

เลขที่.....

แบบรายงานการเข้าร่วมประชุม/ อบรม/สัมมนา/ ศึกษาดูงาน

☐ รายบุคคล ☒ กลุ่มบุคคล

ชื่อ - นามสกุล : นางสาวนันทนา เสาจวุฒิพงศ์	ตำแหน่ง : บรรณารักษ์
สังกัดฝ่าย / หน่วยงาน : ฝ่ายบริหารจัดการทรัพยากรสารสนเทศ	
ชื่อ - นามสกุล : นายอดิพันธ์ เจ๊ะตี๋แม	ตำแหน่ง : นักวิชาการคอมพิวเตอร์
สังกัดฝ่าย / หน่วยงาน : ฝ่ายเทคโนโลยีห้องสมุด	
ชื่อ - นามสกุล : นายกิตติศักดิ์ ก้าวกระโทก	ตำแหน่ง : ผู้ปฏิบัติงานทั่วไป
ชื่อ - นามสกุล : นายเกียรติศักดิ์ หงษ์อินทร์	ตำแหน่ง : ผู้ปฏิบัติงานทั่วไป
ชื่อ - นามสกุล : นายสามารถ พุกพญา	ตำแหน่ง : ผู้ปฏิบัติงานทั่วไป
สังกัดฝ่าย / หน่วยงาน : ฝ่ายบริการทรัพยากรสารสนเทศ	
ชื่อหลักสูตร	โครงการบริการวิชาการ เรื่อง “การพัฒนาทักษะการกู้ชีวิตขั้นพื้นฐาน”
วัน/เดือน/ปี	8 มกราคม 2563
สถานที่จัด	ห้องประชุมใหญ่ ศ.ดร.สุตใจ เหล่าสุนทร สำนักหอสมุดกลาง มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
หน่วยงานผู้จัด	ภาควิชาสรีรวิทยา คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ค่าใช้จ่าย	☒ ไม่มี ☐ มี จำนวน บาท เบิกจ่ายจากงบประมาณ ☐ แผ่นดิน ☐ เงินรายได้ ☐ งบอื่นๆ (ระบุ)
ใบเกียรติบัตร/ วุฒิบัตร	☐ ได้รับ ☐ ไม่ได้รับ เนื่องจาก..... ☒ ไม่มี

สรุปสาระสำคัญ

โครงการบริการวิชาการ เรื่อง “การพัฒนาทักษะการกู้ชีวิตขั้นพื้นฐาน” ผู้บรรยาย ผู้ช่วยศาสตราจารย์ นพ. โชติ วีระวงษ์ วทม. (สรีรวิทยา) พบ. ภาควิชาสรีรวิทยา คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ซึ่งมีเนื้อหาสำคัญดังนี้



การทำงานของหัวใจและปอด (Basic Cardiovascular and Pulmonary Physiology)

ในร่างกายของมนุษย์ประกอบด้วยเซลล์ราว 60-100 ล้านๆ เซลล์ และมีน้ำเป็นองค์ประกอบถึง 60% ของน้ำหนักตัว เซลล์จะมีชีวิตอยู่ได้ต้องได้รับสารอาหารและออกซิเจนจากเม็ดเลือดแดงไปหล่อเลี้ยง ซึ่งหัวใจจะทำหน้าที่สูบฉีดเลือดไปยังส่วนต่างๆ ของร่างกาย แต่หัวใจเป็นอวัยวะที่อยู่นอกเหนือการควบคุมของร่างกาย (ทำงานอัตโนมัติ) ดังนั้นเมื่อหัวใจทำงานผิดปกติหรือหยุดเต้นจะทำให้เซลล์ตายและเป็นเหตุให้เสียชีวิตในที่สุด โดยระยะเวลาในการทนต่อขาดเลือดของหัวใจและสมอง มีระยะประมาณ 4-6 นาที ทางเดินอาหาร ตับ ไต ประมาณ 45-60 นาที และกล้ามเนื้อ ผิวหนัง ประมาณ 2-3 ชั่วโมง



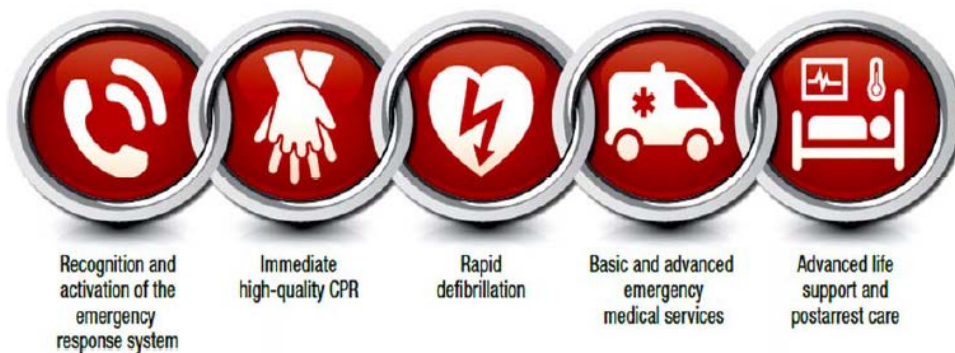
รูปที่ 1 การเต้นของหัวใจแบบปกติ



รูปที่ 2 การเต้นหัวใจที่ผิดปกติ (มีการบีบตัวน้อย/ไม่มีการบีบตัวเลย)

การกู้ชีวิตขั้นพื้นฐาน (Basic Life Support, BLS)

ตามแนวทางปฏิบัติ 2015 American Heart Association Guidelines การกู้ชีพผู้ป่วยที่มีภาวะหัวใจหยุดเต้นนอกโรงพยาบาล (OHCA: Out of Hospital Cardiac Arrest) มีขั้นตอนปฏิบัติตามห่วงโซ่การรอดชีวิต (Chain of Survival) ดังนี้



รูปที่ 3 ห่วงโซ่การรอดชีวิต (Chain of Survival)

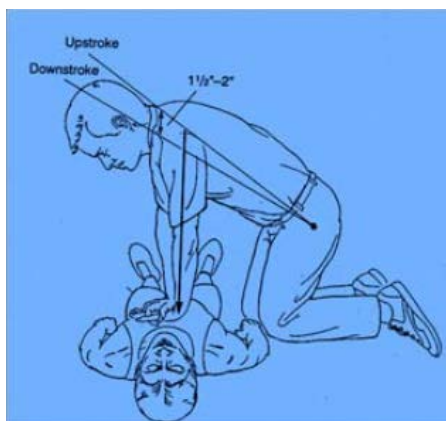
1. ถ้าผู้ป่วยหมดสติให้รีบประเมินว่าหายใจผิดปกติหรือไม่หายใจ จากนั้นโทรแจ้งสายด่วนฉุกเฉิน 1669
2. เริ่มต้นทำ CPR ทันทีตามลำดับ C-A-B ได้แก่

C = Circulation การนวดหัวใจ โดยวางสันมือลงบนกึ่งกลางกระดูกหน้าอกหรือให้มืออยู่ครึ่งล่างของกระดูกหน้าอก ป้อนให้ทรวงอกยุบลง 5-6 เซนติเมตร ความเร็ว 100-120 ครั้งต่อนาที

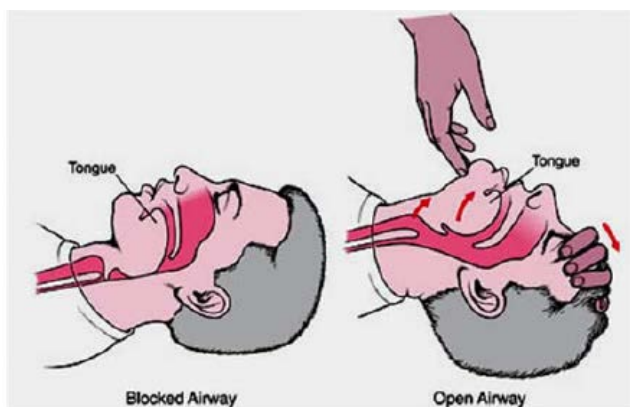
A = Airway เปิดทางเดินหายใจให้โล่ง ใช้สันมือกดหน้าผากผู้ป่วยให้แนบหน้า และใช้มืออีกข้างจับขากรรไกรเชยคางขึ้น (Head tilt - Chin lift)

B = Breathing การช่วยหายใจ เมื่อเปิดทางเดินหายใจแล้ว ให้บีบจมูกและประกบปากให้แนบสนิทกับปากของผู้ป่วย ทำการเป่าปาก (ไม่เร็วหรือแรงจนเกินไป) 10-12 ครั้งต่อนาที โดยการเป่า 1 ครั้งต้องปล่อยให้ออกยุบลงไปก่อนแล้วค่อยเป่าปากใหม่อีกครั้ง

ให้นวดหัวใจ 30 ครั้งสลับกับการช่วยหายใจ 2 ครั้ง (30:2) ทำซ้ำตามลำดับนี้ 5 รอบ (2 นาที) กรณีไม่มีเครื่อง AED ให้ทำซ้ำไปเรื่อยๆ จนกว่าหน่วยกู้ชีพจะมาถึง หรือจนกว่าผู้ป่วยจะมีการตอบสนอง



รูปที่ 4 การนวดหัวใจ (C = Circulation)



รูปที่ 5 การเปิดทางเดินหายใจให้โล่ง (A = Airway) และการช่วยหายใจ (B = Breathing)

3. นำเครื่องกระตุกหัวใจไฟฟ้าอัตโนมัติ หรือ AED (Automated external defibrillator) มาใช้โดยเร็วที่สุดเพื่อกระตุ้นกล้ามเนื้อหัวใจ โดยการทำให้ CPR ปกติเพิ่มโอกาสการรอดชีวิตได้ 5% แต่การทำ CPR + AED จะเพิ่มโอกาสการรอดชีวิตได้ถึง 47% วิธีการใช้เครื่อง AED ให้ติดแผ่นนำไฟฟ้าบริเวณใต้กระดูกไหปลาร้าด้านขวาและชายโครงด้านซ้าย ถ้าผู้ป่วยเปียกน้ำให้เช็ดน้ำออกก่อน และในระหว่างใช้เครื่อง AED ห้ามสัมผัสตัวผู้ป่วย โดยทำการ Shock และ CPR สลับกันทุก 2 นาที



รูปที่ 6 เครื่อง AED

4. การช่วยฟื้นคืนชีพขั้นสูงอย่างมีประสิทธิภาพจากหน่วยกู้ชีพขั้นสูง/การแพทย์ฉุกเฉิน (Emergency Medical Services)

5. การดูแลภายหลังการช่วยฟื้นคืนชีพ (CPR) อย่างใกล้ชิดในโรงพยาบาล ทำการรักษาต่อเนื่องที่ห้องฉุกเฉิน (ER) หรือห้องไอซียู (ICU)

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ได้รับความรู้เกี่ยวกับทักษะการกู้ชีพขั้นพื้นฐาน
2. สามารถนำความรู้ที่ได้รับมาเผยแพร่ให้กับผู้อื่น และสามารถนำมาช่วยเหลือผู้อื่นได้หากเจอเหตุการณ์ฉุกเฉิน

นำความรู้ที่ได้รับมาใช้ปรับปรุงการทำงาน ดังต่อไปนี้

หัวข้อการปรับปรุง / พัฒนา	รายงานผลการปรับปรุง/ พัฒนา ภายในวันที่

ข้อเสนอแนะอื่นๆ(ถ้ามี)

ผู้รายงาน.....

(นางสาวนันทนา เสาजूติพงศ์)

ตำแหน่ง บรรณารักษ์

วันที่ 13 มกราคม 2563

ผู้รายงาน.....

(นายอดิษฐ์ เจ๊ะตี๋แม)

ตำแหน่ง นักวิชาการคอมพิวเตอร์

วันที่ 13 มกราคม 2563

ความคิดเห็นของหัวหน้าฝ่าย

เห็นทักสิฮับตามจุฬาลงกรณ์: ผู้ปฏิบัติงานในทักสิฮับ และ ให้มาใช้ทักสิฮับปฏิวัติ
๑๐/๑๑/๒๕๖๓

ลงชื่อ.....

(นางมาลินี ภูหมั่นเพียร)

ตำแหน่ง หัวหน้าฝ่ายบริหารจัดการทรัพยากรสารสนเทศ

วันที่ 13 มกราคม 2563

ความคิดเห็นของผู้อำนวยการสำนักหอสมุดกลาง

ทักสิฮับ

ลงชื่อ.....

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ นายแพทย์วิศาล มหาสิทธิวัฒน์)

ตำแหน่ง ผู้อำนวยการสำนักหอสมุดกลาง

วันที่ 13 ม.ค. 2563

- หมายเหตุ : 1. จัดทำรายงานฯ หลังจากเข้าร่วมประชุม/ อบรม/สัมมนา /ศึกษาดูงาน ภายใน 7 วันทำการ
เสนอหัวหน้าฝ่าย
2. หัวหน้าฝ่ายเสนอความเห็น ภายใน 3 วันทำการ และเสนอต่อผู้อำนวยการสำนักหอสมุดกลาง
 3. แจ้งผู้รายงานทราบ และจัดเก็บเข้าแฟ้มรายงานการประชุม/ อบรม/สัมมนา /ศึกษาดูงาน
 4. หัวหน้าฝ่ายติดตามผลการปรับปรุงพัฒนา
 5. หัวหน้าฝ่ายรายงานผลการปรับปรุงพัฒนาให้ผู้ผู้อำนวยการสำนักหอสมุดกลางได้ทราบ