

醫療小撇步



緊急止血

在工作中受傷，學會如何正確止血和處理傷口避免傷害擴大，您可以這樣做：

1



清水洗傷口

用乾淨的水輕輕沖洗傷口，並用紗布擦掉髒汙，千萬不可以用海水、飲料、酒精清洗傷口。

2



壓迫止血

若是血流不止或傷口很嚴重，請用紗布或乾淨手巾對傷口直接加壓，抬高患肢止血，並儘速送醫治療。

3



處理異物

若是被鐵釘、玻璃碎片刺到的傷口，千萬不要自己拔除，應該要用紗布或乾淨的布覆蓋並固定在傷口四周，避免引發大出血並保持異物的穩固後儘速送醫。

提醒您，以上技巧為緊急情況的處理方式
若是傷勢嚴重請儘快送醫處理！



เคล็ดลับการปฐมพยาบาล 

ห้ามเลือดฉุกเฉิน

เรียนรู้วิธีห้ามเลือดที่ถูกต้องและการจัดการเบื้องต้นกับบาดแผลที่ได้รับบาดเจ็บระหว่างทำงานเพื่อป้องกันไม่ให้อันตรายเพิ่มขึ้น ต้องปฏิบัติดังต่อไปนี้



1 ล้างบาดแผลด้วยน้ำสะอาด

ใช้น้ำสะอาดค่อยๆชะล้างบาดแผล แล้วซับให้แห้งและเช็ดสิ่งสกปรกด้วยผ้าสะอาด ห้ามใช้น้ำทะเล เครื่องดื่มหรือแอลกอฮอล์ล้างแผล



2 กดบาดแผลเพื่อห้ามเลือด

กรณีเลือดไหลไม่หยุดหรือบาดแผลรุนแรงมาก ให้ใช้ผ้าก๊อชปลอดเชื้อหรือผ้าสะอาดกดบริเวณบาดแผลและยกอวัยวะที่มีบาดแผลให้สูง จากนั้นให้รีบนำส่งโรงพยาบาล



3 จัดการวัตถุแปลกปลอม

กรณีที่เป็นบาดแผลจากโดนตะปูตำหรือเศษแก้วทิ่มแทง อย่าดึงออกเองเป็นอันขาดควรใช้ผ้าก๊อชปลอดเชื้อหรือผ้าสะอาดคลุมบาดแผลไว้และตรึงผ้าทั้ง 4 มุมให้แน่น เพื่อป้องกันมิให้เลือดไหลไม่หยุดจนทำให้เสียเลือดมาก พยายามยึดวัตถุแปลกปลอมที่ทิ่มตำให้อยู่กับที่ จากนั้นรีบนำส่งโรงพยาบาล

ขอเตือนท่านว่า วิธีการข้างต้นเป็นการจัดการบาดแผลในกรณีฉุกเฉิน หากได้รับบาดเจ็บสาหัส โปรดรีบนำส่งโรงพยาบาลโดยเร็วที่สุด!

Langkah Pertolongan Pertama Medis

Menghentikan Pendarahan Darurat

Mengalami luka pada saat kerja, pelajari bagaimana menghentikan pendarahan dan merawat luka dengan benar agar tidak semakin parah, Anda dapat melakukan berikut ini:

1



Bersihkan luka dengan air terlebih dulu

Cuci perlahan-lahan luka dengan air bersih, dan gunakan kain kasa untuk menghapus kotoran, jangan sekali-kali menggunakan air laut, minuman, alkohol untuk mencuci luka.

2



Menekan untuk menghentikan pendarahan

Jika darah mengalir tidak berhenti atau luka cukup parah, harap gunakan kain kasa atau handuk bersih untuk menekan langsung pada luka, tinggikan anggota tubuh yang terluka untuk menghentikan pendarahan, serta secepatnya diantar rumah sakit untuk pertolongan medis.

3



Menangani benda asing

Jika luka karena tertusuk paku, tertancap pecahan kaca dan lainnya, jangan sekali-kali mencabutnya sendiri, sebaiknya menutupi dan membalut luka dengan kain kasa atau kain bersih menjaga kestabilan benda asing tersebut guna menghindar pendarahan menjadi parah sebelum mengantarnya ke dokter secepatnya.

Mengingatnkan Anda, cara tersebut di atas adalah teknik penanganan dalam situasi darurat, jika luka parah harap secepat mungkin diantar ke dokter untuk menanganinya.



Lời khuyên y tế

Cầm máu khẩn cấp

Nếu bạn bị thương lúc làm việc, hãy học cách cầm máu và xử lý vết thương đúng cách để tránh bị nặng thêm. Bạn có thể làm như sau:



1 Rửa vết thương bằng nước sạch

Nhẹ nhàng rửa vết thương bằng nước sạch và dùng gạc lau sạch bụi bẩn, đừng bao giờ dùng nước biển, đồ uống hoặc cồn để làm sạch vết thương.



2 Ép trực tiếp lên vết thương

Nếu máu chảy không ngừng hoặc vết thương nghiêm trọng, hãy dùng gạc hoặc khăn tay sạch để ép trực tiếp lên vết thương, nâng cao vùng bị thương để cầm máu và nhanh chóng đưa đi khám.



3 Xử lý dị vật

Nếu vết thương bị đinh sắt hoặc mảnh thủy tinh đâm thủng, không nên tự tháo ra mà nên băng lại và cố định bằng gạc hoặc vải sạch xung quanh vết thương, để tránh gây chảy máu nhiều và giữ cho dị vật ổn định, sau đó nhanh chóng đưa đến bệnh viện.

Xin nhắc nhở, những lời khuyên trên là dành cho tình huống khẩn cấp.
Nếu vết thương nghiêm trọng,
hãy đi khám càng sớm càng tốt!

Medical tips

How to staunch bleeding

It is important to learn what to do if you are injured at work and need to staunch bleeding, handle a wound and not make the situation worse:



1 Rinse the wound

Carefully rinse the wound with clean water, and wipe away any dirt with a light cloth. Never use seawater, a soft drink or alcohol to clean a wound.



2 Put pressure on the wounded area to stop the bleeding

If the wound continues to bleed or is severe cover the area with a light cloth or clean handkerchief and directly apply pressure. Elevate the injured limb to stop the bleeding and seek immediate medical treatment.



3 Dealing with foreign objects in a wound

If the wound was caused by a nail or shard of glass do not remove the object from the wound yourself. Cover the area with a light cloth and fix it around the injured area to avoid increasing the bleeding and ensure the foreign object is stable before seeking urgent medical treatment.

Remember, the above methods are to be used during an emergency.

If the injury is severe seek immediate medical attention.