

การจมน้ำในเด็กไทย: ภัยใกล้ตัวที่ต้องป้องกัน

ว่าที่นางวาทรีหญิง พัชรี ราษีกฤษ

อาจารย์พยาบาล วิทยาลัยพยาบาลกองทัพอากาศ

จากสถานการณ์ในปัจจุบัน พบว่า ในทุกๆ ปีจะปรากฏข่าวหรือเรื่องราวเกี่ยวกับผู้ปกครองสูญเสียบุตรหลานจากการจมน้ำ ซึ่งเป็นเรื่องที่ไม่เคยมีใครคาดคิดว่าเหตุการณ์ดังกล่าวจะเกิดขึ้น กับบุคคลอันเป็นที่รักภายในครอบครัว แท้จริงแล้ว “การจมน้ำในเด็ก” เป็นเรื่องที่สามารถป้องกันได้ ถ้าเรามีความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับเรื่องการจมน้ำ ทั้งนี้ เพื่อป้องกันไม่ให้ครอบครัวใดต้องเผชิญกับความสูญเสียดังกล่าว



ที่มา: <https://www.chaophya.com>

การจมน้ำเป็นภัยเงียบที่เกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว ซึ่งเหตุการณ์ดังกล่าวสามารถเกิดขึ้นได้ โดยใช้เวลาเพียง 20-60 วินาที จากสถิติในการเสียชีวิตจากเหตุการณ์จมน้ำพบว่า ทั่วโลกมีผู้เสียชีวิตจากการจมน้ำประมาณ 236,000 รายต่อปี การจมน้ำเป็นสาเหตุอันดับที่ 3 ของการเกิดการบาดเจ็บ และนำไปสู่การเสียชีวิต โดยพบอัตราการจมน้ำสูงสุดในเด็ก สำหรับในประเทศไทยพบว่า การจมน้ำเป็นสาเหตุการเสียชีวิตอันดับ 1 ของเด็กไทยอายุต่ำกว่า 15 ปี จากข้อมูลในช่วง 10 ปีที่ผ่านมา (2555-2564) มีเด็กอายุต่ำกว่า 15 ปี จมน้ำเสียชีวิต 7,374 ราย เฉลี่ยปีละ 737 ราย หรือวันละ 2 ราย ซึ่งพบว่า ในปี 2564 เพียงปีเดียว มีเด็กอายุต่ำกว่า 5 ปี จมน้ำเสียชีวิต ถึง 219 ราย

ปัจจัยเสี่ยงในการจมน้ำ (Risk factors)

อายุ (Age) อายุเป็นปัจจัยเสี่ยงหลักที่ทำให้เกิดการจมน้ำ โดยพบอัตราการจมน้ำส่วนใหญ่ในเด็กช่วงอายุ 1-4 ปี รองลงมา คือ ช่วงอายุ 5-9 ปี ซึ่งพบว่าการจมน้ำเป็น 1 ใน 5 สาเหตุของการเสียชีวิตของเด็กในช่วงอายุ 5 – 14 ปี

เพศ (Gender) เพศชายจะมีความเสี่ยงในการจมน้ำมากกว่าเพศหญิง เนื่องจากเพศชายมีพฤติกรรมที่เสี่ยงที่ทำให้เกิดการจมน้ำ เช่น การชอบเล่นน้ำตามลำพัง โดยพบว่าอัตราการเสียชีวิตของเด็กจากการจมน้ำในเด็กชายมีอัตราการเสียชีวิตมากกว่าเด็กหญิงถึง 2 เท่า ทั้งนี้ ส่วนหนึ่งมาจากธรรมชาติของเด็กผู้ชายที่มีความโลดโผน อยากรู้ อยากรอง ประกอบกับความรู้เท่าไม่ถึงการณ์ จึงส่งผลให้เพิ่มความเสี่ยงในการจมน้ำ

การเข้าถึงแหล่งน้ำ (Access to water) การที่เข้าถึงแหล่งน้ำได้ง่ายหรืออยู่ใกล้แหล่งน้ำจะทำให้เพิ่มปัจจัยเสี่ยงในการจมน้ำ ยกตัวอย่างเช่น การที่เด็ก ๆ มีบ้านพักอาศัยอยู่ใกล้บริเวณบ่อน้ำ คูน้ำ หรือสระว่ายน้ำ จะเพิ่มช่องทางในการเข้าถึงแหล่งน้ำของเด็ก ๆ ส่งผลให้เพิ่มปัจจัยเสี่ยงในการจมน้ำ

ปัจจัยเสี่ยงอื่นๆ (Other risk factors)

1. คนทั่วไปหรือผู้ปกครอง ขาดความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการจมน้ำ หรือหลักความปลอดภัยทางน้ำ
2. ผู้ปกครองขาดความระมัดระวังในการดูแลเด็กอย่างใกล้ชิด หรือปล่อยให้เด็กอยู่ตามลำพังในที่ที่รอบๆ ตัวของเด็กมีน้ำ หรืออยู่ใกล้แหล่งน้ำ
3. การที่ผู้ปกครองหรือผู้ดูแลเด็ก ต้มเครื่องต้มแอลกอฮอล์หรือการรับประทานยาบางชนิด เช่น ยาแก้ปวด ซึ่งมีผลทำให้ความสามารถในการดูแลลดลง
4. การเดินทางท่องเที่ยวทางน้ำในสถานที่ที่ไม่คุ้นเคย หรือการท่องเที่ยวในสถานที่ที่มีลักษณะเสี่ยงในการจมน้ำ
5. การไม่ปฏิบัติตามกฎระเบียบ ข้อปฏิบัติที่กำหนดไว้ในเรื่องเกี่ยวกับความปลอดภัยทางน้ำ หรือในการทำกิจกรรมทางน้ำ เช่น การไม่สวมเสื้อชูชีพ การลงเล่นน้ำในพื้นที่ห้ามเล่นน้ำ

สาเหตุการจมน้ำในเด็ก

1. เกิดจากการพลอเรือชั่วขณะของผู้ปกครองหรือผู้ดูแลเด็ก เช่น รับโทรศัพท์ เปิด-ปิดประตูบ้าน ทำกับข้าว ซึ่งบางครั้งไม่คิดว่า แหล่งน้ำในภาชนะในบ้านจะทำให้เด็กจมน้ำได้ เนื่องจากเด็กเล็ก มีการทรงตัวไม่ดี จึงทำให้ล้มในท่าศีรษะที่มลงได้ เด็กเล็กสามารถจมน้ำเสียชีวิตได้ในแหล่งน้ำที่มีระดับ ความสูงเพียง 1-2 นิ้ว
2. เด็กไปเล่นน้ำทั้งที่ว่ายน้ำไม่เป็น หรือการเล่นน้ำแบบผาดโผน เช่น กระโดดจากที่สูงหรือเล่นกับเพื่อนแบบรู้เท่าไม่ถึงการณ์ เป็นเหตุให้เกิดการเสียชีวิตได้
3. เด็กที่ว่ายน้ำได้แต่ยังไม่ชำนาญ เช่น ในสระว่ายน้ำมีความลึกหรือความลาดชันไม่เท่ากัน หรือกรณีที่เล่นน้ำในทะเล อาจถูกน้ำและคลื่นพัดพา ถูกคลื่นกระแทกแล้วถูกดึงโดยคลื่นใต้น้ำ ทำให้เกิดบาดเจ็บและจมน้ำเสียชีวิต
4. เด็กว่ายน้ำไม่เป็นจมน้ำหรือสำลักน้ำ จากความรู้เท่าไม่ถึงการณ์โดยไม่รู้จักวิธีการช่วยเหลือและลงไปช่วย

เพื่อนที่กำลังจะจมน้ำ ทำให้เกิดการจมน้ำ ทั้งผู้จมน้ำและผู้ช่วยเหลือ

5. เด็กเล่นน้ำในบริเวณห้ามเล่น หรือไม่ปฏิบัติตามคำเตือน หรือข้อปฏิบัติที่กำหนดในสถานที่เล่นดังกล่าว จึงทำให้เกิดอุบัติเหตุได้รับบาดเจ็บจากการจมน้ำ และอาจเสียชีวิต

6. ผู้ปกครอง หรือผู้ดูแลเด็ก ปล่อยให้เด็กอยู่ตามลำพังในช่วงเวลาที่ทำกิจกรรมบางอย่างเพียงระยะเวลาสั้นๆ เช่น เข้าห้องน้ำ คุยโทรศัพท์ ทำกับข้าว เป็นต้น

7. ผู้ปกครอง หรือผู้ดูแลเด็ก ไม่มีการจัดการแหล่งน้ำเสี่ยงที่อยู่ในบ้าน เช่น ไม่เทน้ำทิ้งจากกะละมังหรือถังน้ำหลังเลิกใช้งาน

8. ชุมชนขาดการจัดการแหล่งน้ำเสี่ยงที่มีอยู่ในชุมชน เช่น การติดป้ายคำเตือน การสร้างรั้ว หรืออุปกรณ์ช่วยคนตกน้ำ

9. เด็กไม่มีความรู้เรื่องความปลอดภัยทางน้ำ เช่น ว่ายน้ำตามลำพัง ไม่ปฏิบัติตามป้ายเตือน ไม่ใส่เสื้อชูชีพ

สถานที่ที่ทำให้เด็กเสี่ยงต่อการจมน้ำ

1. ภายในบ้าน ได้แก่ อ่างอาบน้ำ กะละมัง โถงน้ำ ถังน้ำ และสระว่ายน้ำยาง
 2. รอบๆ บ้าน ได้แก่ แอ่งน้ำขัง ท่อระบายน้ำ บ่อน้ำโยก อ่างเลี้ยงปลา แหล่งน้ำใต้ถุนบ้าน
 3. ชุมชน ได้แก่ สระว่ายน้ำ บ่อน้ำ สระน้ำเพื่อการเกษตร น้ำตก แม่น้ำลำคลอง อ่างเก็บน้ำ เขื่อน และทะเล
- จากรายงานการสำรวจ พบว่าการจมน้ำในเด็ก เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นจะเกิดตามแหล่งน้ำธรรมชาติมากที่สุด รองลงมา คือ สระว่ายน้ำและอ่างอาบน้ำ สำหรับในเด็กเล็ก (อายุ 0 - 2 ปี) พบการจมน้ำเสียชีวิต ส่วนใหญ่เกิดจากการจมน้ำภายในบ้าน และละแวกบ้านของตนเอง

การป้องกันการจมน้ำ (Drowning Prevention)

1. การติดตั้งสิ่งกีดขวางระหว่างเด็กและแหล่งน้ำ เช่น การทำคอกกั้นเด็กเล็กที่มีมั่นคง แข็งแรง ไล่มีความสูงเพียงพอไม่让孩子สามารถปีนออกมาได้ การล้อมรั้วสระว่ายน้ำทั้ง 4 ด้าน พร้อมมีสลักยึดประตูและสามารถปิดกลับด้วยตัวเองได้ โดยรั้วของสระว่ายน้ำที่ล้อมรอบ ควรมีความสูงที่เหมาะสม ที่ทำให้เด็กไม่สามารถปีนข้ามได้

2. การควบคุมแหล่งน้ำที่จะก่อให้เกิดความเสี่ยงในการจมน้ำ หรือจัดการกับความเสี่ยนั้น เช่น การเทน้ำในกะละมังเมื่อไม่ใช้งาน คว่ำถังซักผ้าหลังใช้เสร็จ การปิดคลุมบ่อเก็บน้ำหรือถังน้ำ การเทน้ำออกจากภาชนะเมื่อไม่ใช้ การครอบปิดและเก็บรักษาแหล่งน้ำเหล่านี้ให้ดี สามารถป้องกันการจมน้ำได้

3. **ดูแลระดับสระวังเด็ก ๆ ในช่วงก่อนวันเรียนอย่างใกล้ชิด** ผู้ปกครองจะต้องดูแลบุตรหลานอย่างใกล้ชิด โดยเฉพาะเด็กในช่วงก่อนวัยเรียน เพราะเด็กในวัยนี้ แม่น้ำเพียงเล็กน้อยอาจทำให้เด็กเกิดการจมน้ำได้ เช่น น้ำในอ่าง หรือในกะลั่งมั่ง และหลีกเลี่ยงการทำกิจกรรมที่อาจจะทำให้เกิดการละเลยในการดูแลบุตรหลาน เช่น การคุยโทรศัพท์ การอ่านหนังสือ หรือการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เป็นต้น

4. **สอนทักษะในการว่ายน้ำขั้นพื้นฐานให้แก่เด็ก** หนึ่งในวิธีที่ดีที่สุดที่จะช่วยให้เด็ก ๆ หรือบุตรหลานปลอดภัยจากการจมน้ำ คือการสอนให้เด็ก ๆ มีทักษะในการว่ายน้ำ เพื่อที่จะสามารถช่วยเหลือตนเองได้เบื้องต้นเมื่อตกน้ำ ในเด็กช่วงวัยเรียน ควรสอนให้เด็กมีทักษะในการว่ายน้ำขั้นพื้นฐานเพื่อสามารถที่จะช่วยชีวิตตนเองได้ เช่น การลอยตัว วิธีการเคลื่อนไหวในน้ำ รวมทั้งสอนเรื่องหลักความปลอดภัยทางน้ำ ซึ่งพบว่า การที่เด็ก ๆ สามารถว่ายน้ำได้จะสามารถช่วยลดความเสี่ยงในการจมน้ำได้ถึง 88 เปอร์เซ็นต์



ที่มา: <http://www.jiameng.cn/xm/aoshengq>

5. **ผู้ปกครองหรือผู้ดูแลไม่ควรปล่อยให้เด็ก ๆ หรือบุตรหลานของท่านอยู่ตามลำพัง** เมื่อเด็ก ๆ หรือบุตรหลาน จะต้องทำกิจกรรมที่มีเกี่ยวข้องกับน้ำ หรือกิจกรรมที่ทำอยู่ในบริเวณที่มีน้ำอยู่รอบ ๆ ครอบครัวยหรือผู้ปกครองจะต้องดูแลบุตรหลานอย่างใกล้ชิด และมีกฎระเบียบข้อปฏิบัติ ว่าสามารถทำกิจกรรมหรือเล่นได้ ในบริเวณใดบ้าง

6. **กำหนดแบบแผนหรือหลักเกณฑ์ในการดูแลเด็ก ๆ หรือบุตรหลาน** ผู้ใหญ่หรือผู้ปกครอง ควรมีการกำหนดตารางเวลา หรือแบบแผนในการทำกิจกรรมของเด็ก ๆ หรือบุตรหลาน เช่น กำหนดระยะเวลาในการเล่น หรือการว่ายน้ำของเด็ก ๆ ครั้งละประมาณ 15 นาที เพื่อผู้ปกครองจะได้สามารถดูแลบุตรหลานได้อย่างไม่คลาดสายตา

7. การสวมเสื้อชูชีพ เมื่อเด็กๆ หรือบุตรหลานต้องทำกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับน้ำหรือแหล่งน้ำ เช่น การท่องเที่ยวทางน้ำ การเล่นน้ำในทะเลหรือในสระว่ายน้ำ ควรสวมเสื้อชูชีพทุกครั้ง รวมทั้ง ผู้ปกครองควรตรวจสอบให้มั่นใจว่าเด็ก ๆ มีการสวมเสื้อชูชีพได้อย่างถูกต้อง การสวมเสื้อชูชีพจะสามารถช่วยเหลือกรณีที่เด็กยังว่ายน้ำได้ไม่คล่อง



ที่มา: <https://www.babyswimmingthailand.com>

8. จัดให้มีสถานที่ปลอดภัยสำหรับเด็กเล็กก่อนวัยเรียน ซึ่งต้องอยู่ห่างจากแหล่งน้ำ

ในสถานรับเลี้ยงเด็กก่อนวัยเรียน จะต้องเป็นสถานที่ ที่ได้มาตรฐาน มีสภาพแวดล้อมที่สะอาด มีแสงสว่างที่เพียงพอ มีการถ่ายเทอากาศที่ดี มีสุขอนามัยที่ดี และที่สำคัญต้องมีความปลอดภัย โดยมีการควบคุมทางเข้าออกด้วยการติดตั้งสิ่งกีดขวางที่ประตู เพื่อไม่ให้เด็กออกจากห้องได้ด้วยตัวเอง ลดการที่เด็กจะเข้าถึงแหล่งน้ำ จึงสามารถป้องกันการจมน้ำได้

9. การกำหนดพื้นที่ปลอดภัยให้เด็ก โดยผู้ปกครองหรือผู้ดูแลเป็นผู้กำหนดพื้นที่ปลอดภัยให้เด็ก ว่าเด็กสามารถเล่นได้บริเวณใดบ้าง เช่น เล่นได้ภายในบ้าน หรือบริเวณรอบ ๆ บ้านในระยะแค่นั้น ซึ่งวิธีนี้จะช่วยให้สามารถกำกับดูแลบุตรหลานได้อย่างทั่วถึงมากขึ้น ป้องกันการจมน้ำได้

10. ควรรู้วิธีการปฐมพยาบาลฟื้นคืนชีพเบื้องต้นในผู้ที่หยุดหายใจหรือหัวใจหยุดเต้น (Cardio Pulmonary Resuscitation: CPR) จากการจมน้ำ กรณีที่เด็กหรือบุตรหลานของท่านเกิดการจมน้ำ ผู้ปกครองหรือผู้ดูแลควรรู้วิธีการช่วยเหลือ และการปฐมพยาบาลเพื่อช่วยฟื้นคืนชีพเบื้องต้น เพื่อที่จะสามารถช่วยเหลือบุตรหลานของท่านได้อย่างทันท่วงที

11. การส่งเสริมให้ชุมชนเข้ามามีส่วนร่วม ได้แก่ มีการเฝ้าระวังและแจ้งเตือนภัยในชุมชน (เช่น ประกาศเสียงตามสาย คอยตักเตือนเมื่อเห็นเด็กเล่นน้ำตามลำพัง) จัดการแหล่งน้ำเพื่อให้เกิดความปลอดภัย จัดให้มีอุปกรณ์ช่วยคนตกน้ำไว้บริเวณแหล่งน้ำเสี่ยง มีมาตรการหรือกฎระเบียบในชุมชน หาพื้นที่เล่นแห่งใหม่ให้กับเด็ก

โดยหลีกเลี่ยงไม่让孩子เข้าถึงแหล่งน้ำเสี่ยง รวมทั้ง สอนให้คนในชุมชนรู้จักวิธีการช่วยเหลือคนตกน้ำหรือจมน้ำเบื้องต้น และวิธีการปฐมพยาบาลเด็กจมน้ำที่ถูกรื้อ (***) โดยเน้นว่าห้ามจับเด็กที่จมน้ำอุ้มพาดบ่า แต่ให้ใช้วิธีการเป่าปากและนวดหัวใจ (***)



ที่มา: [https:// www.Thaincd.com](https://www.Thaincd.com)

การช่วยเหลือเด็กจมน้ำ

1. โทรศัพทแ่จ้งทีมแพทย์กู้ชีพที่หมายเลข 1669 หรือหน่วยพยาบาลใกล้เคียงโดยเร็วที่สุด
2. จับคนจมน้ำนอนบนพื้นราบ แห้ง และแข็ง พร้อมตรวจดูว่าคนจมน้ำรู้สึกตัวหรือไม่
 - 2.1 กรณีรู้สึกตัว ให้เซ็ดตัวให้แห้ง ห่มผ้าเพื่อให้ความอบอุ่นแก่ร่างกาย และนำส่งโรงพยาบาล
 - 2.2 ไม่รู้สึกตัวให้ช่วยหายใจโดยการเป่าปาก 2 ครั้ง และกดหน้าอก 30 ครั้ง โดยกดให้ยุบประมาณ 1 ใน 3 ของความหนาของหน้าอก ความเร็วอย่างน้อย 100 ครั้งต่อนาที ทำสลับกันไปจนกว่าคนจมน้ำจะรู้สึกตัวและหายใจได้เอง หรือจนกว่ารถทีมแพทย์กู้ชีพจะมาถึง และนำส่งโรงพยาบาลทันที

กฎของความปลอดภัยขั้นพื้นฐานในการทำกิจกรรมทางน้ำ

1. ไม่ว่ายน้ำคนเดียว เมื่อใดที่จะลงเล่นน้ำ หรือทำกิจกรรมทางน้ำใกล้ๆ แหล่งน้ำให้แน่ใจว่า มีคนอื่น ๆ อยู่ด้วยใกล้ๆ บริเวณนั้น ๆ
2. ลอยตัว รอความช่วยเหลือ เมื่อตกอยู่ในอันตรายทั้งสติให้สติไม่ตื่นตระหนก หาอุปกรณ์ เกาะพยุงตัว โบกมือ ร้องขอความช่วยเหลือ
3. ถ้าจะช่วยคนตกน้ำให้เลือกช่วยด้วยวิธียื่นหรือโยนสิ่งของลอยน้ำให้คนตกน้ำจับ การกระโดดลงน้ำไปช่วยเป็นการช่วยที่เสี่ยง อาจจะทำให้เกิดความไม่ปลอดภัยได้
4. ว่ายน้ำในเขตสำหรับว่ายน้ำ และมีเจ้าหน้าที่ไลฟ์การ์ดดูแลความปลอดภัยทางน้ำ (Lifeguard)

5. ไม่ลงเล่นน้ำ หรือว่ายน้ำในเวลากลางคืน หรือเวลาที่เราอดนอน เหนื่อย อ่อนเพลีย เป็นต้น
6. เมื่อต้องการจะว่ายน้ำในระยะไกล ๆ ให้ว่ายน้ำนานชายฝั่งหรือชายตลิ่ง
7. ถ้าจะต้องทำกิจกรรมทางน้ำ ริมน้ำ หรือในน้ำ ต้องเตรียมการป้องกัน อุปกรณ์ การช่วยเหลือสำหรับตนเองและผู้อื่น เช่น เสื้อชูชีพ ห่วงชูชีพ ไม้สำหรับยื่นเชือก
8. ถ้าหากจำเป็นต้องใช้เสื้อชูชีพ ให้สวมใส่ก่อนทำกิจกรรมเสมอ
9. ปฏิบัติตามระเบียบของสระว่ายน้ำ



ที่มา: <https://www.dusit.ac.th>



ที่มา: <https://www.dusit.ac.th>

เอกสารอ้างอิง

- กระทรวงสาธารณสุข กรมควบคุมโรค. (2565). *การเสียชีวิตจากการจมน้ำของเด็กอายุต่ำกว่า 15 ปี ประเทศไทย ค่าเฉลี่ย 10 ปี (ปี พ.ศ. 2554-2563) เปรียบเทียบกับ ปี พ.ศ. 2564*. สืบค้นเมื่อวันที่ 13 กันยายน 2565. จาก [https:// www.thaincd.com](https://www.thaincd.com).
- กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. (2561). *เด็กจมน้ำ ป้องกันได้*. สืบค้นเมื่อวันที่ 13 กันยายน 2565. จาก [https:// www.multimedia.anamai.moph.go.th](https://www.multimedia.anamai.moph.go.th).
- สำนักข่าวไทย. (2022). กรมควบคุมโรค แนะนำวิธีปฐมพยาบาลเบื้องต้น เด็กจมน้ำ. สืบค้นเมื่อวันที่ 14 กันยายน 2565. จาก <https://tna.mcot.net>.
- สำนักโรคไม่ติดต่อ (กลุ่มป้องกันการบาดเจ็บทั่วไป) กรมควบคุมโรค. (2562). *สถานการณ์เด็กจมน้ำปี พ.ศ. ๒๕๖๑ และมาตรการป้องกัน*. สืบค้นเมื่อวันที่ 14 กันยายน 2565. จาก <https://ddc.moph.go.th>.
- สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ. *คู่มืออบรมเชิงปฏิบัติการ เรื่อง การช่วยชีวิตทางน้ำ Life Saving*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด.
- สำนักงานโรคไม่ติดต่อ กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข. (2561). *คู่มือปฏิบัติการ : การป้องกันการจมน้ำ*. นนทบุรี: บริษัทร่าไทยเพรส จำกัด.
- Centers for Disease Control. (2018). *Drowning Rates on the Rise During the Pandemic*. สืบค้นเมื่อวันที่ 10 กันยายน 2565. จาก <https://www.stopdrowningnow.org/drowning-statistics>.
- Centers for Disease Control. (2018). *FACTS & STATS ABOUT DROWNING*. สืบค้นเมื่อวันที่ 10 กันยายน 2565. จาก <https://www.stopdrowningnow.org/drowning-statistics>.
- World Health Organization (2022). *Drowning*. สืบค้นเมื่อวันที่ 10 กันยายน 2565. จาก <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/drowning>.
- รูปการจมน้ำในเด็ก. สืบค้นเมื่อวันที่ 16 กันยายน 2565. จาก <https://www.chaophya.com>
- รูปการสอนว่ายน้ำในเด็ก. สืบค้นเมื่อวันที่ 16 กันยายน 2565. จาก <http://www.jiameng.cn/xm/aoshenq>
- รูปการสวมชูชีพในเด็ก. สืบค้นเมื่อวันที่ 16 กันยายน 2565. จาก <https://www.babyswimmingthailand.com>
- รูปการปฐมพยาบาลเด็กที่จมน้ำ. สืบค้นเมื่อวันที่ 18 กันยายน 2565. จาก [https:// www.Thaincd.com](https://www.Thaincd.com)
- รูปความปลอดภัยทางน้ำ. สืบค้นเมื่อวันที่ 18 กันยายน 2565. จาก <https://www.dusit.ac.th>