



ที่ บร ๐๕๑๘/ว ๕๕๓

ที่ว่าการอำเภอสำราญมาศ
ถนนเทียมดิษฐ์อุทิศ บร ๓๓๑๓๓๐

๑๐ มิถุนายน ๒๕๖๘

เรื่อง ขอความร่วมมือในการดำเนินงานป้องกันการจมน้ำตามมติคณะอนุกรรมการขับเคลื่อนการดำเนินงาน
ป้องกันการจมน้ำตามข้อเสนอของสหประชาชาติ

เรียน นายกเทศมนตรีตำบลทะเลเม่นชัย และนายกองค์การบริหารส่วนตำบล ทุกแห่ง

สิ่งที่ส่งมาด้วย สำเนาหนังสือจังหวัดบุรีรัมย์ ที่ บร ๐๐๑๗.๒/ว ๒๕๑๗

ลงวันที่ ๓๐ พฤษภาคม ๒๕๖๘

จำนวน ๑ ชุด

พร้อมนี้ อำเภอสำราญมาศ ขอส่งสำเนาหนังสือจังหวัดบุรีรัมย์ ที่ บร ๐๐๑๗.๒/ว ๒๕๑๗
ลงวันที่ ๓๐ พฤษภาคม ๒๕๖๘ เรื่อง ขอความร่วมมือในการดำเนินงานป้องกันการจมน้ำตามมติ
คณะอนุกรรมการขับเคลื่อนการดำเนินงานป้องกันการจมน้ำตามข้อเสนอของสหประชาชาติ มาเพื่อทราบ
และดำเนินการในส่วนที่เกี่ยวข้องต่อไป รายละเอียดปรากฏตามเอกสารสิ่งที่ส่งมาด้วย

จึงเรียนมาเพื่อทราบและพิจารณาดำเนินการ

จาก นายกองค์การบริหารส่วนตำบลโคกสำราญ

ขอแสดงความนับถือ

อำเภอสำราญมาศ ขอส่งสำเนาหนังสือจังหวัดบุรีรัมย์
เรื่อง ขอความร่วมมือในการดำเนินงานป้องกันการ
การจมน้ำตามมติคณะอนุกรรมการขับเคลื่อน
การดำเนินงานป้องกันการจมน้ำตามข้อเสนอของ
สหประชาชาติ

พันจาโท

(ทวี ทิมพุดบง)

นายอำเภอสำราญมาศ

จึงเรียนมาเพื่อทราบและพิจารณา

ที่ทำการปกครองอำเภอ

สำนักงานอำเภอ

โทร./โทรสาร ๐ ๔๔๖๖ ๐๔๑๑

นางสาวลาวัลย์ ปะกะตั้ง
นักวิชาการสาธารณสุข

นางฐานิดา อำนวยกิจ
หัวหน้าสำนักงาน

นายสรสิทธิ์ สิทธิเวช
ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลโคกสำราญ

(นางกุลลาภ เมธรัตน์)
นายกองค์การบริหารส่วนตำบลโคกสำราญ



หนึ่งชีวิต ไม่ควรสูญเสีย

ทุกปี
มีคนไทยจมน้ำ
เสียชีวิต
เกือบ 4,000 คน
(วันละ 10 คน)

ผู้ใหญ่จมน้ำ เพราะ...



การป้องกัน "ชูชีพ กฏ งดดื่ม"

ใส่ชูชีพทุกครั้ง
ที่เดินทาง
หรือทำกิจกรรมทางน้ำ



ปฏิบัติตามกฎความปลอดภัยทางน้ำ
เช่น เล่นน้ำบริเวณที่กำหนด
ปฏิบัติตามป้าย/คำเตือน
ไม่เล่นน้ำคนเดียว
ไม่เล่นในบริเวณคลื่นลมแรง



งดดื่มแอลกอฮอล์
เมื่ออยู่ใกล้แหล่งน้ำ/
ทำกิจกรรม/ลงไปในน้ำ



แหล่งข้อมูล: รายงานผู้บาดเจ็บและเสียชีวิตจากการตกน้ำ จมน้ำ ปี พ.ศ. 2563-2567 (ข้อมูลเบื้องต้นที่ได้รับรายงาน), กองป้องกันการบาดเจ็บ กรมควบคุมโรค.



กองป้องกันการบาดเจ็บ
กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข
<https://ddc.moph.go.th/dlp>
www.facebook.com/thainjury

กรมควบคุมโรคห่วงใย
อยากเห็นคนไทยมีสุขภาพดี

สายด่วน
กรมควบคุมโรค
1422

การจมน้ำ...เป็นสิ่งที่ป้องกันได้
Drowning is Preventable

3 คำ จำขึ้นใจ



ทุกคน ปลอดภัย ไม่จมน้ำ



ชูชีพ

ใส่ชูชีพทุกครั้ง
ที่เดินทาง
หรือทำกิจกรรมทางน้ำ



กฎ

ปฏิบัติตามกฎ

เช่น ไม่เล่นน้ำบริเวณที่มีธงแดง/
คลื่นลมแรง/Rip current
ปฏิบัติตามป้าย/คำเตือน



งดดื่ม

งดดื่ม
แอลกอฮอล์
เมื่ออยู่ใกล้/ลงเล่นน้ำ



“
กรณีที่ไม่มีเสื้อชูชีพ
สามารถใช้อุปกรณ์ช่วยลอยน้ำ
เช่น แกลอนพลาสติก
ขวดน้ำพลาสติก
”



กองป้องกันการบาดเจ็บ
กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข
<https://ddc.moph.go.th/dip>
www.facebook.com/thaiinjury

ตรวจจับเร็ว
ตอบโต้ทัน
ป้องกันได้

สายด่วน
กรมควบคุมโรค
1422

QR code

สื่อวิถีเฝ้าระวังการป้องกันน้ำ

เลื่อยพุงตัว & เลื่อยชูชีพ
เข้าใจ ใช้เป็น เอาตัวรอด



<https://shorturl-ddc.moph.go.th/s1pf5>

คลื่นย้อนกลับหรือคลื่นทะเลดูด
(Rip Current)



<https://shorturl-ddc.moph.go.th/VG7Gv>

อุปกรณ์ช่วยลอยน้ำอย่างง่าย
รู้ไว้ ไม่จมน้ำ



<https://shorturl-ddc.moph.go.th/lzfAF>

ทุกช่วงวัย
จำไว้ ไม่จมน้ำ



<https://shorturl-ddc.moph.go.th/yabyYW>

3 หมอเตือนภัย ทุกช่วงวัย ไม่จมน้ำ

การป้องกันการจมน้ำในผู้ใหญ่



<https://shorturl-ddc.moph.go.th/jUc01>

การป้องกันการจมน้ำในวัยเรียน



<https://shorturl-ddc.moph.go.th/URF51>

การป้องกันการจมน้ำในเด็กเล็ก



<https://shorturl-ddc.moph.go.th/KvT47>

กฎความปลอดภัยทางน้ำ !

ห้ามลงน้ำใกล้ตลิ่ง ปอดคนเล่นน้ำตลิ่ง
ไม่ใช่อุปกรณ์ช่วยชีวิต แต่เป็นเนียงของเล่น

ไม่กระโดดลงน้ำในบริเวณน้ำตื้น
หรือน้ำขุ่นหรือไม่ทราบสถานที่น้ำ

ใส่เสื้อชูชีพทุกครั้ง
และตลอดเวลาที่อยู่ในเรือ
หรือทำกิจกรรมทางน้ำ

ไม่ควรลงเล่นน้ำ หากดื่มสุรา
เมา ยา อดนอน อ่อนเพลีย

ห้ามเล่นหรือ
แก่งลงน้ำ

ลงเล่นน้ำหรือว่ายน้ำในบริเวณที่จัดไว้ให้
หรือมีเจ้าหน้าที่คอยดูแล

กองป้องกันการบาดเจ็บ กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข

เสื้อชูชีพ

- มีแรงลอยตัวสูง ใช้ได้ทุกสภาพอากาศ ทั้งในน้ำทะเล น้ำเชี่ยว น้ำ
- ถูกออกแบบให้ลัดตัวผู้ประสพกับให้พวยพุ่งขึ้น จึงสามารถใช้กับผู้ใช้ประสพกับที่ไม่รู้สีกตัว/หมดสติ/สลบได้

เสื้อชูชีพ

- เหมาะสำหรับกีฬาทางน้ำ เช่น สกีนํ้า เจ็ทสกี เรือใบ เรือแคนู เรือคายัค
- ใส่สบาย และเคลื่อนไหวได้คล่องตัว
- หากใส่เสื้อชูชีพ ต้องตัวย่นเพื่อไม่ให้พวยพุ่งขึ้น และสามารถเคลื่อนที่ไปในน้ำได้
- เหมาะสำหรับผู้ที่ไม่มีสติและรู้สีกตัว (ไม่เหมาะกับการใช้ ในกรณีที่ผู้ประสพกับที่ไม่รู้สีกตัว/หมดสติ/สลบ) เพราะเสื้อชูชีพตัวจะไม่พวยพุ่งขึ้นให้พวยพุ่งขึ้นของผู้สวมใส่พวยพุ่งขึ้นเหมือนน้ำเหมือนกับเสื้อชูชีพ

■ **หมายเหตุ:**
เพื่อความปลอดภัย เมื่อใส่เสื้อชูชีพ/เสื้อชูชีพแล้ว ควรลัดในชุดชุด รวมทั้งสายคล้องขา

กองป้องกันการบาดเจ็บ กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข

ดบกับเรา จะไม่จมนํ้า

เพราะเราเป็นห่วง

กองป้องกันการบาดเจ็บ กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข
Division of Injury Prevention
Department of Disease Control, Ministry of Public Health
<https://ddc.moph.go.th/dip> www.facebook.com/thaiinjury

การป้องกันในเด็กเล็ก

อย่าใกล้

เมื่อเจอแหล่งน้ำ อย่าเข้าไปใกล้ เพราะอาจลื่นล้มตกลงไปในน้ำ



อย่าเก็บ

เมื่อเห็นสิ่งของตกลงไปในน้ำ อย่าเก็บเอง ต้องให้ผู้ใหญ่ช่วยเก็บให้



อย่าก้ม

อย่าก้ม หรือเงยมองไปในร่องน้ำ ตุ่มน้ำ ถังน้ำ เพราะอาจหัวทิ่มลงไปในก้นหอย



ข้อแนะนำสำหรับผู้ปกครอง

- ผู้ปกครองดูแลอย่างใกล้ชิด ไม่ปล่อยให้เด็กคลาดสายตา แม้เพียงชั่วขณะ เช่น ขณะทำงานบ้าน ดูแลโทรทัศน์ที่เปิด-ปิดประตูบ้าน เข้าห้องน้ำ
- กำหนดพื้นที่เล่นให้เด็ก และใช้ดอกกั้น เพื่อไม่ให้เด็กออกไปในจุดอันตรายต่างๆ
- จัดการแหล่งน้ำที่เด็กสามารถเข้าถึงได้ เช่น การเทน้ำทิ้งหลังจากใช้งาน ปิดฝาทุ่ม/ถังน้ำที่บรรจุน้ำไว้ ล้อมรั้วบ่อน้ำ สร้างประตูกั้น



กองป้องกันโรคภัย
กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข

การช่วยเหลือ



1 ตะโกน

ตะโกน... "ช่วยด้วย มีคนตกน้ำ"
(เนื่องจากความช่วยเหลือ)



2 โยน

โยน... อุปกรณ์ที่ลอยน้ำได้
ให้คนตกน้ำจับ
เช่น ถังแกลอนพลาสติกเปลา
ฟาว์ชูชีน



3 ยื่น

ยื่น... อุปกรณ์ให้คนตกน้ำจับ
เช่น ไม้ เชือก เสื้อ กางเกง
ผ้าขาวม้า เข็มขัด



4

สาวไม้ดึงคนตกน้ำเข้าหาฝั่ง



การปฐมพยาบาล



1



โทรแจ้งหมายเลข 1669
หรือหน่วยงานใกล้เคียงด้วยวิธีที่สะดวก

2



ห้าม จับผู้ประสบภัยกับผู้อื่นมาช่วย หรือโยน
หรือทิ้งลงน้ำ เพราะจะทำให้บาดเจ็บ

3



จับคนหมดสตินอนหงายบนพื้นแข็ง และหายใจ

4



ตรวจดูว่ารู้สึกตัวหรือยัง
โดยให้มืออีก 2 นิ้วจับไหล่คนประสบภัย

5



กรณีรู้สึกตัว:
เช็ดตัวให้แห้ง เปลี่ยนเสื้อผ้า
และพ่นยาแก้ไอให้คนประสบภัยที่จมน้ำ

6



กรณีไม่รู้สึกตัว ไม่ตอบสนอง:
1. ชามหาชีพ ทำดังนี้

7



2. ถอดเสื้อผ้าออก ทำดังนี้

- ราวเส้นเอวผูกกับขมวดที่คอคนประสบภัย (ถ่วงลงน้ำแล้วดึงขึ้น)
- ถอดเสื้อผ้าออกประมาณ 1 ใน 3 ของร่างกาย
- ถอดเสื้อผ้าออก แล้วนำเสื้อผ้าที่แห้งมาคลุมคนประสบภัย
- พาดผ้าห่ม 30 ครั้ง สลับกับเป่าปาก 2 ครั้ง
- ทำไปจนกว่าผู้ประสบภัยจะรู้สึกตัวและหายใจได้เอง

8



จับผู้ประสบภัยนอนหงาย
ศีรษะมาไว้ข้างหลัง แล้วนำผ้าห่มคลุมคนประสบภัย

หมายเหตุ

1. ห้ามทำ CPR (การปั๊มหัวใจ) ให้คนจมน้ำ เพราะจะทำให้คนจมน้ำบาดเจ็บมากขึ้น และอาจทำให้คนจมน้ำเสียชีวิตได้
2. "การปฐมพยาบาล" เป็นคำแนะนำสำหรับผู้ที่มีพื้นฐานความรู้ (เช่น 100 ปี) ในการปฐมพยาบาล และควรทำตามคำแนะนำจากผู้เชี่ยวชาญเท่านั้น