

ประเด็นสารสำคัญสำหรับการรณรงค์ป้องกันเด็กจมน้ำปี ๒๕๖๐

อย่าให้ปิดเทอมนี้เป็นปิดเทอมสุดท้ายสำหรับเด็กๆ มีนาคม-พฤษภาคม ร่วมรณรงค์ป้องกันเด็กจมน้ำ

“บ้านเริ่ม ชุมชนร่วม...ป้องกันเด็กจมน้ำ”

การจมน้ำเป็นสาเหตุที่ทำให้เด็กไทยอายุต่ำกว่า ๑๕ ปีเสียชีวิตสูงเป็นอันดับหนึ่งของทุกสาเหตุ ทั้งโรคติดเชื้อและโรคไม่ติดเชื้อ จากข้อมูลในช่วง ๑๐ ปีที่ผ่านมา พบว่ามีเด็กจมน้ำเสียชีวิตเฉลี่ยสูงถึง ๑,๐๐๐ คน/ปี หรือวันละเกือบ ๓ คน ช่วงเดือนมีนาคม-พฤษภาคมเป็นเดือนที่เด็กจมน้ำเสียชีวิตมากที่สุดเพราะตรงกับช่วงปิดภาคการศึกษาและช่วงฤดูร้อน กระทรวงสาธารณสุขจึงได้กำหนดให้วันเสาร์แรกของเดือนมีนาคมของทุกปีเป็นวันรณรงค์ป้องกันเด็กจมน้ำ โดยในปี ๒๕๖๐ นี้ตรงกับวันเสาร์ที่ ๔ มีนาคม

กรมควบคุมโรคขอเชิญชวนให้ทุกภาคส่วนจัดกิจกรรมรณรงค์ตั้งแต่เดือนมีนาคมถึงพฤษภาคม โดยเน้นการสื่อสารในวงกว้างเพื่อให้เข้าถึงกลุ่มเป้าหมายระดับชุมชนซึ่งนับว่า เป็นกลุ่มเสี่ยงหลัก เช่น สถานีวิทยุชุมชน หอกระจายข่าว หรือรถกระจายเสียง โดยมุ่งหวังให้**ครอบครัว (บ้าน) เป็นจุดเริ่มต้น**ของการสร้างความปลอดภัยทางน้ำ และ**ชุมชนเข้ามามีส่วนร่วม**ในการดำเนินงาน เพื่อให้เกิดความเข้มแข็งและชุมชนพึ่งตนเองได้ ภายใต้แนวคิด **“บ้านเริ่ม ชุมชนร่วม...ป้องกันเด็กจมน้ำ”**

ข้อมูลทั่วไป

- รายงานการจมน้ำระดับโลก (Global Report on Drowning) ขององค์การอนามัยโลก^(๑) พบว่าทุกปีมีเด็กอายุต่ำกว่า ๑๕ ปี เสียชีวิตจากการจมน้ำ ๑๔๐,๒๑๙ คน เสียชีวิตเป็นอันดับ ๓ รองจากโรคเยื่อหุ้มสมองอักเสบและเอชไอวี
- ประเทศไทยพบว่าการจมน้ำเป็นสาเหตุการเสียชีวิตอันดับ ๑ ของเด็กไทยอายุต่ำกว่า ๑๕ ปี^(๒)
- พบว่าทุกๆ ๘ ชั่วโมง จะมีเด็กจมน้ำเสียชีวิต ๑ คน
- การจมน้ำของเด็กอายุต่ำกว่า ๑๕ ปี เป็นสาเหตุของความสูญเสียปีสุขภาวะ (Disability-Adjusted Life Year: DALY) อันดับที่ ๓ ในเด็กชาย (DALY = ๒๖,๐๐๐ ปี) และอันดับที่ ๖ ในเด็กหญิง (DALY = ๑๐,๐๐๐ ปี)^(๓)

สถานการณ์ปี พ.ศ. ๒๕๕๙ **

- ข้อมูลปี พ.ศ. ๒๕๕๙ พบเด็กจมน้ำเสียชีวิต ๖๙๙ คน^(๔)
- โดยช่วงปิดเทอม ๓ เดือน (มีนาคม – พฤษภาคม) พบเด็กจมน้ำ ๑๙๗ คน
- พบเด็กอายุ ๑๐ – ๑๔ ปี จมน้ำเสียชีวิตเพิ่มมากขึ้น ร้อยละ ๑๔.๕
- เด็กชายจมน้ำเสียชีวิตสูงมากกว่าเด็กหญิง ๒.๖ เท่า
- จากการเฝ้าระวังข้อมูลจากสื่อและข่าว^(๕) พบว่า
 - เกิดเหตุ ณ สระว่ายน้ำมาตรฐานถึง ๗ เหตุการณ์ มีเด็กเสียชีวิต ๘ คน
 - เด็กที่จมน้ำเสียชีวิต พบว่า วัยน้ำเป็น ร้อยละ ๑๗.๕
- ๑๐ จังหวัดแรกที่มีจำนวนเด็กจมน้ำเสียชีวิตสูงที่สุดได้แก่ นครราชสีมา (๓๘ คน), ขอนแก่น (๓๐ คน), อุบลราชธานี (๒๙ คน), สุรินทร์ (๒๒ คน), กรุงเทพมหานคร (๒๑ คน), อุตรดิตถ์ (๒๐ คน), ศรีสะเกษ (๑๙ คน), ชลบุรี ระยอง (จังหวัดละ ๑๘ คน), ชัยภูมิ สกลนคร กาญจนบุรี (จังหวัดละ ๑๗ คน)

** ปี พ.ศ. ๒๕๕๙ เป็นข้อมูลเบื้องต้น ณ วันที่ ๙ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๐ (อาจมีการเปลี่ยนแปลง)

การวิเคราะห์ความเสี่ยง (ค่าเฉลี่ยปี พ.ศ. ๒๕๕๐ – ปี พ.ศ. ๒๕๕๙**)

- ๑๐ ปีที่ผ่านมา เราสูญเสียเด็กไทย (อายุต่ำกว่า ๑๕ ปี) จากการจมน้ำไปแล้วถึง ๑๐,๑๕๖ คน (เฉลี่ยปีละประมาณ ๑,๐๐๐ คน)^(๒)
- ภาคตะวันออกเฉียงเหนือมีอัตราการเสียชีวิตสูงสุด รองลงมาคือ ภาคใต้ ภาคกลาง (ไม่รวมกรุงเทพมหานคร) และภาคเหนือ
- แหล่งน้ำเพื่อการเกษตรยังคงเป็นแหล่งน้ำที่พบการจมน้ำสูงสุด^(๖)
- กลุ่มเด็กอายุ ๕ – ๙ ปี เสียชีวิตสูงสุด (ร้อยละ ๔๐.๕) รองลงไปคือ กลุ่มเด็กอายุต่ำกว่า ๕ ปี (ร้อยละ ๓๕.๗) ทั้งนี้เมื่อเปรียบเทียบกับอัตราต่อประชากรเด็กแสนคนพบว่าทั้งสองกลุ่มอายุมีความเสี่ยงที่ใกล้เคียงกันเท่ากับ ๙.๓-๑๐.๑^(๗)
- อย่างไรก็ตาม กลุ่มเด็กอายุต่ำกว่า ๕ ปี พบจมน้ำเสียชีวิตสูงเฉลี่ยถึงปีละ ๓๖๓ คน ซึ่งส่วนใหญ่เสียชีวิตจากการจมน้ำภายในบ้านและละแวกบ้านของตนเอง (เด็กเล็ก สามารถจมน้ำในภาชนะที่มีน้ำเล็กน้อย ประมาณ ๑-๒ นิ้ว)
- ช่วงปิดเทอมภาคฤดูร้อน (มีนาคม - พฤษภาคม) เป็นช่วงที่มีเด็กจมน้ำเสียชีวิตสูงสุด (ค่าเฉลี่ย ๑๐ ปี = ๓๔๘ คน) ทั้งนี้ในบางปีมีจำนวนสูงเกือบ ๔๕๐ คน ส่วนเดือนที่จมน้ำเสียชีวิตสูงสุดคือเมษายน เฉลี่ย ๑๒๖ คน

สาเหตุการจมน้ำ

๑) กลุ่มเด็กเล็ก

- เด็กเล็กจมน้ำ แม้ในภาชนะที่มีน้ำสูงเพียง ๑ – ๒ นิ้ว
- เด็กเล็กมักจมน้ำในภาชนะขนาดเล็กที่อยู่ภายในบ้าน เช่น ถัง กะละมัง โอ่ง
- เด็กเล็กมักเดินตามเปิดหรือสุนัข และพลัดตกลงไปในน้ำ
- ผู้ปกครอง/ผู้ดูแลเด็กปล่อยให้เด็กอยู่ตามลำพังในช่วงเวลาที่ทำกิจกรรมบางอย่างเพียงระยะเวลาสั้นๆ เช่น เข้าห้องน้ำ คุ้ยโทรศัพท์ ทำกับข้าว
- ผู้ปกครอง/ผู้ดูแลเด็ก ไม่มีการจัดการแหล่งน้ำเสี่ยงที่อยู่ในบ้าน

๒) กลุ่มเด็กโต

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

การป้องกันการจมน้ำในเด็กเล็ก “เทน้ำ กั้นคอก ปิดฝา ฝ้าดูตลอดเวลา”

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

การป้องกันการจมน้ำในเด็กโต “ลอยตัว ชูชีพ ช่วยเหลือ ปฐมพยาบาล จัดการแหล่งน้ำเสี่ยง”

- ลอยตัว: ลอยตัวเปล่าในน้ำให้นานที่สุด
- ชูชีพ: สวมเสื้อชูชีพ/ เสื้อพองตัวทุกครั้งที่เดินทางหรือทำกิจกรรมทางน้ำ

- ช่วยเหลือ: รู้วิธีการช่วยเหลือที่ถูกต้อง ไม่กระโดดลงไปช่วย แต่ช่วยด้วยการ “ตะโกน โยน ยื่น”
- ปฐมพยาบาล: สอนให้เด็กรู้วิธีการปฐมพยาบาลที่ถูกต้อง
- จัดการแหล่งน้ำเสี่ยง: จัดการแหล่งน้ำให้มีความปลอดภัย

คำแนะนำ

■ ประชาชนและชุมชน:

- สำรวจแหล่งน้ำเสี่ยงในชุมชน
- เฝ้าระวังและแจ้งเตือนภัยในชุมชน (เช่น ประกาศเสียงตามสาย คอยตักเตือนเมื่อเห็นเด็กเล่นน้ำตามลำพัง)
- จัดการแหล่งน้ำเพื่อให้เกิดความปลอดภัย เช่น สร้างรั้ว ติดป้ายคำเตือน จัดให้มีอุปกรณ์ช่วยคนตกน้ำไว้บริเวณแหล่งน้ำเสี่ยง (ถังแกลลอนเปล่าผูกเชือก ขวดน้ำพลาสติกเปล่า ไม้)
- มีมาตรการ/กฎระเบียบในชุมชน เช่น ห้ามดื่มสุราก่อนลงเล่นน้ำ ใส่ชูชีพเมื่อโดยสารเรือหรือทำกิจกรรมทางน้ำ แหล่งน้ำที่เกิดขึ้นใหม่ต้องมีมาตรการป้องกัน
- สอนให้เด็กรู้จักแหล่งน้ำเสี่ยงและอันตรายที่อาจเกิดขึ้น

■ ผู้ปกครองและเด็ก:

- ผู้ปกครอง/ผู้ดูแลเด็กต้องดูแลเด็กอย่างใกล้ชิด ไม่เผลอเผลอทิ้งเด็กเล็กไว้ตามลำพัง เช่น ขณะรับโทรศัพท์ ทำกับข้าว หรือเดินไปเปิด-ปิดประตูบ้าน
- ทุกครัวเรือนที่มีเด็กอายุน้อยกว่า ๒ ปี ควรใช้คอกกั้นเด็ก
- เทน้ำทิ้งจากภาชนะทุกครั้งหลังใช้งาน หรือฝักกอลบอ่างน้ำที่ไม่ได้ใช้งาน
- สอน/เรียนรู้ กฎความปลอดภัยทางน้ำ เช่น ไม่เล่นใกล้แหล่งน้ำ รู้จักประเมินสภาพแหล่งน้ำที่จะลงไป (ความลึก ความตื้น ความชัน ความเย็น กระแสน้ำ)
- สอน/เรียนรู้ วิธีการว่ายน้ำเพื่อเอาชีวิตรอดและวิธีการช่วยเหลือที่ถูกต้อง

■ เจ้าหน้าที่/บุคลากรสาธารณสุข:

- ร่วมกับชุมชนในการสำรวจแหล่งน้ำเสี่ยงในพื้นที่
- ให้ความรู้ในเรื่องปัจจัยเสี่ยง และแนวทางการป้องกันการจมน้ำแก่ประชาชน
- สอบสวนการจมน้ำของเด็กในพื้นที่ และกำหนดมาตรการป้องกันร่วมกับชุมชน
- สอนให้คนในชุมชนรู้จักวิธีการช่วยเหลือคนตกน้ำหรือจมน้ำเบื้องต้น และวิธีการปฐมพยาบาลเด็กจมน้ำที่ถูกวิธี (โดยเน้นว่าห้ามจับเด็กที่จมน้ำอุ้มพาดบ่า)
- ผลักดัน/สนับสนุนให้เกิดทีมผู้ก่อการดี (Merit Maker) ป้องกันการจมน้ำ ให้ครอบคลุมอย่างน้อยทุกตำบล

สำนักโรคไม่ติดต่อ (กลุ่มป้องกันการบาดเจ็บจากสาเหตุอื่นๆ)
กรมควบคุมโรค, www.thaincd.com, www.facebook.com/thaincd

เอกสารอ้างอิง

- World Health Organization. The Global Report on Drowning. Available from: http://www.lifesaving.bc.ca/sites/default/files/WHO_Report_on_Drowning_November_๑๗_๒๐๑๔.pdf [๒๐๑๔ Nov ๒๒].
- สำนักนโยบายและยุทธศาสตร์ สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข. การจมน้ำเสียชีวิต ปี ๒๕๕๐-๒๕๕๙ [ไฟล์ข้อมูล]. กรุงเทพมหานคร: สำนักนโยบายและยุทธศาสตร์ สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข กระทรวงสาธารณสุข; ๒๕๕๙.
- สำนักงานพัฒนาระบบสุขภาพระหว่างประเทศ. รายงานภาระโรคและการบาดเจ็บของประชากรไทย พ.ศ. ๒๕๕๖: การสูญเสียปีสุขภาวะ (Disability-Adjusted Life Year: DALY). ครั้งที่ ๑. กรุงเทพฯ: บริษัท เดอะ กราฟิโก ซิสเต็มส์ จำกัด; ๒๕๕๙.
- สำนักนโยบายและยุทธศาสตร์ สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข. การจมน้ำเสียชีวิต ปี ๒๕๕๙ (ข้อมูลเบื้องต้น ณ วันที่ ๙ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๐) [ไฟล์ข้อมูล]. กรุงเทพมหานคร: สำนักนโยบายและยุทธศาสตร์ สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข กระทรวงสาธารณสุข; ๒๕๖๐.
- สำนักโรคไม่ติดต่อ กรมควบคุมโรค. การเฝ้าระวังข่าวจากสื่อปี พ.ศ. ๒๕๕๙. กรุงเทพมหานคร: สำนักโรคไม่ติดต่อ กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข; ๒๕๖๐.
- สำนักระบาดวิทยา กรมควบคุมโรค. การเฝ้าระวังการบาดเจ็บระดับชาติ (Injury Surveillance System: IS) ปี พ.ศ. ๒๕๕๘ [ไฟล์ข้อมูล]. กรุงเทพมหานคร: สำนักระบาดวิทยา กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข; ๒๕๕๙.
- สุชาติดา เกิดมงคล และ สัม เอกเฉลิมเกียรติ. จำนวน ร้อยละ และอัตราการเสียชีวิตจากการจมน้ำ พ.ศ. ๒๕๕๐ - ๒๕๕๙ [เอกสารไม่ตีพิมพ์]. สำนักโรคไม่ติดต่อ กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข; ๒๕๖๐.