

อมรรรัตน์ ศุภมาศ
 โรงพยาบาลประจำโครงการปฏิบัติการช่วยฟื้นชีวิต
 โครงการปฏิบัติการช่วยฟื้นชีวิต ภาควิชาอายุรศาสตร์
 คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล



HELP

วิธีการช่วยเหลือ “ของติดคอ”

(ผู้ที่บ้ภาวะสิ่งแปลกปลอมอุดกั้นทางเดินลมหายใจ)

สิ่งแปลกปลอมที่อุดกั้นทางเดินลมหายใจเกิดขึ้นบ่อย ส่วนมากเมื่อเกิดเหตุขึ้นแล้วทำให้ผู้ประสบเหตุต้องถึงแก่ชีวิต อย่างที่ เกิดขึ้นในเด็กเล็กๆ เช่น กระจุกม เหยี่ยว นี้อต ลูกอม ติดคอ หรือ ในผู้ใหญ่ เช่น อาหารชิ้นใหญ่ๆ ติดคอ

เมื่อท่านพบผู้มีอาการของติดคอ ก่อนอื่นต้องแยกผู้ที่มีอาการของติดค้อออกเป็น 2 กลุ่มดังนี้



ชนิด	อาการ	การช่วยเหลือ
1. ของติดคอชนิดไม่รุนแรง	<ul style="list-style-type: none"> หายใจได้อยู่ ไอได้อยู่ พูด หรือออกเสียงได้อยู่ 	<ul style="list-style-type: none"> ถ้ายังหายใจเองได้อยู่ ให้ผู้ที่มีของติดคอพยายามไอออกด้วยตัวเอง โดยผู้ช่วยเหลือยืนอยู่ใกล้ๆ โทรศัพท์ขอความช่วยเหลือที่หมายเลขฉุกเฉิน 1669 หรือนำผู้ประสบเหตุส่งโรงพยาบาล
2. ของติดคอชนิดรุนแรง	<ul style="list-style-type: none"> หายใจไม่ได้ หายใจลำบาก ไอไม่ได้ พูดไม่มีเสียง พูดไม่ได้ หน้าเริ่มซีด เขียว ใช้มือกุมลำคอตัวเอง (เป็นลักษณะที่แสดงออกเหมือนกันทั่วโลกของผู้มีของติดคอ) 	<ul style="list-style-type: none"> ถามผู้ประสบเหตุว่า ของติดคอใช่หรือไม่ หากผู้ประสบเหตุพยักหน้า เนื่องจากพูดไม่ได้ พูดไม่ออก นั่นแสดงว่ามีอาการของติดคอชนิดรุนแรง จึงเริ่มให้การช่วยเหลือ

วิธีการช่วยเหลือแบ่งออกเป็น 2 กลุ่มอายุ คือ

ME!

อายุน้อยกว่า
1 ปี

อายุมากกว่า
1 ปี



1

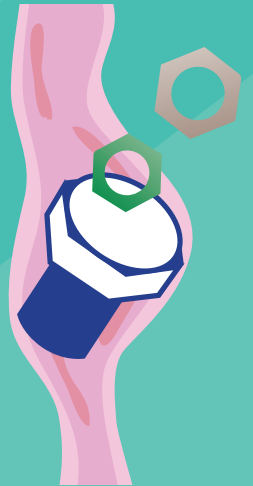
วิธีการช่วยเหลือเมื่อมีข่องติดคอชนิดรุนแรง ในเด็กอายุน้อยกว่า 1 ปี

1. หาที่นั่ง หรือนั่งคุกเข่า จับเด็กวางนอนคว่ำไว้บนขา (จับเด็กให้มั่นคงระวังเด็กหล่น) จัดให้ศีรษะเด็กให้ต่ำกว่าลำตัว มือที่จับเด็กให้จับที่บริเวณขากรรไกรของเด็ก และประคองคอเด็กไปด้วย (ระวังการจับเด็ก จะต้องไม่เป็นการบีบคอเด็ก)



2

2. ใช้มือข้างที่ถนัดตบหลังเด็ก บริเวณกึ่งกลางสะบักด้วยสันมืออย่างแรง 5 ครั้ง



3. กลับตัวเด็กมานอนหงาย โดยจับเด็กให้มั่นคงที่บริเวณท้ายทอย โดยการประคองคอให้ดี



3

4. ใช้นิ้ว 2 นิ้ว ของมืออีกข้าง กดลงบนกึ่งกลางหน้าอกของเด็ก โดยต่ำกว่าระดับหัวนมเด็กเล็กน้อย กดกระทกอย่างแรง 5 ครั้ง



4

ทำสลับไปมาระหว่างการตบหลัง 5 ครั้ง และการกด กระแทก หน้าอก 5 ครั้งไปเรื่อยๆ จนเด็กร้องออกมาได้เอง หรือมีสิ่งแปลกปลอมหลุดออกมา

ห้ามทำการล้วงเอาสิ่งแปลกปลอมที่ติดออกมาหากยังมองไม่เห็นสิ่งแปลกปลอมนั้น เพราะจะทำให้สิ่งแปลกปลอมหลุดลงลึกไปอีก หรือทำให้เด็กได้รับบาดเจ็บมากขึ้น



อายุมากกว่า
1 ปี

1

วิธีการช่วยเหลือเมื่อมีของติดคอชนิดรุนแรง ในคนที่อายุมากกว่า 1 ปี

ภาพการใช้มือกุมลำคอตัวเอง (เป็นลักษณะที่แสดงออกเหมือนกันทั่วโลกของผู้มีของติดคอ) เมื่อผู้ช่วยเหลือถามผู้ประสบเหตุว่าของติดคอใช่หรือไม่ หากผู้ประสบเหตุเพียงพยักหน้า เนื่องจากพูดไม่ได้ พูดไม่ออก นั่นแสดงว่ามีอาการของติดคอชนิดรุนแรง จึงเริ่มให้การช่วยเหลือ

โดยการเข้าไปด้านหลังผู้ประสบเหตุ อาจจะใช้วิธีคุกเข่าในการช่วยเหลือเด็ก หรือการยืนสำหรับการช่วยเหลือผู้ใหญ่ โอบรอบใต้รักแร้แล้วรัดกระดูกที่หน้าท้อง โดยมือข้างหนึ่งกำแล้ววางไว้เหนือบริเวณสะดือแต่ใต้ลิ้นปี่ มืออีกข้างโอบกำบั้นไว้ วางกำบั้นด้านนิ้วหัวแม่มือเข้าไปด้านหลังในหน้าท้องผู้ประสบเหตุ แล้วให้รัดกระดูกขึ้นและเข้าพร้อมๆ กันแรงๆ จนกว่าสิ่งแปลกปลอมจะหลุดออกมา หรือจนกว่าผู้ประสบเหตุจะพูดหรือร้องออกมาได้

หลังการช่วยเหลือสำเร็จทุกครั้ง ควรจะนำผู้ประสบเหตุไปตรวจเช็คร่างกายว่ามีภาวะแทรกซ้อนที่เกิดจากการช่วยเหลือหรือไม่

2



หากขณะที่ทำการช่วยเหลืออยู่ ผู้ที่ของติดคอหมดสติแน่นิ่งไป ให้รีบทำการช่วยฟื้นชีวิตทันทีตลอดเวลาให้รีบนำส่งโรงพยาบาล หรือให้โทรศัพท์ขอความช่วยเหลือจาก 1669 แล้วทำการช่วยฟื้นชีวิตระหว่างรอความช่วยเหลือ