



เอาตัวรอด ท่ามกลางฝูงชน



วิธีการลดความเสี่ยงจากสถานการณ์การชุมนุมของฝูงชนจำนวนมาก



1. ตั้งสติ พยายามทรงตัวไม่ให้ล้ม

2. ยกมือทั้ง 2 ข้าง ตั้งเป็นการ์ด
ป้องกันบริเวณทรวงอก และพยายามหายใจ



3. ไม่ทำตัวสวนกระแสของฝูงชน
ให้เดินไหลตามกระแสการเดินของฝูงชน

4. อยู่ห่างจากกำแพง ผนัง เสา
เพราะอาจจะทำให้ถูกดันติดอาคาร
จนเกิดการบาดเจ็บและหายใจไม่ออก



5. พยายามมองหาสัญลักษณ์
ป้ายทางออกฉุกเฉิน "EXIT"

6. เรียนรู้วิธีการปฐมพยาบาลเบื้องต้น
เพื่อช่วยเหลือ กรณีพบผู้ประสบเหตุ
หมดสติหรือหยุดหายใจ



แจ้งเหตุฉุกเฉิน
สถาบันการแพทย์ฉุกเฉินแห่งชาติ

โทร. **1669**



ข้อมูลโดย ผศ. พญ.วิจิตรา เลี้ยงสว่างวงศ์
ภาควิชาเวชศาสตร์ฉุกเฉิน คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี
มหาวิทยาลัยมหิดล

ศึกษาข้อมูลเพิ่มเติมจาก
https://stang.sc.mahidol.ac.th/lib-Infographic/Crowded_people.php

