

การช่วยฟื้นคืนชีพ

Cardio Pulmonary Resuscitation(CPR)

Basic Life Support (BLS)



พญ.นิตยา อยู่รักดี

สถาบันพัฒนาสุขภาพระดับเขตเมือง กรมอนามัย

16/10/67



กรมอนามัย

สถาบันพัฒนาสุขภาวะเขตเมือง





การช่วยฟื้นคืนชีพ

- คือ การช่วยคนที่หัวใจหยุดเต้น หรือหยุดหายใจกะทันหัน ให้มีการหายใจและการไหลเวียนโลหิตกลับมาทำงานตามเดิม เพื่อป้องกันการขาดออกซิเจนของเนื้อเยื่อหรืออวัยวะในร่างกายอย่างถาวร
- จะได้ผลดี ต้องทำภายใน 4 นาที หลังการหยุดหายใจ
- 4 นาที เซลล์สมองส่วนCerebral cortexตาย
- 10 นาที เซลล์สมองส่วนCerebellumตาย
- 10-15 นาทีเซลล์สมองส่วน Medulla(ควบคุมการหายใจ)ตาย



สาเหตุของภาวะหัวใจหยุดเต้นหรือหยุดหายใจ

- ปัจจัยภายใน : หัวใจเต้นผิดปกติ โรคลิ้นหัวใจ โรคหลอดเลือดหัวใจ
ภาวะเสียเลือด
- ไฟฟ้าดูด
- จมน้ำ
- มีการอุดตันทางเดินหายใจ



Chain Of Survival



Adult IHCA Chain of Survival



Adult OHCA Chain of Survival

หัวใจของการทำ CPR คือการBLS (Basic Life Support)

ความสำเร็จ ของการช่วยชีวิตขึ้นอยู่กับ **ความรวดเร็ว ความถูกต้อง**
ของการได้รับการช่วยเหลือ และ**ความต่อเนื่อง**ของการปฏิบัติตามห่วง
โซ่การรอดชีวิต



โอกาสการรอดชีวิต ขึ้นอยู่กับ

- Early access : การประเมินผู้ป่วยอย่างรวดเร็ว และเรียกหน่วยกู้ชีพฉุกเฉิน
- Early CPR : การกดหน้าอกโดยเร็ว
- Early defibrillation : AED



โอกาสการรอดชีวิต

- ปฐมหัวใจอย่างเดียว : 5 %
- ปฐมหัวใจ + กู้ชีพ : 27%
- ปฐมหัวใจ + AED + กู้ชีพ : 47 %

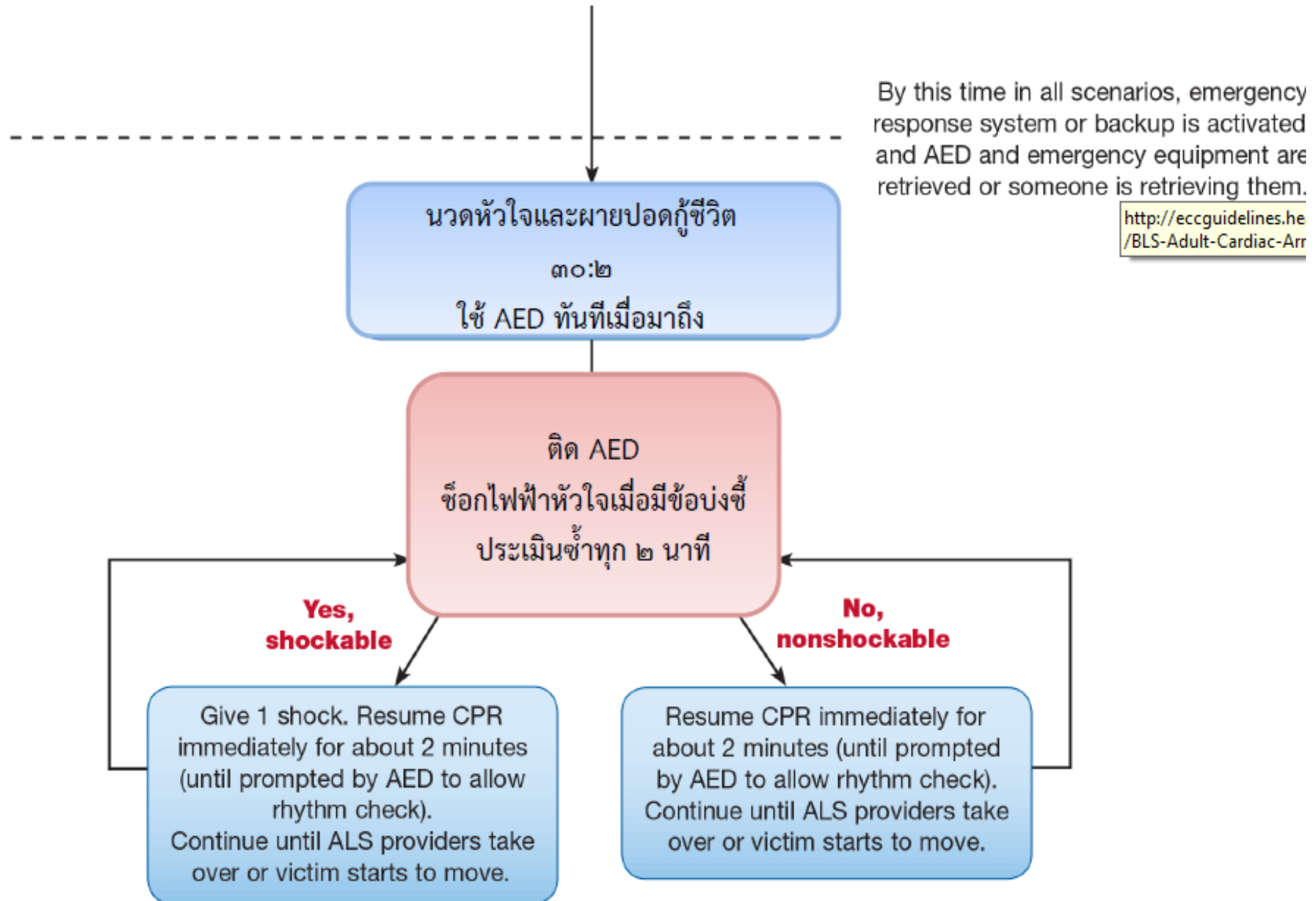


ขั้นตอนการช่วยฟื้นคืนชีพ

- ประเมินสถานการณ์
- ประเมินผู้ป่วย
- ขอความช่วยเหลือ
- ตรวจสัญญาณชีพ ดูการหายใจ
- กดหน้าอก CPR
- AED
- จัดท่า recovery position
- เคลื่อนย้ายผู้ป่วย







ประเพณีสถานการณ์



ประหมื่นผู้ป่วย

ปลุกเร้าผู้ป่วยด้วยเสียงดัง
พร้อมกับใช้มือตบที่บ่าทั้ง 2
ข้าง 2-3 ครั้ง ดูการ
ตอบสนองของผู้ป่วย





กรมอนามัย
สถาบันพัฒนาสุขภาพระดับอำเภอ

ขอความช่วยเหลือ

- เรียกขอความช่วยเหลือ
- โทรแจ้ง 1669 บอกสถานที่ที่เกิดเหตุให้ชัดและละเอียด พร้อมแจ้งขอ AED ด้วย
- ถ้าบริเวณที่เกิดเหตุมีเครื่อง AED ให้นำเครื่องมาด้วย



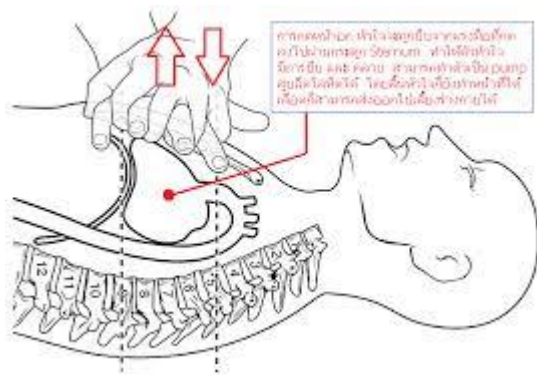
ตรวจสัญญาณชีพ ดูการหายใจ

- ดูการหายใจ โดยดูการขยับของหน้าอก หน้าท้อง
- หายใจเอื้อง
- คลำชีพจร
- ใช้เวลา 5-10 วินาที



C-A-B

1. การกดหน้าอกให้มีการหมุนเวียนโลหิต (การปั๊มหัวใจ) : **C**irculation
2. การเปิดทางเดินหายใจ : **A**irway
3. การช่วยหายใจ : **B**reathing

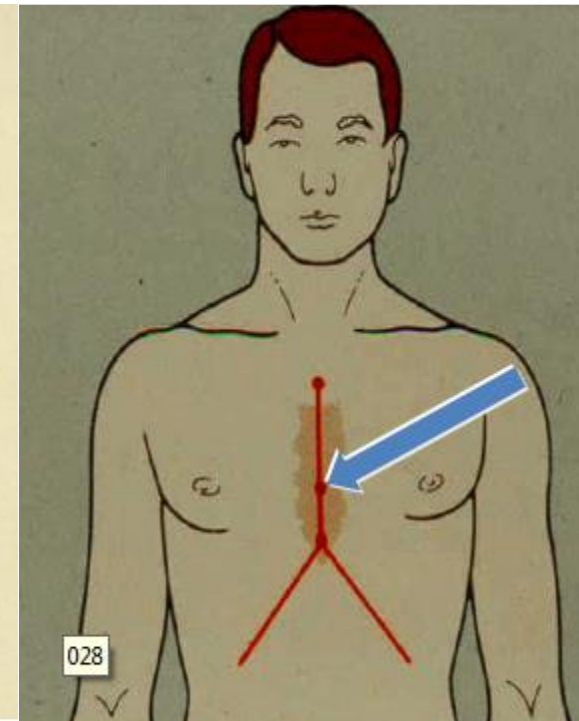
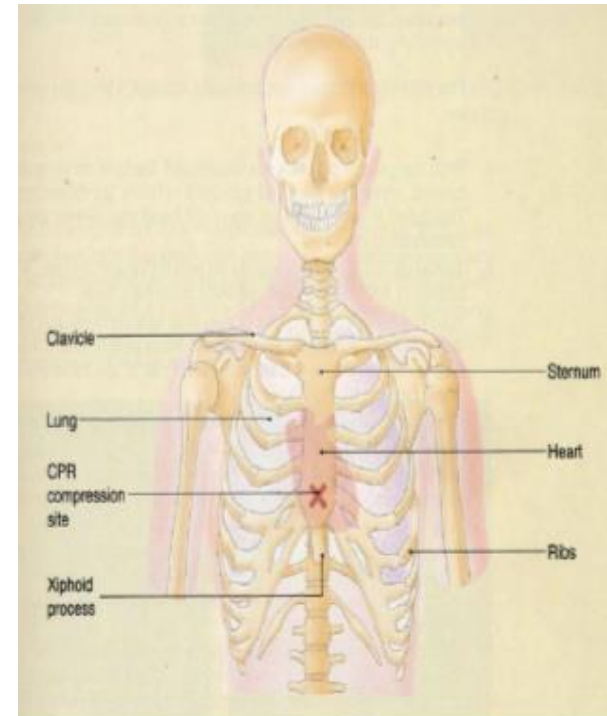
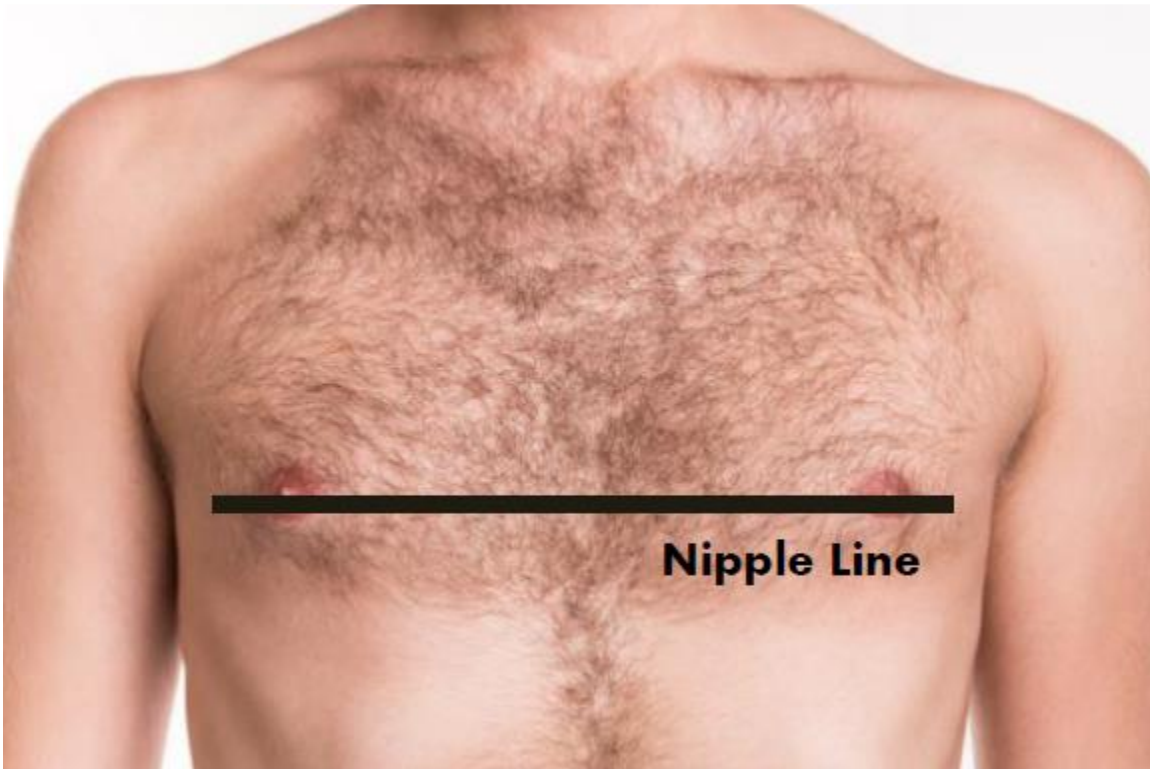


กดหน้าอก CPR

- จัดทำให้ผู้ป่วยนอนหงาย บนพื้นราบ แข็ง
- ผู้ CPR อยู่ด้านข้างผู้ป่วย
- ใช้สันมือข้างหนึ่งวางบนกึ่งกลางหน้าอก แล้วใช้มืออีกข้างวางทับด้านบน นิ้วมือทั้งสองข้างล็อกกันไว้
- แขนเหยียดตรง ศอกไม่งอ ไหล่ตั้งฉากกับหน้าอกผู้ป่วย
- ใช้น้ำหนักกดจากไหล่ลงมา ใช้สะโพกเป็นจุดหมุน



ตำแหน่งในการวางมือ



กดหน้าอก CPR

- **กดลึก** : กดหน้าอกลึก 5-6 ซม. (2-2.5 นิ้ว)
- **ปล่อยสุด** : ให้น้ำอกขยายตัวเต็มที่ในการกดหน้าอกแต่ละครั้ง เพื่อให้เลือดเข้าไปอยู่ในห้องหัวใจเพียงพอ (แต่ส้นมือต้องไปยกออกจากหน้าอกผู้ป่วย)
- **อย่าหยุด** : เว้นระยะในการกดหน้าอกให้น้อยที่สุด ไม่เกิน 10 วินาที
- **กดบ่อย** : กดหน้าอก อัตรา 100-120 ครั้งต่อนาที

ถ้ามีผู้ช่วย ให้เปลี่ยนผู้กดทุก 2 นาที

ประเมินอาการทุก 2 นาที(ใช้เวลาไม่เกิน 10 วินาที)

หากไม่มีอุปกรณ์ช่วย ไม่ต้องทำการเป่าปาก



ทำCPRถึงเมื่อไหร่

- ผู้ป่วยกลับมามีสัญญาณชีพอีกครั้ง เช่น กระพริบตา ไอ มีการเคลื่อนไหวของหน้าอก/หน้าท้อง มีการเคลื่อนไหวแขนขา
- มีทีมแพทย์ฉุกเฉินเข้าช่วยเหลือ
- แพทย์วินิจฉัยว่าเสียชีวิตแล้ว
- เหนื่อยจนไม่ไหว

การฟื้นคืนชีพ ควรจะมีผู้ช่วยเหลืออย่างน้อย 2 คน เพื่อสลับกันCPR
เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในการช่วยชีวิต



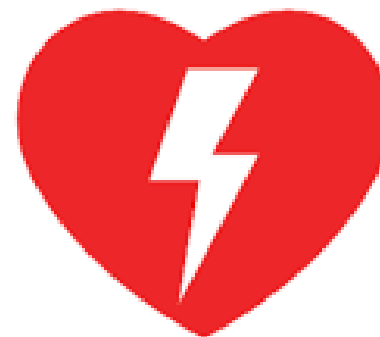
CPR เด็กทารก

- ใช้ 2 นิ้วในการกดหน้าอก
- กดลึก 1/3 ของหน้าอก
(4 ซม. หรือ 1 1/2 นิ้ว)
- 100-120 ครั้ง ต่อนาที



AED (Automatic External Defibrillation)

อุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์แบบพกพา ที่สามารถวินิจฉัยภาวะหัวใจเต้นผิดปกติที่อันตรายแก่ชีวิต (Ventricular fibrillation , Ventricular tachycardia) ได้โดยอัตโนมัติ และสามารถให้การรักษ โดยการปล่อยกระแสไฟฟ้า กระตุกหัวใจ เพื่อหยุดภาวะหัวใจเต้นผิดปกติ นั้น ให้กลับมาเต้นตามปกติ



ขั้นตอนการใช้เครื่องAED

1. เปิดเครื่อง
2. ติดแผ่นนำไฟฟ้าที่หน้าอกผู้ป่วย
3. ให้เครื่องวิเคราะห์คลื่นไฟฟ้าหัวใจผู้ป่วย
(ห้ามสัมผัสผู้ป่วย)
4. เมื่อเครื่อง AED บอกให้ทำการช็อค ให้ทุกคน
ถอยออกจากผู้ป่วย และกดปุ่ม ช็อค
5. เมื่อเครื่องช็อคแล้ว ให้ทำการปั๊มหัวใจต่อทันที
เครื่องจะวิเคราะห์การเต้นของหัวใจทุก 2 นาที
เมื่อเปิดเครื่อง เครื่องจะบอกขั้นตอนการปฏิบัติ ซึ่งมีทั้ง
แบบภาษาไทย และอังกฤษ



Philips



Defibtech



HeartSine



Physio-Control

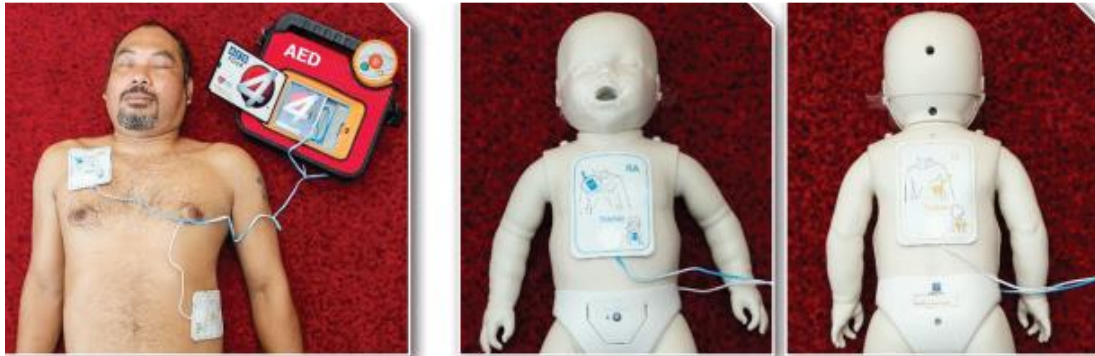


Zoll



Cardiac Science





Recovery position : ท่าพักฟื้น



The Recovery Position

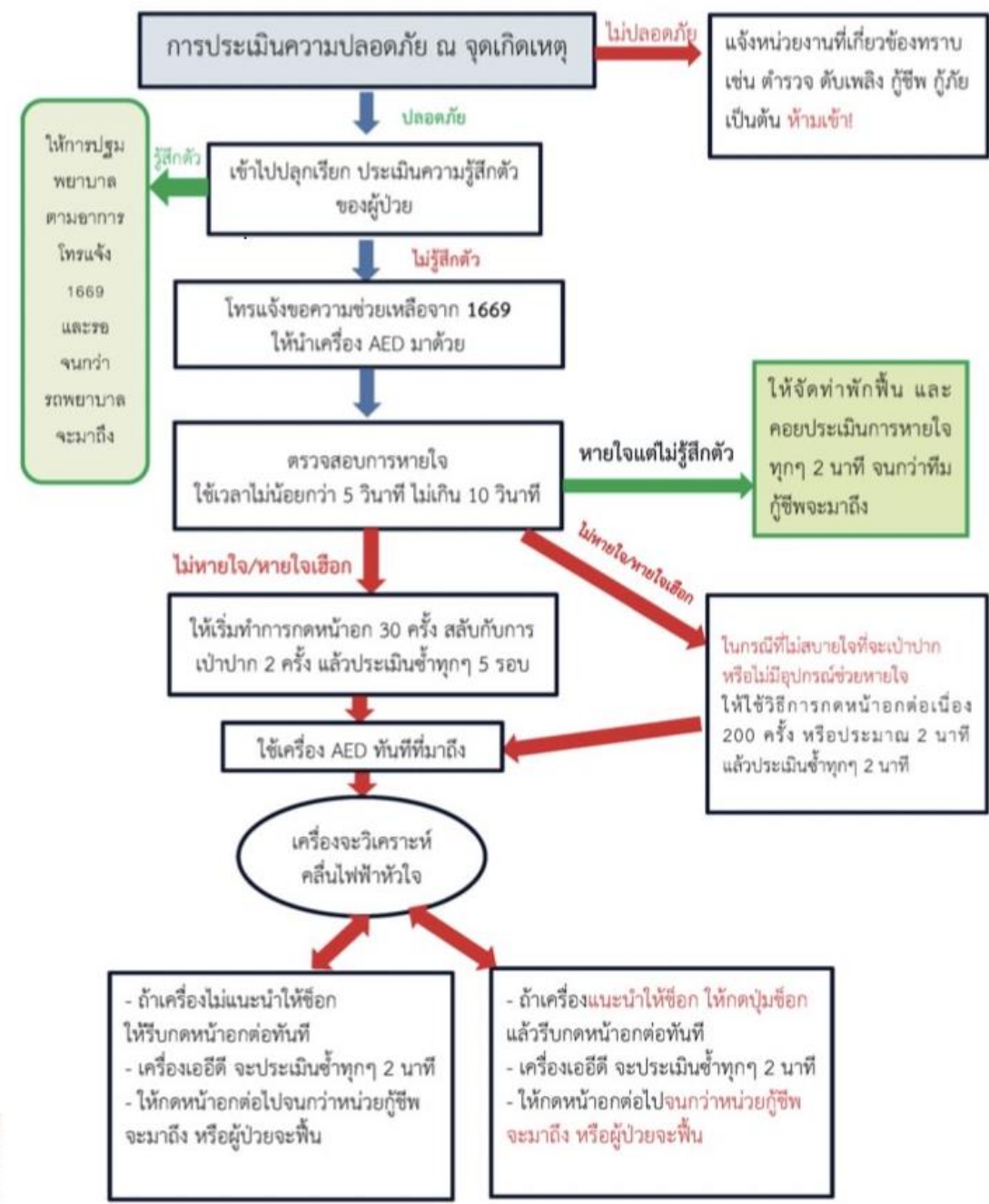
Keep the Airway Clear



Stay with person. If you must leave them alone at any point, or if they are unconscious, put them in this position to keep airway clear and prevent choking.



แผนภาพขั้นตอนการช่วยชีวิตขั้นพื้นฐานและการใช้เครื่องเออีดี (AED) ในผู้ใหญ่ ในภาวะปกติ



Questions?



