การช่วยเหลือฉุกเฉินผู้บาดเจ็บจากการทำงาน โดยใช้แนวทาง “ABCDE”

ABCDE Approach in Emergency Care for Injured Workers

ဒဏ်ရာရအလုပ်သမားများအတွက် ABCDE ချဉ်းကပ်မှု ការសង្គ្រោះបន្ទាន់សម្រាប់កម្មកររងរបួស ដោយប្រើវិធីសាស្ត្រ ABCDE

A Airway / AED

(ทางเดินหายใจ/เครื่อง AED) အသက်ရှူလမ်းကြောင်း အလိုအလျောက် ပြင်ပနှလုံးလှုပ်ရှားမှု ပြန်လည်ပေးစက် (AED)



เปิดทางเดินหายใจ (Open airway)
လေလမ်းကြောင်းကို ဖွင့်ပါ။
បើកផ្លូវដង្ហើម

กำจัดสิ่งอุดกั้น/ดูดเสมหะ
(Move obstruction/Suction)
အတားအဆီးများကို ဖယ်ရှားပါ / ချဲစုပ်ထုတ်ပါ။
យកវត្ថុស្ទះចេញ / បូមស្លេស្ម

ใช้เครื่อง AED หากจำเป็น
(Use AED, if necessary)
လိုအပ်ပါက AED ကိုသုံးပါ။
ប្រើឧបករណ៍ AED ប្រសិនបើចាំបាច់

B Breathing

(การหายใจ) အသက်ရှူ ការដកដង្ហើម



ดู การเคลื่อนไหวของทรวงอกว่าขยับเท่ากัน/สมมาตร (Look chest movement/symmetry)
ရင်ဘတ်လှုပ်ရှားမှု/ အချိုးညီမှုကိုကြည့်ပါ။
មើលចលនាទ្រូង និងភាពស្មើគ្នាទាំងសងខាង

ฟัง เสียงหายใจ
(Listen breath sounds)
အသက်ရှူသံကို နားထောင်ပါ။
ស្តាប់សំឡេងដង្ហើម

สัมผัส ลมหายใจที่ผ่านเข้าออก
(Feel air entry)
ထွက်သက်ဝင်သက်ကို ခံစားပါ။
ស្ទាបអារម្មណ៍ខ្យល់ចេញចូល

C Circulation

(ระบบไหลเวียนโลหิต) လည်ပတ်မှု ចរន្តឈាម



ตรวจคลำชีพจร (Check pulse)
သွေးခုန်နှုန်းစစ်ဆေးပါ။
ពិនិត្យជីពចរ



ห้ามเลือดภายนอกที่มองเห็น
(Control external blooding)
ပြင်ပသွေးထွက်ခြင်းကို ထိန်းချုပ်ပါ။
បញ្ឈប់ការហូរឈាមខាងក្រៅដែលមើលឃើញ

D Disability

(ประสาทสัมผัส) မသန်စွမ်း ស្ថានភាពប្រព័ន្ធប្រសាទ



ประเมินการตอบสนอง ระบบประสาท ระดับความรู้สึกตัว
(Assess responsiveness, neurological function and level of consciousness.)
တုံ့ပြန်မှု၊ အာရုံကြောစနစ်နှင့် သတိရှိမှုအဆင့်ကို အကဲဖြတ်ပါ။
វាយតម្លៃការឆ្លើយតប មុខងារប្រព័ន្ធប្រសាទ និងកម្រិតស្មារតី

ใช้หลัก AVPU คือ รู้สึกตัว ตอบสนองต่อเสียงเรียก ตอบสนองต่อความเจ็บปวด และไม่ตอบสนอง
(Use AVPU rules – Alert, Voice, Pain & Unresponsive)
စည်းမျဉ်းများကို အသုံးပြုပါ - သတိပေးချက်၊ အသံ၊ နာကျင်ကိုက်ခဲမှုနှင့် တုံ့ပြန်မှုမပြုသော
ប្រើគោលការណ៍ AVPU៖ A - ដឹងខ្លួន; V - ឆ្លើយតបនឹងសំឡេង; P - ឆ្លើយតបនឹងការឈឺចាប់; U - មិនឆ្លើយតប។

ตรวจขนาดและการตอบสนองต่อแสงของรูม่านตา (Check pupils for size and reaction)
အရွယ်အစားနှင့် တုံ့ပြန်မှုများအတွက် ကျောင်းသားများကို စစ်ဆေးပါ။
ពិនិត្យទំហំបង្ហួចភ្នែក និងការឆ្លើយតបនឹងពន្លឺ

E Exposure / Environment

(ประเมินการบาดเจ็บ/ควบคุมสภาพแวดล้อม)
အလင်းဝင်/ပတ်ဝန်းကျင် បង្ហាញរាងកាយ / បរិស្ថាន



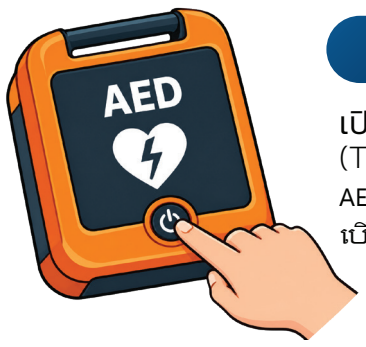
เปิดร่างกายค้นหาการบาดเจ็บที่ซ่อนอยู่
(Expose the patient to find hidden injuries)
ဖုံးကွယ်ထားသော ဒဏ်ရာများကို ရှာဖွေရန် လူနာအား ဖော်ထုတ်ပါ။ បើកបង្ហាញរាងកាយអ្នករងរបួស ដើម្បីរករបួសដែលលាក់បាំង

ป้องกันภาวะการสูญเสียความร้อนโดยห่มผ้า จัดให้อยู่ในสภาพแวดล้อมที่อบอุ่น และปลอดภัย
(Prevent heat loss, warm environment and safe conditions)
အပူဆုံးရှုံးမှုကိုကာကွယ်ပါ။နွေးထွေးသောပတ်ဝန်းကျင်နှင့်ဘေးကင်းသောအခြေအနေများ
ការពារការបាត់បង់កម្តៅ ដោយគ្របភួយ និងរក្សាអ្នករងរបួសក្នុងបរិយាកាសកក់ក្តៅ និងមានសុវត្ថិភាព

How to use an AED

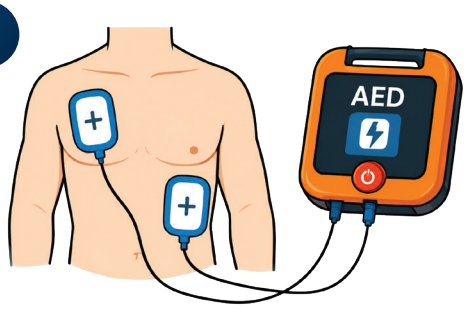
(วิธีใช้งานเครื่องกระตุกหัวใจไฟฟ้าอัตโนมัติ/เครื่อง AED)
AED ဘယ်လိုသုံးမလဲ။ របៀបប្រើឧបករណ៍ AED

Step 1



เปิดเครื่อง AED
(Turn on AED)
AED ကိုဖွင့်ပါ။
បើកឧបករណ៍ AED

Step 2



ปฏิบัติตามคำสั่งเสียงของเครื่อง และติดแผ่นนำไฟฟ้า (Pads) ตามตำแหน่งที่กำหนด
(Follow voice prompts and apply pads)
အသံသတိပေးချက်များကို လိုက်နာပြီး pads များကို အသုံးပြုပါ။
អនុវត្តតាមសំឡេងណែនាំរបស់ឧបករណ៍ និងបិទបន្ទះអេឡិចត្រូត (pads) នៅទីតាំងដែលបានកំណត់

Step 3



กดปุ่มช็อกไฟฟ้าเมื่อเครื่องสั่งให้กด
(Press shock button when instructed)
ညွှန်ကြားသည့်အခါ shock ခလုတ်ကို နှိပ်ပါ။
ចុចប៊ូតុងឆក់អគ្គិសនី នៅពេលឧបករណ៍ណែនាំ

กระทรวงแรงงาน
สสปท สถาบันส่งเสริมความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงาน (องค์การมหาชน)
สำนักงานประกันสังคม
สถาบันส่งเสริมความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงาน (องค์การมหาชน)