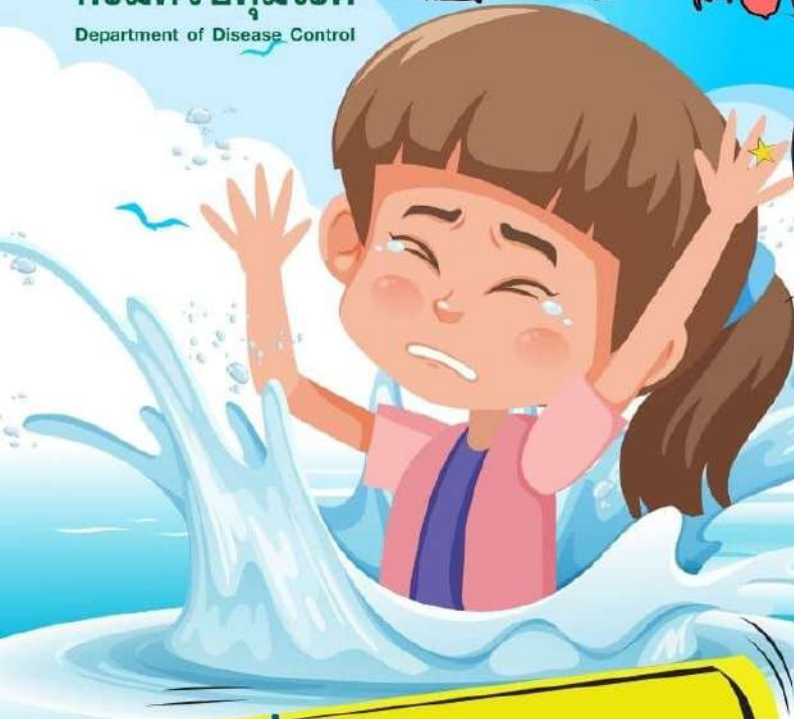




กรมควบคุมโรค  
Department of Disease Control

# ระวัง!! เด็กจมน้ำ

## ภัยร้าย ช่วงปิดเทอม



เพื่อความปลอดภัย

หากพบเห็นคนจมน้ำ

ดูแลการเล่นน้ำของเด็กอย่างใกล้ชิด  
ไม่ให้เด็กเล่นน้ำตามลำพัง



ไม่ให้เด็กเล่นบริเวณน้ำลึก  
หรือเสี่ยงต่อการจมน้ำ



ให้เด็ก  
สวมเสื้อชูชีพทุกครั้ง



ข้อมูล ณ วันที่ 18 มีนาคม 2567



ตะโกน

เรียกให้คนมาช่วย  
และโทรแจ้งทีมแพทย์กู้ชีพ 1669



โยน

อุปกรณ์ที่อยู่ใกล้ตัว  
เพื่อช่วยคนตกน้ำเกาะจับพยุงตัว



ยื่น

อุปกรณ์ที่อยู่ใกล้ตัว  
ให้คนตกน้ำจับ เช่น ไม้ เสื้อ ผ้าขาวม้า  
ให้คนตกน้ำจับและดึงขึ้นมาจากน้ำ





เด็กไทยอายุต่ำกว่า 15 ปี เสียชีวิตจากการจมน้ำเป็นอันดับ 1 โดยเฉพาะช่วงปิดเทอมหน้าร้อน จะพบเด็กจมน้ำมากที่สุด จากสถิติย้อนหลัง 5 ปี (2561-2565) พบเด็กจมน้ำถึง 953 ราย

## 4 แนวทางป้องกันเด็กจมน้ำ

### 1. ผู้ปกครองดูแลอย่างใกล้ชิด

ไม่ปล่อยเด็กอยู่ลำพัง โดยเฉพาะเด็กเล็กสามารถจมน้ำได้ในระดับน้ำที่สูงเพียง 1-2 นิ้ว ควรจัดการแหล่งน้ำรอบบ้าน เช่น ถัง กะละมัง ชักโครก บ่อปลา โดยเทน้ำทิ้งเมื่อไม่ใช้, ปิดฝาให้สนิท, กั้นคอก/สร้างรั้ว



### 2. สอนเด็กป้องกันความเสี่ยง



**อย่าใกล้** แหล่งน้ำ เพราะอาจลื่นพลัดตก  
**อย่าเก็บ** สิ่งของในน้ำ ต้องให้ผู้ใหญ่ช่วย  
**อย่าทิ้ง** ขยะลงไปในแหล่งน้ำ/ภาชนะ

### 3. เรียนว่ายน้ำ สำคัญ!



เริ่มฝึกเด็กให้คุ้นชินกับน้ำได้ตั้งแต่ 3-4 เดือน และเริ่มเรียนว่ายน้ำได้เมื่อ 1 ปีขึ้นไป แนะนำเป็นสระน้ำเกลือ สระโอโซน เพื่อลดการระคายเคือง

### 4. เรียนรู้กฎความปลอดภัย



- สวมชูชีพเมื่อเดินทางทางน้ำ, เล่นน้ำ
- ไม่ลงไปช่วยเหลือคนจมน้ำด้วยตนเอง

**โทร**ขอความช่วยเหลือ / โทร 1669

**โยน** สิ่งของรอบตัวให้เกาะ เช่น ห่วงยาง แกลลอน ถังน้ำ

**ยื่น** สิ่งยาวๆ เช่น ไม้ เชือก ให้จับดึงเข้าฝั่ง

หากตกน้ำไกลฝั่งมาก ให้ลอยตัวรอความช่วยเหลือ ไม่ว่ายน้ำเข้าฝั่งจนหมดแรง

ขอบคุณข้อมูลจาก กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข