



มูลนิธิรามาริบดี

Giving

and Sharing

คำว่าให้...ไม่สิ้นสุด

มูลนิธิรามาริบดี

พลังข้างใจดี BIG KINDNESS

ภาพวาดฝีพระหัตถ์พระราชทาน

สมเด็จพระกนิษฐาธิราชเจ้ากรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี

รายได้ทั้งหมดสมทบทุนช่วยเหลือผู้ป่วยยากไร้และจัดซื้อเครื่องมือแพทย์



สนับสนุนของที่ระลึก
มูลนิธิรามาริบดี

คำว่าให้...ไม่สิ้นสุด

0-2201-2222

www.ramafoundation.or.th

@ramafoundation

ขอเชิญร่วมบริจาค
ชื่อบัญชี มูลนิธิรามาริบดี

090-3-50015-5

879-2-00448-3

026-3-05216-3



เลือดกำเดาไหลในเด็ก

วิธีปฐมพยาบาลเบื้องต้น

1 นั่งตัวเอียงไปข้างหน้า ให้ศีรษะก้มลงเล็กน้อย เพื่อให้เลือดไหลออกทางจมูกแทนที่จะไหลลงคอ เพราะจะทำให้อาเจียนออกมาเป็นเลือดที่กลืนเข้าไป

2 ใช้มือบีบบริเวณปีกจมูกเบา ๆ อย่างน้อย 10 นาที และหากเลือดยังไม่หยุด ไหลนานเกิน 30 นาที ให้รีบไปพบแพทย์



วิธีป้องกัน



ผู้ที่มีอาการบ่อยสามารถบรรเทาได้โดยการใช้น้ำเกลือหยอดจมูกหรือทาบิโตรเลียมเจลลี่เคลือบในจมูกก่อนนอน เพื่อป้องกันไม่ให้บริเวณเยื่อจมูกแห้ง ช่วยลดอาการคันและลดการแคะจมูก



รับประทานผัก ผลไม้หรือวิตามินซี เพื่อช่วยให้หลอดเลือดฝอยในจมูกแข็งแรง ทำให้เลือดกำเดาไหลออกน้อยลง



ปรับสภาพอากาศห้องนอน ไม่ให้อากาศแห้งจนเกินไป