

ข้อห้ามเมื่อช่วยคนจมน้ำ
ห้ามอุ้มพาดบ่า ห้ามกระโดด ห้ามวิ่งรอบสนาม

ห้ามวางบนกระถะคว่ำแล้วรีดน้ำออก
เพราะจะทำให้ขาดอากาศหายใจนานยิ่งขึ้น



หากเด็กไม่หายใจ ให้ช่วยได้ด้วยการเป่าปาก



ข้อแนะนำเพื่อการเอาชีวิตรอดในน้ำและการช่วยเหลือคนจมน้ำ

ข้อแนะนำเพื่อการเอาชีวิตรอดในน้ำ

1. หลีกเลี่ยงยาตกลูกโป่ง ตั้งสติไว้ไม่รบกวน
2. ลอยตัวให้ได้นาน เพื่อรอการมาช่วยเหลือ (อุปกรณ์ที่ช่วยในการลอยตัว ได้แก่ ขวดน้ำพลาสติกเปลา่ รองเท้าฟองน้ำ)

ข้อแนะนำเพื่อการช่วยเหลือคนจมน้ำ

1. เด็กๆ เพื่อนตกน้ำ อย่าโดดตามเพื่อช่วยเหลือ 3. ข้อห้ามเมื่อช่วยคนจมน้ำ ห้ามอุ้มพาดบ่า ห้ามกระโดด พลังเสียงมีเหลือเฟือ ตะโกนเรียกผู้ใหญ่ๆ ห้ามวิ่งรอบสนาม ห้ามวางบนกระถะคว่ำแล้วรีดน้ำออก
2. หากพบคนจมน้ำ วิธีการทำอย่างไร เพราะจะทำให้ขาดอากาศหายใจนานยิ่งขึ้น อุปกรณ์ที่ใช้ได้ จองจำไว้ใช้ให้ดี 4. หากเด็กไม่หายใจ ให้ช่วยได้ด้วยการเป่าปาก

(อุปกรณ์ที่สามารถนำมาใช้ได้ ได้แก่ ขวดน้ำพลาสติกเปลา่ เชือก ไม้ เสื้อ กางเกง)



สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติม : สำนักโรคไม่ติดต่อ กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข
โทร. 02-590-3967-8 และ <http://www.thaincd.com>

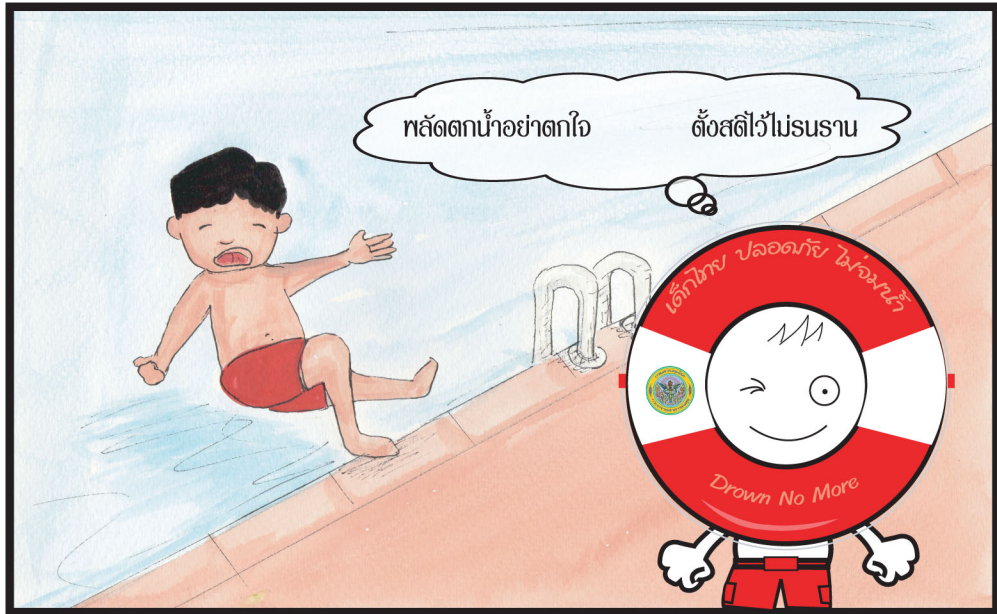
ข้อแนะนำ

เพื่อการเอาชีวิตรอดในน้ำ และการช่วยเหลือคนจมน้ำ



การเอาชีวิตรอดในน้ำ

คำเตือน : ไม่ควรฝึกทักษะต่างๆ ด้วยตนเองเพราะอาจเกิดอันตรายได้



การช่วยเหลือคนตกน้ำ และคนจมน้ำ

คำเตือน : ไม่ควรฝึกทักษะต่างๆ ด้วยตนเองเพราะอาจเกิดอันตรายได้

