



จมน้ำ...อันตรายของเด็กในหน้าร้อน

สภาพอากาศที่ร้อนมากๆแบบนี้ ชวนให้ใครหลายคนอยากลงเล่นน้ำเพื่อดับร้อน สำหรับเด็ก ๆ แล้วการได้เล่นน้ำนอกจากจะช่วยคลายร้อนยังแถมด้วยความสนุกสนานอีกด้วย ขณะที่ฤดูร้อนตรงกับช่วงปิดเทอมพอดี ทำให้เด็ก ๆ มีโอกาสเสี่ยงที่จะได้รับอันตรายจากการจมน้ำสูงขึ้น ในแต่ละปีเด็กไทยจำนวนมากต้องเสียชีวิตจากการจมน้ำ รศ.นพ.อดิศักดิ์ ผลิตผลการพิมพ์ ผู้อำนวยการสถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว และหัวหน้าศูนย์วิจัยเพื่อสร้างเสริมความปลอดภัยและป้องกันการบาดเจ็บในเด็ก คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี กล่าวว่า ในปี 2561 สถิติการจมน้ำของเด็กอายุต่ำกว่า 15 ปีอยู่ที่ 721 ราย โดยช่วงเวลาที่เกิดเหตุการณ์มากที่สุดอยู่ในช่วงเดือนเมษายน สถานที่ที่พบว่าเด็กอายุ 5-9 ปีจมน้ำตายมักเป็นแหล่งน้ำใกล้บ้าน ส่วนเด็กเล็กอายุ 1-4 ปีมักจะจมน้ำบริเวณแหล่งน้ำใกล้บ้าน ซึ่งเด็ก ๆ ยังไม่เข้าใจความเสี่ยง และเมื่อมีอันตรายเกิดขึ้นเด็ก ๆ ขาดความรู้และทักษะในการเอาชีวิตรอด

การป้องกันเด็กเล็กจมน้ำในบ้านหรือแหล่งน้ำใกล้บ้าน ทำได้โดยการกำจัดแหล่งน้ำที่ไม่จำเป็นในบ้านและรอบตัวบ้าน เช่น เหน้ในกาละมัง ถังน้ำ หรืออ่างอาบน้ำทิ้งเมื่อไม่จำเป็นต้องใช้ จัดการเพื่อไม่ให้เด็กเข้าถึงแหล่งน้ำได้เอง เช่น การปิดประตูห้องน้ำ ปิดฝาทิ้งน้ำ จำกัดพื้นที่ที่เด็กเล่นให้อยู่ในสายตา ไม่ปล่อยให้เด็กอยู่ในหรือใกล้แหล่งน้ำโดยลำพัง จำเป็นต้องมีผู้ดูแลเด็กขณะเด็กอยู่ใกล้แหล่งน้ำ และต้องเฝ้าดูตลอดโดยไม่ปล่อยแม้ชั่วขณะ ส่วนการป้องกันในเด็กอายุ 3-6 ปีทำได้โดยให้เด็กเรียนรู้ทักษะความปลอดภัยทางน้ำ ได้แก่ การช่วยให้เด็กรู้จักความเสี่ยงต่อการจมน้ำ การลอยตัวในน้ำได้อย่างน้อย 3 นาทีเพื่อรอการช่วยเหลือ การช่วยตัวเองโดยการลอยตัวเพื่อเคลื่อนตัวเองเข้าเกาะขอบฝั่งได้อย่างน้อยเป็นระยะทาง 15 เมตร วิธีการช่วยเหลือคนตกน้ำจมน้ำโดยการ “ตะโกน ยื่น โยน” เท่านั้น ไม่เสี่ยงกระโดดลงไป และเด็ก ๆ ควรใส่เสื้อชูชีพก่อนลงเล่นน้ำ และการเดินทางหรือเมื่อมีกิจกรรมในน้ำ กรณีที่ช่วยเด็กจมน้ำขึ้นมาจากน้ำแล้วแต่เด็กไม่หายใจไม่ให้จับอัมพาดบ่า แต่ให้ช่วยโดยการเป่าปากและนวดหัวใจ และให้นำส่งโรงพยาบาลทุกราย

