทธิภาพของทีมช่วยชีวิตขั้นสูงอาจจำเป็นต้องจัดหา อุปกรณ์ที่ดูแลผู้ป่วยเพิ่มมากขึ้น เช่น
 - 12 lead electrocardiogram use advance cardiac monitoring
 - Electrical therapy intervention du cardioversion
 - การเปิดเส้นเลือดให้สารน้ำ
 - การให้ยาอย่างเหมาะสม
 - การใส่ท่อช่วยหายใจ

ห่วงที่ 5. การดูแลจากสหสาขาวิชาชีพภายหลังจากการช่วยฟื้นคืนชีพ

- ทันทีที่ทำให้ผู้ป่วยกลับมามีการไหลเวียนเลือดได้เองอีกครั้ง ห่วงโซ่ต่อไปก็คือการได้รับการดูแลภาย หลังจากหัวใจกลับมาเต้นอีกครั้ง
- การดูแลขั้นสูงเป็นการดูแลผู้ป่วยจากทีมสหสาขาวิชาชีพของบุคลากรทางการแพทย์ มุ่งเน้นไปที่ การป้องกันการกลับมาของภาวะหัวใจหยุดเต้น และให้การรักษาเฉพาะทาง เพื่อช่วยให้มีโอกาสรอด มากขึ้น
- การดูแลภายหลังจากภาวะหัวใจหยุดเต้น อาจจำเป็นต้องสวนหัวใจหรือรักษาในห้อง ICU
- การได้รับการดูแลอย่างต่อเนื่อง การเฝ้าติดตามอาการ การให้ยา หรือการผ่าตัด เพื่อ รักษาโรค ประจำตัว และช่วยให้มีชีวิตรอดต่อไป

ใบความรู้ที่ 4

ปฏิบัติการช่วยฟื้นคืนชีพ (Cardiopulmonary Resuscitation : CPR)

ปฏิบัติการช่วยฟื้นคืนชีพ (Cardiopulmonary Resuscitation : CPR) คือ การช่วยเหลือผู้ที่หยุดหายใจและหัวใจหยุดเต้น ทำให้ผู้ป่วยกลับมาหายใจ หรือมีการนำออกซิเจนเข้าสู่ร่างกาย และเกิดการไหลเวียนเลือดไปเลี้ยงอวัยวะต่าง ๆ ของร่างกายโดยเฉพาะสมองกับหัวใจจนกระทั่งระบบต่าง ๆ กลับมาทำหน้าที่ได้ตามปกติ เป็นการป้องกันการเสียชีวิต หรือเนื้อเยื่อได้รับความเสียหายอย่างถาวรจากการขาดออกซิเจน

ขั้นตอนการช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR)

1. ประเมินความปลอดภัย ณ จุดเกิดเหตุ เมื่อพิจารณาว่าปลอดภัยแล้วจึงเข้าไปหาผู้ป่วย
2. การประเมินผู้ป่วย โดยการปลุกเรียกผู้ป่วย ถ้ารู้จักชื่อให้เรียกชื่อ แต่ถ้าไม่รู้จักชื่อให้ เรียก “คุณ ๆ” ด้วยเสียงดัง พร้อมกับใช้มือตบที่บ่าทั้ง 2 ข้าง 3 ครั้ง 2 รอบ ขณะที่ตาจ้องมองไปที่ใบหน้าของผู้ป่วยดูว่าผู้ป่วยมีการกระพริบตาหรือไม่ หากผู้ป่วย ไม่มีอาการตอบสนองให้ตะโกนขอความช่วยเหลือ ตามข้อ 3



3. ขอความช่วยเหลือ เรียกขอความช่วยเหลือ โทรศัพท์แจ้ง 1669 และขอเครื่องเออีดี



4. ประเมินการหายใจ โดยการตรวจสอบการหายใจ ให้มองไปที่หน้าอก หน้าท้องว่ามีการขยับขึ้นลงหรือไม่ ใช้เวลาไม่น้อยกว่า 5 วินาที แต่ไม่เกิน 10 วินาที



5. การกดหน้าอก วิธีการกดหน้าอก ให้ใช้สันมือข้างหนึ่งวางลงบนกึ่งกลางหน้าอก (กึ่งกลางระหว่างหัวนมทั้งสองข้าง) แล้วใช้มืออีกข้างหนึ่งวางทับด้านบน ใช้นิ้วมือ ทั้งสองข้างล็อกกันไว้ แขนทั้งสองข้างเหยียดตรงไหล่ของผู้ช่วยเหลือตั้งฉากกับหน้าอก ของผู้ป่วย ให้ใช้น้ำหนักจากไหล่กดลงมา แขนเหยียดตรง กดลงในแนวแรงตั้งฉากกับพื้น ใช้ข้อสะโพกเป็นจุดหมุน เวลาในการกดและปล่อยมือขึ้นต้องเท่ากัน แรงและเร็วเป็นจังหวะให้ได้คุณภาพสูง ดังนี้

- กดลึกลงไป 5 - 6 เซนติเมตร หรือ 2 - 2.4 นิ้ว
- อัตราเร็วในการกดหน้าอก 100 - 120 ครั้งต่อนาที
- ชัดจังหวะ หรือหยุดกดหน้าอกให้น้อยกว่า 10 วินาที
- ถอนมือขึ้นมาเพื่อให้หน้าอกขยายคืนสู่ตำแหน่งเดิมทุกครั้ง
- ไม่เป่าลมช่วยหายใจโดยเป่าลมเข้ามาเกินไป
- กดหน้าอก 30 ครั้ง สลับกับการเป่าปาก 2 ครั้ง นับเป็นหนึ่งรอบ ประเมินซ้ำทุก 5 รอบ

หมายเหตุ : ในกรณีที่ไม่มีอุปกรณ์ช่วยหายใจ หรือผู้ช่วยเหลือไม่ทำการเป่าปาก ให้กดหน้าอก อย่างเดียว ต่อเนื่อง 200 ครั้ง หรือประมาณ 2 นาที แล้วประเมินซ้ำ



6. การช่วยหายใจ (การเป่าปาก) ผู้ช่วยเหลือมีความเสี่ยงต่อการติดเชื้อจากการช่วยหายใจ หรือการเป่าปาก เช่น โควิด-19 ไวรัสตับอักเสบบี ผู้ช่วยเหลือจึงสามารถ เลือกรักษาช่วยฟื้นคืนโดยการกดหน้าอกอย่างเดียว ในกรณีที่ท่านมั่นใจว่าสามารถ ช่วยการหายใจได้ครบถ้วนตามหลักการช่วยฟื้นคืนชีพ การช่วยหายใจมีวิธีการ ดังนี้



- หลังจากกดหน้าอกครบ 30 ครั้ง แล้วให้เปิดทางเดินหายใจ โดยใช้วิธีการกดหน้าผากเซียงคาง โดยใช้นิ้วโป้งกับนิ้วชี้ของมือข้างที่กดหน้าผาก บีบจมูกผู้ป่วยให้สนิท ส่วนมือข้างที่เซียงคาง ขึ้นมาช่วยเปิดปาก แล้วก้มลงไปประกบปากผู้ป่วย (ปากต่อปาก) เป่าลมเข้าใช้เวลาครั้งละประมาณ 1 วินาที ขณะเป่าลมเข้าให้ชำเลืองมองไปที่หน้าอกของผู้ป่วยต้องมองเห็นหน้าอกขยับขึ้นชัดเจน แล้วเงยหน้าขึ้นเพื่อปล่อยให้ผู้ป่วยหายใจออกทางปาก แล้วเป่าปากซ้ำเป็นครั้งที่ 2
- ถ้าเป่าลมไม่เข้าให้รีบเปิดทางเดินหายใจใหม่ทันที โดยการกดหน้าผากเซียงคางให้มากขึ้น แล้วเป่าปากครั้งที่ 2 (อย่าช่วยหายใจมากกว่า 2 ครั้ง) หลังจากนั้นให้รีบกดหน้าอกต่อทันที
- ไม่เป่าลมช่วยหายใจโดยเป่าลมเข้ามากเกินไป



7. **ช่วยฟื้นคืนชีพต่อเนื่อง** หลังจากช่วยหายใจแล้ว ให้รีบกลับมากดหน้าอกต่อทันทีอย่างต่อเนื่อง หยุดกดหน้าอกให้น้อยที่สุด ไม่เกิน 10 วินาที โดยให้กดหน้าอก 30 ครั้ง สลับกับการเป่าปาก 2 ครั้ง หรือ 30 : 2 ไปจนครบ 5 รอบแล้วประเมินซ้ำ ให้ช่วยฟื้นคืนชีพไปจนกว่า

- ผู้ป่วยจะกลับมามีสัญญาณชีพอีกครั้ง (ตากระพริบ ไอ หน้าอกหน้าท้องกระเพื่อม ตามจังหวะการหายใจ หรือมีการเคลื่อนไหวของแขน ขา)
- ทีมแพทย์ฉุกเฉินเข้ามาให้การช่วยเหลือ
- เหนื่อยมากจนทำต่อไปไม่ไหว
- แพทย์วินิจฉัยว่าผู้ป่วยเสียชีวิตแล้ว ให้ยุติการช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR)

การช่วยฟื้นคืนชีพ หากเป็นไปได้ควรมีผู้ช่วยเหลืออย่างน้อย 2 คน เพื่อสลับกัน กดหน้าอกและเป่าปาก จะช่วยเพิ่มประสิทธิภาพการช่วยชีวิตให้ได้ผลดีกว่าการมีผู้ช่วยเหลือคนเดียว

การช่วยฟื้นคืนชีพเด็ก

ผู้ช่วยเหลือดำเนินการตามขั้นตอนเช่นเดียวกับผู้ใหญ่ ปรับวิธีการกดหน้าอกโดยให้ ผู้ช่วยเหลือวางมือลงตรงกึ่งกลางหน้าอก (กึ่งกลางระหว่างหัวนม) กดลึกลงไปประมาณ 14 ของความหนาของหน้าอก (หรือประมาณ 5 เซนติเมตร หรือ 2 นิ้ว) ในการกดหน้าอก จะใช้มือเพียงมือเดียวหรือสองมือก็ได้ สำหรับเด็กวัยรุ่นให้ใช้ความลึกในการกดเท่ากับผู้ใหญ่ (5 - 7 เซนติเมตร)



การช่วยฟื้นคืนชีพทารก

ให้กดหน้าอกลึกลงไปประมาณ 4 ของความหนาของหน้าอก (หรือ 4 เซนติเมตร หรือ 1.5 นิ้ว) โดยการใช้ 2 นิ้วมือ หรือ 2 นิ้วโป้ง อัตราเร็วของการกดหน้าอกคือ 100 - 120 ครั้ง ต่อนาที สลับกับการเป่าปาก 2 ครั้ง หรือ 30 : 2 จนครบ 5 รอบแล้วประเมินซ้ำ (ใช้เวลา ในการประเมินไม่เกิน 10 วินาที) ในกรณีที่มีผู้ช่วยเหลือ 2 คน ให้ปรับเปลี่ยนอัตราการกดหน้าอก จาก 30 ครั้ง เป่าปาก 2 ครั้ง มาเป็น กดหน้าอก 15 ครั้ง เป่าปาก 2 ครั้ง แล้วประเมินซ้ำเมื่อ ครบทุก ๆ 10 รอบ



การกดหน้าอกโดยใช้ 2 นิ้วมือ



การกดหน้าอกโดยใช้ 2 นิ้วโป้ง



การเป่าปาก

ใบความรู้ที่ 5 การใช้เครื่องเออีดี

เครื่องเออีดี (Automatic External Defibrillator : AED) คืออุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์ แบบพกพาที่สามารถ วินิจฉัย ภาวะหัวใจเต้นผิดปกติที่อันตรายแก่ชีวิต (ชนิด Ventricular Fibrillation หรือหัวใจห้องล่างเต้นแผ่วระรัวที่ไม่มีสัญญาณชีพ และ Ventricular Tachycardia) ได้โดยอัตโนมัติและสามารถให้การรักษาโดยปล่อยไฟฟ้าไปช็อก หรือกระตุ้นหัวใจเพื่อหยุดภาวะหัวใจเต้นผิดปกตินั้นให้หัวใจกลับมาเต้นใหม่ในจังหวะที่ถูกต้อง

เครื่องเออีดี มักพบติดตั้งในพื้นที่สาธารณะที่มีประชาชน หรือผู้ใช้บริการจำนวนมาก เช่น สถานีรถสาธารณะ โรงพยาบาล โรงเรียน สนามบิน สนามกีฬา ห้างสรรพสินค้า ฯลฯ เพื่อใช้ในการช่วยชีวิตผู้ที่มีอาการหัวใจหยุดเต้นกะทันหันให้รอดชีวิตได้ทันเวลาที่ ในอนาคต มีแนวโน้มการติดตั้งเครื่องเออีดีเพิ่มมากขึ้นท่านจะทราบได้ว่าเครื่องเออีดีนั้นติดตั้งอยู่จุดใดได้ โดยสังเกตเห็นสัญลักษณ์เช่นนี้



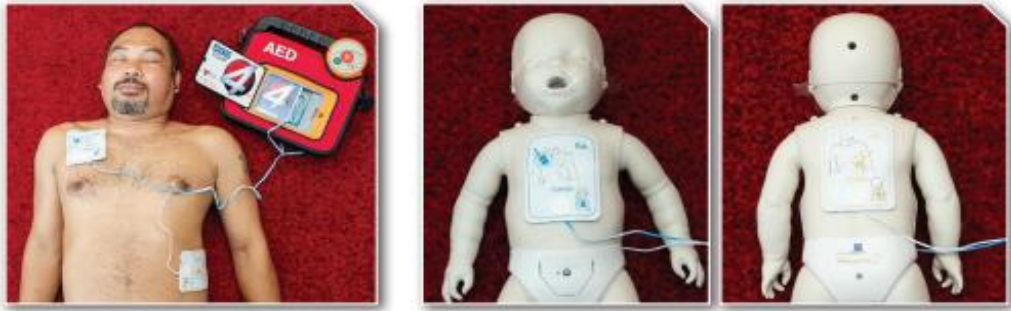
วิธีการใช้เครื่องเออีดี

เครื่องเออีดี มีหลายแบบหลายยี่ห้อ แต่การใช้งานไม่ยุ่งยากและไม่มีความแตกต่างกันมาก หลักการทำงานของเครื่องเออีดี มีดังนี้



1. เปิดเครื่อง กดปุ่มเปิดเครื่อง ในขณะที่เครื่องเออีดีบางรุ่นจะทำงานทันทีเมื่อเปิดฝาครอบออก เมื่อเปิดเครื่องแล้วจะมีเสียงบอกให้รู้ว่าต้องทำอะไรต่อไป ให้ปฏิบัติตามที่เครื่องสั่งทันที

2. ติดแผ่นนำไฟฟ้าที่หน้าอกของผู้ป่วย ตรวจสอบหน้าอกของผู้ป่วยว่าแห้งสนิท หากพบว่า เปียกน้ำหรือไม่แห้งสนิทให้ใช้ผ้าเช็ดบริเวณหน้าอกของผู้ป่วยให้แห้งก่อน แล้วลอกแผ่นพลาสติกด้านหลังแผ่นนำไฟฟ้าออก แปะแผ่นนำไฟฟ้าแผ่นที่หนึ่งที่ใต้กระดูกไหปลาร้าด้านขวา และแปะ แผ่นที่สองที่บริเวณใต้แนวราวนมซ้ายด้านข้างลำตัว ตรวจสอบให้แน่ใจว่าสายไฟฟ้าจากแผ่นนำไฟฟ้า ต่อเข้ากับตัวเครื่องเรียบร้อยแล้ว หากผู้ป่วยเป็นเด็กตัวเล็ก หรือทารกอาจจำเป็นต้องแปะแผ่นนำไฟฟ้า ที่บริเวณด้านหน้าและด้านหลังของลำตัว (ตามรูป)



3. เครื่องเออีดีทำการวิเคราะห์คลื่นไฟฟ้าหัวใจ เครื่องเออีดี ส่วนมากจะเริ่มวิเคราะห์คลื่นไฟฟ้าหัวใจทันทีเมื่อแปะแผ่นนำไฟฟ้าเสร็จ เครื่องบางรุ่นต้องกดปุ่ม “วิเคราะห์” ก่อน ระหว่างนั้นการดำเนินกิจกรรมห้ามสัมผัสถูกตัวผู้ป่วย ให้ร้องเตือนดังๆ ว่า “ทุกคนถอย!” เครื่องเออีดีจะใช้เวลาสั้น ๆ ประมาณ 5 - 10 วินาที ในการวิเคราะห์ ระหว่างนั้นอาจจะได้ยินเสียงการส่งสัญญาณวิเคราะห์



4. เมื่อเครื่องเออีดี ตรวจพบคลื่นไฟฟ้าหัวใจที่จำเป็นต้องทำการช็อก เครื่องจะบอก่า “แนะนำให้ทำการช็อก ถอยออกจากผู้ป่วย กดปุ่ม “ช็อก” แต่ก่อนที่ผู้ช่วยเหลือจะกดปุ่มช็อกต้องตรวจสอบ ให้แน่ใจว่า ไม่มีใครสัมผัสถูกตัวของผู้ป่วย ด้วยการตะโกนบอกดังๆ ว่า “ทุกคนถอย!!” พร้อมกับกางแขนออกเพื่อกันผู้ที่ไม่มีส่วนเกี่ยวข้องเข้ามา มองซ้ำอีกครั้งเพื่อเป็นการตรวจสอบครั้งสุดท้ายว่าไม่มีผู้ใดสัมผัสผู้ป่วยอยู่แล้วจึงกดปุ่ม “ช็อก”



เมื่อกดปุ่มช็อกแล้วให้เริ่มกดหน้าอกต่อทันที 30 ครั้ง สลับกับช่วยหายใจ (การเป่าปาก) 2 ครั้ง หรือกดหน้าอกอย่างเดียวในกรณีที่ท่านไม่ต้องการที่จะเป่าปาก ไปจนกว่าเครื่องเออีดี จะวิเคราะห์คลื่นไฟฟ้าหัวใจซ้ำอีกครั้งเมื่อครบทุก ๆ 2 นาที ให้ทำการกดหน้าอกและช่วยหายใจ หรือกดหน้าอกอย่างเดียวรวมกับการใช้เครื่องเออีดีไปจนกว่าผู้ป่วยจะฟื้น หรือหน่วยกู้ชีพจะมาถึงและรับผู้ป่วยส่งไปรักษาต่อที่โรงพยาบาล



ใบความรู้ที่ 6

การปฐมพยาบาลฉุกเฉิน การเคลื่อนย้ายผู้ป่วย ผู้บาดเจ็บในภาวะฉุกเฉิน

สถานการณ์ไม่ปลอดภัย หรือกำลังจะไม่ปลอดภัย ตัวอย่างเช่น ไฟไหม้ เสี่ยงต่อการระเบิด อันตรายจากสารเคมีรั่วไหล หรือตึกถล่ม เป็นต้น จำเป็นต้องเคลื่อนย้ายเพื่อเข้าไปให้ความช่วยเหลือผู้บาดเจ็บคนอื่นที่มีอาการหนักกว่า เพื่อสามารถให้การรักษาได้อย่างเหมาะสม ตัวอย่างเช่น ผู้ที่หมดสติล้มลงบนบันไดและจำเป็นต้องทำ CPR ซึ่งจำเป็นต้องปฏิบัติบนพื้นผิวราบ

ความปลอดภัยของเจ้าหน้าที่ช่วยชีวิต เป็นสิ่งที่มีความสำคัญอย่างมาก อย่างไรก็ตาม ถ้าเคลื่อนย้ายออกไปจากบริเวณที่เกิดเหตุแล้วจะทำให้เกิดความปลอดภัยกับเจ้าหน้าที่ ช่วยชีวิต ควรพยายามเคลื่อนย้ายไปยังบริเวณที่ปลอดภัยจะดีกว่า

ก่อนการเคลื่อนย้าย

ก่อนการเคลื่อนย้าย ผู้ช่วยเหลือควรประเมิน ดังต่อไปนี้

- สภาพผู้ป่วย ให้แน่ใจว่าผู้เจ็บป่วยไม่มีการบาดเจ็บของอวัยวะสำคัญ ศีรษะ ด้านหลัง กระดูกสันหลัง
- ความสูงและน้ำหนักของผู้ป่วย
- ความแข็งแรงของผู้ช่วยเหลือ
- อุปสรรค เช่น บันได ช่องทางผ่านแคบ
- ระยะทางในการเคลื่อนย้าย
- คนอื่น ๆ ที่สามารถให้ความช่วยเหลือได้
- การช่วยเหลือและการส่งต่อผู้ป่วย

การเคลื่อนย้ายผู้ป่วย

การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยที่ปลอดภัยโดยที่ไม่ส่งผลให้ผู้ช่วยเหลือได้รับบาดเจ็บ ผู้ช่วยเหลือ ควรปฏิบัติ ดังนี้

- เวลาแก้มตัวเอง ให้ใช้ขา
- ไม่ใช่หลัง
- ให้อยู่ต่ำและสะโพก และหลีกเลี่ยงการบิดลำตัว
- ให้เดินไปข้างหน้า เมื่อสามารถทำได้ก้าวสั้น ๆ และมองบริเวณที่กำลังจะเดินไป
- หลีกเลี่ยงการบิด หรือองตัวของผู้ที่ได้รับบาดเจ็บที่ศีรษะ คอ และหลัง
- ห้ามเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บที่ตัวใหญ่ที่เราไม่สามารถลากได้อย่างสบาย

การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยในภาวะฉุกเฉินมีหลายวิธีในหนังสือเล่มนี้จะเสนอวิธีการเคลื่อนย้าย ผู้ป่วยที่ไม่บาดเจ็บบริเวณศีรษะ คอ หลัง ออกจากบริเวณที่ไม่ปลอดภัยที่ปฏิบัติบ่อย ง่าย และ ก่อให้เกิดอันตรายแก่ผู้ป่วยและผู้ช่วยเหลือน้อยที่สุด ได้แก่

การลากเสื้อ (Clothes Drag)

การลากเสื้อ (Clothes Drag) เป็นการลากเสื้อของผู้ป่วยที่ได้รับบาดเจ็บที่ไม่สามารถขยับตัวได้ในพื้นราบ ปฏิบัติดังนี้

1. ผู้ช่วยเหลือยืนอยู่เหนือศีรษะของผู้ป่วย จับที่เสื้อของผู้ป่วยที่บริเวณด้านหลัง
2. ดึงโดยใช้เสื้อของผู้ป่วยและแขนของผู้ช่วยเหลือออกมาทำเป็นเปลรองศีรษะของผู้ป่วย (ตามรูป)



การลากผ้าห่ม (Blanket Drag)

การลากผ้าห่ม (Blanket Drag) ใช้ในการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยที่ไม่รู้สึกตัวในสถานการณ์ฉุกเฉิน และเมื่อมีข้อจำกัดเกี่ยวกับอุปกรณ์ ปฏิบัติดังนี้

1. จัดให้ผู้ป่วยอยู่ระหว่างผู้ช่วยเหลือและผ้าห่ม
2. พับผ้าห่มเข้ามาครึ่งแล้วนำมาไว้ชิดกับด้านข้างตัวของผู้ป่วย
3. พลิกผู้ป่วยเข้ามาหาตัวของผู้ช่วยเหลือ
4. คลี่ผ้าห่มที่พับไว้ออก ดังนั้นผ้าห่มจะอยู่ที่ใต้ลำตัวของผู้ป่วย
5. พลิกผู้ป่วยกลับไปให้นอนบนผ้าห่ม
6. รวบผ้าห่มที่อยู่เหนือศีรษะแล้วลากผู้ป่วย (ตามรูป)



การยกและเคลื่อนย้ายโดยผู้ช่วยเหลือ 3 คน

การยกและเคลื่อนย้ายโดยผู้ช่วยเหลือ 3 คน ใช้ในการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยที่ไม่สามารถขยับตัวได้หรือหมดสติ ปฏิบัติดังนี้

1. ผู้ช่วยเหลือทั้ง 3 คนนั่งท่าชันเข่าเดียวกัน เรียงแถวกันที่ด้านใดด้านหนึ่งของผู้ป่วย
2. ให้ผู้ช่วยเหลือคนใดคนหนึ่งทำหน้าที่หัวหน้าทีม สั่งการและให้จังหวะแก่สมาชิกในทีมเพื่อความพร้อมเพรียงในการยก
3. ผู้ช่วยเหลือทั้ง 3 คนวางมือบนลำตัวผู้ป่วยโดยตำแหน่ง ดังนี้
 - ผู้ช่วยคนที่ 1 วางมือตำแหน่งหน้าอกหรือลำตัวช่วงบน
 - ผู้ช่วยคนที่ 2 วางมือตำแหน่งสะโพกและต้นขาด้านบน
 - ผู้ช่วยคนที่ 3 วางมือตำแหน่งต้นขาด้านล่างและส่วนปลายขา
4. ผู้ช่วยเหลือทั้ง 3 คนสอดมือเข้าใต้ลำตัวของผู้ป่วยตรงตามตำแหน่งที่วางมือไว้
5. หัวหน้าทีมสั่งการให้จังหวะให้แก่สมาชิกในทีม ยกผู้ป่วยขึ้นพร้อมกันวางบนเข่า



ภาคผนวก

หมายเลขโทรศัพท์ระบบบริการฉุกเฉินทางการแพทย์ที่ควรทราบ

1. เหตุด่วน เหตุร้าย เจ้าหน้าที่ตำรวจ	191
2. ศูนย์ดับเพลิง สัตว์เข้าบ้าน	199
3. ศูนย์นเรนทร (สถาบันการแพทย์ฉุกเฉินแห่งชาติ)	1669
4. ศูนย์นเรนทร (วชิรพยาบาล)	1554
5. หน่วยแพทย์กู้ชีพ กรุงเทพมหานคร	1555
6. ศูนย์เอราวัณ (กรุงเทพมหานคร)	1646
7. อุบัติเหตุทางน้ำ กองบัญชาการตำรวจ	1196
8. ศูนย์ปลอดภัยทางน้ำ กรมเจ้าท่า	1199
9. ศูนย์พิษวิทยา โรงพยาบาลรามาธิบดี	1367
10. ศูนย์ความปลอดภัยคมนาคม	1356
11. สายด่วนสุขภาพจิต	1323
12. ศูนย์ช่วยเหลือเร่งด่วน กระทรวงพัฒนาสังคมและความมั่นคงมนุษย์	1507
13. ศูนย์รับแจ้งข่าวยาเสพติด	1688

การแจ้งเหตุฉุกเฉินเพื่อขอความช่วยเหลือ ผู้แจ้งควรให้ข้อมูล ดังนี้

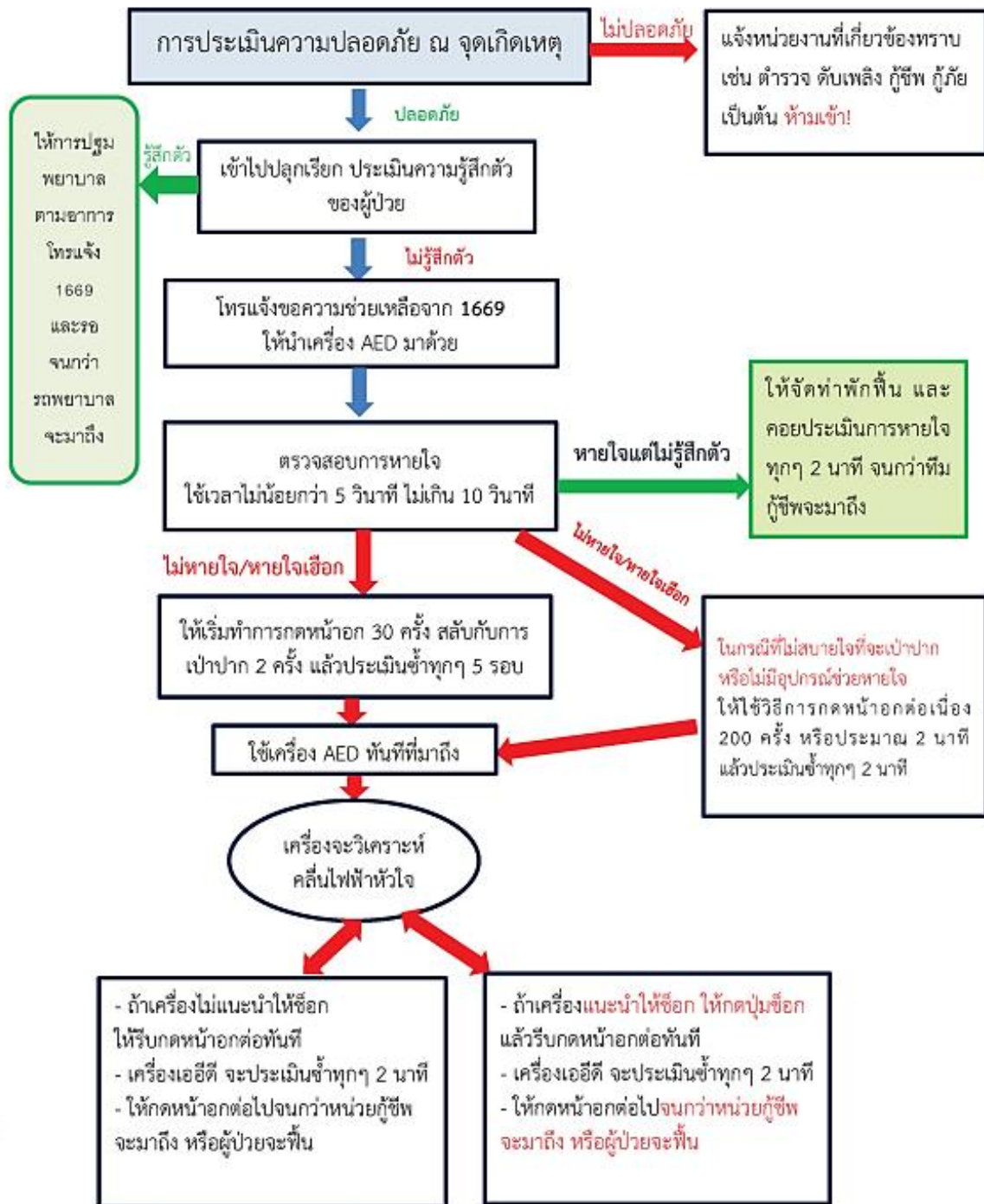
1. เกิดเหตุอะไร
2. สถานที่เกิดเหตุ
3. จำนวนผู้บาดเจ็บและอาการโดยสรุป ผู้บาดเจ็บ ผู้ป่วยเป็นอะไร/ มีอาการอย่างไร/รู้สึกตัว/รู้สติ ตื่นพูดได้หรือไม่
4. ผู้บาดเจ็บ หรือผู้ป่วยอยู่ที่ไหน
5. ชื่อและหมายเลขโทรศัพท์ของผู้แจ้งเหตุ

หมายเหตุ เมื่อท่านโทรไปที่ 1669 แล้ว เจ้าหน้าที่จากศูนย์รับแจ้งเหตุฯ จะถามข้อมูลเหล่านี้จากท่าน ขอให้ท่านตั้งสติ แล้วตอบคำถามตามความเป็นจริง

ข้อควรปฏิบัติขณะรอรถพยาบาล

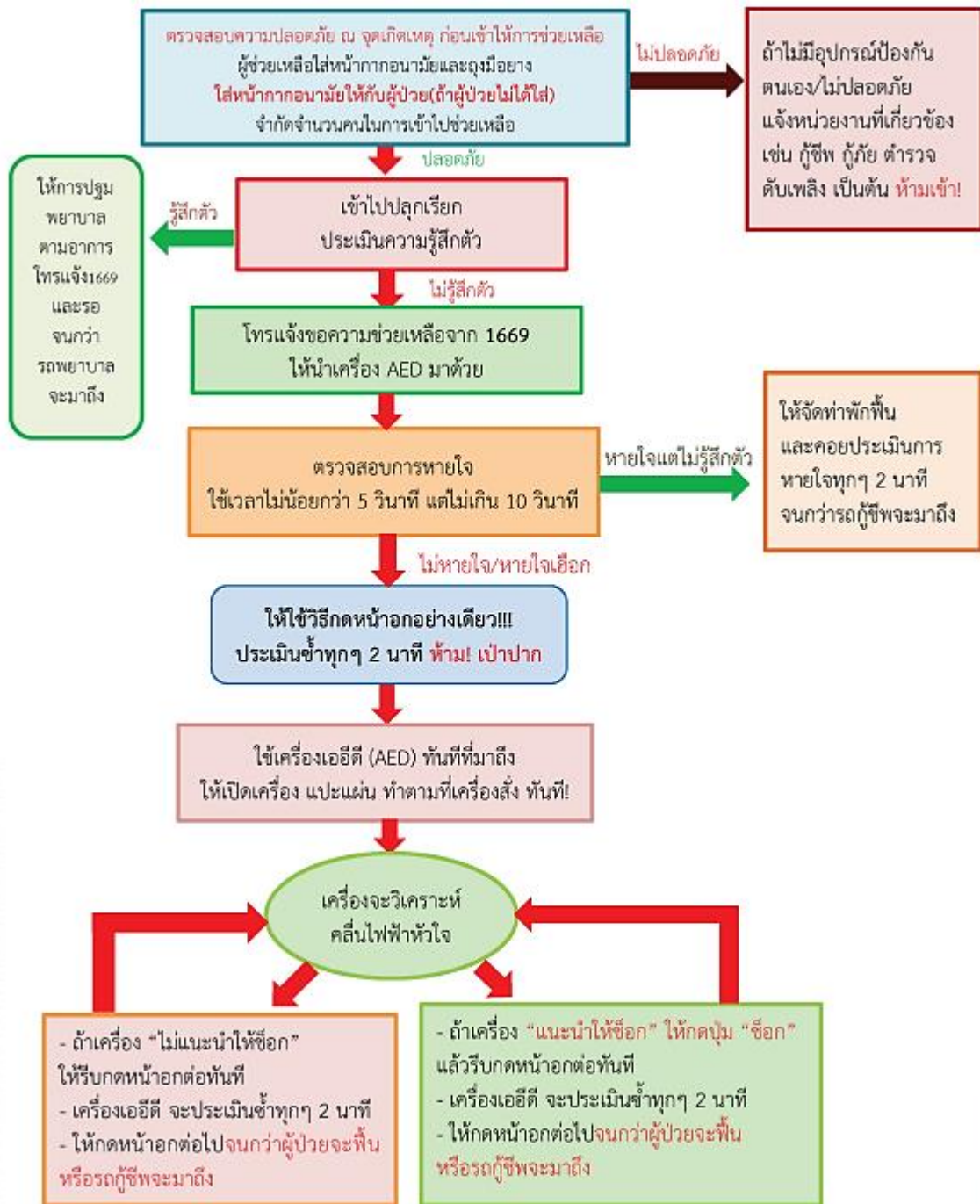
1. ควรดูแลผู้บาดเจ็บให้ปลอดภัย : การหายใจ ภาวะเลือดออก
2. สังเกตอาการเปลี่ยนแปลงที่อาจเกิดขึ้นกับผู้บาดเจ็บและทำให้อาการรุนแรงมากขึ้น เพื่อแจ้งข้อมูลเพิ่มเติมและขอคำแนะนำเพื่อดูแลผู้บาดเจ็บให้ปลอดภัย

แผนภาพขั้นตอนการช่วยชีวิตขั้นพื้นฐานและการใช้เครื่องเอ อี ดี (AED) ในผู้ใหญ่ ในภาวะปกติ



จัดทำโดย ศูนย์วิชาการเตรียมความพร้อมด้านการแพทย์ฉุกเฉิน (ศูนย์ EMPAC) สว.สพ.

แผนภาพขั้นตอนการช่วยชีวิตขั้นพื้นฐานและการใช้เครื่องเออีดี (AED)
ในผู้สงสัยติดโควิด-19 ภาคประชาชน



จัดทำโดย ศูนย์วิชาการเตรียมความพร้อมด้านการแพทย์ฉุกเฉิน (ศูนย์ EMPAC) สวว.สพฉ.

แผนการจัดกิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้

ชั่วโมงที่ 4-6 เสริมสร้างทักษะปฏิบัติพื้นฐาน

ผลลัพธ์การเรียนรู้ของกลุ่มเป้าหมาย

นักเรียนมีทักษะพื้นฐานในการ CPR และ การใช้เครื่อง AED

กิจกรรมการเรียนรู้

1. ครูทบทวนขั้นตอนการ CPR และ การใช้เครื่อง AED พร้อมทั้งทดสอบความรู้และการปฏิบัติ (เบื้องต้น) (30 นาที)
 - 1.1 ครูและวิทยากรแนะนำขั้นตอน อุปกรณ์ การใช้อุปกรณ์ และสาธิตขั้นตอนต่าง ๆ เบื้องต้น ตามลำดับ
 - 1.2 ครู/วิทยากร สาธิตกับหุ่นจำลอง และฝึกในสถานการณ์จำลองที่ละขั้นตอน
2. ให้ผู้เรียนรวมกลุ่ม ๆ ละ 5 คน เพื่อฝึกปฏิบัติทักษะพื้นฐานในการ CPR และ การใช้เครื่อง AED โดยให้ปฏิบัติตามการสาธิตของวิทยากรที่ละขั้น (45 นาที)
3. ให้ผู้เรียนรวมกลุ่ม ๆ ละ 5 คน เพื่อฝึกปฏิบัติทักษะพื้นฐานในการ CPR และ การใช้เครื่อง AED โดยมีวิทยากรเดินสังเกตและให้คำชี้แนะที่กลุ่ม (45 ชม)
4. ทดสอบทักษะภาคปฏิบัติพื้นฐานของนักเรียนเป็นรายบุคคล (45 นาที)
5. ครู/วิทยากร สรุปหลักการพื้นฐานและข้อควรระมัดระวังในการ CPR และ การใช้เครื่อง AED และ ให้ผู้เรียนพูดสะท้อนคิดสิ่งที่ได้เรียนรู้ (15 นาที)

การวัดและประเมินผล

1. การประเมินทักษะการ CPR และ เครื่อง AED

แพลตฟอร์มที่ 8

เว็บไซต์รวบรวมสื่อการเรียนรู้และแผนการจัดการเรียนรู้
สำหรับครูผู้สอน

แพลตฟอร์มที่ 8

เว็บไซต์รวบรวมสื่อการเรียนรู้และแผนการจัดการเรียนรู้ สำหรับครูผู้สอน

คำอธิบายแพลตฟอร์ม

เว็บไซต์รวบรวมสื่อการเรียนรู้ คลิปวิดีโอ และแผนการจัดการเรียนรู้/กิจกรรมการเรียนรู้สำหรับครูผู้สอนที่สามารถสืบค้นเพื่อความรู้เกี่ยวกับการแพทย์ฉุกเฉิน การช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน และการใช้เครื่อง AED ตลอดจนรวมตัวอย่างการจัดกิจกรรมบูรณาการเรียนรู้อื่นๆ ไว้อย่างหลากหลาย อาทิ การจัดการเรียนรู้ในรายวิชาสุขศึกษา กิจกรรมสำหรับครูประจำชั้น (Homeroom) กิจกรรมลูกเสือ เนตรนารีหรือผู้บำเพ็ญประโยชน์ แผนการจัดการเรียนรู้บูรณาการในรายวิชาต่าง ๆ กิจกรรมพัฒนาผู้เรียน (แนะแนว) กิจกรรมลดเวลาเรียนเพิ่มเวลารู้

ผลลัพธ์การเรียนรู้ของกลุ่มเป้าหมายของแพลตฟอร์มหลักสูตร

1. ครูและนักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการแพทย์ฉุกเฉิน การช่วยฟื้นคืนชีพขั้นพื้นฐาน และการใช้เครื่อง AED

ระยะเวลา

ตามอัธยาศัย

ตัวอย่างหน้าเว็บไซต์

Logo of the Faculty of Public Health, Chiang Mai University (CMU) is visible in the top left corner. The main header features a search bar and a title in Thai: "การพัฒนานวัตกรรมแพลตฟอร์มหลักสูตรและกระบวนการขยายผลการเรียนรู้ด้านการแพทย์ฉุกเฉิน สำหรับสถาบันการศึกษาในจังหวัดเชียงใหม่". Below the header, there are several sections of content:

- สื่อสำหรับนักเรียน**: A row of four video thumbnails with titles like "การทำ CPR & การใช้ AED สิ่งที่เราควรต้อง..." and "3 วิธี CPR กู้ชีพ 3 ช่วงวัย".
- สื่อสำหรับครู และบุคลากรทางการศึกษา**: A row of four video thumbnails with titles like "เรียนปฏิบัติการฉุกเฉินการแพทย์ผ่านวีดิทัศน์" and "ER สิ่งที่เราไม่ควรใช้!!! Airway ทางเดิน".
- แผนการจัดการเรียนรู้ และชุดการสอน**: A row of four video thumbnails with titles like "เรียนปฏิบัติการฉุกเฉินการแพทย์ผ่านวีดิทัศน์" and "นักปฏิบัติการฉุกเฉินการแพทย์".

This page features a large image of a meeting in progress, with several people seated around a table. Below the image, there is a section titled "ทีมของโครงการ" (Project Team) which includes a paragraph of text and a row of five small photo thumbnails showing various activities and group photos of the project team members.



โครงการพัฒนาระบบบริการการดูแลผู้ป่วยใน
ด้านการพยาบาลผู้ป่วยสูงอายุ (พณ.)
Social Emergency Care Service Integration 2022

หน้าแรก

ทีมของโครงการ

คณะทำงาน

สื่อสำหรับนักเรียน

สื่อสำหรับครูและบุคลากรทางการศึกษา

แผนการจัดการเรียนรู้และชุดการสอน

ติดต่อสอบถาม

สื่อสำหรับนักเรียน

สื่อสำหรับครูและบุคลากรทางการศึกษา

แผนการจัดการเรียนรู้และชุดการสอน

ติดต่อสอบถาม

สื่อสำหรับนักเรียน

สื่อสำหรับครูและบุคลากรทางการศึกษา

แผนการจัดการเรียนรู้และชุดการสอน

ติดต่อสอบถาม

สื่อสำหรับนักเรียน

สื่อสำหรับครูและบุคลากรทางการศึกษา

แผนการจัดการเรียนรู้และชุดการสอน

ติดต่อสอบถาม

ค้นหาสื่อการเรียนรู้อื่นๆ

คณะทำงาน



ศาสตราจารย์เกียรติคุณ
นายแพทย์สุวัฒน์ จงยาเลิศศักดิ์
รองคณบดี



รองศาสตราจารย์
ดร.วราภรณ์ บุญเชียง
รองคณบดี



ผศ. ดร. จักรกฤษณ์ วิจารณ์
คณบดีสำนักวิชา



อาจารย์ ดร.ศิกดา สวาทยานนท์
ผู้อำนวยการสำนักวิชาพยาบาลวิชาชีพบัณฑิตศึกษา



โครงการพัฒนาระบบบริการการดูแลผู้ป่วยใน
ด้านการพยาบาลผู้ป่วยสูงอายุ (พณ.)
Social Emergency Care Service Integration 2022

หน้าแรก

ทีมของโครงการ

คณะทำงาน

สื่อสำหรับนักเรียน

สื่อสำหรับครูและบุคลากรทางการศึกษา

แผนการจัดการเรียนรู้และชุดการสอน

ติดต่อสอบถาม

สื่อสำหรับนักเรียน

สื่อสำหรับครูและบุคลากรทางการศึกษา

แผนการจัดการเรียนรู้และชุดการสอน

ติดต่อสอบถาม

สื่อสำหรับนักเรียน

สื่อสำหรับครูและบุคลากรทางการศึกษา

แผนการจัดการเรียนรู้และชุดการสอน

ติดต่อสอบถาม

สื่อสำหรับนักเรียน

สื่อสำหรับครูและบุคลากรทางการศึกษา

แผนการจัดการเรียนรู้และชุดการสอน

ติดต่อสอบถาม

ค้นหาสื่อการเรียนรู้อื่นๆ

สื่อสำหรับนักเรียน

The quick, brown fox jumps over a lazy dog. DJs flock by when MTV ax quiz prog. Junk MTV quiz graced by fox whelps. Bawds jog, flick quartz, vex nymphs. Waltz, bad nymph, for quick jigs vex! Fox nymphs grab quick-jived waltz. Brick quiz whangs jumpy veldt fox. Bright vixens jump; dozy fowl quack. Quick wafting zephyrs vex bold Jim. Quick zephyrs blow, vexing daft Jim.

ทั้งหมด

ชุดการเรียนรู้ด้วยตนเอง

สื่อจัดตั้งเพื่อการเรียนรู้การแพทย์ฉุกเฉิน



เรียนรู้ปฏิบัติการฉุกเฉินการแพทย์รามาธิบดี
ชุดความรู้ ที่มีทั้งแบบ 3D และแบบ 2D สำหรับใช้ในการเรียนการสอน
วิชาปฏิบัติการฉุกเฉินการแพทย์ คณะพยาบาลศาสตร์...



นักปฏิบัติการฉุกเฉินการแพทย์
มีผลงานที่ภาคภูมิใจเกี่ยวกับรถพยาบาลที่นำทีมมา
ปฏิบัติการฉุกเฉินการแพทย์ ผู้ป่วยเป็นไข้...



การทำ CPR & การใช้ AED สิ่งที่เราต้อง
มีทำ CPR หรือการปฐมพยาบาลที่ช่วยชีวิตผู้ถูก
ช่วยเหลือที่หัวใจหยุดเต้นได้กลับมาหายใจ มีดังนี้คือ...



3 วิธี CPR ผู้ช็อค 3 ช่วงวัย
การ CPR ที่สามารถช่วยชีวิตผู้ช็อคได้มีอยู่ 3 ช่วงวัย มีส่วน
สำคัญในการช่วยชีวิตผู้ช็อคได้กลับมาหายใจ...



อบรมการช่วยผู้ช็อคเบื้องต้น
อบรมการช่วยผู้ช็อคเบื้องต้น 4 ก.ย. 2559...



เรียนรู้ปฏิบัติการฉุกเฉินการแพทย์รามาธิบดี
นักปฏิบัติการฉุกเฉินการแพทย์ที่โด่งดังกว่าที่อื่นในสาขา
พยาบาลบัณฑิตปฏิบัติการฉุกเฉินการแพทย์ มี 3...





โครงการพัฒนาระบบการเรียนการสอนและการดูแลผู้ป่วย
ด้านการพยาบาลและสาธารณสุขระดับนานาชาติ (NCS)
Sriwit Srinakharinwirot University (SWSU)

หน้าแรก

ทีมของโครงการ

คณะทำงาน

สื่อสำหรับนักเรียน

- ชุดการเรียนรู้อัตโนมัติ
- สื่อการเรียนรู้การปฐมพยาบาลเบื้องต้น
- การสอนผ่านวิดีโอ

สื่อสำหรับครู
และบุคลากรทางการศึกษา

- หลักสูตรอบรมวิทยากรแกนนำ

แผนการจัดการเรียนรู้
และชุดการสอน

- สำหรับครูผู้สอนทุกระดับชั้นและภาคศึกษา
- สำหรับครูที่ปรึกษา
- สำหรับกิจกรรมกลุ่มคือ-นศ.แกนนำ
- สำหรับกิจกรรมการดูแลผู้ป่วยร่วมกัน
- สำหรับวิชาต่าง ๆ
- สำหรับกิจกรรมวิชาการ "ขอเรียน เรียนรู้"

ติดต่อสอบถาม

ค้นหาสื่อการเรียนรู้อื่นๆ

< ย้อนกลับ



การทำ CPR & การใช้ AED สิ่งที่เราควรรู้ ของที่ติดมือ

๒ 217,360

31 มี.ค. 2020

การทำ CPR หรือการปฐมพยาบาลเบื้องต้นสำหรับผู้ที่ยุติหายใจหรือหัวใจหยุดเต้นไม่ทันถ่วงทีอาจเป็นวิธีที่ดีที่สุดที่ทุกคนควรจะเรียนรู้ไว้ เพื่อที่เราจะได้ช่วยเหลือผู้ซึ่งไม่ได้ในกรณีฉุกเฉินที่ชีวิตอยู่รอดขึ้นอยู่กับเวลา นาทีที่ผ่านไปอย่างรวดเร็วและอันตราย สาขานิติเวชการฉุกเฉิน คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล จะมาสอนทุกคนทำ CPR และใช้เครื่องกระตุ้นหัวใจไฟฟ้าอัตโนมัติ AED เพื่อทุกคนจะได้สามารถช่วยเหลือผู้ป่วยที่มีโอกาสรอดและปลอดภัยได้จริง



การทำ CPR & การใช้ AED...

8 มี.ค. 2018
๒ 217,360



3 วิธี CPR คู่มือ 3 ช่วงวัย

28 มี.ค. 2020
๒ 74,595



อบรมการช่วยผู้ชีพเบื้องต้น

9 มี.ค. 2017
๒ 2,154



เรียนรู้ปฏิบัติการฉุกเฉินการ...

20 มี.ค. 2020
๒ 61,995

แพลตฟอร์มที่ 9

กระบวนการขยายผลที่บูรณาการผสมผสานเข้าไปใน
หลักสูตรขยายผลจากครูแกนนำสู่ครูผู้สอนในโรงเรียน

แพลตฟอร์มที่ 9

กระบวนการขยายผลที่บูรณาการผสมผสานเข้าไปใน หลักสูตรขยายผลจากครูแกนนำสู่ครูผู้สอนในโรงเรียน

กระบวนการขยายผลที่บูรณาการผสมผสานเข้าไปในหลักสูตรขยายผลจากครูแกนนำสู่ครูผู้สอนในโรงเรียน ที่เหมาะสมตามสภาพและบริบทของสถาบันการศึกษาในระดับการศึกษาขั้นพื้นฐานและอาชีวศึกษาที่ครอบคลุมกระบวนการทั้งในระดับชั้น ช่วงชั้น สถาบันการศึกษาและระหว่างสถาบันการศึกษา

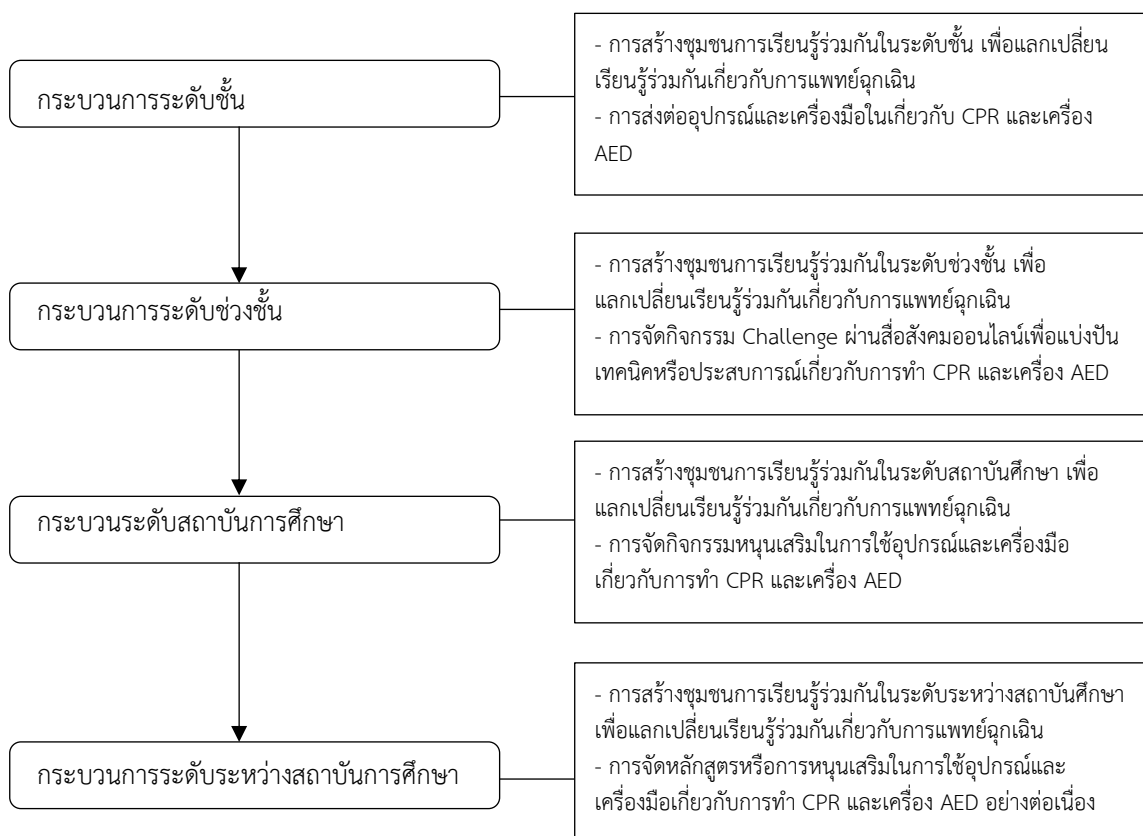
ผลลัพธ์การเรียนรู้ของกลุ่มเป้าหมายของแพลตฟอร์มหลักสูตร

1. ครูและผู้บริหารสามารถขยายองค์ความรู้ด้านการแพทย์ฉุกเฉินเบื้องต้นให้แก่ักเรียนและผู้อื่นได้

ระยะเวลา

จำนวน 1-6 เดือน

กระบวนการขยายผล



การวัดและประเมินผล

1. การบันทึกกระบวนการขยายผล

