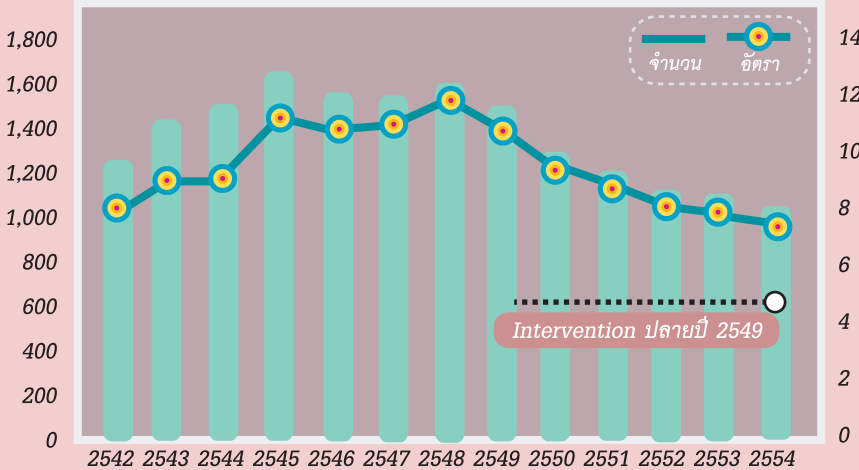


จำนวนและอัตราการเสียชีวิตต่อประชากร 100,000 คน ของเด็กอายุต่ำกว่า 15 ปี จากการตกน้ำ จมน้ำ ปี พ.ศ. 2542 - 2554



แหล่งข้อมูล: ข้อมูลรณบัตร. สำนักนโยบายและยุทธศาสตร์
สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข
วิเคราะห์: สำนักโรคไม่ติดต่อ กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข

“การจมน้ำเป็นสาเหตุการเสียชีวิตอันดับหนึ่งของเด็กไทยอายุต่ำกว่า 15 ปี”

การตกน้ำ จมน้ำ

ของเด็กในประเทศไทย

จัดทำโดย...กลุ่มป้องกันการบาดเจ็บ สำนักโรคไม่ติดต่อ
กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข
โทรศัพท์ 0 2590 3967 โทรสาร 0 2590 3968
www.Thaincd.com
www.Facebook.com/ThaiNcd

สถานการณ์

- สถานการณ์ภาระโรคของทั่วโลก (Global Burden of Diseases) ขององค์การอนามัยโลก พบว่า การตกน้ำ จมน้ำ เป็นสาเหตุการเสียชีวิตใน 10 อันดับแรกของกลุ่มเด็ก¹
- ทั่วโลกในกลุ่มเด็กอายุต่ำกว่า 15 ปี เสียชีวิตจากการตกน้ำ จมน้ำ ปีละ 135,585 คน เฉลี่ยวันละ 372 คน²
- ในภูมิภาคเอเชียตะวันออกเฉียงใต้มีจำนวนการเสียชีวิตจากการตกน้ำ จมน้ำปีละ 32,744 คน เฉลี่ยวันละ 90 คน
- การตกน้ำ จมน้ำเป็นสาเหตุการเสียชีวิตอันดับที่หนึ่งของเด็กไทยอายุต่ำกว่า 15 ปี เมื่อเทียบกับการเสียชีวิตจากสาเหตุอื่นๆ ในทุกสาเหตุ ทั้งโรคติดเชื้อและไม่ติดเชื้อ³⁻⁵
- อัตราการเสียชีวิตต่อประชากรแสนคนจากการตกน้ำ จมน้ำของเด็ก (ปี 2545-2554) อยู่ในช่วง 8.6-11.5⁶
- การเสียชีวิตจากการตกน้ำ จมน้ำของเด็กมีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้นอย่างต่อเนื่องตั้งแต่ปี พ.ศ. 2542-2548 เฉลี่ยปีละ 1,455 คน หลังจากนั้นเริ่มมีแนวโน้มลดลง (กรมควบคุมโรคเริ่มดำเนินการป้องกันตั้งแต่ปลายปี 2549)²
- ในช่วง 10 ปีที่ผ่านมา (ปี 2545-2554) มีเด็กอายุต่ำกว่า 15 ปี เสียชีวิตจากการตกน้ำ จมน้ำปีละ 1,352 คน³
- เกือบครึ่งหนึ่งของเด็กที่จมน้ำจะเสียชีวิต (ร้อยละ 41.0)²
- กลุ่มเด็กอายุต่ำกว่า 15 ปี มีสัดส่วนการเสียชีวิตจากการตกน้ำ จมน้ำสูงถึงร้อยละ 30.2 ของทุกกลุ่มอายุ
- เพศชายมีอัตราการเสียชีวิตจากการตกน้ำ จมน้ำสูงกว่าเพศหญิงประมาณ 2 เท่าตัว
- เด็กอายุต่ำกว่า 5 ปีและ 5-9 ปี มีอัตราการเสียชีวิตสูงที่ใกล้เคียงกัน



ปัจจัยที่เกี่ยวข้อง

- เด็กมักจะจมน้ำเสียชีวิตพร้อมกันครั้งละหลายๆ คน เนื่องจากเด็กไม่รู้วิธีการเอาชีวิตรอดในน้ำและวิธีการช่วยเหลือ ที่ถูกต้องจึงมักกระโดดลงไปช่วยคนที่ตกน้ำ
- เด็กไทยอายุต่ำกว่า 15 ปี ว่ายนํ้าเป็นเพียงร้อยละ 16.3⁵
- หากเด็กสามารถว่ายน้ำเพื่อเอาชีวิตรอดได้จะช่วยป้องกันการจมน้ำได้มากกว่าเด็กที่ไม่สามารถว่ายน้ำได้ถึง 4 เท่าตัว⁷
- เดือนเมษายนมีจำนวนการเสียชีวิตจากการตกน้ำ จมน้ำมากที่สุด (ค่าเฉลี่ยปี 2545-2554) เท่ากับ 174 คน (เฉลี่ยวันละ 6 คน) รองลงมาคือ มีนาคมและพฤษภาคมมีจำนวนเกือบ 150 คน และตุลาคม 131 คน ซึ่งช่วงดังกล่าวเป็นช่วงปิดภาคการศึกษา
- ในช่วงปิดภาคการศึกษาฤดูร้อน (มี.ค.-พ.ค.) มีเด็กตกน้ำ จมน้ำ สูงถึง 464 คน (ค่าเฉลี่ยปี 2545-2554)²
- วันหยุดสุดสัปดาห์ (วันเสาร์และวันอาทิตย์) และช่วงเวลา 12.00-17.59 น. เป็นช่วงที่มีการเกิดเหตุสูงสุด²
- ภาวะตะวันออกเฉียงเหนือมีอัตราการเสียชีวิตสูงที่สุด รองลงมาคือ ภาคกลาง ภาคเหนือ และภาคใต้²
- แหล่งน้ำที่มีเด็กเสียชีวิตจากการตกน้ำ จมน้ำสูงที่สุด คือ แหล่งน้ำธรรมชาติ (ร้อยละ 49.9) รองลงมาคือสระว่ายน้ำ (ร้อยละ 5.4) และอ่างอาบน้ำ (ร้อยละ 2.5)⁸
- การตี้มแอลกอฮอล์ก่อนลงเล่นน้ำเป็นปัจจัยเสี่ยงหนึ่งที่ทำให้เกิดการตกน้ำ จมน้ำ โดยร้อยละ 1.2 ของกลุ่มเด็กอายุต่ำกว่า 15 ปี ที่บาดเจ็บรุนแรงจากการตกน้ำ จมน้ำมีการตี้มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ อายุต่ำที่สุดของเด็กที่พบว่าจมน้ำ และมีการตี้มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์คือ 7 ปี⁸

คำแนะนำ

ประชาชนและชุมชน:

- ตรวจสอบแหล่งน้ำเสี่ยงในชุมชน (แหล่งน้ำเพื่อการเกษตร อ่างเก็บน้ำ หนอง บึง แม่น้ำ คลอง ฯลฯ)
- จัดการสิ่งแฉดล้อมเพื่อให้เกิดความปลอดภัยแก่เด็ก เช่น สร้างรั้ว/หาฝาปิด/ฝังกลบหลุมหรือบ่อที่ไม่ได้ใช้ ติดป้ายคำเตือน เเทน้ำทิ้งทุกครั้งหลังใช้งาน กำหนดให้มีพื้นที่เล่นที่ปลอดภัยสำหรับเด็ก จัดให้มีอุปกรณ์ช่วยคนตกน้ำที่หาได้ง่ายในชุมชนไว้บริเวณแหล่งน้ำเสี่ยง (ถังแกลลอนเปล่า ขวดน้ำพลาสติกเปล่า ไม้ เชือก)



อบต.โกรกกลาง อ.โกรกธาศ จ.สุโขทัย



อบต.หินลาด อ.บ้านกรวด จ.บุรีรัมย์

- มีมาตรการทางด้านกฎหมาย/กฎระเบียบ/ข้อบังคับ เช่น ห้ามตี้มสุราก่อนลงเล่นน้ำ ต้องใส่ชูชีพเมื่อโดยสารเรือ
- ฝ้าระวังและแจ้งเตือนภัยในชุมชนโดยเฉพาะช่วงก่อนปิดภาคการศึกษา เช่น ประกาศเตือนผ่านเสียงตามสายในชุมชน คอยตักเตือนเมื่อเห็นเด็กเล่นน้ำตามลำพัง
- สอนให้เด็กรู้จักแหล่งน้ำเสี่ยงและอันตรายที่อาจเกิดขึ้น



(ต่อ...คำแนะนำ ผู้ปกครองและเด็ก)

คำแนะนำ

ผู้ปกครองและเด็ก:



- ผู้ปกครอง/ผู้ดูแลเด็กต้องดูแลเด็กอย่างใกล้ชิด ไม่ปล่อยให้เด็กเล็กไว้ตามลำพัง เช่น ขณะรับโทรศัพท์ ทำกับข้าว หรือเดินไปเปิด-ปิดประตูบ้าน
- สอน/เรียนรู้กฎแห่งความปลอดภัย เช่น ไม่เล่นใกล้แหล่งน้ำ ไม่เล่นน้ำคนเดียว ไม่ลงไปเก็บดอกไม้/กระทงในแหล่งน้ำ ไม่เล่นน้ำตอนกลางคืน รู้จักแหล่งน้ำเสี่ยงและอันตรายที่อาจเกิดขึ้น รู้จักประเมินสภาพแหล่งน้ำที่จะลงไป (ความลึก ความตื้น ความชัน ความเย็น กระแสน้ำ) รู้จักใช้ชูชีพเมื่อต้องโดยสารเรือ
- สอน/เรียนรู้วิธีการว่ายน้ำเพื่อเอาชีวิตรอด เช่น การลอยตัวหงายเหมือนแม่สีลอนน้ำ การลอยตัวคว่ำ การใช้ขวดน้ำพลาสติกเปล่าปิดฝาช่วยในการลอยตัว และรู้วิธีการช่วยเหลือที่ถูกต้อง คือต้องไม่กระโดดลงไปช่วย แต่ให้ช่วยด้วยการตะโกนเรียกผู้ใหญ่ หรือใช้อุปกรณ์ในการช่วย

คำแนะนำ

เจ้าหน้าที่/บุคลากรสาธารณสุข:

- ร่วมกับชุมชนในการสำรวจแหล่งน้ำเสี่ยงในพื้นที่
- แจ้งเตือนภัยให้คนในชุมชนทราบโดยเฉพาะช่วงก่อนเปิดภาคการศึกษาทั้ง 2 ภาค
- ให้ความรู้ในเรื่องปัจจัยเสี่ยง และแนวทางการป้องกันการจมน้ำแก่ประชาชน
- ให้ความรู้ในเรื่องปัจจัยเสี่ยงและแนวทางการป้องกันการจมน้ำแก่ผู้ปกครอง/ผู้ดูแลเด็กทุกคนที่พาลูกมารับวัคซีนหรือตรวจพัฒนาการในสถานบริการสาธารณสุข
- สอนให้คนในชุมชนรู้จักวิธีการช่วยเหลือคนตกน้ำหรือจมน้ำเบื้องต้น และวิธีการปฐมพยาบาลเด็กจมน้ำที่ถูกต้อง
- สอบสวนการจมน้ำของเด็กในพื้นที่ และกำหนดมาตรการป้องกันร่วมกับชุมชน



แหล่งข้อมูล

1. World Health Organization. The global burden of disease: 2004 update. Available from: http://www.who.int/healthinfo/global_burden_disease/2004_report_update/en/index.html [2009 Sep 15].
2. สำนักโรคไม่ติดต่อ กรมควบคุมโรค. สถานการณ์การตกน้ำ จมน้ำของเด็กในประเทศไทย. ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ: สำนักงานกิจการโรงพยาบาลการสงเคราะห์ทหารผ่านศึก; 2552.
3. สุขาดา เกิดมงคลการ. จำนวน ร้อยละ และอัตราการเสียชีวิตจากการจมน้ำ พ.ศ. 2546-2553 [เอกสารไม่ตีพิมพ์]. สำนักโรคไม่ติดต่อ กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข; 2554.
4. ลัม เอกอสิมเกียรติ. ทบทวนวรรณกรรมการจมน้ำของเด็ก. ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ: สำนักงานกิจการโรงพยาบาลการสงเคราะห์ทหารผ่านศึก; 2550.
5. Sitthi-amorn C, Chaipayom O, Udomprasertgul V, Linnan M, Dunn T, Beck , et al. The Thai National Injury Survey. Bangkok: Institute of Health Research, Chulalongkorn University; 2006.
6. สำนักนโยบายและยุทธศาสตร์ กระทรวงสาธารณสุข. จำนวนและอัตราการเสียชีวิตจากการจมน้ำ พ.ศ. 2542-2554 [ไฟล์ข้อมูล]. กรุงเทพฯ: สำนักนโยบายและยุทธศาสตร์ กระทรวงสาธารณสุข; 2555.
7. Michael Linnan. Issues in Data Collection [File], Workshop on Prevention of Childhood Drowning in South-East Asian Countries: Manila (Philippines); 23-25 March 2010.
8. กายจชัย ด่านาคแก้ว. รายงานการเฝ้าระวังการบาดเจ็บระดับชาติ (Injury Surveillance System: IS) ปี พ.ศ. 2541-2550 [ไฟล์ข้อมูล]. กรุงเทพฯ: สำนักระบาดวิทยา กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข; 2552.

แหล่งข้อมูล



เกณฑ์ความปลอดภัยสำหรับการจมน้ำจำแนกตามช่วงอายุ

อายุ (ปี)

จัดสภาพแวดล้อมรอบตัวเด็กให้ปลอดภัย

พำดูละ ปกป้องคุ้มครองเด็ก

สอนเด็กให้รู้จักกฎแห่งความปลอดภัย

0-2

- กำจัดแหล่งน้ำที่ไม่จำเป็นในบ้านและนอกบ้าน เช่น เตาแก๊สจากถังแก๊สเมื่อไม่จำเป็นต้องใช้
- แยกเด็กออกจากแหล่งน้ำ เช่น กั้นรั้วกับประตูไม้ให้เด็กเข้าใกล้แหล่งน้ำได้ ปิดฝาถังน้ำ ถังน้ำ

- ไม้ให้เด็กอยู่ในหรือใกล้แหล่งน้ำโดยลำพัง เช่น นั่งเล่นน้ำในอ่างน้ำ ทะเลสาบ หรือ เล่นใกล้บ่อน้ำ ร่องน้ำ เด็กอาจจมน้ำได้ แม้ระดับน้ำสูงเพียง 5 ซม.
- ขณะเด็กอยู่ในใกล้หรืออยู่ในแหล่งน้ำ พผู้ดูแลเด็กต้องพำดูเด็กตลอดเวลา การเพละอช่วงเวลา: เช่น เดินไปเก็บจาน รับโทรศัพท์ เปิดประตูบ้าน หรือจับหลับเป็นเหตุสำคัญของการจมน้ำ
- พผู้ดูแลเด็กต้องได้รับการฝึกปฐมพยาบาลเด็กจมน้ำที่ถูกต้อง คือการพายปอดด้วยวิธีเป่าปากในกรณีที่พผู้จมน้ำไม่หายใจ สำหรับการอุ้มพาดน้ำ กระโดดหรือจิ้งรอบสนาม หรือวางบนกระพาคว่าแล้วร็ดน้ำออก ไม่ใช่วิธีที่ถูกต้องและจะทำให้ขาดอากาศหายใจนานยิ่งขึ้น

- เด็กอายุ 18 เดือน สามารถสอนให้หกลูกเลี้ยงแหล่งน้ำ เช่น ไม้ให้เล่นใกล้แหล่งน้ำ
- เด็กอายุ 2 ปีขึ้นไป สามารถเริ่มสอนการลอยตัวในน้ำ เพื่อให้สามารถพายเข้าพั้งหรือพุงตัวช่วยขณะเมื่อตกน้ำ

3-5

- เด็กวัยนี้ต้องระงับการจมน้ำในแหล่งน้ำในบ้าน ใกล้บ้าน และในชุมชน เช่น บ่อปลา บ่อกุง สระว่ายน้ำ สระน้ำ คลอง ต้องแยกพื้นที่เด็กเล่นออกจากแหล่งน้ำโดยมีรั้วกั้น แหล่งน้ำในบ้าน และบริเวณใกล้บ้าน หรือบริเวณใกล้ที่เล่นของเด็กในชุมชน

- ดูแลเด็กไม่ให้เดิน วิ่ง หรือเล่นใกล้แหล่งน้ำโดยลำพัง
- พผู้ดูแลเด็กต้องได้รับการฝึกปฐมพยาบาลเด็กจมน้ำที่ถูกต้อง คือการพายปอดด้วยวิธีเป่าปากในกรณีที่พผู้จมน้ำไม่หายใจ สำหรับการอุ้มพาดน้ำ กระโดดหรือจิ้งรอบสนาม หรือวางบนกระพาคว่าแล้วร็ดน้ำออก ไม่ใช่วิธีที่ถูกต้องและจะทำให้ขาดอากาศหายใจนานยิ่งขึ้น

- สอนให้เด็กวัยนี้รู้จักหกลูกใกล้แหล่งน้ำเมื่ออยู่ตามลำพัง
- สอนเลี้ยงตัวเมื่อตกน้ำ เพื่อให้พลอยพ่นน้ำช่วยขณะ และสอนให้ว่ายน้ำระยะสั้นๆ เพื่อให้พหัดพายเข้าพั้งได้
- สอนให้เด็กใช้ชูชีพเมื่อต้องเดินทางทางน้ำ

6-8

- แยกพื้นที่เด็กเล่นในชุมชนออกให้ห่างไกลจากแหล่งน้ำ
- มีรั้วกั้นแหล่งน้ำในชุมชน เช่น แม่น้ำ ลำคลอง อ่างเก็บน้ำ หอง บึง พาย หรือชื่อน และบึงน้ำย ค่าเตือน อุปกรณ์ช่วยคนจมน้ำในบริเวณใกล้เคียง
- มีพผู้ช่วยชีวิต อุปกรณ์ช่วยชีวิต และกำหนดกฎระเบียบในสระว่ายน้ำสาธารณะ และแหล่งน้ำที่เป็นที่ก้องเที่ยว
- มีอุปกรณ์ช่วยชีวิตและกำหนดกฎระเบียบในเรือโดยสาร

- พผู้ดูแลเด็กสำรวจพื้นที่ของเด็กในบ้านและชุมชน หากมีแหล่งน้ำที่มีความเสี่ยงต่อการจมน้ำให้ทำรั้วกั้น (หากยังดำเนินการไม่ได้ให้บอกเด็กให้รู้ความเสี่ยง และกฎแห่งความปลอดภัย)
- พผู้ดูแลเด็กต้องได้รับการฝึกปฐมพยาบาลเด็กจมน้ำที่ถูกต้อง คือการพายปอดด้วยวิธีเป่าปากในกรณีที่พผู้จมน้ำไม่หายใจ สำหรับการอุ้มพาดน้ำ กระโดดหรือจิ้งรอบสนาม หรือวางบนกระพาคว่าแล้วร็ดน้ำออก ไม่ใช่วิธีที่ถูกต้องและจะทำให้ขาดอากาศหายใจนานยิ่งขึ้น

- สอนเด็กให้รู้ความเสี่ยงของการจิ้ง เล่นใกล้แหล่งน้ำ
- สอนเด็กให้รู้จักความเสี่ยงของการเล่นน้ำในแหล่งน้ำธรรมชาติและการประมิม
- สอนเด็กว่ายน้ำ หรือใช้ชูชีพในการเล่นน้ำ
- สอนให้เด็กใช้ชูชีพเมื่อต้องเดินทางทางน้ำ

9-11

- มีป้ายค่าเตือน อุปกรณ์ช่วยคนจมน้ำในแหล่งน้ำที่มีความเสี่ยง
- มีพผู้ช่วยชีวิต อุปกรณ์ช่วยชีวิต และกำหนดกฎระเบียบในสระว่ายน้ำสาธารณะ และแหล่งน้ำที่เป็นที่ก้องเที่ยว
- มีอุปกรณ์ช่วยชีวิตและกำหนดกฎระเบียบในเรือโดยสาร

- พผู้ดูแลเด็กต้องได้รับการฝึกปฐมพยาบาลเด็กจมน้ำที่ถูกต้อง คือการพายปอดด้วยวิธีเป่าปากในกรณีที่พผู้จมน้ำไม่หายใจ สำหรับการอุ้มพาดน้ำ กระโดดหรือจิ้งรอบสนาม หรือวางบนกระพาคว่าแล้วร็ดน้ำออก ไม่ใช่วิธีที่ถูกต้องและจะทำให้ขาดอากาศหายใจนานยิ่งขึ้น

- สอนเด็กให้รู้จักการประมิมความเสี่ยงของการว่ายน้ำ ทั้งในสระน้ำและแหล่งน้ำธรรมชาติ
- สอนเด็กให้ว่ายน้ำเป็น รู้วิธีการช่วยหรือคนจมน้ำ และเล่นกีฬาทางน้ำอย่างปลอดภัย
- สอนให้เด็กใช้ชูชีพเมื่อต้องเดินทางทางน้ำ
- สอนเด็กให้รู้วิธีการปฐมพยาบาลคนจมน้ำ

12-14

- มีป้ายค่าเตือน อุปกรณ์ช่วยคนจมน้ำในแหล่งน้ำที่มีความเสี่ยง
- มีพผู้ช่วยชีวิต อุปกรณ์ช่วยชีวิต และกำหนดกฎระเบียบในสระว่ายน้ำสาธารณะ และแหล่งน้ำที่เป็นที่ก้องเที่ยว
- มีอุปกรณ์ช่วยชีวิตและกำหนดกฎระเบียบในเรือโดยสาร

- พผู้ดูแลเด็กต้องได้รับการฝึกปฐมพยาบาลเด็กจมน้ำที่ถูกต้อง คือการพายปอดด้วยวิธีเป่าปากในกรณีที่พผู้จมน้ำไม่หายใจ สำหรับการอุ้มพาดน้ำ กระโดดหรือจิ้งรอบสนาม หรือวางบนกระพาคว่าแล้วร็ดน้ำออก ไม่ใช่วิธีที่ถูกต้องและจะทำให้ขาดอากาศหายใจนานยิ่งขึ้น

- สอนเด็กให้รู้จักการประมิมความเสี่ยงของการว่ายน้ำ ทั้งในสระน้ำและแหล่งน้ำธรรมชาติ
- สอนเด็กให้ว่ายน้ำเป็น รู้วิธีการช่วยหรือคนจมน้ำ และเล่นกีฬาทางน้ำอย่างปลอดภัย
- สอนให้เด็กใช้ชูชีพเมื่อต้องเดินทางทางน้ำ
- สอนเด็กให้รู้วิธีการปฐมพยาบาลคนจมน้ำ
- สอนเด็กให้รู้อันตรายของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ก่อนว่ายน้ำ