

## สถาบันสุขภาพเด็กแห่งชาติมหาราชินี ส่งเสริมให้ผู้ปกครองและเด็ก เรียนรู้วิธีการปั๊มหัวใจเป็น ทักษะจำเป็นสำหรับชีวิต

ตามรายงานของกระทรวงสาธารณสุข ที่ร่วมมือกับคณะกรรมการมาตรฐานการช่วยชีวิต สมาคมแพทย์โรคหัวใจแห่งประเทศไทยในพระบรมราชูปถัมภ์ และสถาบันการแพทย์ฉุกเฉินแห่งชาติ ได้เผยสาเหตุการเสียชีวิตของคนไทยที่นับเป็นอันดับ 3 รองจากโรคมะเร็งคือ โรคหัวใจ โดยในแต่ละปีมีคนไทยเสียชีวิตปีละประมาณ 54,000 คน เฉลี่ยชั่วโมงละ 6 คน หรือคิดเป็นอัตราส่วนประมาณ 60 คนต่อแสนคน โดยผู้ป่วยครึ่งหนึ่งเสียชีวิตก่อนมาถึงโรงพยาบาลอาจเป็นที่บ้านหรือที่ทำงาน เพราะคนไทยยังขาดทักษะความรู้พื้นฐานเรื่องการปฏิบัติการช่วยฟื้นคืนชีพ (Cardiopulmonary Resuscitation : CPR) ซึ่งการทำ CPR นับเป็นเพียง 10% ของการช่วยเหลือเบื้องต้นเท่านั้น เพราะเพียงทำให้เลือดไหลเวียนไปที่สมองแต่หัวใจยังไม่กลับมาทำงานจึงทำให้โอกาสรอดชีวิตมีน้อยมาก แต่ในปัจจุบันสามารถลดอัตราการเสียชีวิตได้ ถ้าบริเวณนั้นมีเครื่องกระตุกหัวใจไฟฟ้าชนิดอัตโนมัติ (Automated Electrical Defibrillator: AED) และโทรแจ้ง 1669 หรือรถพยาบาลกู้ชีพโดยด่วน

นายแพทย์สมศักดิ์ อรรฆศิลป์ อธิบดีกรมการแพทย์ กล่าวว่า ตามที่นโยบายของกระทรวงสาธารณสุขที่ต้องการลดอัตราการเสียชีวิตจากภาวะหัวใจหยุดเต้นกะทันหัน จึงได้ส่งเสริมให้เกิดการสร้างความรู้พื้นฐานที่เกี่ยวกับการปฏิบัติการช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR) ควบคู่ไปกับการใช้เครื่องกระตุกหัวใจไฟฟ้าชนิดอัตโนมัติ (AED) โดยเบื้องต้นได้มีนโยบายให้คณะกรรมการช่วยชีวิต ของสถาบันสุขภาพเด็กฯ จัดกิจกรรมอบรมดังกล่าวให้กับ นักศึกษาแพทย์ แพทย์ และบุคลากรในองค์กร ตลอดจนบุคคลภายนอกที่มีความสนใจให้ตระหนักถึงความสำคัญ และประโยชน์ของการทำ CPR และการใช้เครื่อง AED ซึ่งได้ตั้งเป้าหมายประมาณ 200 คน ในปี พ.ศ. 2560 ทั้งนี้ สถาบันสุขภาพเด็กฯ เตรียมขยายกลุ่มเป้าหมายไปยังสถาบันการศึกษา โรงเรียน เนอสเซอรี่ และหน่วยงานที่ดำเนินการเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพพลานามัยเด็กในกรุงเทพฯ และจังหวัดต่างๆ ทั่วประเทศไทย อีกด้วย”

นายแพทย์สมเกียรติ ลลิตวงศา ผู้อำนวยการสถาบันสุขภาพเด็กแห่งชาติมหาราชินี กรมการแพทย์ กล่าวว่า “ความเสี่ยงต่อการเกิดอุบัติเหตุหัวใจหยุดเต้นกะทันหันอาจเกิดได้ กับทุกคน ไม่ว่าจะเด็กหรือผู้ใหญ่ เกิดได้ใน ทุกสถานที่ ไม่ว่าจะเป็นที่ทำงาน ที่บ้าน ที่โรงเรียน หรือ แม้แต่ในสนามเด็กเล่น และเกิดได้ทุกเวลา ถึงแม้จะพบได้บ่อยในระหว่างออกกำลังกาย เพียงเสี้ยววินาทีที่หัวใจหยุดเต้น หรือเต้นผิดจังหวะ สมองและร่างกายจะขาดออกซิเจน จนนำไปสู่การเสียชีวิตในที่สุด ส่วนใหญ่ผู้ป่วยจะไม่ทราบก่อนล่วงหน้า มักมีอาการ เป็นลมหมดสติ กระทั่งหน้า หรืออาจเกิดอุบัติเหตุ โดยไม่คาดคิดมาก่อน เช่น จมน้ำโดยที่มีทักษะการว่ายน้ำเป็นอย่างดี หรือเกิดอุบัติเหตุ ในระหว่างปั่นจักรยานโดยไม่มีสาเหตุอันควร เป็นต้น”

---

การลดอัตราการเสียชีวิตจากภาวะหัวใจหยุดเต้นกะทันหันนั้น จึงจำเป็นต้องมีความรู้พื้นฐาน 2 เรื่อง ได้แก่ ความรู้พื้นฐานเรื่องปฏิบัติการช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR) และการใช้วีโกลัดตัวอย่างเครื่องกระตุ้นหัวใจไฟฟ้าชนิดอัตโนมัติ (AED)

ก่อนการเข้าช่วยเหลือผู้หมดสติ หรือเกิดอุบัติเหตุ ต้องทำการตรวจสอบสภาพร่างกายก่อน เริ่มต้นจากการเรียกชื่อ ว่าพอจะรู้สึกตัว หายใจได้เองหรือไม่ เพราะอาจเกิดจากสำลักอาหาร/ วัตถุแปลกปลอมเข้า หลอดลม หรือมีปัญหาของระบบทางเดินหายใจ อย่างโรคหอบหืด เป็นต้น แต่อย่างไรก็ตาม หากไม่รู้รู้สึกตัว ไม่หายใจหรือหายใจเฮือก และตรวจไม่พบว่ามีชีพจร (หรือไม่แน่ใจว่ามีชีพจร) ที่บริเวณคอในผู้ใหญ่/ เด็กโต หรือบริเวณขาหนีบในเด็กเล็ก ในระยะเวลา 10 วินาที ต้องเริ่มทำ CPR อย่างเร่งด่วนที่สุด เพราะหากสมองขาดเลือดซึ่งนำออกซิเจนไปสู่สมองเกินกว่า 6 นาที เยื่อในสมองอาจถูกทำลายจนนำไปสู่สภาวะสมองตายได้

**เมื่อพบผู้ป่วยหมดสติ รีบตามคนมาช่วย หรือติดต่อ 1669 ในระหว่างนั้น ให้ผู้ช่วยเหลือทำ CPR ไปก่อน โดยเริ่มจากผู้ช่วยเหลือเหยียดแขนตรงและใช้มือสองข้างไขว้ นิ้วร่วมกันกดลงไปบริเวณหน้าอกเหนือลิ้นปี่ ของผู้ป่วย ให้นำหน้าอกยุบลงไปประมาณ 4-5 เซนติเมตร (หรือประมาณ 1 ใน 3 ของความหนาของหน้าอกผู้ป่วย) แล้วปล่อยให้หน้าอกคืนสภาพ ทำเช่นนี้ไปเรื่อยๆ ในอัตรา 100-120 ครั้งต่อนาที จนกว่า ผู้ป่วยจะรู้สึกตัว หรือมีทีมกู้ชีพมาช่วยเหลือ**

นายแพทย์วรการ พรหมพันธุ์ นายแพทย์ชำนาญการด้านกุมารเวชกรรม สถาบันสุขภาพเด็กแห่งชาติมหาราชินี กรมการแพทย์ อย่างไรก็ตาม ประมาณ 2-5 นาที หากผู้ป่วยยังไม่รู้สึกตัวหลักได้รับ การทำ CPR ควรให้คนในละแวกนั้น นำเครื่อง AED เครื่องกระตุ้นหัวใจไฟฟ้าชนิดอัตโนมัติ มาใช้ในการช่วยชีวิต โดยเมื่อเปิดสวิทช์เครื่อง AED เครื่องกระตุ้นหัวใจไฟฟ้าชนิดอัตโนมัติ เครื่องจะแนะนำให้ผู้ใช้งานทำตามเป็นลำดับขั้นตอน โดยเริ่มจากติดแผ่นวิเคราะห์ลงบนบริเวณหน้าอกของผู้ป่วยตามรูป โดยไม่มีเสื้อผ้า เสื้อชั้นในบดบัง จากนั้น เครื่อง AED จะตรวจสอบการเต้นของหัวใจผู้ป่วย หากเครื่อง ประเมินว่าสมควรได้รับการกระตุ้น หัวใจด้วยกระแสไฟฟ้า เครื่องจะบอกให้กดปุ่มปล่อยกระแสไฟฟ้า โดยผู้ช่วยเหลือห้ามสัมผัสผู้ป่วย เมื่อกดปุ่มปล่อยกระแสไฟฟ้าแล้ว เครื่องจะ ให้คำแนะนำในการช่วยเหลือต่อไป หากเครื่องประเมินแล้วว่าไม่จำเป็นต้องกระตุ้นหัวใจด้วยกระแสไฟฟ้า เรื่องก็จะแนะนำให้ CPR ต่อไปจนกว่าจะมีทีมกู้ชีพมาช่วยเหลือ

การทำ CPR ร่วมกับการใช้เครื่อง AED สามารถทำให้การช่วยชีวิตจะประสบความสำเร็จมากขึ้นถึงร้อยละ 50-70 สูงกว่าการปั๊มหัวใจอย่างเดียวที่มีโอกาสเพียงร้อยละ 3-5 ระหว่างรอทีมแพทย์กู้ชีพถูกเชิญรับไปดูแลต่อในโรงพยาบาลต่อไป ปัจจุบัน เครื่องกระตุ้นหัวใจไฟฟ้าชนิดอัตโนมัติ (AED) ได้รับการส่งเสริมให้เข้ามาใช้ตามสถานที่ราชการ บริษัทเอกชน โรงงาน โรงเรียนหรือสถาบันการศึกษา โรงแรม สถานอณามัยหรือโรงพยาบาล สนามบิน และบนเครื่องบินมากขึ้น

---

###

รายละเอียดเพิ่มเติม

พินิตน้อย/ น้องแอน สถาบันสุขภาพเด็กแห่งชาติมหาราชินี

๐๘๘ ๘๗๔ ๔๖๗๑