

# การช่วยชีวิตทางน้ำ



การช่วยชีวิตทางน้ำ / ปัญญา ศักดิ์ดีแก้ว  
WA290 ป524ก 2565 ฉ.1



Barcode \*10054352\*

ห้องสมุดวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุรินทร์

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ปัญญา ศักดิ์ดีแก้ว

# สารบัญ

	หน้า
คำนิยาม	(1)
คำนำ	(2)
สารบัญ	(3)
สารบัญภาพ	(7)
สารบัญตาราง	(13)
บทที่ 1 ความรู้พื้นฐานการช่วยชีวิตทางน้ำ	1
บทนำ	1
ประวัติความเป็นมาของการช่วยชีวิตทางน้ำ	1
ความหมายของการช่วยชีวิตทางน้ำ	2
คำจำกัดความของการช่วยชีวิตทางน้ำ	3
ประเภทของแหล่งน้ำอันตราย	3
สาเหตุการเสียชีวิตทางน้ำ	6
ลักษณะอาการของผู้จมน้ำ	9
มาตรการความปลอดภัยทางน้ำ	11
การป้องกันทางน้ำ	16
ประโยชน์ของการช่วยชีวิตทางน้ำ	18
บทที่ 2 สมรรถภาพทางกายสำหรับการช่วยชีวิตทางน้ำ	19
บทนำ	19
ความหมายของสมรรถภาพทางกาย	19
ความสำคัญของสมรรถภาพทางกาย	20
ประเภทของสมรรถภาพทางกาย	22
การทดสอบสมรรถภาพทางกาย	24
ประโยชน์ของสมรรถภาพทางกาย	34

## สารบัญ (ต่อ)

หน้า

บทที่ 3 การแจ้งเตือนภัย การค้นหาและสัญญาณมือทางน้ำ	37
บทนำ	37
การแจ้งเตือนภัยทางน้ำ	37
ป้ายเตือนภัยทางน้ำ	43
รูปแบบของการแจ้งเตือนภัยทางน้ำ	48
การค้นหาทางน้ำ	48
สัญญาณมือช่วยชีวิตทางน้ำ	53
บทที่ 4 ทักษะพื้นฐานการว่ายน้ำสำหรับการช่วยชีวิตทางน้ำ	59
บทนำ	59
ทักษะพื้นฐานการว่ายน้ำ	59
ทักษะการว่ายน้ำช่วยชีวิตแบบธรรมชาติ	66
ทักษะการว่ายน้ำ	69
บทที่ 5 การช่วยชีวิตทางน้ำด้วยการตะโกน โยน ยื่น	87
บทนำ	87
ความหมายของการตะโกน โยน ยื่น	87
อุปกรณ์การตะโกน โยน ยื่น	87
การประเมินสถานการณ์การช่วยชีวิตทางน้ำ	93
การช่วยชีวิตทางน้ำด้วยการตะโกน	94
การช่วยชีวิตทางน้ำด้วยการโยน	95
การช่วยชีวิตทางน้ำด้วยการยื่น	101
บทที่ 6 การช่วยชีวิตทางน้ำด้วยการเข้าหาและการพาทางน้ำ	107
บทนำ	107
ความหมายของการเข้าหาและการพาทางน้ำ	107
อุปกรณ์การเข้าหาและการพาทางน้ำ	107
การเข้าหาทางน้ำ	112
การพาทางน้ำ	125

## สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ 7 วิธีป้องกันการกอดรัดทางน้ำและการเคลื่อนย้ายทางน้ำ	131
บทนำ	131
วิธีป้องกันการกอดรัดทางน้ำ	131
การเคลื่อนย้ายทางน้ำ	135
บทที่ 8 การปฐมพยาบาลและการช่วยคืนชีวิตทางน้ำ	149
บทนำ	149
ความหมายการปฐมพยาบาลทางน้ำ	149
วัตถุประสงค์ของการปฐมพยาบาล	149
มารยาทของการปฐมพยาบาล	150
การป้องกันผู้ปฐมพยาบาล	150
การดูแลอุปกรณ์ปฐมพยาบาล	151
หลักการปฐมพยาบาล	152
วิธีการปฐมพยาบาล	153
การช่วยคืนชีวิตทางน้ำ	162
การช่วยคืนชีวิตของ DRSABCD	164
ขั้นตอนการช่วยคืนชีวิตของ DRSABCD	164
การเรียกรถพยาบาล	176
บรรณานุกรม	177
ประวัติผู้เขียน	179