

- 3.7) การพบปะหารือของลูกจ้างกับหัวหน้างาน เรื่องความปลอดภัย
- 3.8) การเสนอแนะด้านความปลอดภัย
- 3.9) การส่งเสริมความปลอดภัย

4. การสอบสวนอุบัติเหตุ และการวิเคราะห์สาเหตุ

- 4.1) การสอบสวนอุบัติเหตุโดยหัวหน้างาน
- 4.2) การวิเคราะห์สาเหตุอุบัติเหตุ
- 4.3) สอบสวนการร้องเรียน และติดตามผล
- 4.4) การรายงาน และการเก็บบันทึกข้อมูล

5. ความปลอดภัยนอกงาน

- 5.1) การใช้ไฟฟ้าในชีวิตประจำวัน
- 5.2) การใช้รถใช้ถนนในที่สาธารณะชน

วิธีการประเมินโครงการหรือระบบความปลอดภัยในการทำงาน

คะแนนต่ำกว่า 40 แสดงว่ามีระบบความปลอดภัยที่จัดว่าอยู่ในเกณฑ์ที่ไม่ดี ไม่มีประสิทธิภาพ

คะแนนต่ำกว่า 40 - 70 แสดงว่ามีระบบความปลอดภัยที่จัดว่าอยู่ในเกณฑ์พอใช้ ผลงานยังไม่คงที่แน่นอน

คะแนนต่ำกว่า 70 - 90 แสดงว่าระบบความปลอดภัยที่จัดว่าอยู่ในเกณฑ์ที่ดี จัดได้ว่าการปรับปรุงหน้าที่ปฏิบัติงานด้านความปลอดภัยที่มีประสิทธิภาพ

คะแนนต่ำกว่า 90 - 100 แสดงว่ามีระบบความปลอดภัยที่จัดว่าอยู่ในเกณฑ์ดีมาก จัดได้ว่ามีผลงานดีเยี่ยม

การรายงานอุบัติเหตุ และการสอบสวน วิเคราะห์อุบัติเหตุ

การรายงานอุบัติเหตุ (Accident Report)

เป็นรูปแบบของการรายงานของผู้เห็นเหตุการณ์ หรือผู้ที่ได้รับมอบหมายให้รายงานภายหลัง เกิดอุบัติเหตุแล้ว ซึ่งปกติควรมีแบบฟอร์มการบันทึกอุบัติเหตุ และคำอธิบายการกรอกแบบฟอร์มพอสังเขป โดยจะรายงานอุบัติเหตุทุกรายการที่ทำให้เกิดความเสียหาย หรือเกิดการบาดเจ็บจากการทำงาน ทุกรายการ ไม่ว่าจะเป็นการบาดเจ็บนั้นจะรุนแรงหรือไม่ก็ตาม รวมทั้งอุบัติเหตุที่จะไม่ทำให้เกิดการบาดเจ็บ หรือไม่เกิดความเสียหายด้วย

วัตถุประสงค์ของการรายงานอุบัติเหตุ

1. เพื่อรวบรวมข้อมูลการเกิดอุบัติเหตุให้สมบูรณ์ และมีรายละเอียดที่ถูกต้อง
2. เพื่อช่วยให้ทราบถึงสาเหตุของการเกิดอุบัติเหตุที่จะนำไปสู่การแก้ไข และป้องกัน
3. เพื่อใช้เป็นข้อมูลในการสอบสวน และการวิเคราะห์อุบัติเหตุอย่างมีประสิทธิภาพ
4. เพื่อใช้เป็นข้อมูลในกิจกรรมเกี่ยวกับการจ่ายเงินทดแทน

โดยทั่วไป การรายงานอุบัติเหตุควรเป็นหน้าที่ของหัวหน้างานโดยตรง เพราะเป็นผู้ที่กำกับดูแล การปฏิบัติงานในหน่วยงานที่รับผิดชอบ สำหรับแบบฟอร์มการรายงานอุบัติเหตุแต่ละแห่งอาจใช้แตกต่างกันไปตามความเหมาะสม แต่เนื้อหาหลัก ๆ โดยทั่วไปจะประกอบด้วย

1. ประวัติส่วนตัวของผู้ประสบอุบัติเหตุ เช่น ชื่อ - สกุล ตำแหน่ง กรู๊ปเลือด
2. วัน เดือน ปี ที่ประสบอุบัติเหตุ
3. สถานที่ประสบอุบัติเหตุ
4. ผู้เห็นเหตุการณ์
5. อุบัติเหตุเกิดขึ้นได้อย่างไร
6. สาเหตุของการเกิดอุบัติเหตุมีอะไรบ้าง
7. ลักษณะการบาดเจ็บ และความรุนแรง
8. แนวทางการแก้ไข และการป้องกันอุบัติเหตุ
9. ขณะเกิดอุบัติเหตุมีการใช้อุปกรณ์คุ้มครองหรือไม่

10. ความเห็นของผู้บังคับบัญชา

การสอบสวนอุบัติเหตุ (Accident Investigation)

เป็นหัวใจสำคัญสำหรับการป้องกันอุบัติเหตุ ซึ่งจะดำเนินการให้มีการรายงานการสอบสวน อุบัติเหตุ ควบคู่กับการดำเนินการรายงานอุบัติเหตุเบื้องต้นดังกล่าว หรือได้มีการพิจารณาจากอุบัติเหตุ ที่มีการรายงาน อุบัติเหตุเบื้องต้น เฉพาะบางกรณีที่มีความจำเป็นเท่านั้น ทั้งนี้เพื่อหาสาเหตุ และ แนวทางในการป้องกัน ไม่ให้เกิดอุบัติเหตุ หรือเหตุการณ์ผิดปกติ (Incident or near miss) ขึ้นอีกในอนาคต

วัตถุประสงค์ของการสอบสวนอุบัติเหตุ

1. เพื่อค้นหาสาเหตุของการเกิดอุบัติเหตุที่แท้จริง
2. เพื่อหามาตรการป้องกัน และควบคุมอุบัติเหตุมิให้เกิดขึ้นอีก
3. เพื่อลดอุบัติเหตุ และการสูญเสียที่อาจเกิดขึ้น
4. เพื่อเป็นข้อมูลทางสถิติในการวิเคราะห์แนวโน้มของการเกิดอุบัติเหตุ

โดยทั่วไป หัวหน้างาน หรือผู้คุมงานจะมีหน้าที่ในการสอบสวนหาสาเหตุของการเกิดอุบัติเหตุ ใน หน่วยงานของตนเพราะเป็นผู้ที่สามารถแยก และจัดลำดับความสำคัญของสาเหตุของการเกิดอุบัติเหตุ ได้ดีที่สุด

ระดับความรุนแรง	ผู้ที่มีหน้าที่สอบสวน
1. อุบัติเหตุที่มีการบาดเจ็บเล็กน้อย (ชั้นปฐมพยาบาลเบื้องต้น)	1. หัวหน้างาน
2. อุบัติเหตุที่มีการบาดเจ็บต้องนำส่งแพทย์หรือโรงพยาบาล	2. หัวหน้างาน/ผู้คุมงาน และเลขานุการ คณะกรรมการความปลอดภัยในการทำงาน
3. อุบัติเหตุที่มีการบาดเจ็บสูญเสียอวัยวะหรืออุบัติเหตุร้ายแรงถึงขั้นเสียชีวิต	3. หัวหน้างาน/ผู้คุมงาน คณะกรรมการความปลอดภัยในการทำงาน
4. อุบัติเหตุที่เกี่ยวกับเทคนิคเฉพาะ เช่น การระเบิดของสารเคมี เป็นต้น	4. หัวหน้างาน/ผู้คุมงาน/คณะกรรมการความปลอดภัยในการทำงานและผู้ที่มีความรู้เฉพาะเรื่อง (บุคคลภายในหรือภายนอก)

หลักการสอบสวนอุบัติเหตุ

1. ต้องจัดการสอบสวนทันที เพราะหากปล่อยทิ้งไว้นาน พยานหลักฐานต่าง ๆ อาจถูกทำลาย หรือเปลี่ยนแปลงไปจากความเป็นจริงที่เกิดขึ้นได้
2. ต้องตรวจสอบและสังเกตสภาพความเป็นจริงที่เกิดขึ้น พร้อมให้การช่วยเหลือผู้ได้รับบาดเจ็บทันที และพยายามรักษาสภาพเดิมไว้ห้ามเคลื่อนย้าย
3. ตัดสินใจใช้ประสบการณ์จากการสอบสวน และวิเคราะห์อุบัติเหตุในอดีตที่ผ่านมา โดยตั้งสมมติฐานขึ้นแล้วดำเนินการค้นหาความจริง

ขั้นตอนการสอบสวนอุบัติเหตุ

1. เมื่อเกิดอุบัติเหตุผู้เห็นเหตุการณ์ต้องรีบแจ้งให้หัวหน้างาน หรือผู้คุมงานทราบ เมื่อหัวหน้างาน หรือผู้คุมงานทราบจะต้องแจ้งต่อผู้มีหน้าที่สอบสวน ตามระดับความรุนแรงของอุบัติเหตุ ที่เกิดขึ้น
2. หัวหน้างาน หรือผู้คุมงาน เมื่อได้รับแจ้งแล้ว ให้รีบไปยังสถานที่เกิดเหตุพร้อมปากกา บอร์ด แบบฟอร์มบันทึกการสอบสวนอุบัติเหตุ กล้อง (ถ้ามี) และตรวจสอบสถานที่เกิดเหตุด้วยตัวเอง พร้อมทั้งให้ผู้รู้เห็นเหตุการณ์เล่าเหตุการณ์ให้ฟังเบื้องต้น
3. สอบสวน/สัมภาษณ์ คนงานที่ได้รับอุบัติเหตุหรือผู้เห็นเหตุการณ์ และบุคคลที่รู้เห็นเหตุการณ์อื่น ๆ โดยยึดหลัก 5W + 1H คือ

WHAT	เกิดอะไรขึ้น อะไรเป็นต้นเหตุ
WHY	ทำไมจึงเกิดเหตุการณ์นี้ขึ้น
WHEN	เวลาที่เกิดขึ้น
WHERE	สถานที่เกิดเหตุ หรือบริเวณที่เกิดเหตุ
WHO	ใครได้รับบาดเจ็บ
HOW	ได้รับบาดเจ็บอย่างไร จะป้องกันเหตุการณ์นั้นไม่ให้เกิดขึ้นอีกได้อย่างไร

การสอบสวนจะต้องแจ้งให้คนที่ถูกสอบสวนทราบว่า เป็นการค้นหาความจริงที่เกิดขึ้น ไม่ใช่ เป็นการค้นหาความผิด ทั้งนี้อาจจะไม่ได้ข้อเท็จจริง หรือไม่ได้รับความร่วมมือจากผู้ให้สัมภาษณ์ก็ได้

4. ถ้ามีภาพ หรือเขียนภาพสถานที่เกิดเหตุอย่างชัดเจน เพื่อนำมาประกอบการสอบสวนและวิเคราะห์อุบัติเหตุ

5. การตรวจสอบข้อมูลเพิ่มเติม เช่น มาตรการการทำงาน รายงานการตรวจความปลอดภัย การซ่อมบำรุง ตลอดจนการฝึกอบรม
6. บันทึกการสอบสวนลงในแบบสอบสวนอุบัติเหตุ
7. ทำผลการสอบสวน ไปดำเนินการวิเคราะห์อุบัติเหตุต่อไป

การวิเคราะห์อุบัติเหตุ (Accident Analysis)

เป็นการปฏิบัติในขั้นตอนถัดจากการรายงานและสอบสวนอุบัติเหตุ โดยจะทำข้อมูลทั้งหมด จากใบสอบสวนอุบัติเหตุมาวิเคราะห์หาแนวโน้มของการเกิดอุบัติเหตุในแต่ละสาเหตุ เพื่อเป็นข้อมูล สนับสนุนแก่ผู้บริหาร หรือผู้ควบคุมงานในการดำเนินการป้องกันและควบคุมอุบัติเหตุในงานก่อสร้าง

วัตถุประสงค์ของการวิเคราะห์อุบัติเหตุ

1. เพื่อค้นหาข้อมูลของผู้ได้รับอุบัติเหตุแต่ละราย นำไปทำการวิเคราะห์รายละเอียดให้เป็น รูปแบบของการบาดเจ็บ และการเกิดอุบัติเหตุ
2. เพื่อใช้เป็นแนวทางในการป้องกันอุบัติเหตุ

การวิเคราะห์อุบัติเหตุจะต้องคำนึงถึง

1. ลักษณะเฉพาะของงานนั้น ๆ
2. เวลาที่เกิด
3. อุปกรณ์ วัสดุ และบุคคลที่เกี่ยวข้อง
4. งาน และหน้าที่ความรับผิดชอบของลูกจ้างที่เกี่ยวข้อง
5. ประเมินค่าความสูญเสียที่อาจเกิดขึ้น
6. ความรุนแรงของเหตุการณ์
7. เกิดขึ้นกับส่วนใดของร่างกาย
8. อายุของผู้ได้รับบาดเจ็บ
9. อายุงานที่เกิดอุบัติเหตุในตำแหน่งงานนั้น ๆ
10. สาเหตุของการเกิดอุบัติเหตุสัมพันธ์กับอะไรบ้าง

- ระบบการบริหารความปลอดภัยเช่น มาตรการฝึกอบรม มาตรการควบคุมงาน
- เงื่อนไขของสิ่งแวดล้อม เช่น สภาพอากาศ สภาพภูมิศาสตร์ เป็นต้น
- อุปกรณ์ หรือ เครื่องมือชำรุด
- ไม่ปฏิบัติตามขั้นตอนการทำงานที่ถูกต้อง

การรณรงค์ส่งเสริมความปลอดภัยในการทำงาน

การบริหารการจัดการความปลอดภัยในการทำงาน จะประสบความสำเร็จหรือไม่ จำเป็นที่ผู้บริหารที่รับผิดชอบในหน่วยงานก่อสร้างต้องหาแนวทาง หรือมาตรการประชาสัมพันธ์ในการป้องกันอุบัติเหตุ อันตรายที่อาจเกิดขึ้น โดยการกำหนดวิธีการที่จะทำให้ลูกจ้างทุกระดับให้ความสนใจและให้การสนับสนุนงาน

ดังนั้นวัตถุประสงค์หลักอย่างหนึ่งของการทำงานเรื่องความปลอดภัย คือ การกระตุ้นให้เกิดพฤติกรรมที่ดีด้านความปลอดภัยของลูกจ้างทุกระดับและทุกสถานที่ทำงาน โดยการรณรงค์และการประชาสัมพันธ์ในรูปแบบต่าง ๆ เพื่อให้เป็นไปตามนโยบาย และแผนงานความปลอดภัยของหน่วยงานนั้น ๆ ที่จะสามารถพิจารณาเลือกกิจกรรมต่าง ๆ ให้เหมาะสมกับสภาพการณ์ และความพร้อมของหน่วยงานก่อสร้าง เช่น

1. การจัดนิทรรศการ

เป็นกิจกรรมที่มีค่าใช้จ่ายในการดำเนินการต่ำ สามารถจัดทำภาพชุดนิทรรศการได้จากเรื่องราวเกี่ยวกับในหน่วยงานก่อสร้าง โดยทำภาพอุบัติเหตุที่เกิดขึ้น สถิติการประสบอันตรายของลูกจ้าง เมื่อมีเหตุการณ์จริงให้ระบุสาเหตุ ผลเสียหาย และวิธีการป้องกันแก้ไข นิทรรศการสามารถจัดแสดงในวันแห่งความปลอดภัยในการทำงาน หรือสัปดาห์ความปลอดภัยในการทำงาน เพื่อให้ลูกจ้างเกิดความตระหนัก และมีจิตสำนึกในการทำงานอย่างปลอดภัย และทำให้ลูกจ้างเข้ามามีส่วนร่วมได้เป็นจำนวนมาก

2. การบรรยายพิเศษ

เป็นกิจกรรมเพื่อเสริมความรู้ ความเข้าใจของลูกจ้าง โดยเชิญวิทยากรในหน่วยงาน หรือจากภายนอกก็ได้มาให้ข้อแนะนำแก่ผู้บริหาร หรือลูกจ้างของหน่วยงานก่อสร้าง อันเป็นการปลูกจิตสำนึกให้ปฏิบัติตามกฎแห่งความปลอดภัยจนเกิดประสิทธิภาพการทำงานสูงสุด

3. การสนทนาความปลอดภัย

เป็นกิจกรรมหนึ่งที่สถานประกอบการจัดในแบบของการประชุม การพูดคุย หรือการอภิปรายเกี่ยวกับความปลอดภัย มีการสนทนา โดยนำผู้ชำนาญการเฉพาะเรื่องมาร่วมสนทนาพร้อมทั้งเปิดโอกาสให้มีการซักถาม ทำให้เกิดแนวความคิดสร้างสรรค์ และได้ข้อสรุปนำไปดำเนินการต่อไป

4. การประกวดคำขวัญความปลอดภัย

เป็นกิจกรรมที่เปิดโอกาสให้ลูกจ้างทุกระดับได้มีส่วนร่วมในการรณรงค์ โดยการพัฒนาจิตสำนึก และทัศนคติของลูกจ้างในรูปข้อความ หรือคำขวัญที่เป็นการเตือนให้เกิดความระมัดระวัง หรือเสริมสร้างความปลอดภัยในการทำงาน ซึ่งภายในหน่วยงานสามารถจัดการประกวดเอง ส่วนกติกากการประกวดอาจกำหนดขึ้น

เองหรือจะขอจากสถาบันความปลอดภัยในการทำงาน เพื่อว่าคำขวัญที่คณะกรรมการประกวดจากหน่วยงานก่อสร้างสามารถส่งเข้าประกวดในงานสัปดาห์ความปลอดภัยในการทำงานแห่งชาติ

5. การประกวดภาพโปสเตอร์

เป็นกิจกรรมเพื่อให้ลูกจ้างของหน่วยงานก่อสร้างมีส่วนร่วมในการผลิตสื่อประชาสัมพันธ์ ในการกระตุ้นจิตสำนึกในด้านความปลอดภัยในการทำงาน ส่วนกติกาของการประกวดหน่วยงานก่อสร้างสามารถกำหนดได้เอง หรือขอได้จากสถาบันความปลอดภัยในการทำงาน ผลจากการประกวดสามารถนำเผยแพร่ในหน่วยงานก่อสร้าง และส่งเข้าประกวดในระดับประเทศได้ด้วย

6. การประกวดการรายงาน

เป็นกิจกรรมเพื่อให้ลูกจ้างได้สำรวจสภาพการทำงาน ค้นหาจุดที่ไม่ปลอดภัย ดำเนินการถ่ายภาพบันทึกจากจุดอันตรายจากขั้นตอนการทำงานต่าง ๆ เสนอภาพและรายงานข้อเสนอแนะต่อคณะกรรมการเพื่อพิจารณาคัดเลือก สามารถทำการปรับปรุงแก้ไขสภาพการทำงานที่ไม่ปลอดภัย

7. การประกวดความสะอาด

เป็นกิจกรรมหนึ่งที่ต้องอาศัยความร่วมมือจากลูกจ้างทุกคนในแต่ละแผนก และเป็นจุดเริ่มต้นของการจัดทำกิจกรรม 5 ส. เพื่อความปลอดภัยในอนาคตต่อไป หากสถานประกอบการยังไม่พร้อมในการจัดทำกิจกรรม 5 ส. การประกวดความสะอาดเป็นกิจกรรมที่ง่าย และก่อให้เกิดสุขภาพอนามัยที่ดีของลูกจ้าง และผู้บริหาร อันนำไปสู่ความปลอดภัยในการทำงาน

8. การจัดฉาย วีดิโอความปลอดภัย

เป็นกิจกรรมที่จะจัดไปพร้อมการจัดนิทรรศการในวันหรือสัปดาห์ความปลอดภัย โดยขอยืมวีดิโอความปลอดภัยจากสถาบันความปลอดภัยในการทำงาน หรือศูนย์ความปลอดภัยในการทำงาน 12 แห่ง นำไปฉายให้ลูกจ้างได้ดู เสริมสร้างความรู้ความเข้าใจ ทศนคติที่ดีแก่ลูกจ้าง

9. การรณรงค์การใช้อุปกรณ์คุ้มครอง

เป็นกิจกรรมที่หน่วยงานก่อสร้างได้จัดอุปกรณ์คุ้มครองความปลอดภัยที่เหมาะสมให้ลูกจ้างสวมใส่แล้ว ควรจัดการรณรงค์ให้ลูกจ้างใช้ เนื่องจากสถานประกอบการส่วนใหญ่จะประสบปัญหาลูกจ้างไม่นิยมใช้ ทำให้เกิดการสูญเปล่า การรณรงค์จะดำเนินการในช่วงใดช่วงหนึ่ง มีการประกวดการแข่งขันให้รางวัลแก่ลูกจ้างที่สวมใส่ถูกต้อง และครบถ้วน

10. การรณรงค์กิจกรรม 5 ส.

เป็นกิจกรรมที่หน่วยงานก่อสร้างต้องประกาศเป็นนโยบาย และต้องกระทำโดยลูกจ้างทุกคนทุกระดับ โดยมีผู้บริหารระดับสูงลงมาตรวจเป็นระยะ ๆ เพื่อกระตุ้นให้ทุกฝ่ายเห็นความสำคัญ และปฏิบัติตามกิจกรรม 5ส. อย่างต่อเนื่องและสม่ำเสมอ

11. การรณรงค์โปสเตอร์ และสัญลักษณ์ความปลอดภัย

โปสเตอร์ และสัญลักษณ์ความปลอดภัยเป็นอุปกรณ์อย่างหนึ่งในการกระตุ้นให้ระวัง และสามารถสร้างจิตสำนึกของลูกจ้างให้เกิดความตระหนักถึงอันตรายที่อาจจะเกิดขึ้น โปสเตอร์ต่าง ๆ นอกจากหน่วยงานก่อสร้างจัดทำเองแล้วจะขอรับได้จากหน่วยงานของรัฐบาลได้แก่ สถาบันความปลอดภัยในการทำงาน หรือ ศูนย์ความปลอดภัยในการทำงาน เป็นต้น

12. การรณรงค์อุบัติเหตุเป็นศูนย์ KYT

หน่วยงานก่อสร้างสามารถดำเนินการ โดยใช้เทคนิค KYT ด้วยวิธีการฝึกอบรมลูกจ้างให้หยั่งรู้ถึงอันตรายที่จะเกิดขึ้น และให้มีการย้ำเตือนตนเอง เพื่อให้สามารถลดอุบัติเหตุให้เป็นศูนย์ เทคนิค KYT เป็นการฝึกอบรมที่นิยมใช้ในประเศญี่ปุ่นมาก

13. การทำแผ่นป้าย แสดงสถิติอุบัติเหตุ หรือป้ายประกาศ

หน่วยงานก่อสร้างสามารถจัดทำแผ่นป้ายขนาดใหญ่แสดงสถิติอุบัติเหตุ หรือป้ายประกาศกิจกรรมด้านความปลอดภัยปิดไว้หน้าหน่วยงานในตำแหน่งที่เห็นได้ชัดเจน บางแห่งอาจเขียนไว้ข้างฝาด้านหน้าของหน่วยงาน เพื่อให้ลูกจ้างมีจิตสำนึกให้ความร่วมมือในการลดสถิติของอุบัติเหตุ

14. การตอบปัญหาการชิงรางวัล

หน่วยงานก่อสร้างต้องจัดให้มีการตอบปัญหาชิงรางวัล ในช่วงสัปดาห์ความปลอดภัยของหน่วยงาน วิธีการตอบปัญหาจากภาพนิทรรศการหรือเอกสารที่แจกในงาน หากจุดอันตรายจากภาพเหตุการณ์จริง และมอบรางวัลโดยกรรมการจัดงาน

15. การกระจายเสียงบทความ

หน่วยงานก่อสร้างบางแห่งมีการประชาสัมพันธ์ ในการส่งเสียงตามสายภายในบริเวณหน่วยงาน คณะกรรมการความปลอดภัยนำบทความเกี่ยวกับความปลอดภัยออกเสียงตามสาย เพื่อเป็นการเผยแพร่ความรู้แก่ลูกจ้าง รวมทั้งมาตรฐานแก้ไขสภาพการทำงานจากอุบัติเหตุที่เกิดขึ้นจริงบริเวณหน่วยงานด้วย

16. การเผยแพร่บทความในวารสาร

หน่วยงานก่อสร้างจัดทำวารสารเพื่อการประชาสัมพันธ์ แจกจ่ายแก่ลูกจ้าง หรือผู้ที่เกี่ยวข้องสามารถนำบทความเกี่ยวกับความปลอดภัยไปตีพิมพ์ในวารสารเพื่อเผยแพร่ความรู้ความเข้าใจ ความปลอดภัยได้มากยิ่งขึ้น

17. การทัศนศึกษาในหน่วยงานก่อสร้างอื่น

กิจกรรมนี้เหมาะแก่ลูกจ้าง หรือคณะกรรมการความปลอดภัย ได้มีโอกาสไปเห็นสภาพการทำงานในหน่วยงานที่ดีเด่น เพื่อนำมาปรับปรุงสภาพการทำงานของตนให้ดีขึ้น โดยขอความร่วมมือจากสถานประกอบการดีเด่นที่ได้รับรางวัล หรือหน่วยงานอื่นที่ดำเนินการด้านความปลอดภัยที่เป็นตัวอย่างที่ดี เพื่อขอเข้าเยี่ยมชมสถานประกอบการ

การปฐมพยาบาล

เป็นการช่วยเหลือเบื้องต้นแก่ผู้บาดเจ็บ หรือการเจ็บป่วยอย่างทันทีทันใด เมื่อเกิดเหตุการณ์เฉพาะหน้าขึ้น ทั้งนี้ลดเพื่อความรุนแรงของการบาดเจ็บจากการประสบอันตรายจากการทำงาน และยังเป็นการนำส่งผู้ป่วยไปโรงพยาบาล เพื่อให้ได้รับการรักษาอย่างถูกวิธีต่อไป

สำหรับผู้ให้การปฐมพยาบาล คือ ผู้ที่ใกล้ชิดกับเหตุการณ์ซึ่งสามารถควบคุมสติ ปฏิบัติช่วยเหลือได้รวดเร็วทันต่อเหตุการณ์ และถูกต้องตามหลักวิชาการ

ส่วนการจัดเวชภัณฑ์ เครื่องมือ ห้องพยาบาล ยานพาหนะ และแพทย์ พยาบาลประจำในหน่วยงานก่อสร้างตามกำหนดไว้ คือ

1. สถานประกอบการที่มีลูกจ้างตั้งแต่ 10 คนขึ้นไป ต้องมีปัจจัยปฐมพยาบาล 23 รายการ ดังนี้

ก. สายยางรัดห้ามเลือด	ฉ. เข็มกลัด	ด. ยาแก้ปวดลดไข้
ข. กรรไกร	ญ. ปากคีบปลายท่อ	ต. ทิงเจอร์ฝืนการบูร
ค. สำลี ผ้าพันแผล พลาสติก	ฎ. ปรอทวัดไข้	ถ. ยาธาตุน้ำขาว
ง. ถ้วยตวงยา	ฏ. แอมโมเนีย	ท. ยาธาตุน้ำแดง
จ. ถ้วยล้างตา	ฐ. แอลกอฮอล์บริสุทธิ์ 70 %	ธ. ยาแก้บิด
ฉ. หลอดหยดยา	ฑ. ยาแก้ไฟไหม้ น้ำร้อนลวก	น. โซดาไบคาร์บอเนต
ช. ถ้วยน้ำ	ฒ. น้ำกรดบอริกล้างตา	บ. วาสลินขาว
ซ. ป้ายตา	ณ. ยาแดง ยาเหลือง หรือทิงเจอร์ไอโอดีน	

2. สถานประกอบการที่มีลูกจ้างตั้งแต่ 200 คนขึ้นไป นอกจากปัจจัยในการปฐมพยาบาล ตามข้อ 1. แล้ว จะต้องจัดให้มีห้องรักษาพยาบาล ดังต่อไปนี้

สถานประกอบการ	ห้องพยาบาล	เตียง	พยาบาล	แพทย์
200 คนขึ้นไป	มีเวชภัณฑ์ที่จำเป็น	1	1 (ประจำ)	1 (ชั่วคราว)
1,000 คนขึ้นไป	มีเวชภัณฑ์ที่จำเป็น รวมทั้งจัดยานพาหนะ	2	2 (ประจำ)	1 (ชั่วคราว)

หน้าที่ความรับผิดชอบของการปฐมพยาบาล

1. ผู้รับเหมา ต้องรับผิดชอบในการจัดหาอุปกรณ์ที่จำเป็นในการปฐมพยาบาลตามที่กฎหมายกำหนด รวมทั้งห้องพยาบาลในหน่วยงานก่อสร้าง
2. ลูกจ้างทุกคนจะทราบระเบียบวิธีการแจ้งเหตุ และที่ตั้งของโทรศัพท์ โดยหมายเลขแจ้งเหตุฉุกเฉิน จะต้องแสดงไว้ชัดเจน
3. อุปกรณ์ปฐมพยาบาลจะต้องอยู่ในห้องปฐมพยาบาลพร้อมทำเครื่องหมายไว้ รวมทั้งมีการเก็บดูแลให้อยู่ในสภาพเรียบร้อย และปลอดภัยพร้อมใช้งานได้ตลอดเวลา
4. ผู้รับเหมาต้องวางแผนการฝึกอบรมการปฐมพยาบาลเบื้องต้นให้แก่ลูกจ้าง และการอบรมการปฐมพยาบาล และการนำส่งผู้ป่วยให้กับหัวหน้างาน
5. ในกรณีจะต้องนำผู้บาดเจ็บส่งโรงพยาบาลทันที ควรระมัดระวังเรื่องการเคลื่อนย้าย และการป้องกันการติดเชื้อทางเลือด เป็นต้น

วิธีการปฏิบัติในการปฐมพยาบาลฉุกเฉิน

1. ต้องประเมินสถานการณ์ เช่น ผู้เจ็บยังมีลมหายใจหรือไม่ หรือใครบาดเจ็บหนักที่สุด
2. ต้องตัดสินใจช่วยผู้บาดเจ็บมากที่สุดก่อน
3. ต้องให้การช่วยเหลือ และปฐมพยาบาลเบื้องต้นอย่างถูกต้อง
4. ต้องมองหาผู้ช่วยที่ใกล้ชิดในเหตุการณ์ที่สุด และถ้าจำเป็นก็ต้องนำส่งโรงพยาบาลก่อน
5. ต้องรับรายงานอุบัติเหตุให้ผู้ที่เกี่ยวข้องทราบทันที

วิธีการปฐมพยาบาลเบื้องต้น

1. ขั้นตอนการกู้ชีพพื้นฐานในผู้ใหญ่

- 1) ตรวจสอบระดับความรู้สึกตัวโดยการเรียกผู้ป่วยเจ็บ และตีที่ไหล่เบา ๆ
- 2) ร้องขอความช่วยเหลือ และพลิกผู้ป่วยเจ็บให้อยู่หงายราบบนพื้นเรียบแข็ง
- 3) ถ้าผู้ป่วยเจ็บไม่ตอบสนอง ให้ช่วยการไหลเวียนโลหิตโดยการกดหน้าอก 30 ครั้ง ด้วยอัตราเร็วมากกว่า 100 ครั้งต่อนาที กดลึก 2 นิ้วหรือ 5 เซนติเมตร (ใช้มือข้างหนึ่งวางและใช้มืออีกข้างวางทับ แล้วใช้สันมือกดที่กึ่งกลางหน้าอก)

- 4) เปิดทางเดินหายใจ โดยใช้สันมือกดหน้าผาก ใช้นิ้วชี้และนิ้วกลางของมืออีกข้างหนึ่งเขยคางให้หน้าหงายขึ้น และช่วยหายใจ โดยการเป่าปาก 2 ครั้ง ครั้งละ 1 วินาที
- 5) หลังจากนั้นให้กดหน้าอกสลับกับการเป่าปาก ด้วยอัตรา 30 ต่อ 2 (นับเป็น 1 รอบ) ประเมินผลการกู้ชีพทุก 5 รอบ (ใช้เวลา 2 นาที)
- 6) ในกรณีที่มีผู้ปฏิบัติการกู้ชีพมาช่วยเหลือเพิ่มขึ้น ควรสลับหน้าที่ของผู้ที่กดหน้าอก กับผู้ที่เป่าปากทุก 2 นาที หรือทุก 5 รอบ

หมายเหตุ: ในกรณีไม่สามารถช่วยเป่าปากได้ สามารถใช้การกดหน้าอกอย่างต่อเนื่อง ด้วยอัตราเร็วกว่า 100 ครั้งต่อนาที

2. การห้ามเลือด

- 1) เปิดสิ่งปกปิดให้เห็นบริเวณแผลที่เลือดออก
- 2) ใช้มือหรือผ้าสะอาดกดลงบนบาดแผลโดยตรง
- 3) ยกบริเวณที่เลือดออกให้สูงกว่าระดับหัวใจ
- 4) ถ้าเลือดไม่หยุด ให้กดบริเวณเส้นเลือดแดงใหญ่ที่ไปสู่บาดแผล
- 5) เมื่อเลือดหยุด ให้ปิดแผลด้วยผ้าสะอาดหลาย ๆ ชั้น พันทับด้วยผ้าหรือผ้ายัดให้แน่น
- 6) กรณีเลือดออกซ้ำ ให้เพิ่มความหนาของผ้าที่กด แล้วใช้ผ้าหรือผ้ายัดพันทับอีกครั้ง
- 7) ส่งต่อสถานพยาบาล

3. เลือดกำเดาไหล

- 1) นั่งก้มหน้า
- 2) ใช้มือบีบจมูกและให้หายใจทางปาก ประมาณ 5-10 นาที
- 3) ทำนั่งเงยหน้าจะทำให้เลือดไหลลงคอ และทำให้อาเจียนได้
- 4) การสั่งน้ำมูก แคะจมูก หรือขยี้จมูกจะทำให้เลือดออกอีก
- 5) ในผู้ป่วยเจ็บที่ได้รับอุบัติเหตุถ้ามีน้ำใส ๆ ไหลจากจมูก ให้รีบนำส่งสถานพยาบาล



4. การใช้ผ้าสามเหลี่ยม

การใช้ผ้าสามเหลี่ยม เมื่อมีบาดแผลต้องใช้ผ้าพันแผล ซึ่งขณะนั้นมีผ้าสามเหลี่ยมสามารถใช้ผ้าสามเหลี่ยมแทนผ้าพันแผลได้ โดยพับเก็บมุมให้เรียบร้อย และก่อนพันแผลต้องพับผ้าสามเหลี่ยมให้มีขนาดเหมาะสมกับบาดแผล และอวัยวะ

1) การคล้องแขน (Arm sling)

ในกรณีที่มีกระดูกต้นแขนหัก หรือกระดูกปลายแขนหัก เมื่อตกแต่งบาดแผลและเข้าเฝือกชั่วคราวเรียบร้อยแล้ว จะคล้องด้วยผ้าสามเหลี่ยมตามลำดับดังนี้

- 1.1) วางผ้าสามเหลี่ยมให้มุมยอดของสามเหลี่ยมอยู่ใต้ข้อศอกข้างที่เจ็บให้ชายผ้าด้านพบพาดไปที่ไหล่อีกข้างหนึ่ง



- 1.2) จับชายผ้าด้านล่างตลบกลับขึ้นข้างบน ให้ชายผ้าพาดไปที่ไหล่ข้างเดียวกับแขนข้างที่เจ็บ



- 1.3) ผูกชายทั้งสองให้ปมอยู่ตรงร่องเหนือกระดูกไหปลาร้า

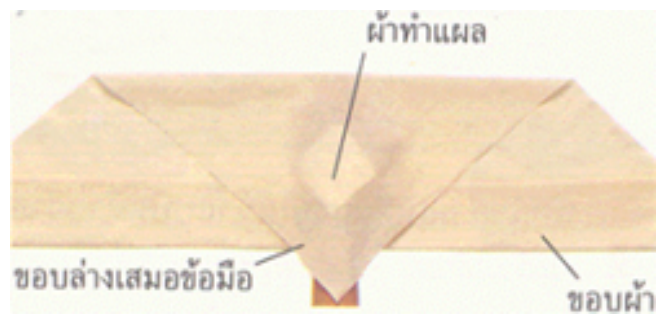


1.4) เก็บมุมสามเหลี่ยมโดยใช้เข็มกลัดติดให้เรียบร้อย



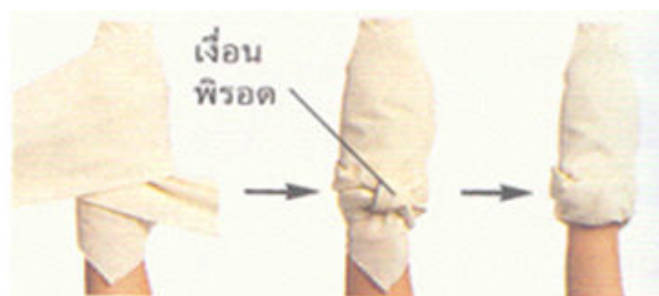
2) การพันมือ

2.1) วางมือที่บาดเจ็บลงบนผ้าสามเหลี่ยม จับมุมยอดของผ้าสามเหลี่ยมลงมาด้านฐานจรดบริเวณข้อมือ



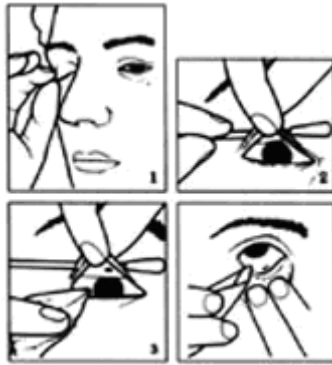
2.2) ห่อมือโดยจับชายผ้าทั้งด้านซ้ายและขวาไว้ด้วยกัน

2.3) ผูกเงื่อนพริตบริเวณข้อมือ



5. ผงเข้าตา

- 1) ห้ามขยี้ตา
- 2) รีบล้างตาในน้ำสะอาดและกลอกตาไปมาหรือเทน้ำให้ไหลผ่านตาที่ถ่างหนังตาไว้
- 3) ถ้ายังไม่ออก ให้คนช่วยใช้มุ่มผ้าเช็ดหน้าที่สะอาดเปียกเช็ดผงออกถ้าไม่ออก ควรรีบไปหาหมอ



6. แผลถูกของมีคมและแผลฉีกขาด

แผลถูกของมีคมและแผลฉีกขาดเป็นแผลที่มีการเปิดของผิวหนัง ถ้าเป็นแผลถูกของมีคมจะมีขอบเรียบ ส่วนแผลฉีกขาดเกิดจากของไม่มีคมบาดหรือกระแทก จะมีขอบแผลไม่เรียบ อาจมีเลือดออกมากหรือน้อยขึ้นกับขนาดความลึก และตำแหน่งของแผล การปฐมพยาบาล มีดังนี้

- 1) ห้ามเลือดตามขั้นตอน
- 2) ถ้าแผลกว้าง หรือลึก และมีก้อนเลือดหรือสิ่งแปลกปลอมภายในแผลไม่ต้องล้างแผลเพราะจะทำให้เลือดออกมากอีก นำส่งสถานพยาบาล
- 3) ถ้าแผลเล็ก ตื้น ให้ล้างแผลด้วยน้ำสะอาดและสบู่ ซับให้แห้งแล้วปิดด้วยผ้าปิดแผลหรือพลาสติก โดยให้ขอบแผลชิดกัน
- 4) ข้อควรระวัง
 - 4.1) อาจพบร่วมกับการบาดเจ็บของอวัยวะภายใน เช่น กระดูกหัก เส้นเลือดฉีกขาด

7. แผลที่มีอวัยวะถูกตัดขาด

แผลที่มีอวัยวะถูกตัดขาดส่วนมากเกิดจากของมีคมตัดขาด หรือเกิดจากการถูกกระชากหรือกดทับอย่างรุนแรง การปฐมพยาบาลมีดังนี้

- 1) ห้ามเลือดส่วนที่ถูกตัดขาด โดยใช้ผ้าสะอาดกดลงบริเวณบาดแผลและพันทับด้วยผ้าให้แน่นพอควร ยกส่วนนั้นให้สูงขึ้น
- 2) เก็บอวัยวะส่วนที่ขาดให้ใส่ถุงพลาสติกสะอาด มัดปากถุงให้แน่นแล้วแช่ในภาชนะที่ใส่น้ำแข็งผสมน้ำ
- 3) รีบนำผู้ป่วยเจ็บส่งสถานพยาบาลพร้อมอวัยวะส่วนที่ขาด
- 4) ข้อควรระวัง
 - 4.1) ไม่ควรห้ามเลือดโดยใช้การขันชะเนาะ หรือเครื่องมือห้ามเลือด
 - 4.2) ห้ามแช่อวัยวะส่วนที่ขาดในน้ำเกลือ หรือน้ำเปล่า
 - 4.3) ควรจดเวลาของการเกิดอุบัติเหตุไว้ด้วย

8. การห้ามเลือด

- 1) ถ้าบาดแผลเล็ก กดปากแผลด้วยผ้าสะอาด แล้วพันให้แน่น



- 2) ถ้าบาดแผลใหญ่ เลือดออกพุ่ง ทำตามข้อ 1 แล้วเลือดยังไม่หยุด ใช้ผ้า เชือก หรือสายยางรัดเหนือแผล(ระหว่างบาดแผลกับหัวใจ) ให้แน่นพอที่เลือดหยุดไหลเท่านั้น โดยอวัยวะส่วนปลายไม่เขียวคล้ำ หรือถ้าเป็นเลือดพุ่งออกมาจากปลายหลอดเลือดที่ขาดอยู่ ให้ใช้ก้อนผ้าเล็กๆ กดลงตรงนั้นเลือดจะหยุดได้
- 3) ยกส่วนที่มีเลือดออกให้สูงไว้



9. เป็นลม

- 1) ถ้าเป็นลมหมดสติ และหยุดหายใจหรือชัก หรือเป็นลมอัมพาต (ส่วนหนึ่งส่วนของ ร่างกายอ่อนแรงทันที) หรือเป็นลมแน่นอกหรือจุกอก จนหายใจไม่ออก หรือมีอาการรุนแรงอื่น ต้องไปหาหมอโดยเร็ว
- 2) ถ้าเป็นลมหน้ามืด อาจหมดสติจนไม่รู้สึกรู้ตัวได้โดยก่อนเป็นลมหน้ามืด อาจใจหวิวใจสั่น หรือเวียนศีรษะแล้วหมดแรงพับตัวลงกับพื้น (มักจะไม่ล้มฟาด) ให้อนหงายลงกับพื้น (ศีรษะไม่หนุนหมอน) แขนขาเหยียด ใช้หมอนหรือสิ่งอื่นรองขา และทำให้สูงกว่าลำตัว
 - 2.1) คลายเสื้อผ้าให้หลวมออก เอาฟันปลอมและของในปากออก
 - 2.2) พัดโบกลมให้ถูกหน้าและลำตัว ห้ามคนมุงดู
 - 2.3) ให้ดมยาหอมหรือยาดมอื่นๆ หรือกดจุด
 - 2.4) ใช้ผ้าชุบน้ำเย็นหรือน้ำอุ่นเช็ดหน้า และบีบนวดแขนขา
 - 2.5) ถ้าไม่ดีขึ้นใน 30 นาที ให้ไปหาหมอ
- 3) การป้องกัน
 - 3.1) รักษาสุขภาพให้แข็งแรง เช่น กินอาหารและนอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอออกกำลังกายสม่ำเสมอ
 - 3.2) หลีกเลี่ยงขบวนการที่ทำให้เป็นลมหน้ามืด เช่น ที่แออัดอบอ้าว
 - 3.3) ถ้าเป็นลมแน่นท้อง เหนื่อยบ่อยๆ ผายลมบ่อยๆ ให้ดื่มน้ำร้อน ๆ หรือน้ำขิง/ชา/กระชาย (อย่างใดอย่างหนึ่ง) กินยาลดกรด ยาขับลม
 - 3.4) อย่ากินอาหารจนอิ่มมาก และหลีกเลี่ยงอาหารที่เกิดลมง่าย เช่น นม ถั่ว
 - 3.5) อาหารที่ย่อยยาก อาหารค้างหรือเริ่มบูด เป็นต้น
 - 3.6) พุดหรือร้องเพลงให้น้อยลง
 - 3.7) จิบน้ำบ่อยๆ เพื่อไม่ให้กลืนลมโดยไม่รู้ตัว
 - 3.8) ผ่อนคลายความเครียดลง ดูเรื่องกังวล เครียด

10. แผลจากสารเคมี

แผลจากสารเคมี อาจเกิดจากกรด หรือด่างเข้มข้น ทำให้ผิวหนังถูกทำลายและเกิดแผลที่รุนแรง ผู้ป่วยเจ็บมักมีอาการปวดแสบปวดร้อนมากผิวหนังอาจถูกทำลายลึกจนถึงชั้นกล้ามเนื้อการปฐมพยาบาล มีดังนี้

- 1) ใช้น้ำสะอาดไหลผ่านบริเวณแผลมาก ๆ อย่างน้อย 10 นาที หรือจนกว่าอาการปวดแสบปวดร้อนจะลดลง
- 2) ถ้าเป็นบริเวณมือ หรือข้อมือ ให้ถอดเครื่องประดับออกทั้งหมด
- 3) ปิดแผลด้วยผ้าสะอาด
- 4) นำส่งสถานพยาบาล
- 5) ข้อควรระวัง
 - 5.1) งดจับต้องแผลโดยไม่จำเป็น
 - 5.2) ห้ามทายาโลชั่น หรือครีมทุกชนิดลงบนแผล

11. แผลโดนความร้อน

แผลโดนความร้อนอาจเกิดจากเปลวไฟ น้ำร้อน ไฟฟ้า วัสดุหรือเครื่องมือเครื่องใช้ที่มีความร้อน ความรุนแรงขึ้นอยู่กับ ปริมาณความร้อน ระยะเวลาที่ได้รับ ขนาด และตำแหน่งของอวัยวะที่โดนความร้อน การปฐมพยาบาล มีดังนี้

- 1) ใช้น้ำสะอาดราดหรือแช่บริเวณแผลเป็นเวลาอย่างน้อย 10 นาที
- 2) ถอดเครื่องประดับบริเวณที่โดนความร้อนออก
- 3) ปิดแผลด้วยผ้าสะอาด
- 4) ถ้ามีแผลโดนความร้อนเป็นบริเวณกว้าง หรือบริเวณอวัยวะสำคัญเช่น ใบหน้า คอ อวัยวะเพศรีบนำส่งสถานพยาบาล
- 5) ข้อควรระวัง
 - 5.1) ผู้ป่วยเจ็บที่โดนไฟคลอก โดนความร้อนบริเวณใบหน้า อาจมีปัญหาทางเดินหายใจร่วมด้วย
 - 5.2) ผู้ป่วยเจ็บที่โดนไฟฟ้าช็อต ต้องระวังเรื่องหัวใจเต้นผิดปกติหรือหยุดเต้น
 - 5.3) ผู้ป่วยเจ็บที่มีแผลบริเวณกว้าง อาจมีอาการช็อก
 - 5.4) ห้ามใช้น้ำเย็นจัดหรือน้ำแข็งราดลงบนแผล

- 5.5) ห้ามดึงสิ่งที่ติดแน่นออกจากแผล เช่น เลือด กางเกง
- 5.6) งดจับต้องแผลโดยไม่จำเป็น
- 5.7) ห้ามทำให้ผิวหนังที่พองน้ำแตก
- 5.8) ห้ามทายา ยาสีฟัน น้ำปลา หรือขี้ผึ้งลงบนแผล

12. การเคลื่อนย้ายผู้ป่วย

1) การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยโดยผู้ช่วยเหลือสองคน

- 1.1) วิธีที่ 1 อุ้มและยก เหมาะสำหรับผู้ป่วยรายในรายที่ไม่รู้สึกตัว แต่ไม่ควรใช้ในรายที่มีการบาดเจ็บของลำตัว หรือกระดูกหัก



- 1.2) วิธีที่ 2 นั่งบนมือทั้งสองที่จับประสานกันเป็นแคร่ เหมาะสำหรับผู้ป่วยในรายที่ขาเจ็บแต่รู้สึกดีและสามารถไขว่แขนทั้งสองข้างได้ วิธีเคลื่อนย้าย ผู้ช่วยเหลือทั้งสองคนใช้มือขวากำข้อมือซ้ายของตนเองขณะเดียวกันก็ใช้มือซ้ายกำมือขวาซึ่งกันและกัน ให้ผู้ป่วยไขว่แขนทั้งสองยันตัวขึ้นนั่งบนมือทั้งสองที่จับประสานกันเป็นแคร่ แขนทั้งสองของผู้ป่วยโอบคอผู้ช่วยเหลือ จากนั้นวางผู้ป่วยบนเขาเป็นจันทะที่หนึ่ง และอุ้มยื่นเป็นจันทะที่สอง แล้วจึงเดินไปพร้อมๆ กัน



- 1.3) วิธีที่ 3 การพยุงเดิน วิธีนี้ใช้ในรายที่ไม่มีบาดแผลรุนแรง หรือกระดูกหักและผู้บาดเจ็บยังรู้สึกตัวดี



2) การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยโดยผู้ช่วยเหลือสามคน

- 2.1) วิธีที่ 1 อุ้มสามคนเรียง เหมาะสำหรับผู้ป่วยในรายที่ไม่รู้สึกตัว ต้องการอุ้มขึ้นวางบนเตียง หรืออุ้มผ่านทางแคบๆ วิธีเคลื่อนย้าย ผู้ช่วยเหลือทั้งสามคนคุกเข่าเรียงกันในท่าคุกเข่าข้างเดียวทุกคนสอดมือเข้าใต้ตัวผู้ป่วย และอุ้มพยุงไว้ตามส่วนต่าง ๆ ของร่างกายดังนี้
- คนที่ 1 สอดมือทั้งสองเข้าใต้ตัวผู้ป่วยตรงบริเวณคอและหลังส่วนบน
- คนที่ 2 สอดมือทั้งสองเข้าใต้ตัวผู้ป่วยตรงบริเวณหลังส่วนล่างและก้น
- คนที่ 3 สอดมือทั้งสองเข้าใต้ขา

ผู้ช่วยเหลือคนที่อ่อนแอที่สุดควรเป็นคนที่ 3 เพราะรับน้ำหนักน้อยที่สุดเมื่อจะยกผู้ป่วยผู้ช่วยเหลือทั้งสามคน จะต้องทำงานพร้อมๆ กัน โดยให้คนใดคนหนึ่งเป็นออกคำสั่ง ชั้นแรก ยกผู้ป่วยพร้อมกันและวางบนเข่า จากท่านี้เหมาะสำหรับจะยกผู้ป่วยขึ้นวางบนเปลฉุกเฉินหรือบนเตียง แต่ถ้าจะอุ้มเคลื่อนที่ผู้ช่วยเหลือทั้งสามคน จะต้องประคองตัวผู้ป่วยในท่านอนตะแคง และอุ้มยื่น เมื่อจะเดินจะก้าวเดินไปทางด้านข้างพร้อมๆ กัน และถ้าจะวาง ผู้ป่วยให้ทำเหมือนเดิมทุกประการ คือ คุกเข่าลงก่อนและค่อย ๆ วางผู้ป่วยลง



- 2.2) วิธีที่ 2 การใช้คน 3 คน วิธีนี้ใช้ในรายที่ผู้บาดเจ็บนอนหงาย หรือ นอนคว่ำก็ได้ให้คางของผู้บาดเจ็บยกสูงเพื่อเปิดทางเดินหายใจ
- 2.2.1) ผู้ปฐมพยาบาล 2 คนคุกเข่าข้างลำตัวผู้บาดเจ็บข้างหนึ่ง อีกข้างหนึ่ง ผู้ปฐมพยาบาลอีก 1 คน คุกเข่าข้างลำตัวผู้บาดเจ็บ
- 2.2.2) ผู้ปฐมพยาบาลคนที่ 1 ประคองที่ศีรษะและไหล่ผู้บาดเจ็บ มืออีกข้างหนึ่งรองส่วนหลังผู้บาดเจ็บ
- 2.2.3) ผู้ปฐมพยาบาลคนที่ 2 อยู่ตรงข้ามคนที่ 1 ใช้แขนข้างหนึ่งรองหลังผู้บาดเจ็บเอามือไปจับมือคนที่ 1 อีกมือหนึ่งรองใต้สะโพกผู้บาดเจ็บ
- 2.2.4) ผู้ปฐมพยาบาลคนที่ 3 มือหนึ่งอยู่ใต้ต้นขาเหนือมือคนที่ 2 ที่รองใต้สะโพกแล้วเอามือไปจับกับมือคนที่ 2 ที่รองใต้สะโพกนั้น ส่วนมืออีกข้างหนึ่งรองที่ขาใต้เป้า
- 2.2.5) มือคนที่ 1 และคนที่ 2 ควรจับกันอยู่ระหว่างกึ่งกลางลำตัวส่วนบนของผู้บาดเจ็บ ผู้ปฐมพยาบาลจะต้องให้สัญญาณลุกขึ้นยืนพร้อม ๆ กัน



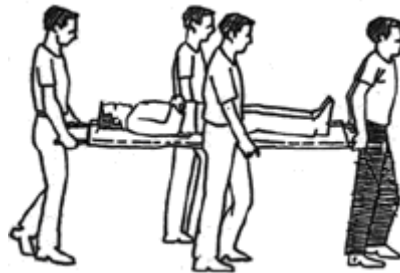
3) การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยโดยใช้ผ้าห่ม

ใช้กรณีที่ไม่มีเปลหามแต่ไม่เหมาะกับผู้บาดเจ็บบริเวณหลังวิธีเคลื่อนย้าย พับผ้าห่มตามยาวทบกันเป็นชั้น ๆ 2-3 ทบโดยวิธีการพับผ้าห่มพับเช่นเดียวกับการพับกระดาษทำพัด วางผ้าห่มขนาบชิดตัวผู้ป่วยทางด้านข้าง ผู้ช่วยเหลือคุกเข่าลงข้างตัวผู้ป่วยอีกข้างหนึ่ง จับผู้ป่วยตะแคงตัวเพื่อให้นอนบนผ้าห่ม แล้วดึงชายผ้าห่มทั้งสองข้างออก เสร็จแล้วจึงม้วนเข้าหากัน จากนั้นช่วยกันยกตัวผู้ป่วยขึ้น ผู้ช่วยเหลือคนหนึ่งต้องประคองศีรษะผู้ป่วย โดยเฉพาะผู้ป่วยที่สงสัยว่า ได้รับบาดเจ็บที่คอหรือหลัง



4) การเคลื่อนย้ายผู้ป่วยโดยใช้เปลหาม

เปลหรือแคร่มีประโยชน์ในการเคลื่อนย้ายผู้ป่วย อาจทำได้ง่ายโดยดัดแปลงวัสดุ การใช้เปลหามจะสะดวกมากแต่ยุ่งยากบ้างขณะที่จะอุ้มผู้ป่วยวางบนเปลหรืออุ้มออกจากเปล วิธีการเคลื่อนย้ายเริ่มต้นด้วยการอุ้มผู้ป่วยนอนราบบนเปล จากนั้นควรให้ผู้ช่วยเหลือคนหนึ่งเป็นคนออกคำสั่งให้ยกและหามเดิน เพื่อความพร้อมเพรียงและนุ่มนวล ถ้ามีผู้ช่วยเหลือสองคน คนหนึ่งหามทางด้านศีรษะ อีกคนหามทางด้านปลายเท้าและหันหน้าไปทางเดียวกัน ซึ่งหมายความว่าผู้ช่วยเหลือที่หามทางด้านปลายเท้าจะเดินนำหน้า หากมีผู้ช่วยเหลือ 4 คน ช่วยหาม อีก 2 คน จะช่วยหามทางด้านข้างของเปลและหันหน้าเดินไปทางเดียวกัน

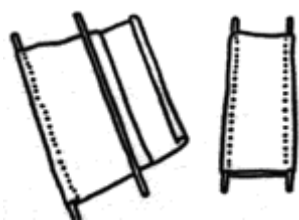


วัสดุที่นำมาดัดแปลงทำเปลหาม

1. บานประตูไม้
2. ผ้าห่มและไม้ยาวสองอัน วิธีทำเปลผ้าห่ม ปูผ้าห่มลงบนพื้นใช้ไม้ยาวสองอันยาวประมาณ 2.20

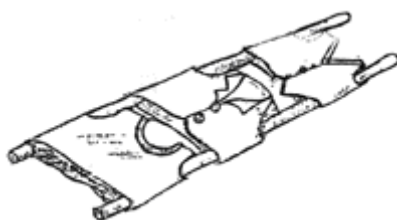
เมตร

- อันที่ 1 สอดในผ้าห่มที่ได้พับไว้แล้ว
- อันที่ 2 วางบนผ้าห่ม โดยให้ห่างจากอันที่ 1 ประมาณ 60 ซม. จากนั้นพับชายผ้าห่มทับไม้ อันที่ 2 และอันที่ 1 ตามลำดับ



3. เสื่อและไม้ยาว 2 อัน

นำเสื่อที่มีขนาดใหญ่พอๆกันมาสามตัว ตัดกระดุมให้เรียบร้อย ถ้าไม่แน่ใจว่ากระดุมจะแน่นพอให้ใช้ เข็มกลัดซ่อนปลายช่วยด้วย แล้วสอดไม้สองอันเข้าไปในแขนเสื่อ



การวางแผนฉุกเฉิน

การทำงานที่มีลูกจ้างจำนวนมาก หรือมีความเสี่ยงในการทำงานสูงโดยเฉพาะในการก่อสร้าง การจัดทำแผนฉุกเฉินค่อนข้างมีความจำเป็นอย่างมาก ที่จะต้องให้ลูกจ้างเกิดความมั่นใจว่างานที่ทำอยู่นั้นเมื่อเกิดเหตุฉุกเฉิน ลูกจ้างสามารถปฏิบัติตนได้อย่างปลอดภัยตามแผนที่กำหนดไว้ รวมทั้งต้องช่วยป้องกัน และลดการประสบอันตรายต่าง ๆ ได้เป็นอย่างดี ในกรณีที่แผนฉุกเฉินต้องมีการอพยพคนงาน หรือผู้ที่เกี่ยวข้องขณะปฏิบัติงานได้ทันเหตุการณ์

ดังนั้นผู้บริหารจึงได้กำหนดแผนการฝึกอบรมขั้นตอนในการปฏิบัติในภาวะฉุกเฉินสำหรับทุกกรณี เพื่อให้ทราบถึงการบังคับบัญชาในภาวะฉุกเฉินตลอดจนปรับปรุงแผนฉุกเฉิน นอกจากนี้ต้องมีการซ้อมแผน และทบทวนหน้าที่ของแต่ละบุคคลตลอดจนการปรับปรุงแผนฉุกเฉิน เพื่อให้สอดคล้องกับสภาพการร่วมกับหน่วยงานอื่นๆ เพื่อให้แผนฉุกเฉินสามารถปฏิบัติงานได้ โดยครอบคลุมเนื้อหา ดังนี้

1. วางมาตรการควบคุมบุคคลในภาวะฉุกเฉิน
2. แผนการอพยพและเส้นทางที่ปลอดภัย
3. การวางมาตรการควบคุมความปลอดภัยในแต่ละพื้นที่
4. ขั้นตอนการค้นหา ช่วยชีวิตผู้บาดเจ็บ ตลอดจนถึงขั้นตอนการยกเลิกภาวะฉุกเฉิน และการกลับเข้าทำงานใหม่
5. การควบคุมวัสดุอันตราย
6. การเคลื่อนย้ายและป้องกันอุปกรณ์หรือวัสดุที่มีความสำคัญ
7. รายชื่อของหน่วยงานภายนอกที่เกี่ยวข้อง เพื่อสะดวกในการติดต่อขอความช่วยเหลือ

วิธีการปฏิบัติตนเมื่อเกิดเหตุฉุกเฉิน

1. เมื่อเกิดเพลิงไหม้ หรือระเบิดให้ปฏิบัติดังนี้
 - 1.1 พยายามตั้งสติ อย่าตื่นตระหนก
 - 1.2 กดปุ่มสัญญาณเตือนภัยทันที
 - 1.3 รีบแจ้งหน่วยดับเพลิงใกล้หน่วยงานโดยด่วน
 - 1.4 พยายามดับเพลิง หรือควบคุมเพลิงด้วยเครื่องดับเพลิงชนิดมือถือที่เหมาะสม เพื่อลดภัยอันตรายอันเกิดจากเพลิงไหม้