



สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

การบาดเจ็บ จากไฟฟ้า

ดร.ณวรรณ ลุ่มลุ่ม

สารบัญ

	หน้า
คำนิยาม	(5)
คำนำ	(6)
สารบัญ	(7)
บทที่ 1 ทีมเวชศาสตร์การกีฬา	1
บทบาทและหน้าที่ของทีมเวชศาสตร์การกีฬา	2
บุคลากรในทีมเวชศาสตร์การกีฬา	5
✕ บทที่ 2 การตอบสนองของเนื้อเยื่อต่อการบาดเจ็บจากการกีฬา	11
กลไกการบาดเจ็บจากการกีฬา	12
การตอบสนองของเนื้อเยื่อต่อการบาดเจ็บ	17
การบาดเจ็บของส่วนต่างๆ ของร่างกาย	24
- เนื้อเยื่ออ่อน	24
: ผิวหนัง	24
: กล้ามเนื้อและเอ็นกล้ามเนื้อ	27
: ข้อต่อและเอ็นยึดข้อ	39
- กระดูก	47
- ระบบประสาท	55
บทที่ 3 การจัดการการบาดเจ็บจากการกีฬา	65
วิธีการในภาวะฉุกเฉินสำหรับนักกีฬาที่ได้รับการบาดเจ็บ	66
การบำบัดการบาดเจ็บจากการกีฬา	67
- การตรวจสัญญาณชีพ	67
- การช่วยชีวิตเบื้องต้น	71
- หลักการ (P) RICE (R)	73
- การทำแผล	74
- การระงับปวด	77

สารบัญ (ต่อ)

- การตาม	78
- การเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บ	80
- การพันผ้า	82
- การติดเทปกา	84
- การนวดทางการกีฬา	86
- การป้องกันการบาดเจ็บจากการเล่นกีฬา	98
- การเตรียมเครื่องมือปฐมพยาบาลสำหรับการกีฬา	107

บทที่ 4 การประเมินการบาดเจ็บจากการกีฬา	111
ข้อควรพิจารณาในการประเมินการบาดเจ็บจากการกีฬา	112
ความรู้หลักที่สำคัญต่อกระบวนการการประเมินการบาดเจ็บ	115
วิธีการประเมินการบาดเจ็บจากการกีฬา	118
- การสำรวจขั้นปฐมภูมิ	118
- การสำรวจขั้นทุติยภูมิ	119
: การซักประวัติเกี่ยวกับการบาดเจ็บ	120
: การสังเกต	123
: การตรวจร่างกาย	123

บทที่ 5 การบาดเจ็บบริเวณศีรษะและใบหน้า	133
การบาดเจ็บบริเวณศีรษะ	133
การบาดเจ็บบริเวณตา	148
การบาดเจ็บบริเวณจมูก	157
การบาดเจ็บบริเวณปากและฟัน	158
การบาดเจ็บบริเวณหู	161

บทที่ 6 การบาดเจ็บบริเวณไหล่ /	167
ทบทวนกายวิภาค	167
การป้องกันการบาดเจ็บบริเวณไหล่	175

สารบัญ (ต่อ)

ลักษณะ อาการ/อาการแสดง และการดูแลรักษาการบาดเจ็บบริเวณไหล่	176
การประเมินสภาพการบาดเจ็บบริเวณไหล่	185
บทที่ 7 การบาดเจ็บบริเวณข้อศอก, ข้อมือ และมือ	203
ทบทวนกายวิภาค	203
การป้องกันการบาดเจ็บบริเวณข้อศอก ข้อมือ และมือ	209
ลักษณะ อาการ/อาการแสดง และการดูแลรักษาการบาดเจ็บบริเวณ ข้อศอก ข้อมือ และมือ	210
การประเมินสภาพการบาดเจ็บบริเวณข้อศอก ข้อมือ และมือ	219
บทที่ 8 การบาดเจ็บบริเวณกระดูกสันหลัง,	231
ทบทวนกายวิภาค	231
การป้องกันการบาดเจ็บบริเวณกระดูกสันหลัง	236
ลักษณะ อาการ/อาการแสดง และการดูแลรักษาการบาดเจ็บบริเวณ กระดูกสันหลัง	237
การประเมินสภาพการบาดเจ็บบริเวณกระดูกสันหลัง	245
บทที่ 9 การบาดเจ็บบริเวณสะโพก และต้นขา >	253
ทบทวนกายวิภาค	253
การป้องกันการบาดเจ็บบริเวณสะโพกและต้นขา	260
ลักษณะ อาการ/อาการแสดง และการดูแลรักษาการบาดเจ็บบริเวณ สะโพกและต้นขา	261
การประเมินสภาพการบาดเจ็บบริเวณสะโพกและต้นขา	269
บทที่ 10 การบาดเจ็บบริเวณเข่า/	283
ทบทวนกายวิภาค	283
การป้องกันการบาดเจ็บบริเวณเข่า	291

สารบัญ (ต่อ)

ลักษณะ อาการ/อาการแสดง และการดูแลรักษาการบาดเจ็บบริเวณเข้า	293
การประเมินสภาพการบาดเจ็บบริเวณเข้า	304
บทที่ 11 การบาดเจ็บบริเวณขาส่วนล่าง ข้อเท้า และเท้า ✓	321
ทบทวนกายวิภาค	321
การป้องกันการบาดเจ็บบริเวณขาส่วนล่าง ข้อเท้า และเท้า	332
ลักษณะ อาการ/อาการแสดง และการดูแลรักษาการบาดเจ็บบริเวณ ขาส่วนล่าง ข้อเท้า และเท้า	334
การประเมินสภาพการบาดเจ็บบริเวณขาส่วนล่าง ข้อเท้า และเท้า	343
ภาคผนวก	
ภาคผนวก ก ท่าทางกายวิภาค (Anatomical position)	357
ภาคผนวก ข ระนาบของร่างกาย (Body planes)	358
ภาคผนวก ค หน้าที่และเส้นประสาทที่ไปเลี้ยงในแต่ละมัดของกล้ามเนื้อ	359
ภาคผนวก ง บาดแผลลักษณะต่าง ๆ	364
ภาคผนวก จ การเคลื่อนย้ายผู้บาดเจ็บ	366
ภาคผนวก ฉ การพันผ้า	368
ภาคผนวก ช การติดเทปกาว	370
ภาคผนวก ซ การνωดอวัยวะต่าง ๆ	373
ภาคผนวก ฌ การเสริมสร้างสมรรถภาพบริเวณไหล่	377
ภาคผนวก ญ การเสริมสร้างสมรรถภาพบริเวณศอก ข้อมือ และมือ	379
ภาคผนวก ณ การเสริมสร้างสมรรถภาพบริเวณหลัง	380
ภาคผนวก ณ การเสริมสร้างสมรรถภาพบริเวณสะโพกและต้นขา	381
ภาคผนวก ฐ การเสริมสร้างสมรรถภาพบริเวณเข้า	382
ภาคผนวก ท การเสริมสร้างสมรรถภาพบริเวณข้อเท้า	383
หนังสืออ้างอิง	385
ดัชนี	387
ประวัติผู้เขียน	397