

มาตรการระงับการเกิดอัคคีภัย ไฟฟ้าช็อต และตกจากที่สูง

มาตรการระงับการเกิดอัคคีภัย

1. การวางแผนรับมือเหตุฉุกเฉินจากกิจกรรมบริเวณสำนักงานและภายในอาคาร

1.1 กรณีเกิดอัคคีภัย อันตรายจากไฟไหม้, การป้องกันและระงับอัคคีภัย, วิธีใช้เครื่องดับเพลิง, ขั้นตอนทั้ง 4 เมื่อมีไฟไหม้, ต้องป้องกันไฟ โดยมีรายละเอียดดังนี้

- ไฟไหม้จะมีความมืดปกคลุม ไม่สามารถมองเห็นอะไรได้ ความมืดนั้นอาจเนื่องจากอยู่ภายในอาคารแล้ว กระแสไฟฟ้าถูกตัด หมอกควันหนาแน่น หรือเป็นเวลากลางคืน

วิธีแก้ไข

- ติดตั้งอุปกรณ์ไฟส่องสว่างฉุกเฉิน (Emergency Light) ซึ่งทำงานได้ด้วยแบตเตอรี่ทันที ที่กระแสไฟฟ้าถูกตัด
- ติดตั้งเครื่องกำเนิดไฟฟ้าสำรอง เมื่อกระแสไฟฟ้าถูกตัด
- เตรียมไฟฉายที่มีกำลังส่องสว่างสูง ไว้ให้มีจำนวนเพียงพอในจุดที่สามารถนำมาใช้ได้สะดวก
- ฝึกซ้อมหนีไฟ

1.2 ไฟไหม้จะมีแก๊สพิษและควันไฟ ผู้เสียชีวิตและบาดเจ็บในเหตุเพลิงไหม้ประมาณ ร้อยละ 90 เป็นผลจากควันไฟ ซึ่งมีทั้งก๊าซพิษ และทำให้ขาดออกซิเจน

วิธีแก้ไข

- จัดเตรียม หน้ากากหนีไฟฉุกเฉิน (Emergency smoke mask)
 - ใช้ถุงพลาสติกใส ขนาดใหญ่คลุมตัวแล้วคลุมศีรษะหนีไฟควัน (ห้ามฝ่าไฟ)
 - คืบ คลานต่ำ อากาศที่พอหายใจได้ยังมีอยู่ใกล้พื้น สูงไม่เกิน 1 ฟุต แต่ไม่สามารถทำได้เมื่ออยู่ในชั้นที่สูงกว่า
- แหล่งกำเนิดควัน

1.3 ไฟไหม้จะมีความร้อนสูงมาก หากหายใจเอาอากาศที่มีความร้อน 150 องศาเซลเซียสเข้าไป ท่านจะเสียชีวิตทันที ในขณะที่เมื่อเกิดเพลิงไหม้แล้วประมาณ 4 นาที อุณหภูมิจะสูงขึ้นกว่า 400 องศาเซลเซียส

วิธีแก้ไข

- ถ้าทราบตำแหน่งต้นเพลิงและสามารถระงับเพลิงได้ ควรระงับเหตุเพลิงไหม้ ด้วยความรวดเร็ว ไม่ควรเกิน 4 นาที หลังจากเกิดเปลวไฟ

- ควรหนีจากจุดเกิดเหตุให้เร็วที่สุด ไปยังจุด รวมพล (Assembly area)

1.4 ขั้นตอนการปฏิบัติเมื่อเกิดเหตุไฟไหม้

- พบเหตุ เพลิงไหม้ เมื่อพบเหตุเพลิงไหม้ ให้แจ้งเหตุพร้อมช่วยคนที่อยู่ในอันตราย

- แจ้งเหตุ ALARM แจ้งให้ผู้อยู่ใกล้ที่เกิดเหตุรู้และไปกดสัญญาณแจ้งเหตุเพลิงไหม้ (Fire Alarm) และดับไฟ

- ระงับเหตุ EXTINGUISH ผู้ที่รู้ว่ามีเหตุเพลิงไหม้ ต้องเข้าช่วยกันดับไฟ (ควรฝึกใช้เครื่องดับเพลิงให้เป็นทุกคน) และปฏิบัติตามแผนฉุกเฉิน

2. หนีเหตุ ESCAPE

ผู้ไม่มีหน้าที่เกี่ยวข้องกับการดับไฟ ให้รีบหนีทางช่องหนีไฟที่ปลอดภัยซึ่งต้องเตรียมไว้อย่างน้อย 2 ทาง ให้หนีลงอย่างหนีขึ้น หากมีกลุ่มควันให้คลานต่ำ แล้วไปรวมตัวที่จุดรวมพล เพื่อตรวจสอบจำนวนคนว่าออกมารครบ หรือติดค้างในอาคาร

2.1 การช่วยเหลือเมื่อเกิดไฟไหม้ เมื่อเกิดไฟไหม้ ให้ควบคุมสติ ผู้ใหญ่ต้องช่วยเด็กที่ติดอยู่ในบ้านหรืออาคารออกมาด้วยวิธีการ ดังนี้

- ใช้ผ้าห่มหนา ๆ ห่อหุ้มเด็ก ๆ แล้วรีบพาทางออกจากสถานที่เกิดเหตุทันที

- ถ้าที่เกิดเหตุนั้นมีควัน ห้ามวิ่งออกไป เพราะว่า 80% ของผู้เสียชีวิตในกองเพลิงเกิดจากการสำลักควันและขาดอากาศหายใจที่เป็นก๊าซคาร์บอนมอนอกไซด์และไอร้อน ดังนั้นวิธีหนีควันไฟ คือ คว่ำหน้า หมอบลงกับพื้นแล้วค่อย ๆ คลานไปสู่ทางออก ให้ใช้ผ้าชุบน้ำปิดปาก ปิดจมูกเพื่อป้องกันการสำลักควัน

- หากไฟไหม้ในห้องที่ไม่มีคนอยู่ และไม่มีใครอยู่ในนั้น ให้รีบปิดประตูห้องให้มิดชิด ไฟที่กำลังไหม้จะลดกำลังลงและอาจ ดับได้เอง อย่าเปิดห้องเป็นอันขาด เพราะจะทำให้ไฟลุกลามมากขึ้น รอให้เจ้าหน้าที่ดับเพลิงมาจัดการดูแลต่อไป

-ถ้ามีความจำเป็น ที่ต้องเปิดประตูห้องที่ไฟกำลังลุกท่วมนั้น หาผ้าหนา ๆ ชุบน้ำจับลูกบิดประตูและเปิดประตูเข้าหาตัวผู้ เปิดโดยผู้เปิดยืนอยู่หลังประตูเพื่อป้องกันไม่ให้ไฟที่ลามออกมา เผาตัวผู้เปิด

- ถ้าเข้าไปติดอยู่ในห้องที่ไฟกำลังลุกลามใกล้มาถึงให้ใช้ผ้าห่ม ผ้าปูที่นอน ผ้าเช็ดตัว ชุบน้ำเปียก ๆ แล้วอุดไว้ตามร่อง ประตูและช่องต่าง ๆ ในห้องเพื่อกันไม่ให้ควันไฟเล็ดลอดเข้ามาได้ แล้วตะโกนเรียกคนช่วย โทรศัพท์แจ้ง 199 เรียก รถดับเพลิง

-ควรมีการซ้อมป้องกันอัคคีภัย วิธีการฝึกการเรียนรู้ การควบคุมอารมณ์ การวางแผนการหนีเพลิงและอื่น ๆ

2.2 การปฐมพยาบาลเมื่อพบผู้บาดเจ็บจากเพลิงไหม้

- ใช้น้ำสะอาด ราด รด หรือแช่ผู้บาดเจ็บจากไฟลวก เพื่อลดความเจ็บปวดของบาดแผล หยุดการทำลายจากความร้อน

- หากผู้บาดเจ็บสวมแหวน นาฬิกา กำไล ให้รีบถอดออก เพราะไม่นานบริเวณที่ถูกความร้อนจะเกิดอาการบวม

- ปิดแผลด้วยผ้าปิดแผล ถ้าหาไม่ได้ให้ใช้ผ้าเช็ดหน้า ปกคลุมหรือผ้าปูที่นอนพันบาดแผลไว้และรีบนำส่ง

โรงพยาบาล

มาตรการระงับการเกิดไฟฟ้าช็อต

1. กรณีเกิดไฟฟ้าดูด

1.1 การช่วยเหลือผู้ประสบอันตราย ผู้ที่จะช่วยเหลือผู้ที่ประสบอันตรายจากไฟฟ้าต้องรู้จักวิธีที่ถูกต้อง ในการช่วยเหลือดังนี้

- อย่าใช้มือเปล่าแตะต้องตัวผู้ที่ติดอยู่กับกระแสไฟฟ้า หรือตัวนำที่เป็นต้นเหตุให้เกิดอันตรายเป็นอันตราย เพื่อป้องกันมิให้ถูกกระแสไฟฟ้าจนได้รับอันตรายไปด้วย
- รีบหาทางตัดกระแสไฟฟ้า โดยจับไขว้ จะด้วยการถอดปลั๊กหรือแอสวิตซ์ออกก็ได้
- ใช้วัตถุที่ไม่เป็นสื่อไฟฟ้า เช่น ผ้า ไม้แห้ง เชือกที่แห้ง สายยาง หรือพลาสติกที่แห้งสนิท ถูงมือนายหรือผ้าแห้งพันมือให้หนา แล้วถึงผลักหรือถอดตัวผู้ประสบอันตรายให้หลุดออกมาโดยเร็วเชี่ยสายไฟให้หลุดออกจากตัวผู้ประสบอันตราย
- หากเป็นสายไฟฟ้าแรงสูงให้พยายามหลีกเลี่ยง แล้วรีบแจ้งการไฟฟ้าให้เร็วที่สุด
- อย่าลงไปในน้ำ กรณีที่มีกระแสไฟฟ้าอยู่ในบริเวณที่มีน้ำขัง ต้องหาทางเชี่ยสายไฟฟ้าออกให้พ้น หรือตัดกระแสไฟฟ้าก่อน จึงค่อยไปช่วยผู้ประสบอันตรายการช่วยผู้ประสบอันตรายจากไฟฟ้า ดังที่กล่าวมาแล้วจำเป็นต้องกระทำด้วยความรวดเร็ว รอบคอบและระมัดระวังเป็นพิเศษด้วย

2. การปฐมพยาบาลเบื้องต้น

- ต้องเคลื่อนย้ายผู้ป่วยออกจากบริเวณที่ถูกไฟดูด ไฟช็อตให้เร็วที่สุด และ ที่สำคัญที่สุดคือ ต้องป้องกันอันตรายไฟฟ้าดูดผู้ที่เข้าไปช่วยเหลือด้วย บ่อยครั้งพบว่าผู้เข้าไปช่วยเหลือผู้ป่วยที่ไม่ได้ระวังตรงจุดนี้ กลับถูกกระแสไฟฟ้าดูดเสียชีวิตไปด้วย ถ้าพบแหล่งไฟฟ้ารั่ว ควรพยายามหาทางตัดวงจรไฟฟ้าเสียก่อน หรือ ผู้ป่วยถูกไฟฟ้าแรงสูงดูด และมีสายไฟพาดผ่านตัวผู้ป่วยอยู่ เราต้องหาวัสดุที่เป็นฉนวนไม่นำกระแสไฟฟ้าเช่น ไม้ เชี่ยเอาสายไฟออกจากตัวผู้ป่วยก่อนๆ ที่จะเข้าไปช่วยเหลือ นอกจากนั้นต้องพยายามตรวจดูให้ละเอียดถึง บาดเจ็บที่อาจเกิดร่วมกับผู้ป่วยที่ถูกไฟฟ้าดูดได้เช่น อาจพลัดตกจากที่สูง อาจมีบาดเจ็บที่ศีรษะ หรือ กระดูกส่วนต่างๆเช่น กระดูกคอ กระดูกแขนขา กระดูกสันหลังหักร้าวด้วย เพราะ ฉะนั้นต้องให้ความเอาใจใส่และระมัดระวังในจุดนี้โดยเฉพาะการเคลื่อนย้ายผู้ป่วยออกจากที่เกิดเหตุ เพราะถ้าทำไม่ถูกต้องอาจเกิดความพิการอัมพาตตามมาได้
- ตรวจดูหัวใจว่าหยุดเต้นหรือไม่ เพราะ กระแสไฟฟ้าแรงสูงที่ไหลผ่านหัวใจอาจทำให้คลื่นหัวใจหยุดเต้นได้ โดยใช้นิ้วมือคลำจากการเต้นของชีพจรบริเวณคอ ถ้าหัวใจหยุดเต้น ต้องทำการนวดหัวใจไปพร้อมๆกับการผายปอด
- หลังจากช่วยเหลือผู้ป่วยออกมาได้แล้วให้นำส่งโรงพยาบาลโดยเร็วที่สุด

3. ขั้นตอนการปฐมพยาบาลเบื้องต้น

- ให้รีบเคลื่อนย้ายผู้ป่วยออกจากจุดสัมผัสกับกระแสไฟ ควรห่อหุ้มบริเวณที่ถูกไฟดูดด้วยผ้าแห้ง ถ้ามีบาดแผลบริเวณนั้น หรือ ไม่แน่ใจว่ามีการบาดเจ็บของผิวหนังและเนื้อเยื่อของร่างกายบริเวณที่ถูกสัมผัสหรือไม่ ให้รีบนำผู้ป่วยส่งโรงพยาบาล

4. การป้องกันการเกิดไฟฟ้าลัดวงจร

- หมั่นตรวจสอบอุปกรณ์ไฟฟ้าอย่างสม่ำเสมอ
- ไม่ใช้อุปกรณ์ที่ชำรุดเสียหาย และไม่ใช้วิธีการจัมป์ไฟในการต่อสายไฟ
- ตรวจสอบสภาพแวดล้อมก่อนเริ่มงานที่เกี่ยวกับไฟฟ้า บริเวณการทำงานจะต้องไม่มีน้ำขัง หรือสายไฟของอุปกรณ์ต่างๆจะต้องอยู่ในพื้นที่แห้ง ไม่เปียก
- ปฏิบัติงานด้วยความระมัดระวัง ไม่ประมาท
- ติดตั้งสายดินที่ได้มาตรฐานก่อนใช้งานเครื่องใช้ไฟฟ้า
- ควรใช้สายไฟที่เหมาะสมกับอุปกรณ์ไฟฟ้า เพราะการลัดวงจรมักมาจากการที่ใช้กระแสไฟผ่านอุปกรณ์ไฟฟ้ามากเกินไป หรือมีการต่อปลั๊กพ่วงมากเกินไป เพราะบางทีสายไฟเส้นเล็ก มีกำลังวัตต์น้อยกว่า หรือใช้เครื่องใช้ไฟฟ้าจำนวนมากเกินไป ก็ทำให้เกิดกระแสไฟฟ้าลัดวงจรได้
- ห้ามซ่อมแซมอุปกรณ์ไฟฟ้าด้วยตัวเอง ควรให้คนที่ผ่านอบรม มีใบรับรองในการซ่อมบำรุงอุปกรณ์ไฟฟ้าเท่านั้น

แผนระงับการตกจากที่สูง

1. การป้องกันที่ตัวผู้ปฏิบัติงาน

- ฝึกอบรมให้กับผู้ที่ต้องขึ้นไปปฏิบัติงานบนที่สูง
- สุขภาพของผู้ปฏิบัติงาน จะต้องอยู่ในสภาพพร้อมปฏิบัติงาน
- สวมใส่อุปกรณ์ป้องกันอันตรายส่วนบุคคลให้ถูกต้องก่อนเริ่มปฏิบัติงานทุกครั้ง
- ทำการเปิดใบ Work permit ก่อนเริ่มงานทุกครั้ง

2. การป้องกันในสถานที่ทำงาน

- จัดระบบงาน เพื่อจำกัดการทำงานบนที่สูง
- ติดตั้งอุปกรณ์ป้องกันการตก เพื่อลดความเสี่ยง
- พื้นที่ทำงานปราศจากปัจจัยที่ทำให้สะดุด ลื่น กัน หรือปิดช่องเปิดบนพื้นให้แข็งแรง พร้อมป้ายเตือนอันตราย
- ติดตั้งหลังคาบริเวณทางเข้า-ออกอาคาร เพื่อป้องกันการร่วงตกของวัสดุ

3. การป้องกันอันตรายจากการร่วงหล่นของวัสดุในพื้นที่ปฏิบัติงาน

- อุปกรณ์ที่มีขนาดเล็ก ควรใส่ในภาชนะที่แข็งแรง
- วัสดุอุปกรณ์ทุกชนิดต้องไม่วางกีดขวางทางเดิน
- จัดเก็บเศษวัสดุที่เหลือใช้ในภาชนะที่แข็งแรง
- จัดเก็บทำความสะอาดอย่างต่อเนื่อง
- ใช้เครื่องมือให้เหมาะสมกับงาน
- ใช้เชือกผูกมัดเครื่องมือ และอุปกรณ์ที่ใช้ในการทำงานขณะปฏิบัติงานบนที่สูง
- ขนย้ายวัสดุอุปกรณ์อย่างถูกวิธี ไม่โยนเพื่อส่งของ หรือปา

4. การป้องกันอันตรายจากการสะดุด ลื่นล้ม บนพื้นที่ทำงาน

- วัสดุอุปกรณ์ทุกชนิดจะต้องไม่วางกีดขวางทางเดิน
- บริเวณช่องทางขึ้น-ลงบันได ต้องไม่มีสิ่งกีดขวาง
- พื้นที่ทำงานต้องมีราวกันตก และแผ่นกันของตก
- พื้นที่ทำงานต้องไม่เปียกแฉะ
- พื้นที่ทำงานจะต้องไม่มีคราบน้ำมัน จารบี
- พื้นทางเดินต้องเรียบเสมอกัน
- จัดเก็บทำความสะอาดอย่างต่อเนื่อง

5. การป้องกันอันตรายจากการตกในการเดิน เคลื่อนย้าย หรือเปลี่ยนพื้นที่ปฏิบัติงาน

- มีราวกันตก หรือเชือกนิรภัยยึดติดกับ โครงสร้างโดยรอบ
- มีทางเดินชั่วคราวพร้อมราวกันตก
- ติดตั้งตาข่ายนิรภัยยึดติดกับ โครงสร้างที่มั่นคงแข็งแรง
- ปิดกั้นบริเวณด้านล่างพื้นที่ปฏิบัติงาน
- จัดเตรียมนั่งร้าน หรือเครื่องจักรกลที่กำหนดไว้ในแผนงาน
- สวมใส่ และใช้อุปกรณ์ป้องกันการตกตลอดเวลาการปฏิบัติงาน
- ห้ามเคลื่อนย้ายร่างกายบนที่สูง โดยปราศจากการเกาะเกี่ยวเข็มขัดนิรภัย

6. การป้องกันอันตรายจากการตกในงานติดตั้งหลังคาที่มีความลาดเอียง

- ทำราวกันตก หรือเชือกนิรภัยยึดติดกับ โครงสร้างโดยรอบ
- ติดตั้งตาข่ายนิรภัยยึดติดกับ โครงสร้างที่มั่นคง
- ล้อมด้านล่างพื้นที่ปฏิบัติงาน
- สวมใส่อุปกรณ์ป้องกันการตก

- มีการจัดวางวัสดุ และจัดทางผ่านที่ปลอดภัย
- จัดเก็บเศษวัสดุให้เรียบร้อย เมื่อมีการเปลี่ยนช่วงเวลาทำงาน
- มีการตรวจสอบดูแลตลอดเวลาที่ปฏิบัติงาน
- มีอุปกรณ์สื่อสาร และช่วยเหลือทันทีเมื่อเกิดอุบัติเหตุ

7. การป้องกันอันตรายจากการตกในพื้นที่ที่เป็นสันขอบอาคาร และพื้นที่เปิดโล่ง

- จัดทำราว หรือรั้วปิดกั้นที่มั่นคง แข็งแรงโดยรอบ
- ใช้สีแสดงให้เห็นเด่นชัดในระยะไกล
- ติดตั้งตาข่ายนิรภัย
- จัดให้มีป้าย และสัญลักษณ์เตือนภัยเกี่ยวกับงานบนที่สูง
- สวมใส่อุปกรณ์ป้องกันการตก(เชฟตี้ เบิลต์)
- เข้าช่วยเหลือทันทีเมื่อเกิดเหตุฉุกเฉิน

8. การป้องกันอันตรายจากการตกในพื้นที่งานขุด

- จัดทำราว หรือรั้วปิดกั้นที่มั่นคง แข็งแรงโดยรอบ
- จัดให้มีการป้องกันการตก และการพังทลายของดิน
- จัดให้มีป้าย และสัญลักษณ์เตือนภัย
- ติดตั้งไฟเวลากลางคืน
- เข้าช่วยเหลือทันทีเมื่อเกิดเหตุฉุกเฉิน