

Journal Journey

โดยกลุ่มการพยาบาลเด็กและวัยรุ่น

วันที่ 30 กันยายน 2565 เวลา 13.00-15.00 น.

หัวข้อ: การช่วยเหลือเด็กที่มีสิ่งแปลกปลอมอุดกั้นทางเดินหายใจ

อุบัติเหตุในเด็กเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นได้ตลอดเวลาและเป็นสาเหตุการตายอันดับแรก ๆ ในเด็ก เด็กเล็กอายุต่ำกว่า 5 ปีส่วนมากจะได้รับบาดเจ็บภายในบ้าน และต้องรับไว้ในโรงพยาบาลมากที่สุด นอกเหนือจากนี้จะได้รับบาดเจ็บภายนอกบ้าน เช่น อุบัติเหตุจากการจราจร และอุบัติเหตุในโรงเรียน เป็นต้น เด็กเป็นวัยที่ต้องการความช่วยเหลือพึ่งพาจากผู้อื่นสูง อุบัติเหตุมักจะเกิดขึ้นสัมพันธ์กับวัยและพัฒนาการ ดังนั้นผู้ที่ให้การดูแลเด็กจะต้องเข้าใจถึงสรีระ ตลอดจนพัฒนาการด้านต่าง ๆ ของเด็กเป็นอย่างดี

ความหมายของอุบัติเหตุ

อุบัติเหตุ (Accident) หมายถึง เหตุที่เกิดขึ้นโดยไม่คาดคิด (ราชบัณฑิตยสถาน, 2556) ซึ่งอุบัติเหตุอาจก่อให้เกิดการบาดเจ็บ อันตรายและเสียชีวิตได้

ปัจจัยที่ส่งเสริมให้เกิดอุบัติเหตุในเด็ก ได้แก่ ตัวเด็ก ความประมาทความประมาท เลินเล่อ หรือรู้เท่าไม่ถึงการณ์ของบิดามารดา ผู้ปกครองหรือผู้ดูแลเด็ก และสิ่งแวดล้อม (ณชนันท์ ชีวานนท์, 2559) ดังนี้

1. ตัวเด็กเอง โดยธรรมชาติเด็กจะมีความอยากรู้อยากเห็น ตามพัฒนาการของเด็กที่ต้องมีการเรียนรู้ พัฒนาการของเด็กจะพัฒนาทั้งร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสติปัญญา ซึ่งแต่ละช่วงวัยจะมีพฤติกรรมแตกต่างกัน อันเป็นสาเหตุให้เกิดอุบัติเหตุได้ง่าย เช่น เด็กวัยเตาะแตะ หรือวัยก่อนเรียน อยู่ในช่วงวัยที่อยากรู้อยากเห็น เด็กจึง ชอบสำรวจ สัมผัสจับต้องสิ่งต่างๆ อาจหยิบวัตถุเล็กๆ ใส่ปาก ทำให้เกิดอุบัติเหตุได้ สภาพร่างกายของเด็กยัง เจริญเติบโตไม่เต็มที่ ร่างกายจึงยังมีอวัยวะไม่สมบูรณ์ เช่น ศีรษะเด็กขนาดใหญ่กว่าร่างกาย เด็กเล็กจึงล้มศีรษะ กระแทกพื้นได้ง่าย ส่วนเด็กวัยเรียนมีความเสี่ยงต่อการบาดเจ็บจากการเดินทาง การใช้รถจักรยาน การโดยสาร รถยนต์หรือรถจักรยานยนต์ และเมื่อเข้าสู่วัยรุ่น มีความ คึกคะนอง ทำให้มีความเสี่ยงเนื่องจากการดื่มเครื่องดื่ม แอลกอฮอล์และการขับซิกซ์จักรยานยนต์ อุบัติการณ์ของอุบัติเหตุจากการใช้รถใช้ถนนจึงสูงมากในวัยนี้

2. ความประมาท เลินเล่อ หรือรู้เท่าไม่ถึงการณ์ของบิดามารดา ผู้ปกครองหรือผู้ดูแลเด็ก หากผู้ดูแลเด็ก มีความประมาท ขาดความรอบคอบ อาจก่อให้เกิดอุบัติเหตุแก่เด็กได้ การวางของมีคมในที่ที่เด็กสามารถหยิบมาเล่น ได้ การใช้สารเคมีต่างๆ เช่น ยาฆ่าแมลง ยาฆ่าหญ้า ยาฆ่าหนู เมื่อใช้แล้วไม่เก็บให้พ้นมือเด็ก การเก็บยารักษาโรคต่างๆ ไว้ในตู้เย็น ทำให้เด็กอาจหยิบมารับประทานได้ นอกจากนี้การขาดการเอาใจใส่เด็กของผู้ดูแลเด็ก เช่น การปล่อยให้เด็กเล่นน้ำในสระว่ายน้ำบ่อน้ำ หรือคลอง ตามลำพัง ทำให้เด็กจมน้ำได้ หรือกรณีเด็กเสียชีวิตในรถ นักเรียนเพราะผู้ใหญ่ลืมนำเด็กลงจากรถและปิดประตูรถ จนเด็กขาดอากาศหายใจ เป็นต้น

3. สิ่งแวดล้อม ทั้งสิ่งแวดล้อมด้านกายภาพและ สิ่งแวดล้อมด้านสังคม เป็นสาเหตุให้เกิดอุบัติเหตุในเด็กได้ สิ่งแวดล้อมทางกายภาพ เช่น ถนน แม่น้ำ ลำคลอง สระน้ำ สนามเด็กเล่น บริเวณบ้านที่มีอุปกรณ์เครื่องใช้ที่เก่าชำรุด วางทิ้งไว้ไม่เป็นระเบียบ ของเล่นเด็กที่ไม่ได้มาตรฐาน หรือสนามเด็กเล่นที่มีอุปกรณ์ชำรุด สิ่งเหล่านี้อาจก่อให้เกิดอุบัติเหตุในเด็กได้เสมอ ส่วนสิ่งแวดล้อมทางสังคม เช่น การอยู่ในชุมชนที่เสี่ยงอันตราย

ผู้คนรอบข้างที่มีการใช้ความรุนแรง ทำให้เด็กมีโอกาสถูกทำร้ายหรือล่วงละเมิดได้มากขึ้น ทั้งนี้จากการศึกษาของ Wongchum (2014) เกี่ยวกับปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมรุนแรงในเด็กวัยรุ่น พบว่า การที่บิดามารดา หรือเพื่อนมีพฤติกรรมรุนแรง เด็กจะมีพฤติกรรมรุนแรงได้

อุบัติเหตุจากการกลืนสิ่งแปลกปลอม

การสำลักสิ่งแปลกปลอมเป็นสาเหตุสำคัญมากที่ทำให้เกิดการอุดตันของทางเดินหายใจในเด็กเล็ก โดยทั่วไปมักจะไม่ได้ประวัติของการสำลัก เนื่องจากผู้ปกครองไม่ทันได้สังเกต จึงจำเป็นต้องนึกถึงไว้ด้วยเสมอในผู้ป่วยเด็กที่มีอาการหายใจลำบากอย่างเฉียบพลัน ร่วมกับอาการไอ สำลัก และหายใจมีเสียงดัง ถ้าเป็นการสำลักแล้ว สิ่งแปลกปลอมอุดอยู่ที่ทางเดินหายใจส่วนล่าง หลังจากให้การรักษาเบื้องต้นแล้วก็จำเป็นต้องรีบนำผู้ป่วยไปโรงพยาบาล เพื่อเอาสิ่งแปลกปลอมออกโดยแพทย์ผู้ชำนาญทันที

ในกรณีที่ผู้ป่วยเด็กมีอาการและอาการแสดงของการอุดตันทางเดินหายใจส่วนต้นอย่างรุนแรง การดำเนินการช่วยเหลือตามวิธีการต่าง ๆ จะทำต่อเมื่อเห็นว่าสำลักเอาสิ่งแปลกปลอมเข้าไป หรือสงสัยว่ามีการสำลักเอาสิ่งแปลกปลอม หรือในผู้ป่วยเด็กที่หมดสติและหยุดหายใจ และยังมีอาการอยู่ ทั้ง ๆ ที่ได้ดำเนินการช่วยเหลือตามวิธีการ อย่างถูกต้องแล้วก็ตาม โดยทั่วไปอาการต่าง ๆ ได้แก่ ปากเขียว หยุดหายใจ ร้องไม่มีเสียง เด็กจะมีอาการสำลักอย่างรุนแรง ไอ หายใจลำบาก หายใจมีเสียงดัง ถ้ามีการอุดตันมากจะพบอาการตัวเขียว ปลายมือปลายเท้าเขียวร่วมด้วยให้รีบให้ความช่วยเหลือ ดังนี้

การช่วยเอาสิ่งแปลกปลอมออก มี 4 วิธีดังนี้ (สมพร สุนทรภา, 2561)

1. ในกรณีเป็นเด็กเล็กที่มีอายุต่ำกว่า 1 ปี ให้ผู้ป่วยนอนคว่ำอยู่บนตัก และมือของผู้ช่วยเหลือให้ศีรษะตรง และอยู่ต่ำกว่าส่วนของลำตัว แล้วใช้สันมือตบลงไปที่บริเวณกึ่งกลางระหว่างสะบักทั้งสองข้าง (Back blows) ประมาณ 4-5 ครั้งติดกัน หลังจากนั้นถ้าสิ่งแปลกปลอมยังไม่หลุดออกมา ซึ่งจะสังเกตได้จากการที่ผู้ป่วยยังไม่หายใจเอง ไม่ร้อง ให้จัดเด็กนอนหงายบนฝ่ามือและตักของผู้ช่วยเหลือ โดยให้ศีรษะอยู่ในท่าตรงและอยู่ต่ำกว่าส่วนของลำตัว แล้วกดหน้าอก (Chest thrusts) ตรงกึ่งกลางระหว่าง Nipple line 4-5 ครั้ง (ภาพที่ 1)



ภาพที่ 1 การช่วยเหลือเด็กเล็ก

ที่มา: <https://ergoldbook.blogspot.com/2016/07/pediatric-bls-2015-for-health-care.html>

2. ถ้าเป็นเด็กโต ให้เด็กนอนคว่ำพาดบนตักผู้ใหญ่ โดยให้ศีรษะของเด็กห้อยต่ำกว่าลำตัว แล้วตบบริเวณกลางระหว่างไหล่สองข้าง (ภาพที่ 2)



ภาพที่ 2 การช่วยเหลือนักโต

ที่มา: http://www.nurse.nu.ac.th/web11/E-learning/FirstAid/cai/firstaid025_2.html

3) Abdominal thrusts หรือ Heimlich maneuver เป็นวิธีการช่วยเหลือนักป่วยที่สงสัยมีสิ่งแปลกปลอมอุดกั้นทางเดินหายใจในเด็กที่อายุมากกว่า 1 ปีที่รู้สึกตัวอยู่ โดยกำมือด้านหัวแม่มือวางบริเวณลิ้นปี่ของเด็กและใช้มืออีกข้างออกแรงกด 4 ครั้งอาจช่วยในขณะที่นักป่วยอยู่ในท่านั่งหรือยืน (ภาพที่ 3) สำหรับนักป่วยที่หมดสติให้ทำการช่วยเหลือนักป่วยโดยให้นักป่วยนอนหงาย วิธีการคือ ใช้แรงกระแทกพอประมาณกดลงตรงกึ่งกลางระหว่างลิ้นปี่กับสะดือ 6-10 ครั้งแรงกระแทกอยู่ในแนวกึ่งกลางของลำตัว และกระแทกขึ้นไปทางด้านบนของลำตัวเท่านั้น (ภาพที่ 4)



ภาพที่ 3 การช่วยเหลือนักยืน

ที่มา: https://www.ahajournals.org/doi/10.1161/circ.102.suppl_1.I-253



ภาพที่ 4 การช่วยเหลือนักนอน

4) Finger Sweep การใช้นิ้วล้วงเอาสิ่งแปลกปลอมที่อยู่ในปากและคอ (ภาพที่ 5) ให้ใช้เฉพาะในกรณีที่เห็นสิ่งแปลกปลอมค้างอยู่เท่านั้น ในกรณีที่ไม่เห็นสิ่งแปลกปลอม **ห้าม**ใช้นิ้วลองควานหาสิ่งแปลกปลอมในปาก เพราะอาจเป็นการทำให้สิ่งแปลกปลอมที่ติดค้างอยู่ลงในตำแหน่งที่ลึกลงไปและจะทำให้เอาออกได้ยากยิ่งขึ้น



ภาพที่ 5 การใช้นิ้วล้วงเอาสิ่งแปลกปลอมที่อยู่ในปากและคอ
ที่มา: <https://www.fotosearch.com/LIF150/fsweep/>

การป้องกัน

1. หลีกเลี่ยงการให้อาหารชิ้นใหญ่และกลม เช่น ลูกชิ้นแก่เด็กเล็ก
2. หลีกเลี่ยงการให้ผลไม้ที่มีเมล็ด เนื้อปลาที่มีก้าง ถั่วแห้ง ลูกอม หมากฝรั่ง ข้าวโพด อังุ่น
3. เลือกของเล่นที่มีขนาดใหญ่ ไม่มีชิ้นส่วนเล็กๆ ที่ถอดออกจากกันได้

สรุป

อุบัติเหตุเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นได้ง่ายในเด็กเล็ก แต่เป็นสิ่งที่สามารถป้องกันได้ โดยพยาบาลมีการประเมินความเสี่ยงต่อการเกิดอุบัติเหตุในเด็ก และให้การจัดสภาพแวดล้อมที่ปลอดภัย รวมทั้งส่งเสริมให้ผู้ดูแลเด็กทำการการดูแลเด็กอย่างใกล้ชิด มีการปฏิบัติเพื่อป้องกันอุบัติเหตุที่เกิดขึ้นตามพัฒนาการของเด็กได้อย่างถูกวิธี เพื่อลดความรุนแรงของอันตรายที่อาจเกิดขึ้นได้ มีการศึกษาการใช้โปรแกรมการเฝ้าระวังในเด็ก (Risk Watch) โดยครูเป็นผู้ให้ความรู้เด็กเกี่ยวกับความปลอดภัยในการขี่จักรยาน เดิน ข้ามถนน พลัดตก หกล้ม สารพิษ ไฟไหม้ น้ำร้อนลวก พบว่า เด็กมีความรู้มากขึ้น (Kendrick, Groom, Stewart, Watson, Mulvaney, & Casterton, 2007) ดังนั้นการป้องกันอุบัติเหตุในเด็กต้องอาศัยความร่วมมือจากทั้งในระดับบุคคล (ตัวเด็ก) ครอบครัว ชุมชน จึงจะสามารถลดการเกิดอุบัติเหตุ การบาดเจ็บ และเสียชีวิตในเด็กลงได้

บรรณานุกรม

- ณัชพันธ์ ชิวานนท์. (2559). อุบัติเหตุในเด็ก: สถานการณ์ และแนวทางการป้องกัน. *วารสารคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา*, 24(3), 1-12.
- สมพร สุนทรภา. (2561). อุบัติเหตุและสารพิษในเด็ก ใน ศรีสมบุญณ์ มุสิกสุนทร ฟองคำ ตีลกสกุลชัย วิไล เลิศธรรมเทวี อัจฉรา เปรื่องเวทย์ พรรณรัตน์ แสงเพิ่ม และสุตาภรณ์ พัยคฆเรือง (บรรณาธิการ), *ตำราการพยาบาลเด็ก เล่ม 1*. (หน้า 619-670). กรุงเทพฯ: สหมิตรพรินติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง.

- Kendrick, D., Barlow, J., Hampshire, A., StewartBrown, S., & Polnay L. (2008). Parenting interventions and the prevention of unintentional injuries in childhood: Systematic review and meta-analysis. *Child Care Health Development*, 34(5), p. 682-695
- McCarthy, K. (2013). Health Problems of Toddlers and Preschoolers. In Hockenberry, M.J., Wilson David (editors). *Wong's Essentials Pediatric Nursing* (9th eds). St. Louis, Missouri: Mosby Inc.