

## บทที่ 7 การพันผ้า

การพันผ้า (Bandaging) เมื่อเกิดการบาดเจ็บจากกระดูกหัก หรือมีบาดแผลตามอวัยวะต่างๆ ของร่างกาย การพันผ้าก็เป็นอีกขั้นตอนหนึ่งที่ใช้ในการปฐมพยาบาลเพื่อร่วมกับการตามอวัยวะที่หัก หรือ พันแผลก่อนนำส่งโรงพยาบาล ผู้ช่วยเหลือจะต้องฝึกพันผ้าเสมอๆ จนกระทั่งสามารถพันได้อย่างถูกต้อง และรวดเร็ว และควรเรียนรู้พื้นฐานเกี่ยวกับเทคนิคการพันผ้าไว้ประมาณ 2-3 วิธี เพื่อจะได้ตัดแปลงพันส่วนต่างๆ ของร่างกายได้ทุกส่วน

### ชนิดของผ้าพันแผลที่ใช้ในการปฐมพยาบาล

1. ผ้าพันแผลชนิดเป็นม้วน แบ่งเป็นชนิดธรรมดา (Roll gauze bandage) และ ชนิดผ้ายืด (Elastic bandage) ซึ่งชนิดผ้ายืดจะมีความยืดหยุ่นได้ดีกว่า มีขนาดแตกต่างกัน โดยมีความกว้าง 1, 2, 3, 4, หรือ 6 นิ้ว การเลือกใช้ขึ้นอยู่กับขนาดของอวัยวะที่บาดเจ็บ เช่น ที่นิ้วมือใช้ขนาด 1 นิ้ว ส่วนศีรษะใช้ขนาด 6 นิ้ว เป็นต้น ขนาดของผ้าที่พอเหมาะคือ เมื่อพันแล้วขอบของผ้าควรกว้างกว่าขอบบาดแผลอย่างน้อยหนึ่งนิ้ว

2. ผ้าสามเหลี่ยม (Triangular bandage) เป็นผ้าสามเหลี่ยมมีฐานกว้าง และด้านประกอบสามเหลี่ยมยาว 36-40 นิ้ว

ในบางโอกาสวัสดุดังกล่าวหาไม่ได้ ดังนั้นผู้ปฐมพยาบาลอาจต้องดัดแปลงวัสดุอื่นมาใช้แทน เช่น ผ้าเช็ดหน้า ผ้าเช็ดตัว เสื้อผ้า หรือแม้แต่เข็มขัดผ้า แต่จะต้องเลือกเฉพาะที่สะอาด ๆ เท่านั้น

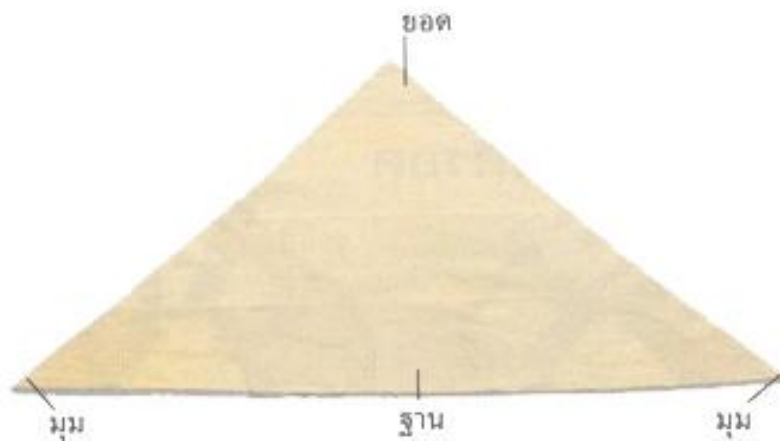
### หลักทั่วไปในการพันผ้า

ประโยชน์ของผ้าพันแผล ใช้ห้ามเลือด ป้องกันการติดเชื้อ พันแผลในรายกระดูกหัก ใช้ยึดผ้าปิดแผลให้อยู่กับที่ จึงมีหลักการใช้ ดังนี้

1. ก่อนพันผ้าทุกครั้ง ผ้าที่พันต้องม้วนให้เรียบร้อย ไม่หลุดลุ่ย
2. จับผ้าด้วยมือข้างที่ถนัด โดยหงายม้วนผ้าขึ้น
3. วางผ้าลงบริเวณที่ต้องการพัน พันรอบสัก 2-3 รอบ เมื่อเริ่มต้น และสิ้นสุดการพัน เพื่อป้องกันไม่ให้ผ้าคลายตัวหลุดออก
4. พันจากส่วนปลายไปหาส่วนโคน หรือ พันจากข้างล่างขึ้นข้างบน หรือ พันจากส่วนเล็กไปหาส่วนใหญ่
5. เมื่อสิ้นสุดการพัน ควรผูกหรือใช้เข็มกลัดหรือติดพลาสติกให้เรียบร้อย แต่ไม่ให้ทับบริเวณแผล
6. การใช้ผ้ายืดต้องระวังการรัดแน่นจนเกินไป จนเลือดเดินไม่สะดวกและกดทับเส้นประสาท สังเกตได้จากการบวม สีผิวซีด ขาว และเย็น พร้อมทั้งผู้บาดเจ็บจะบอกถึงอาการปวดและชา
7. ถ้ามีอาการปวดและชา บริเวณที่พันผ้า ให้รีบคลายผ้าที่พันไว้แล้วจึงพันใหม่



ภาพที่ 7.1 Elastic bandage



ภาพที่ 7.2 Triangular bandage

### ลักษณะต่างๆ ของการพันผ้าพันแผลชนิดม้วนและวิธีทำ

1. การพันรอบหรือพันเป็นวงกลม (Circular turns) เป็นการพันรอบที่ใช้กับส่วนที่เป็นวงกลม และมักใช้เป็นจุดเริ่มต้นและจุดจบของการพันผ้าพันแผลชนิดม้วนลักษณะอื่น ๆ อวัยวะที่เหมาะสมสำหรับการพันรอบ เช่น รอบศีรษะ รอบนิ้วมือ รอบข้อมือ เป็นต้น ซึ่งมีวิธีการพันตามลำดับดังนี้

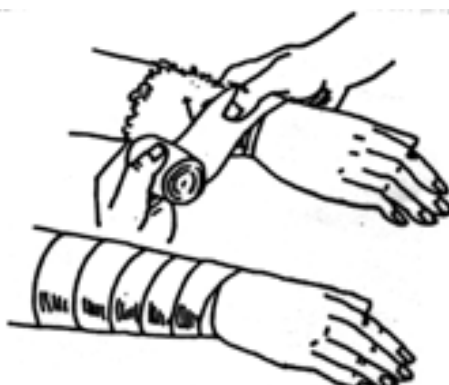
- 1.1 ใช้มือขวาจับม้วนผ้าให้ชายผ้าอยู่ข้างล่าง
- 1.2 พันรอบบริเวณที่ต้องการพันหลาย ๆ รอบ
- 1.3 ดัดเข็มกลัด หรือ ผูกชายผ้าให้เรียบร้อย



ภาพที่ 7.3 วิธีการพันเป็นวงกลม

2. การพันเป็นเกลียว (Spiral turns) เป็นการพันกับอวัยวะที่ยาว เช่น ต้นแขน ต้นขา หน้าแข้ง ลำตัว เป็นต้น ซึ่งมีวิธีการพันตามลำดับดังนี้

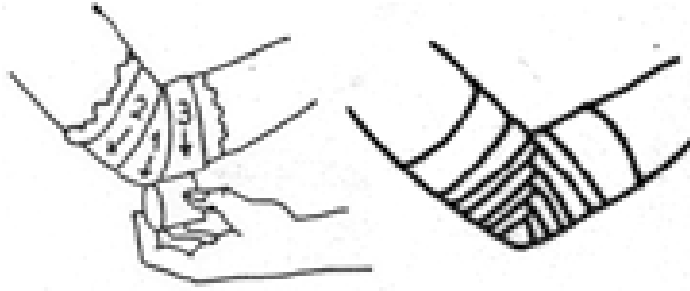
- 2.1 ใช้มือขวาหรือซ้ายจับม้วนผ้าให้ชายผ้าอยู่ข้างล่าง
- 2.2 พันรอบ 2-3 รอบ เพื่อป้องกันไม่ให้ผ้าคลายตัว
- 2.3 พันเฉียงขึ้นไปเป็นเกลียวโดยให้เหลื่อมกันประมาณ 2 ใน 3 ของผ้า
- 2.4 เมื่อสิ้นสุดการพันให้พันรอบ อีก 2-3 รอบ ตัดเข็มกลัดหรือผูกชายผ้าให้เรียบร้อย



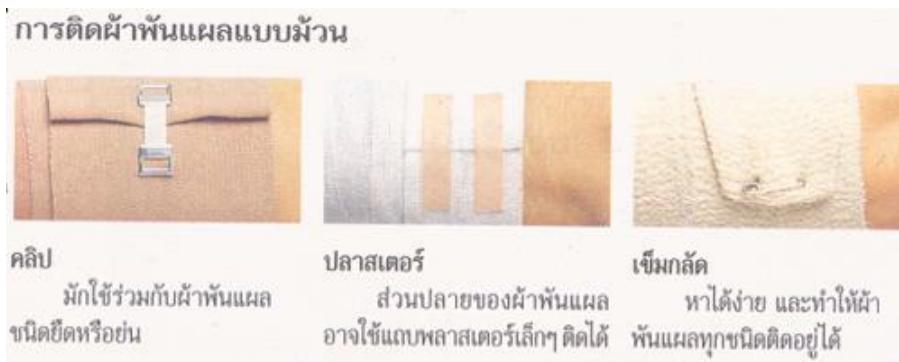
ภาพที่ 7.4 วิธีการพันเป็นเกลียว

3. การพันรูปเลขแปด (Figure of eight turns) เป็นการพันอวัยวะที่เป็นส่วนของข้อ เช่น ข้อมือ ข้อเท้า ข้อสะโพก ข้อศอก และหัวไหล่ เป็นต้น มีวิธีการพันตามลำดับดังนี้

- 3.1 ใช้มือขวาหรือซ้ายจับม้วนผ้าให้ชายผ้าอยู่ข้างล่าง พันรอบ 2-3 รอบ
- 3.2 พันขึ้นไปเป็นเกลียวแล้วอ้อมกลับเป็นรูปเลขแปด
- 3.3 พันขึ้นไปโดยให้ผ้าเหลื่อมกันให้ลายขนานกัน
- 3.4 ระวังไม่ให้เกิดรอยย่น ไม่พันผ้าแน่นจนเกินไป โดยระวังไม่ให้ดึงผ้าในขณะที่พันผ้า
- 3.5 เมื่อสิ้นสุดการพัน พันรอบประมาณ 2-3 รอบ ตัดเข็มกลัดหรือผูกชายผ้าให้เรียบร้อย



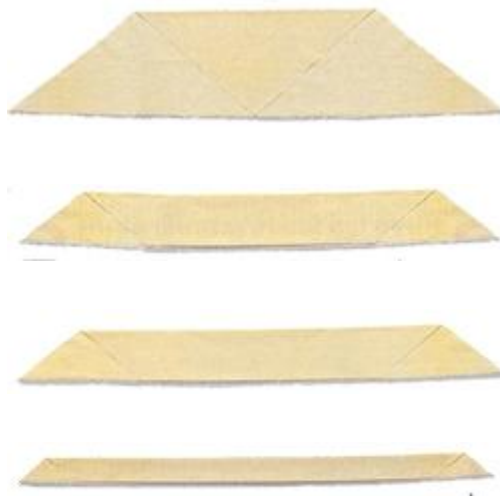
ภาพที่ 7.5 วิธีการพันผ้ารูปเลขแปด



ภาพที่ 7.6 วิธีการเก็บปลายผ้าพันแผล

### การใช้ผ้าสามเหลี่ยม (Triangular bandages)

การใช้ผ้าสามเหลี่ยม เมื่อมีบาดแผลต้องใช้ผ้าพันแผล ซึ่งขณะนั้นมีผ้าสามเหลี่ยม สามารถใช้ผ้าสามเหลี่ยมแทนผ้าพันแผลได้ โดยพับเก็บมุมให้เรียบร้อย และก่อนพันแผลต้องพับผ้าสามเหลี่ยมให้มีขนาดเหมาะสมกับบาดแผลและอวัยวะที่ใช้พัน



ภาพที่ 7.7 การพับผ้าสามเหลี่ยม

1. การคล้องแขน (Arm sling) ในกรณีที่มีกระดูกต้นแขนหัก หรือกระดูกปลายแขนหัก เมื่อตกแต่งบาดแผลและเข้าเฝือกชั่วคราวเรียบร้อยแล้ว จะคล้องด้วยผ้าสามเหลี่ยมตามลำดับดังนี้

1.1 วางผ้าสามเหลี่ยมให้มุมยอดของสามเหลี่ยมอยู่ใต้ข้อศอกข้างที่เจ็บ ให้ชายผ้าด้านพบพาดไปที่ไหล่อีกข้างหนึ่ง

1.2 จับชายผ้าด้านล่างตลบกลับขึ้นข้างบน ให้ชายผ้าพาดไปที่ไหล่ข้างเดียวกับแขนข้างที่เจ็บ

1.3 ผูกชายทั้งสองให้ปมอยู่ตรงร่องเหนือกระดูกไหปลาร้า

1.4 เก็บมุมสามเหลี่ยมโดยใช้เข็มกลัดติดให้เรียบร้อย



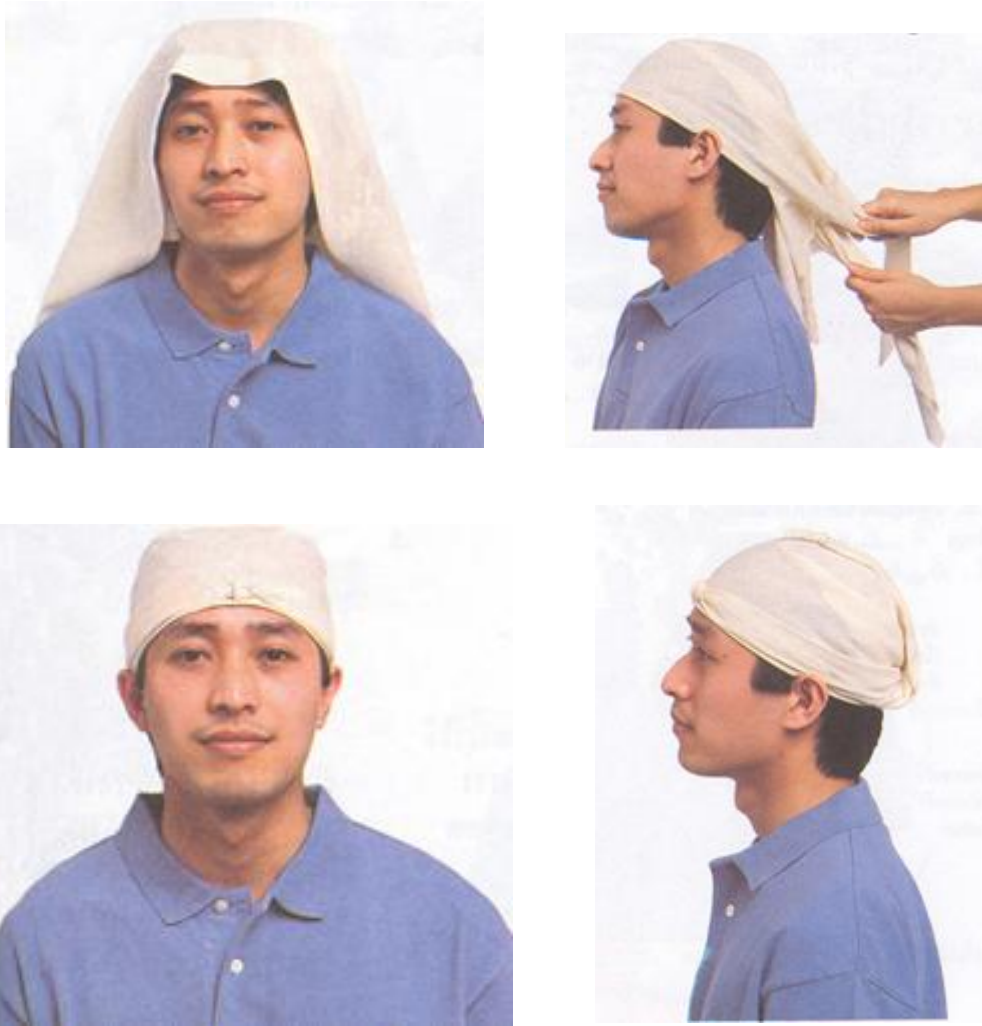
ภาพที่ 7.8 การใช้ผ้าสามเหลี่ยมคล้องแขน

2. การพันศีรษะ ซึ่งสะดวกและรวดเร็วกว่าใช้ผ้าพันแผลชนิดม้วน

2.1 วิธีใช้ผู้ปฐมพยาบาลต้องเริ่มต้นด้วยการพับด้านฐานสองทบกว้างประมาณ 2 นิ้ว

2.2 จากนั้นวางผ้าบนศีรษะผู้ป่วยโดยให้ด้านฐานอยู่เหนือหน้าผาก จับชายผ้าด้านข้างทั้งสองข้างสลับกันที่ด้านหลังศีรษะแล้วอ้อมผ่านบริเวณเหนือหูมาผูกตรงจุดกึ่งกลางหน้าผาก

2.3 ชายผ้าที่เหลืออยู่ด้านหลังศีรษะจับม้วนขึ้นและพับเหน็บให้เรียบร้อย



ภาพที่ 7.9 การใช้ผ้าสามเหลี่ยมพันศีรษะ

3. การพันมือ ใช้กรณีที่มีบาดแผลที่มือ ทำตามลำดับดังนี้
  - 3.1 วางมือที่บาดเจ็บลงบนผ้าสามเหลี่ยม จับมุมยอดของผ้าสามเหลี่ยมลงมาด้านฐานจรดบริเวณข้อมือ
  - 3.2 ท่อมือโดยจับชายผ้าทั้งด้านซ้ายและขวาไขว้กัน
  - 3.3 ผูกเงื่อนพิรอดบริเวณข้อมือ



ภาพที่ 7.10 การใช้ผ้าสามเหลี่ยมพันมือ

## เอกสารอ้างอิง

บริษัท พูล-เทค จำกัด. 2561. วิธีการปฐมพยาบาลเบื้องต้น ช่วยคนจมน้ำ ข้อควรรู้ที่เราอาจหลงลืม.

สืบค้นได้จาก <https://pooltech.co.th/blog/Health%20News/>. ค้นหาค้นหาเมื่อ 12 กันยายน 2562  
อมรรัตน์ ศุภมาศ. 2562. การช่วยเหลือเบื้องต้น สำหรับ 'คนจมน้ำ'. พยาบาลประจำโครงการปฏิบัติการช่วยฟื้น  
ชีวิต โครงการปฏิบัติการช่วยฟื้นชีวิต ภาควิชาอายุรศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี  
มหาวิทยาลัยมหิดล

เกษียร ภังคานนท์. 2523. การรักษาขั้นต้น.นิตยสารหมอชาวบ้าน เล่มที่: สืบค้นได้จาก

<https://www.doctor.or.th/article/detail/5472>. ค้นหาค้นหาเมื่อ 12 กันยายน 2562

อัมมี อาริยะ. 2562. การเคลื่อนย้ายผู้ป่วย.สืบค้นได้จาก [http://asmeeumee037.blogspot.com/p/blog-  
page\\_20.html](http://asmeeumee037.blogspot.com/p/blog-page_20.html) ค้นหาค้นหาเมื่อ 12 กันยายน 2562