



## ปิดเทอมเด็กปลอดภัย..

### Child Safety Camp ค่าย 10 ทักษะความปลอดภัยในเด็ก

ปิดเทอมเป็นเวลาวางเว้นจากการเรียนของเด็กๆ พ่อแม่ไม่ควรกำหนดให้ลูกต้องเรียนพิเศษอย่างเคร่งครัดเพิ่มเติมมากเกินไป ควรสนับสนุนให้เด็กๆ ได้พักผ่อน ออกกำลังกาย เข้าร่วมกิจกรรมที่สนุกสนานที่แฝงด้วยความรู้รอบตัวต่างๆ อย่างไรก็ตามต้องพึงสังวรถึงอันตรายต่างๆ ที่จะเกิดขึ้นได้ในช่วงสามเดือนอันตราย ความสนุกจะได้ไม่กลับกลายเป็นความเศร้าของเพื่อนๆนักเรียนที่ได้ยินข่าวร้ายในวันเปิดเทอม

#### 1. สี่เดือนอันตราย

อุบัติเหตุเป็นเหตุนำการตายในเด็กไทย ในแต่ละปีเด็กไทยอายุ 1-14 ปีจะเสียชีวิตด้วยอุบัติเหตุจำนวนกว่า 2500 รายต่อปี หรือ เฉลี่ย 200 รายต่อเดือน ในแต่ละปีพบว่าเดือนที่มีเด็กตายจากอุบัติเหตุสูงสุดคือเดือนเมษายน (เฉลี่ย 350 รายต่อเดือน) อันดับรองลงไปเป็นเดือนมีนาคม พฤษภาคม และตุลาคม ซึ่งเป็นช่วงปิดเทอมใหญ่และปิดเทอมกลางปีของเด็กๆ ดังนั้นช่วงปิดเทอมของเด็กๆนี้จึงเป็นช่วงเวลาแห่งความเสี่ยงที่พ่อแม่ และชุมชนจะต้องตระหนักและช่วยกันดูแลเด็กๆ

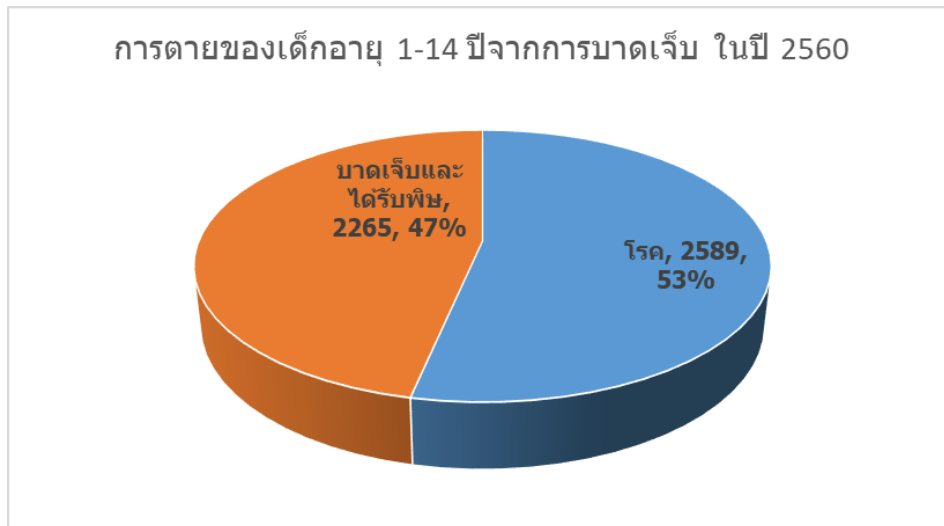
การตายของเด็กอายุน้อยกว่า 15 ปีจากอุบัติเหตุและความรุนแรง  
ย้อนหลัง 10 ปี จำนวน 32297 ราย



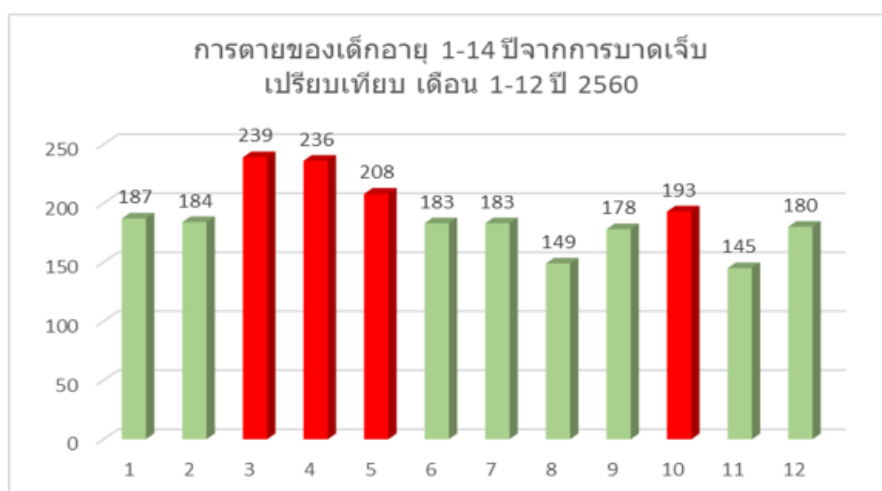
2. เด็กอายุ 4-12 ปี เป็นวัยที่มีความไวต่อการตายในช่วงปิดเทอมสูงกว่าเดือนอื่นๆ ของปี

- พบว่าเด็กที่มีความเสี่ยงเพิ่มขึ้นในช่วงปิดเทอมเมื่อเทียบกับเวลาอื่นๆ ของปีเป็นเด็กวัยตั้งแต่ 4 ปี ถึง 12 ปี

3. ในปี 2560 ร้อยละ 47 ของการตายในเด็กอายุน้อยกว่า 15 ปี เป็นการตายจากการบาดเจ็บ อุบัติเหตุ และ ความรุนแรง

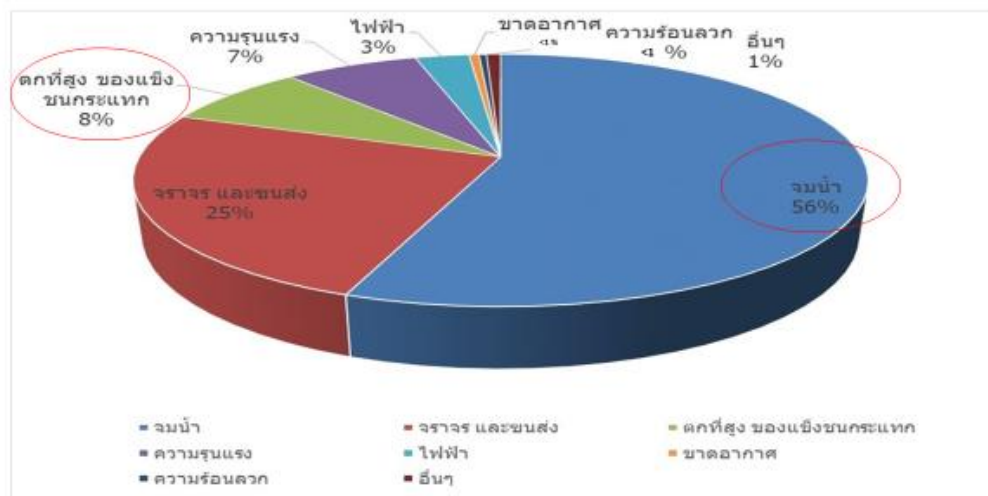


สาเหตุที่สำคัญพบว่าร้อยละ 33 หรือ 740 ราย ตายจากการจมน้ำ ร้อยละ 31 ตายจากภัยทางถนน หรือ 700 ราย ที่เหลือร้อยละ 36 ตายจากสาเหตุอื่นๆ ปิดเทอม 4 เดือนอันตรายยังคงเป็นสี่เดือนอันตรายสูงสุด



อย่างไรก็ตามข้อมูล 10 ปีในช่วงปิดเทอมมีสาเหตุการตายที่แตกต่างจากค่าเฉลี่ยทั้งปี ความแตกต่าง ได้แก่ ร้อยละ 56 ตายจากการจมน้ำ ร้อยละ 25 ตายจากภัยทางถนน ร้อยละ 8 ตายจากตกที่สูง ของแข็งชนกระแทก ร้อยละ 7 ตายจากความรุนแรง และร้อยละ 3 ตายจากไฟฟ้า

## สาเหตุการตายจากอุบัติเหตุและความรุนแรง ในช่วงปิดเทอมในเวลา 10 ปี



การตายส่วนใหญ่นั้นของเด็ก 4-12 ปีส่วนใหญ่ ตายในละแวกบ้าน ในบริเวณชุมชนในขณะที่เล่นกับเพื่อน

**จมน้ำ** เป็นการตายอันดับหนึ่ง แหล่งน้ำเสี่ยงจะอยู่ในละแวกชุมชนใกล้บ้านเด็ก เช่น บ่อ ขุด บ่อหรือสระน้ำใช้ชุมชน คลองหรือแม่น้ำในบริเวณชุมชน

**อุบัติเหตุจราจร** เป็นอันดับสองของการตาย สาเหตุมาจาก การขับขี่ ซ้อนมอเตอร์ไซด์ ในบริเวณละแวกบ้าน เด็กขี่ เด็กซ้อน อุกรถชนบริเวณชุมชน

**ตกที่สูง ของขนกระแทก** การพลัดตกหกล้มซึ่งทำให้เสียชีวิตจากการบาดเจ็บสมองและการแตกของอวัยวะภายใน สาเหตุที่สำคัญคือตกบันได หน้าต่าง ระเบียง หลังคา ต้นไม้ ชิงช้า แป้นบาส เสาศุฑบอล หรือเล่นของเล่นที่มีลูกล้อเช่นรอกเท้าสเก็ต สกูตเตอร์ในบริเวณที่ไม่เหมาะสม

การปีนป่ายโครงสร้างหนักที่ไม่ได้รับการติดตั้งอย่างมั่นคงจะทำให้เกิดการล้มทับ เป็นเหตุให้บาดเจ็บสมองหรือการแตกของอวัยวะภายในเสียชีวิตได้เช่น การปีนป่ายรั้วบ้าน แป้นบาส เสาศุฑบอล เครื่องเล่นในสนามเด็กเล่น

การสำรวจสนามเด็กเล่นของศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก โรงเรียนอนุบาล และโรงเรียนจำนวน 148 แห่ง มีโรงเรียนที่เห็นว่าน่าจะมีความปลอดภัยเพียง 4 โรงเรียน

พ่อแม่และชุมชนจะต้องตระหนักถึงอันตรายที่อาจเกิดได้รอบตัวเด็ก การดูแลเด็ก อายุต่ำกว่า 7 ปี ต้องดูแลอย่างใกล้ชิดเป็นหน้าที่ของผู้ปกครอง ตามมาตรฐานขั้นต่ำการดูแลเด็ก การตายของเด็กกลุ่มนี้เป็นความละเอียดของผู้ปกครอง

ขณะเดียวกัน การเตรียมพื้นที่เล่นปลอดภัยในบริเวณชุมชนให้กับเด็ก เป็นหน้าที่ที่สำคัญของผู้บริหารท้องถิ่น ผู้นำชุมชน การตายของเด็ก 7-12 ปีในพื้นที่ชุมชนมักพบความละเอียดของผู้บริหารท้องถิ่น หรือผู้ดูแลพื้นที่ (เช่นครูในพื้นที่โรงเรียน) ในการจัดการความปลอดภัยให้กับเด็กๆ ด้วยเสมอ เช่น ไม่จัดพื้นที่เล่นปลอดภัยสำหรับเด็ก พื้นที่เล่นของเด็กไม่แยก

เด็กออกจากถนน แหล่งน้ำ ไม่ตรวจสอบการติดตั้งเครื่องเล่นในสนามเด็กเล่นให้มั่นคง ไม่ตรวจสอบความปลอดภัยของสนามกีฬาเช่น แบดมินตัน เทนนิส สนามฟุตบอล ที่ใช้งานมานานหลายปี เป็นต้น

นอกจากนั้นชุมชนควรจัดผู้สอดส่องความปลอดภัยในเด็กที่เล่นนอกบ้าน แทนพ่อแม่ในช่วงปิดเทอม (พี่เลี้ยงชุมชน หรือ playgroup)

#### 4. ก่อน 10 ปี ต้องมี 10 อย่าง ในเด็กวัยเรียน (6-14+ปี)

เด็กวัยนี้สามารถเข้าใจคำอธิบายง่ายๆสำหรับการบาดเจ็บ ความเสี่ยง เด็กอายุ 8ปีสามารถแสดงถึงความสัมพันธ์เชิงพื้นที่ของสภาพแวดล้อมได้ สามารถสร้างแผนที่และแบบจำลองของสถานที่ที่คุ้นเคยเช่นเส้นทางจากบ้านมาโรงเรียน สภาพแวดล้อมรอบบ้านในชุมชน และระบุความเสี่ยงในบริเวณโดยรอบนั้นเช่น ถนน แหล่งน้ำ สนามเด็กเล่น ที่เปลี่ยวมืด เป็นต้น เด็กวัยนี้จึงเป็นวัยที่ต้องเรียนรู้ เข้าใจ และปฏิบัติตามกฎระเบียบของกลุ่ม ของสังคมให้ได้ เพื่อให้เกิดความปลอดภัยและสร้างกิจกรรมการมีส่วนร่วมของเด็กในการจัดการความปลอดภัย

ผู้ดูแลมักจะให้ได้สิทธิเด็กในการดูแลตัวเองมากขึ้น เด็กจะอยู่ในระยะที่ห่างจากผู้ดูแลมากขึ้น ผู้ดูแลไม่เห็นเด็กตลอดเวลาเหมือนเด็กปฐมวัย แต่ต้องรู้ว่าเด็กอยู่ที่ใดและต้องตรวจสอบเด็กเป็นระยะๆ อย่างไรก็ตามผู้ดูแลเด็ก/ชุมชน/หน่วยงานที่เกี่ยวข้องยังต้องพยายามจัดสิ่งแวดล้อมรอบตัวเด็กวัยนี้ให้ปลอดภัย เช่นการสร้างพื้นที่เล่นที่ปลอดภัย มีมาตรฐานของของเล่น เครื่องเล่น สนาม การสร้างทางเดินถนน ถนนจักรยานที่ปลอดภัย เป็นต้น ปัจจัยด้านอารมณ์รวมถึงผลตอบแทนจากภายนอก (การได้รับความนิยมนิยมชมเชยจากผู้ใหญ่และการยอมรับจากเพื่อน) และผลตอบแทนภายใน (ความพึงพอใจในการแสดงความสามารถของตน ทั้งในรูปแบบการแข่งขัน การแสดงออก การทำงานยากด้วยความอดทน) มีความสัมพันธ์กับความสามารถในการรับรู้ (Feigelman S, 2007) ในช่วงวัยรุ่นอายุ 12-13ปีขึ้นไป เด็กจะมีความคิดเชิงนามธรรมมากขึ้น สามารถเข้าใจแนวคิดเพื่อชุมชน สังคม สิ่งแวดล้อม เพื่อนร่วมโลก ได้

ทักษะความปลอดภัยในวัยนี้ 10 ประการได้แก่

- ทักษะการพูดคุยกับคนแปลกหน้า การปฏิเสธความใกล้ชิดและการสัมผัสไม่เหมาะสม อายุที่ต้องทำได้ 4-6 ปี
- ทักษะความปลอดภัยในบ้าน ของมีคม ของร้อน ไฟฟ้า สารพิษ ที่สูง ที่ลื่น ช่องรู เส้นสาย และสัตว์เลื้อย อายุที่ต้องทำได้ 4-6 ปี
- ทักษะความปลอดภัยทางน้ำ และการวิเคราะห์ความเสี่ยงในชุมชน อายุที่ต้องทำได้ 6-7 ปี (ทักษะความปลอดภัยทางน้ำเพื่อป้องกันการจมน้ำ 5 ประการ ได้แก่ รู้จุดเสี่ยง ลอยตัวได้ 3 นาที เคลื่อนตัวในน้ำได้ 15 เมตร ช่วยผู้อื่นโดยการตะโกน โยน ยื่น และใช้ชูชีพเมื่อต้องเดินทางทางน้ำ ที่อายุ 7 ปี หรือ ๗1 เป็นต้นไป)
- ทักษะการเดินทางถนนโดยลำพัง การขี่จักรยานอย่างปลอดภัย และการโดยสารรถยนต์ รถจักรยานยนต์อย่างปลอดภัย อายุที่ต้องทำได้ 6-7 ปี (พฤติกรรมการณ์

ไม่ซับซ้อนกว่าวัย โดยก่อนอายุ 15 ปี หรือ ไม่มีเด็กชั้นประถมศึกษาจนถึงมัธยม 3  
ซับซ้อนกว่าวัย ยนต์ พฤติกรรมการใส่หมวกนิรภัยเมื่อโดยสารรถจักรยานยนต์  
เริ่มที่อายุ 3 ปี หรือ อนุบาล1 เป็นต้นไป)

- ทักษะการเล่นของเล่น สนามเด็กเล่น กีฬา อย่างปลอดภัย อายุที่ต้องทำได้ 6-7 ปี
- ทักษะการใช้ไอที อย่างปลอดภัย อายุที่ต้องทำได้ 6-7 ปี (การส่งเสริมการใช้ไอทีของเด็กอย่างปลอดภัย ให้เด็กรู้-ยอมรับ-และใช้ ระบบการควบคุมสื่อ IT และระบบการรายงานสื่ออันตรายและการถูกรังแก เพื่อให้เกิดการใช้อย่างปลอดภัยจากภัย 5 ด้านได้แก่ ภัยจากการใช้นานจนเสียสุขภาพ โอกาสพัฒนาการ และเกิดอาการเสพติด ภัยจากการถูกผู้อื่นรังแกและการมีพฤติกรรมรังแกผู้อื่น ภัยจากการติดการใช้เนื้อหารุนแรงและเนื้อหาทางเพศจนพฤติกรรมเบี่ยงเบน ภัยจากการถูกล่อลวงทางการค้า)
- ทักษะการปฐมพยาบาล ทำแผล ตามหน่วยฉุกเฉิน รู้และร่วมฝึกซ้อมแผนภัยพิบัติ ชุมชนได้ อายุที่ต้องทำได้ 7-8 ปี
- ทักษะการกู้ชีพเบื้องต้น และเรียนรู้ความรับผิดชอบต่อสังคมในการมีส่วนร่วมในการกำจัดความเสี่ยงในระดับชุมชน อายุที่ต้องทำได้ 9-10 ปี
- ทักษะการข้ามถนน อายุที่ต้องทำได้ 9-10 ปี
- ทักษะ Home alone อายุที่ต้องทำได้ 10-12 ปี

สถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว มหาวิทยาลัยมหิดล และ ศูนย์วิจัยเพื่อความปลอดภัยในเด็ก คณะแพทยศาสตร์ รพ.รามาธิบดี พัฒนา โครงการนำร่องการฝึกพฤติกรรมหรือทักษะชีวิตสำหรับเด็กวัยเรียน “ก่อน 10 ปี ต้องมี 10 อย่าง” สำหรับเด็กในชนบท โรงเรียนที่ต้องการการสนับสนุน โดยการสนับสนุนของ สสส FEDEX Shell ได้ 30 โรงเรียน ยังต้องการ บริษัท ผู้ประกอบการ ที่ต้องการทำ CSR เพื่อการขยายผลวงกว้าง

สถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว มหาวิทยาลัยมหิดล และ ศูนย์วิจัยเพื่อความปลอดภัยในเด็ก คณะแพทยศาสตร์ รพ.รามาธิบดี ร่วมกับ คณะต่างๆ ในมหาวิทยาลัยมหิดล และ จังหวัดนครปฐม เปิดโครงการ “มหิดล..เมืองเพื่อการเรียนรู้พัฒนาเด็กและครอบครัว” ในเดือน มกราคม 2562 เพื่อเพิ่มพื้นที่ เด็กและครอบครัวในวันหยุดในการทำกิจกรรมร่วมกัน เรียนรู้ความรู้รอบตัว และ เรียนรู้การส่งเสริมพัฒนาการความคิดและพฤติกรรมของเด็ก ผ่านทรัพยากรและบุคลากรของมหาวิทยาลัยมหิดล

ในปีนี้ ประเทศไทยเป็นเจ้าภาพจัดงานประชุมใหญ่ระดับโลกว่าด้วยการป้องกันการบาดเจ็บและส่งเสริมความปลอดภัย ครั้งที่ ๑๓ (Safety 2018- The 13th World Conference on Injury Prevention and Safety Promotion) ระหว่างวันที่ ๕ - ๗ พฤศจิกายน ๒๕๖๑ ณ ศูนย์นิทรรศการและการประชุมแห่งชาติ ไบเทค บางนา กรุงเทพมหานคร

ภายใต้ Theme: Advancing Injury and Violence Prevention Towards SDGs ซึ่งจะเป็นเวทีของการพัฒนาองค์ความรู้ และความก้าวหน้าด้านวิชาการในการดำเนินงานด้านการป้องกันการบาดเจ็บและส่งเสริมความปลอดภัย และการสร้างงานวิจัยที่มีคุณภาพสูงทัดเทียมกับประเทศต่าง ๆ ทั่วโลก รวมถึงการบูรณาการการดำเนินงานกับพันธมิตรภาคีเครือข่ายต่าง ๆ ทั้งในระดับประเทศ และระหว่างประเทศ ในด้านการป้องกันการบาดเจ็บและส่งเสริมความปลอดภัย

รศ.นพ.อดิศักดิ์ ผลิตผลการพิมพ์

ผู้อำนวยการสถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว ม.มหิดล  
และ ศูนย์วิจัยเพื่อความปลอดภัยในเด็ก คณะแพทยศาสตร์ รพ.รามาธิบดี

ติดต่อ 081-6828772 , [adisak.pli@mahidol.ac.th](mailto:adisak.pli@mahidol.ac.th)

Line ID aplitponkarnpim