

## สารบัญ

หน้า

คำนำ	
สารบัญ	
สารบัญตาราง	
สารบัญรูปประกอบ	
<b>บทที่ 1 บทนำ (Introduction to First aids)</b>	
ความสำคัญและความจำเป็นของการปฐมพยาบาล	1
ความหมายของการปฐมพยาบาล	2
หลักทั่วไปในการปฐมพยาบาล	4
สถานการณ์ที่ต้องให้การปฐมพยาบาล	5
ประโยชน์ของการปฐมพยาบาล	5
สรุป	6
<b>บทที่ 2 กายวิภาคศาสตร์และสรีรวิทยาของร่างกายมนุษย์</b> <b>(Anatomy and Physiology of Body systems)</b>	
ความหมายกายวิภาคศาสตร์ และสรีรวิทยา	7
คำนิยามและความหมายของศัพท์ที่ใช้บ่อย	7
ศัพท์ทางกายวิภาคศาสตร์	9
ส่วนต่าง ๆ ของร่างกายมนุษย์	11
- ศีรษะ (Head)	12
- คอ (Neck)	14
- ลำตัว (Trunk)	15
- แขนและขา (Upper limbs & lower limbs)	23
การจำแนกระบบการทำงานของร่างกายมนุษย์	24
- ระบบผิวหนัง (Integumentary system)	24
- ระบบโครงกระดูก (Skeletal system) และข้อต่อ (Joint system)	25

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
- ระบบกล้ามเนื้อ (Muscular system) .....	30
- ระบบไหลเวียนเลือดและน้ำเหลือง (Circulatory system) .....	34
- ระบบหายใจ (Respiratory system) .....	38
- ระบบย่อยอาหาร (Digestive system) .....	39
- ระบบขับถ่าย (Urinary system) .....	40
- ระบบประสาท (Nervous system) .....	41
- ระบบต่อมไร้ท่อ (Endocrine system) .....	43
- ระบบสืบพันธุ์ (Reproductive system) .....	47
สรุป .....	48
<b>บทที่ 3 การสำรวจและประเมินสภาพผู้บาดเจ็บ (Survey and Victims assessment)</b>	
การสำรวจและประเมินสภาพเบื้องต้น ณ จุดเกิดเหตุ .....	49
- ประเมินสถานการณ์การเกิดบาดเจ็บ สภาพแวดล้อม และภาวะอันตรายต่าง ๆ .....	49
- การตรวจและประเมินสภาพผู้บาดเจ็บและผู้ป่วยฉุกเฉินเบื้องต้น	
- - กรณีที่ผู้บาดเจ็บ / ผู้ป่วยมีสติ .....	50
- - ตรวจบริเวณใบหน้า ศีรษะ สีผิวหนัง เล็บมือ เล็บเท้า .....	50
- - ตรวจทางเดินหายใจ และสังเกตลักษณะการหายใจ .....	50
- - ตรวจนับชีพจร (Pulse) และความดันเลือด (Blood pressure) .....	59
- - ลักษณะของบาดแผล .....	62
- - การทดสอบระดับความมีสติ (Level of consciousness) .....	66
- - การเคลื่อนไหวกของแขนและขา .....	66
- - การทดสอบม่านตา (Pupil reflex) .....	67
- - การแจ้งขอความช่วยเหลือ .....	67
สรุป .....	68

## สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
<b>บทที่ 4 การช่วยชีวิตขั้นพื้นฐาน (Basic life support)</b>	125
ความหมายของการช่วยชีวิตขั้นพื้นฐาน .....	69
ความหมายของการช่วยฟื้นคืนชีพ (Cardiopulmonary resuscitation หรือ CPR) .....	69
สาเหตุที่ทำให้เกิดการหยุดหายใจและหัวใจหยุดเต้น .....	70
อาการนำก่อนการเสียชีวิต .....	70
ขั้นตอนในการช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR) .....	71
- กรณีที่มีผู้ปฐมพยาบาลคนเดียว .....	78
- กรณีที่มีผู้ปฐมพยาบาลสองคน .....	79
อันตรายและภาวะแทรกซ้อนจากการช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR) .....	81
โรคที่ติดต่อได้ในขณะทำการช่วยฟื้นคืนชีพ .....	82
สรุป .....	82
<b>บทที่ 5 บาดแผล (Wounds)</b>	143
ชนิดของบาดแผล .....	83
- บาดแผลทั่วไป .....	83
- บาดแผลปิด หรือแผลฟกช้ำ .....	83
- บาดแผลเปิด .....	84
- หลักสำคัญในการปฐมพยาบาลบาดแผล .....	86
- การตกแต่งบาดแผล .....	86
- ชนิดของการทำแผล .....	86
- เครื่องมือที่ใช้ในการทำแผล .....	87
- ยาฆ่าเชื้อและใส่แผล .....	87
- หลักทั่วไปในการทำความสะอาดแผล .....	88
- วิธีตกแต่งบาดแผลชนิดต่าง ๆ .....	89
- บาดแผลมีพิษ .....	90
- บาดแผลสุนัขกัด .....	90
- บาดแผลงูกัด .....	92

## สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
- บาดแผลถูกแมลงต่อย .....	95
- บาดแผลจากความร้อน .....	97
- บาดแผลถูกสารเคมี .....	103
สรุป .....	104
<b>บทที่ 6 การตกเลือดและการห้ามเลือด (Haemorrhage and Control haemorrhage)</b>	
ความหมายของการตกเลือด .....	105
ชนิดของการตกเลือด .....	105
- การตกเลือดตามระยะเวลาที่มีการตกเลือด .....	105
- การตกเลือดตามตำแหน่งที่มีเลือดออก .....	106
อาการของการตกเลือด .....	108
ความหมายของการห้ามเลือด .....	108
กลไกการห้ามเลือด .....	108
วิธีต่าง ๆ ในการห้ามเลือด .....	109
- การห้ามเลือดโดยวิธีกดแผล .....	109
- การห้ามเลือดโดยวิธีกดเส้นเลือดแดงเหนือแผล .....	111
- การห้ามเลือดโดยวิธีใช้สายรัดบริเวณเหนือแผล .....	114
สรุป .....	115
<b>บทที่ 7 การใช้ผ้าพันชนิดต่าง ๆ (Bandaging)</b>	
ความหมายของการพันผ้า .....	116
ประโยชน์ของการพันผ้า .....	116
ชนิดของผ้าพันแผล .....	117
วิธีต่าง ๆ ในการพันผ้าชนิดม้วน .....	118
หลักการพันผ้าชนิดม้วน .....	124
การใช้ผ้าสามเหลี่ยม .....	125