

การปฐมพยาบาล ป.4

ให้นักเรียนจับคู่การปฐมพยาบาลเมื่อได้รับบาดเจ็บจากการเล่นกีฬาให้สัมพันธ์กับภาพ

ช้บาดเจ็บแผลให้แห้ง
และใส่ยา



ใช้หลัก RICE ในการรักษา



ใช้ผ้าชุบน้ำเย็นเช็ดตาม
ใบหน้า คอ แขน และขา



ใช้ศอกหรือท่อนแขน
ช่วยในการดันปลายเท้า



ประคบเย็นด้วยน้ำเย็น
หรือน้ำแข็ง บริเวณที่บวม
หรือฟกช้ำ

