

ประเด็นสารสำคัญสำหรับการทำสื่อสพอตวิทยุ ในกิจกรรมวันรณรงค์ป้องกันเด็กจมน้ำปี ๒๕๖๐

การจมน้ำเป็นสาเหตุที่ทำให้เด็กไทยอายุต่ำกว่า ๑๕ ปีเสียชีวิตสูงเป็นอันดับหนึ่งของทุกสาเหตุ ทั้งโรคติดเชื้อและโรคไม่ติดเชื้อ จากข้อมูลในช่วง ๑๐ ปีที่ผ่านมา พบว่ามีเด็กจมน้ำเสียชีวิตเฉลี่ยสูงถึง ๑,๑๐๐ คน/ปี หรือวันละเกือบ ๓ คน ช่วงเดือนมีนาคม-พฤษภาคมเป็นเดือนที่เด็กจมน้ำเสียชีวิตมากที่สุดเพราะตรงกับช่วงปิดภาคการศึกษาและช่วงฤดูร้อน กระทรวงสาธารณสุขจึงได้กำหนดให้วันเสาร์แรกของเดือนมีนาคมของทุกปี เป็นวันรณรงค์ป้องกันเด็กจมน้ำ โดยในปี ๒๕๖๐ นี้ตรงกับวันเสาร์ที่ ๔ มีนาคม และทางกรมควบคุมโรคได้จัดให้มีกิจกรรมรณรงค์ตั้งแต่เดือนกุมภาพันธ์ถึงพฤษภาคม

การรณรงค์ในปีนี้ได้นำแนวคิดการสื่อสารในรูปแบบของสพอตวิทยุ เพื่อนำไปใช้เปิดตามสถานีวิทยุชุมชน หอกระจายข่าว หรือรถกระจายเสียง เพื่อให้เกิดการสื่อสารในวงกว้างและเข้าถึงกลุ่มเป้าหมายระดับชุมชนซึ่งนับว่าเป็นกลุ่มเสี่ยงหลัก โดยมุ่งหวังอยากให้**ครอบครัว (บ้าน) เป็นจุดเริ่มต้น**ของการสร้างความปลอดภัยทางน้ำ และ**ชุมชนเข้ามามีส่วนร่วม**ในการดำเนินงาน เพื่อให้เกิดความเข้มแข็งและชุมชนพึ่งตนเองได้ ภายใต้แนวคิด **“บ้านเริ่ม ชุมชนร่วม...ป้องกันเด็กจมน้ำ”**

ข้อมูลทั่วไป

- ๑) ในช่วงปิดเทอมมีนาคม – พฤษภาคม มีเด็ก (อายุต่ำกว่า ๑๕ ปี) จมน้ำเสียชีวิตเกือบ ๔๐๐ คน
- ๒) การตกน้ำ จมน้ำเป็นสาเหตุการเสียชีวิตอันดับที่หนึ่งของเด็กไทยอายุต่ำกว่า ๑๕ ปี
- ๓) การเผลอเรอเพียงเสี้ยววินาที เช่น ทำกับข้าว โทรศัพท์ อาจทำให้เด็กเล็กจมน้ำได้
- ๔) เด็กอายุ ๖ ปีขึ้นไปต้องสามารถว่ายน้ำเพื่อเอาชีวิตรอดได้
- ๕) ห้ามเด็กเล่นน้ำกันเองตามลำพังต้องมีผู้ใหญ่ไปด้วย และห้ามกระโดดลงไปช่วยคนจมน้ำแม้ว่าจะว่ายน้ำเป็น
- ๖) เมื่อช่วยเด็กขึ้นมาจากน้ำ **ห้าม**จับอุ้มพาดบ่าหรือวางบนกระต่ายเพื่อเอาน้ำออกเพราะเป็นวิธีที่ผิด และจะทำให้เด็กขาดอากาศหายใจนานยิ่งขึ้น ควรรับช่วยด้วยการเป่าปากและนวดหัวใจ
- ๗) เด็กจมน้ำมีเวลาเพียง ๔ นาทีในการช่วยชีวิต

สาเหตุการจมน้ำ

๑) กลุ่มเด็กเล็ก

- เด็กเล็กจมน้ำ แม้ในภาชนะที่มีน้ำสูงเพียง ๑ – ๒ นิ้ว
- เด็กเล็กมักจมน้ำในภาชนะขนาดเล็กที่อยู่ภายในบ้าน เช่น ถัง กะละมัง โอ่ง
- เด็กเล็กมักเดินตามเบ็ดหรือสุนัข และพลัดตกลงไปในน้ำ
- ผู้ปกครอง/ผู้ดูแลเด็กปล่อยให้เด็กอยู่ตามลำพังในช่วงเวลาที่ทำกิจกรรมบางอย่างเพียงระยะเวลานั้นๆ เช่น เข้าห้องน้ำ คุยโทรศัพท์ ทำกับข้าว
- ผู้ปกครอง/ผู้ดูแลเด็ก ไม่มีการจัดการแหล่งน้ำเสี่ยงที่อยู่ในบ้าน

๒) กลุ่มเด็กโต

- มักเกิดจากการชวนกันไปเล่นน้ำ ประกอบกับการไม่รู้วิธีการเอาชีวิตรอดในน้ำและวิธีการช่วยเหลือที่ถูกต้อง
 - เมื่อตกน้ำจึงลอยตัวอยู่ในน้ำได้ไม่นาน และจมน้ำเสียชีวิตในที่สุด
 - เด็กวัยนี้จะเสียชีวิตพร้อมกันครั้งละหลายๆ คน เพราะความรู้เท่าไม่ถึงการณ์ของเด็ก พอเห็นเพื่อนหรือน้องตกน้ำ คิดว่าตนเองว่ายน้ำเป็นก็กระโดดลงไปช่วย แต่สุดท้ายก็ถูกกอดรัดและจมน้ำไปด้วยกัน
- เด็กไม่มีความรู้เรื่องความปลอดภัยทางน้ำ เช่น หนีผู้ใหญ่ไปเล่นน้ำกันเอง ไม่ปฏิบัติตามป้ายเตือน ไม่ใส่ชูชีพ ขณะลงเรือ พลัดตกน้ำเพราะเดินใกล้ขอบบ่อเกินไป
- ชุมชนขาดการจัดการแหล่งน้ำเสี่ยงที่มีอยู่ในชุมชน เช่น การติดป้ายคำเตือน การสร้างรั้ว หรืออุปกรณ์ช่วยคนตกน้ำ

การป้องกันการจมน้ำในเด็กเล็ก

๑) ผู้ดูแลเด็ก/สิ่งแวดล้อม

- เหน้า: เหน้าทิ้งทุกครั้งหลังใช้งาน
- กั้นคอก: ทุกครัวเรือนที่มีเด็กอายุต่ำกว่า ๒ ปี ควรมีคอกกั้นเด็ก (เราไม่นำเด็กไว้ที่คอกกั้นเด็กตลอดเวลา เพียงแค่ช่วงระยะเวลาสั้นๆที่ทำกิจกรรม เช่น ทำกับข้าว เข้าห้องน้ำ เปิด-ปิดประตูบ้าน)
- ปิดฝา: ปิดฝาภาชนะใส่น้ำทุกครั้งหลังใช้งาน
- ฝ้าดูตลอดเวลา: ไม่ควรให้เด็กคลาดสายตาแม้เพียงชั่วขณะ

๒) ตัวเด็ก สอนให้รู้จักกฎความปลอดภัยทางน้ำด้วยหลัก ๓ ก. (อย่าใกล้ อย่าเก็บ อย่าก้ม)

- อย่าใกล้: เมื่อเจอแหล่งน้ำ อย่าเข้าไปใกล้ เพราะอาจลื่นพลัดตกลงไปในน้ำ
- อย่าเก็บ: เมื่อเห็นสิ่งของตกลงไปในน้ำ อย่าเก็บเอง ต้องให้ผู้ใหญ่ช่วยเก็บให้
- อย่าก้ม: อย่าก้ม หรือชะโงกลงไปใต้น้ำ ตุ่มน้ำ ถังน้ำ เพราะอาจจะหัวทิ่มลงไปใต้น้ำ

การป้องกันการจมน้ำในเด็กโต เน้นที่ตัวเด็กและการจัดการสิ่งแวดล้อม

๑) ลอยตัว: ลอยตัวเปล่าในน้ำให้นานที่สุด

๒) ชูชีพ: สวมเสื้อชูชีพ/ เสื้อพองตัวทุกครั้งที่เดินทางหรือทำกิจกรรมทางน้ำ

๓) ช่วยเหลือ: รู้วิธีการช่วยเหลือที่ถูกต้อง ไม่กระโดดลงไปช่วย แต่ช่วยด้วยการตะโกน โยน ยื่น

๔) ปฐมพยาบาล: สอนให้เด็กรู้วิธีการปฐมพยาบาลที่ถูกต้อง

๕) จัดการแหล่งน้ำเสี่ยง: จัดการแหล่งน้ำให้มีความปลอดภัย

คำแนะนำ

■ ประชาชนและชุมชน:

- สำรวจแหล่งน้ำเสี่ยงในชุมชน (แหล่งน้ำเพื่อการเกษตร อ่างเก็บน้ำ หนอง บึง แม่น้ำ คลอง ฯลฯ)
- จัดการสิ่งแวดล้อมเพื่อให้เกิดความปลอดภัยแก่เด็ก เช่น สร้างรั้ว/หาฝาปิด/ฝังกลบหลุมหรือบ่อที่ไม่ได้ใช้ ติดป้ายคำเตือน เหน้าทิ้งทุกครั้งหลังใช้งาน กำหนดให้มีพื้นที่เล่นที่ปลอดภัยสำหรับเด็ก จัดให้มีอุปกรณ์ช่วยคนตกน้ำที่หาได้ง่ายในชุมชนไว้บริเวณแหล่งน้ำเสี่ยง (ถังแกลอนเปล่า ขวดน้ำพลาสติกเปล่า ไม้ เชือก)
- มีมาตรการทางด้านกฎหมาย/กฎระเบียบ/ข้อบังคับ เช่น ห้ามดื่มสุรากล่องเล่นน้ำ ใส่ชูชีพเมื่อโดยสารเรือ
- ฝ้าระวังและแจ้งเตือนภัยในชุมชนโดยเฉพาะช่วงก่อนปิดภาคการศึกษา เช่น ประกาศเตือนผ่านเสียงตามสาย ในชุมชน คอยตักเตือนเมื่อเห็นเด็กเล่นน้ำตามลำพัง
- สอนให้เด็กรู้จักแหล่งน้ำเสี่ยงและอันตรายที่อาจจะเกิดขึ้น

■ ผู้ปกครองและเด็ก:

- ผู้ปกครอง/ผู้ดูแลเด็กต้องดูแลเด็กอย่างใกล้ชิด ไม่เผลอปล่อยให้เด็กเล็กไว้ตามลำพัง เช่น ขณะรับโทรศัพท์ ทำกับข้าว หรือเดินไปเปิด-ปิดประตูบ้าน
- ทุกครัวเรือนที่มีเด็กอายุน้อยกว่า ๒ ปี ควรใช้คอกกั้นเด็ก เพื่อเป็นจัดให้มีพื้นที่เล่นที่ปลอดภัยให้เด็ก
- เหน้าทิ้งจากภาชนะทุกครั้งหลังใช้งาน หรือฝังกลบอ่างน้ำที่ไม่ได้ใช้งาน
- สอน/เรียนรู้ กฎความปลอดภัยทางน้ำ เช่น ไม่เล่นใกล้แหล่งน้ำ ไม่เล่นน้ำคนเดียว ไม่ลงไปเก็บดอกบัว/กระทง ในแหล่งน้ำ ไม่เล่นน้ำตอนกลางคืน รู้จักแหล่งน้ำเสี่ยงและอันตรายที่อาจจะเกิดขึ้น รู้จักประเมินสภาพแหล่งน้ำที่จะลงไป (ความลึก ความตื้น ความชัน ความเย็น กระแสน้ำ) รู้จักใช้ชูชีพเมื่อต้องโดยสารเรือ
- สอน/เรียนรู้ วิธีการว่ายน้ำเพื่อเอาชีวิตรอด เช่น การลอยตัวหายใจเหมือนแม่ชีลอนน้ำ การลอยตัวคว่ำ การใช้ขวดน้ำพลาสติกเปล่า-ปิดฝาช่วยในการลอยตัว และรู้วิธีการช่วยเหลือที่ถูกต้อง คือต้องไม่กระโดดลงไปช่วย แต่ให้ช่วยด้วยการตะโกนเรียกผู้ใหญ่ หรือใช้อุปกรณ์ในการช่วย