



การฝึกอบรมเพื่อความป ลอดภัยโดยโทร 119

119 안전교육

โปรดแจ้งที่อยู่ของคุณเมื่อโทร 119

ที่อยู่บ้านของคุณ _____



CONTENTS

01	공통	위급할 땐 119에 신고해요
02	화재 안전 ①	불이 나면 대피해요
03	화재 안전 ②	소화기 사용법을 알아보아요
04	화재 안전 ③	점검하는 습관으로 화재를 예방해요
05	생활 안전 ①	기본을 지키면 모두가 안전해요
06	생활 안전 ②	안전장비가 근로자의 안전을 지켜줘요
07	생활 안전 ③	산업 현장 안전사고의 예방수칙을 알아보아요
08	생활 안전 ④	농기구 안전사고 예방수칙을 알아보아요
09	생활 안전 ⑤	야외 활동, 안전하게 즐겨요
10	자연 재난 ①	우리를 위협하는 재난, 미리 대비해요
11	자연 재난 ②	자연 재난, 이렇게 대처해요
12	응급처치 ①	빠른 응급처치가 생명을 살려요
13	응급처치 ②	상황별 응급처치법을 알아보아요
14	안전한 한국 생활	위급할 때 필요한 긴급 정보를 알아보아요

CONTENTS

01	ข้อมูลทั่วไป	โทร 119 เมื่อเกิดเหตุฉุกเฉิน
02	ความปลอดภัยในกรณีเกิดอัคคีภัย ①	การอพยพเมื่อเกิดอัคคีภัย
03	ความปลอดภัยในกรณีเกิดอัคคีภัย ②	เรียนรู้วิธีใช้ถังดับเพลิง
04	ความปลอดภัยในกรณีเกิดอัคคีภัย ③	ป้องกันอัคคีภัยโดยการตรวจเช็คเป็นประจำ
05	ความปลอดภัยในชีวิต ①	ทุกคนปลอดภัยโดยการปฏิบัติตามขั้นตอนพื้นฐาน
06	ความปลอดภัยในชีวิต ②	อุปกรณ์นิรภัยเพื่อช่วยให้พนักงานปลอดภัย
07	ความปลอดภัยในชีวิต ③	เรียนรู้วิธีป้องกันอุบัติเหตุด้านความปลอดภัยในโรงงานอุตสาหกรรม
08	ความปลอดภัยในชีวิต ④	เรียนรู้วิธีป้องกันอุบัติเหตุตอนใช้เครื่องมือทำฟาร์ม
09	ความปลอดภัยในชีวิต ⑤	สนุกกับกิจกรรมกลางแจ้งอย่างปลอดภัย
10	ภัยพิบัติทางธรรมชาติ ①	เตรียมรับมือภัยพิบัติที่อาจคุกคามเรา
11	ภัยพิบัติทางธรรมชาติ ②	รับมือกับภัยธรรมชาติโดยใช้วิธีนี้
12	การปฐมพยาบาล ①	การปฐมพยาบาลเบื้องต้นเพื่อช่วยชีวิต
13	การปฐมพยาบาล ②	เรียนรู้วิธีปฐมพยาบาลในแต่ละสถานการณ์
14	ใช้ชีวิตอย่างปลอดภัยในเกาหลี	ค้นหาข้อมูลการติดต่อที่คุณต้องใช้ในสถานการณ์ฉุกเฉิน

소방안전교육! 다시 여러분 곁으로 찾아갑니다.

코로나19 팬데믹 시대에 소방안전교육은 비대면 방식으로 추진하면서 잠시 많은 교육이 이루어지지 못하였습니다. 화재 등 재난은 언제 어디서나 국민의 생명과 안전한 생활을 위협하고 있습니다. 그중에는 미리 예방할 수 있는 사고도 있었고 충분히 대응할 수 있었음에도 불의의 사고로 이어진 사례도 많았습니다. 특히, 어르신이나 장애인, 다문화가족 등 재난에 취약한 국민들은 사고 발생 시 신체적인 제약으로 스스로 자신의 안전을 지키지 못해 사고를 당하는 사례도 있었습니다. 이에 우리 소방청은 안전에 대한 핵심 정보만 엄선하고 엮어 취약계층 소방안전교재인 「119 안전교육」 교재를 제작하였습니다.

각 교재는 어르신, 장애인, 다문화가족 대상으로 현장과 전문가의 의견을 반영해 꼭 필요한 맞춤형 정보로 화재 안전, 생활 안전, 재난 안전 그리고 응급처치의 4대 분야의 안전정보를 구성 하였습니다.

본 교재를 가까이 두고 수시로 보면 위급할 때 핵심적인 대응 방법을 바로 따라 할 수 있습니다. 더불어 본 교재에 미처 수록하지 못한 다양한 정보는 여러분 곁으로 다시 찾아가는 소방안전 강사님들을 통해 완전한 정보로 완성될 수 있으니 가까운 소방관서에 방문하시어 체험을 통한 교육도 받아 보시기 바랍니다.

การฝึกอบรมเพื่อความปลอดภัยจากอัคคีภัย เหตุการณ์แบบนี้อาจเกิดขึ้นกับคุณอีก

เราไม่สามารถจัดฝึกอบรมเพื่อความปลอดภัยเกี่ยวกับอัคคีภัยในช่วงที่โควิดระบาดได้บ่อยครั้งนัก เนื่องจากการสอนควรเป็นแบบเห็นหน้า ภัยพิบัติจากอัคคีภัยมักจะส่งผลเสียต่อชีวิตและความปลอดภัยของผู้คนได้ตลอดเวลาและทุกสถานที่ ในบางกรณี เราสามารถป้องกันอัคคีภัยได้ล่วงหน้า และในบางกรณีเกิดขึ้นจากอุบัติเหตุที่ไม่คาดหมาย อย่างไรก็ตาม เราสามารถรับมือกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นอย่างเหมาะสมได้ โดยเฉพาะผู้ที่มีความเสี่ยงอาจเจอกับภัยพิบัติต่างๆ ได้มากกว่าคนทั่วไป อาทิ ผู้สูงอายุ ผู้พิการ และครอบครัวพหุวัฒนธรรม เป็นต้น

เนื่องจากพวกเขาไม่สามารถปกป้องตนเองเนื่องจากข้อจำกัดทางด้านสภาพร่างกายตอนที่เกิดอุบัติเหตุขึ้นมา ด้วยเหตุนี้ กรมป้องกันอัคคีภัยแห่งชาติจึงจัดทำ คู่มือ "การฝึกอบรมเพื่อความปลอดภัยโดยโทร 119" ขึ้นมา ซึ่งเป็นคู่มือเพื่อความปลอดภัยจากอัคคีภัยสำหรับกลุ่มผู้มีความเสี่ยงในสังคม โดยการคัดสรรข้อมูลหลักๆ เกี่ยวกับความปลอดภัยเท่านั้นมานำเสนอ

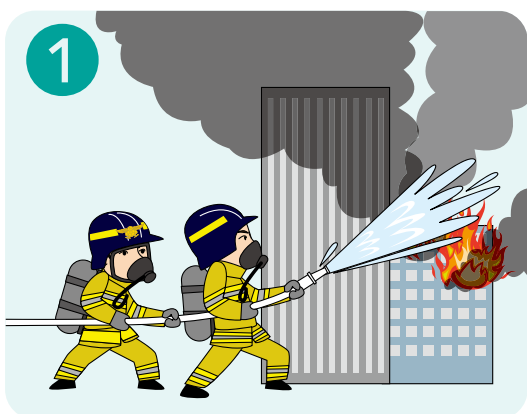
คู่มือแต่ละเล่มประกอบด้วยข้อมูลด้านความปลอดภัยสี่เรื่องหลักๆ คือ ความปลอดภัยเกี่ยวกับอัคคีภัย ชีวิต ภัยพิบัติ และการปฐมพยาบาลเบื้องต้นเพื่อจัดสรรข้อมูลที่เฉพาะเจาะจงสำหรับผู้สูงอายุ ผู้พิการ และครอบครัวพหุวัฒนธรรมที่สอดคล้องกับความเห็นจากเจ้าหน้าที่ภาคสนามและผู้เชี่ยวชาญ

เราขอแนะนำให้วางคู่มือเหล่านี้เอาไว้ใกล้ตัว เพื่อที่จะได้ใช้วิธีการตอบสนองหลักๆ อย่างทันท่วงทีเมื่อเกิดเหตุฉุกเฉินขึ้นมา นอกจากนั้นข้อมูลอื่นๆ ที่ไม่ได้อยู่ในคู่มือนี้ คุณจะได้รับการบรรยายในหัวข้อ "การฝึกอบรมเพื่อความปลอดภัยเกี่ยวกับอัคคีภัย เหตุการณ์แบบนี้อาจเกิดขึ้นกับคุณอีก" ด้วยเหตุนี้ โปรดติดต่อสถานีดับเพลิงใกล้บ้านเพื่อรับการฝึกอบรมเพื่อเติม

공통

01 위급할 땐 119에 신고해요

대한민국 소방청의 역할



화재 예방 및 화재 진압



인명 구조 및 인명 피해 최소화



병원 도착 전 응급의료 서비스



그 밖의 각종 생활 안전 서비스
(동물 포획, 소방시설 인허가,
소방 검사, 안전 교육 등)

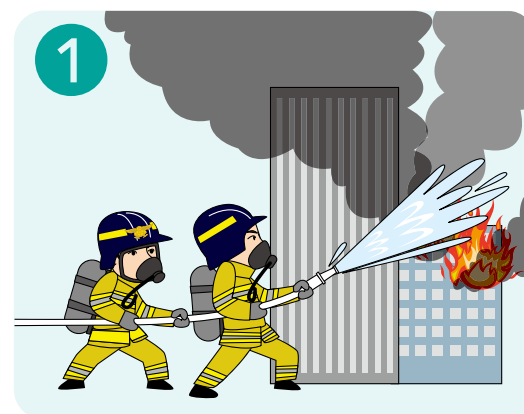


대한민국의 안전을 책임지는 소방청은 24시간 언제나 열려 있어요!

ข้อมูลทั่วไป

01 โทร 119 เมื่อเกิดเหตุฉุกเฉิน

บทบาทของกรมป้องกันอัคคีภัยแห่งชาติในเกาหลี



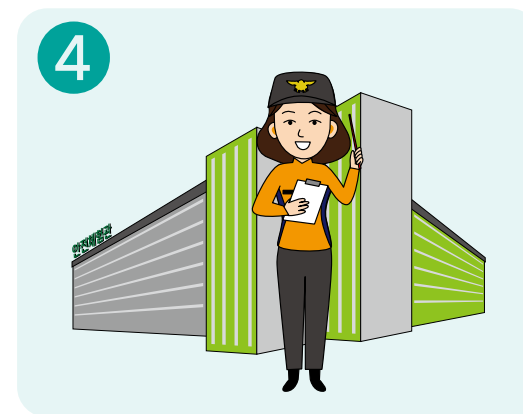
ป้องกันและระงับอัคคีภัย



ช่วยชีวิตและลดการสูญเสียชีวิตให้น้อยที่สุด



บริการการแพทย์ฉุกเฉินก่อนถึงโรงพยาบาล



บริการเพื่อความปลอดภัยในชีวิตประเภทอื่นๆ
(การจับสัตว์ การอนุญาตและการอนุมัติ
สถานிடบเพลิง การตรวจสอบการพจญเพลิง
การฝึกอบรมด้านความปลอดภัย ฯลฯ)



กรมป้องกันอัคคีภัยแห่งชาติดูแลความปลอดภัยในเกาหลี
โดยเปิดให้บริการตลอด 24 ชั่วโมง

올바른 119 신고 방법



- 1 화재, 사고 등 재난 유형을 이야기해요.
- 2 정확한 위치를 알려요.
- 3 사고 상황을 설명해요.
- 4 전화를 끊지 말고 구급대원의 안내에 따라 행동해요.



외국어 통역이 지원돼 한국말을 못해도 신고가 가능해요.
자녀들에게 외국어 통역이 지원돼 신고가 가능하다는 사실을 꼭 알려주세요!

다양한 119 신고 방법

영상통화 신고



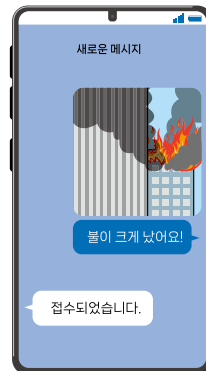
119와 영상통화를 해요.

앱 신고



119앱 신고버튼을 눌러요.

문자 신고



119에 문자를 보내요.

한국 생활을 위한 안전 정보

임산부라면 119 안심콜 서비스를!



[QR코드]



기본 인적 사항을 미리 등록해 두면 출산
또는 위급상황이 생겼을 때 신속히 도움을
받을 수 있어요.

- ▶ 119안전신고센터(www.119.go.kr)에 등록
- ※ 본인 및 대리인 신청 가능

วิธีโทร 119 อย่างถูกต้อง



- 1 แจ้งให้เราทราบเกี่ยวกับประเภทของภัยพิบัติ อาทิเช่น อัคคีภัยหรืออุบัติเหตุ เป็นต้น
- 2 แจ้งตำแหน่งที่แน่นอน
- 3 แจ้งให้เราทราบเกี่ยวกับสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดอุบัติเหตุ
- 4 อย่าวางสายและปฏิบัติตามคำแนะนำของเจ้าหน้าที่ผู้ชีพ



มีบริการล่ามภาษาต่างประเทศ คุณสามารถแจ้งเหตุการณ์เป็นภาษาของคุณเอง
อย่าลืมสอนบุตรหลานของคุณเกี่ยวกับบริการแจ้งเหตุการณ์เป็นภาษาต่างประเทศด้วย

วิธีการโทร 119 แบบต่างๆ

แจ้งเหตุการณ์เป็นวิดีโอคอล



วิดีโอคอลกับ 119

การรายงานผ่านแอป



กดปุ่ม "รายงาน" (Report) ใน
"แอป 119"

แจ้งเหตุการณ์เป็นข้อความ



ส่งข้อความถึง 119

ข้อมูลด้านความปลอดภัยเกี่ยวกับการใช้ชีวิตในเกาหลี

บริการโทร 119 สำหรับสตรีที่กำลังตั้งครรภ์



[QR code]

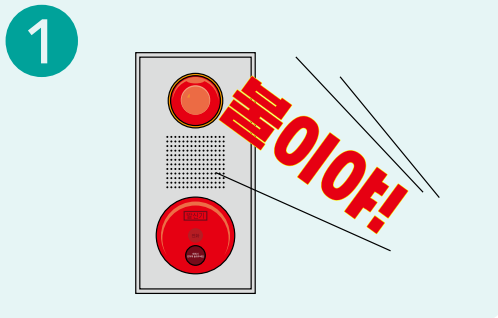


ลงทะเบียนข้อมูลพื้นฐานส่วนบุคคลของคุณเอง
ไว้ล่วงหน้าเพื่อรับความช่วยเหลืออย่างทันท่วงทีใน
กรณีใกล้คลอดหรือในกรณีฉุกเฉิน

- ▶ ลงทะเบียนได้ที่ศูนย์รับแจ้งเหตุ 119
(www.119.go.kr)
- ※ บุคคลทั่วไปและตัวแทนสามารถลงทะเบียนได้

02 불이 나면 대피해요

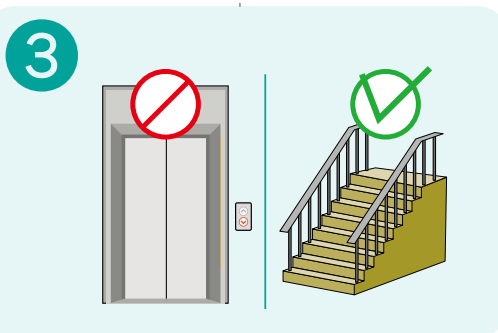
화재 대피요령



불과 연기를 보면
"불이야!"라고 소리치고
비상벨을 눌러요.



젖은 수건으로 코와 입을 가리고
낮은 자세로 빠르게 대피해요.



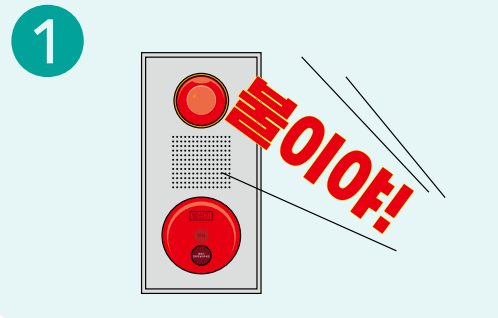
엘리베이터는 절대 금물!
비상계단을 통해 아래층 또는
옥상이나 피난층으로 이동해요.



창밖으로 연기가 올라오면 옥상으로 대피하고, 연기가 올라오지 않으면
아래층으로 대피해요.
대피가 어려울 때는 화장실 혹은 베란다 창문 쪽으로 이동해서 구조 요청하세요!

02 การอพยพเมื่อเกิดอัคคีภัย

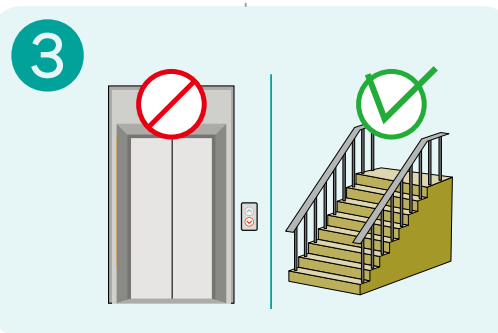
เทคนิคการอพยพหนีไฟไหม้



หากคุณเห็นไฟและควัน ให้ตะโกนว่า
"ไฟไหม้" และกดปุ่มฉุกเฉิน



ปิดจมูกและปากของคุณด้วยผ้าเปียก
ย่อตัวต่ำ และหนีออกไปโดยเร็ว



ห้ามใช้ลิฟต์โดยเด็ดขาด
ลงไปชั้นล่าง หรือขึ้นไปชั้นหลังคาหรือชั
นอพยพโดยใช้บันไดฉุกเฉิน



หนีขึ้นไปบนหลังคา หากควันลอยขึ้นมาจากหน้าต่าง
หรือหนีไปที่ชั้นล่างหากควันไม่ลอยขึ้นมา
หากการหนีทำได้ยาก
ให้เข้าไปในห้องน้ำหรือหน้าต่างระเบียงแล้วตะโกนขอความช่วยเหลือ



안전한 곳으로 **대피한 후**
119에 신고해요.



초기의 작은 불은 소화기로 꺼 주세요.
화재 초기에는 소화기 1대가 소방차 1대의 위력을 발휘해요!



หนีไปยังที่สถานที่ปลอดภัยและโทร 119



ตอนที่เพลิงเกิดไฟไหม้
ถึงดับเพลิงหนึ่งถึงมีประสิทธิภาพเท่ากับรถดับเพลิงหนึ่งคัน



[여기서 잠깐!]
응급상황에 필요한 한국어 표현을 익혀요!

도와주세요!
불이야! 119에 신고해 주세요
구급차를 불러 주세요.
가까운 병원이 어디예요?
어디에서 도움을 받을 수 있어요?



[รอกัน!]
เรียนรู้ภาษาเกาหลีที่จำเป็นในกรณีฉุกเฉิน

ช่วยด้วย
ไฟไหม้ โทร 119 เร็ว
โทรเรียกรถพยาบาลด้วย
โรงพยาบาลที่ใกล้ที่สุดอยู่ที่ไหน
ฉันจะขอความช่วยเหลือได้ที่ไหน

한국 생활을 위한 안전 정보

비상구를 알려주는 유도등 알기



피난구 유도등
출입구를 알려줘요.



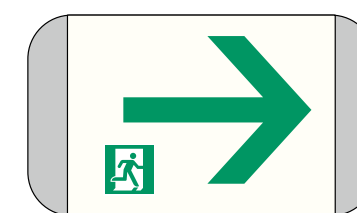
통로 유도등
대피 방향을 알려줘요.

ข้อมูลด้านความปลอดภัยเกี่ยวกับการใช้ชีวิตในเกาหลี

ค้นหาไฟนำทางที่ระบุทางออกฉุกเฉิน



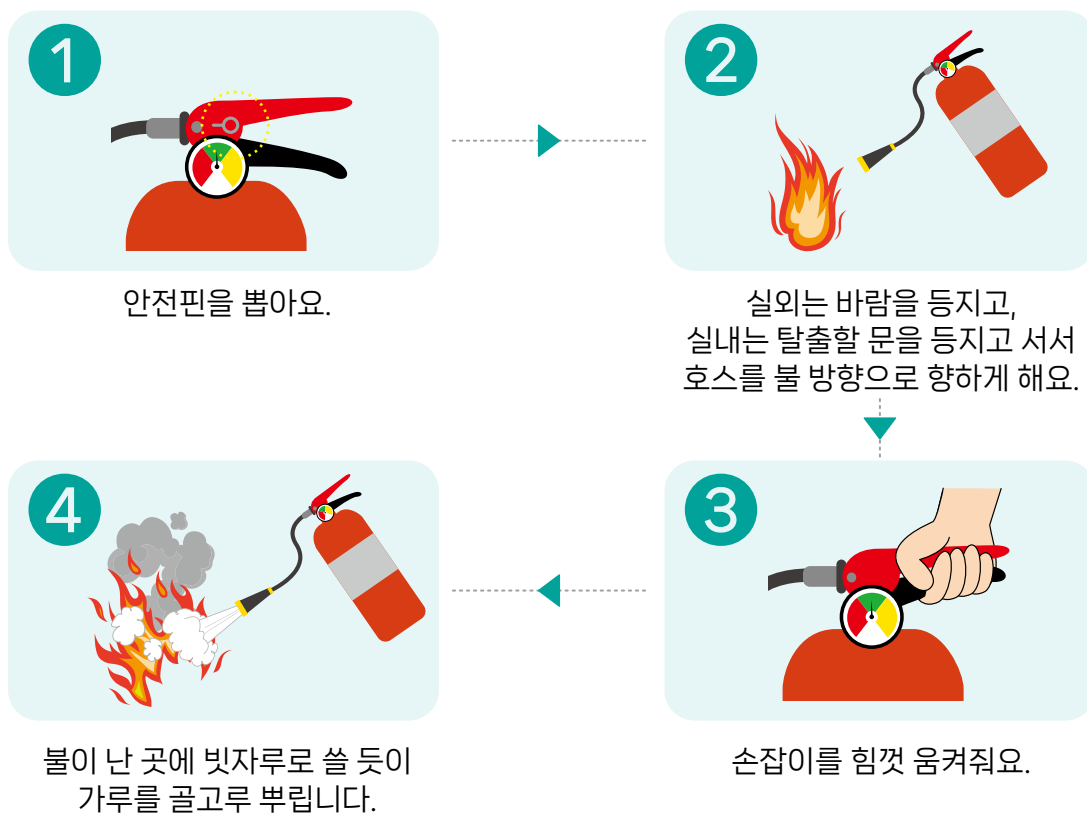
ไฟนำทางทางออกฉุกเฉิน
ระบุทางเข้า



ไฟส่องทางเดิน
ระบุทิศทางกรณีภัย

03 소화기 사용법을 알아보아요

올바른 소화기 사용법



[여기서 잠깐!]

소화기 안전하게 관리하기

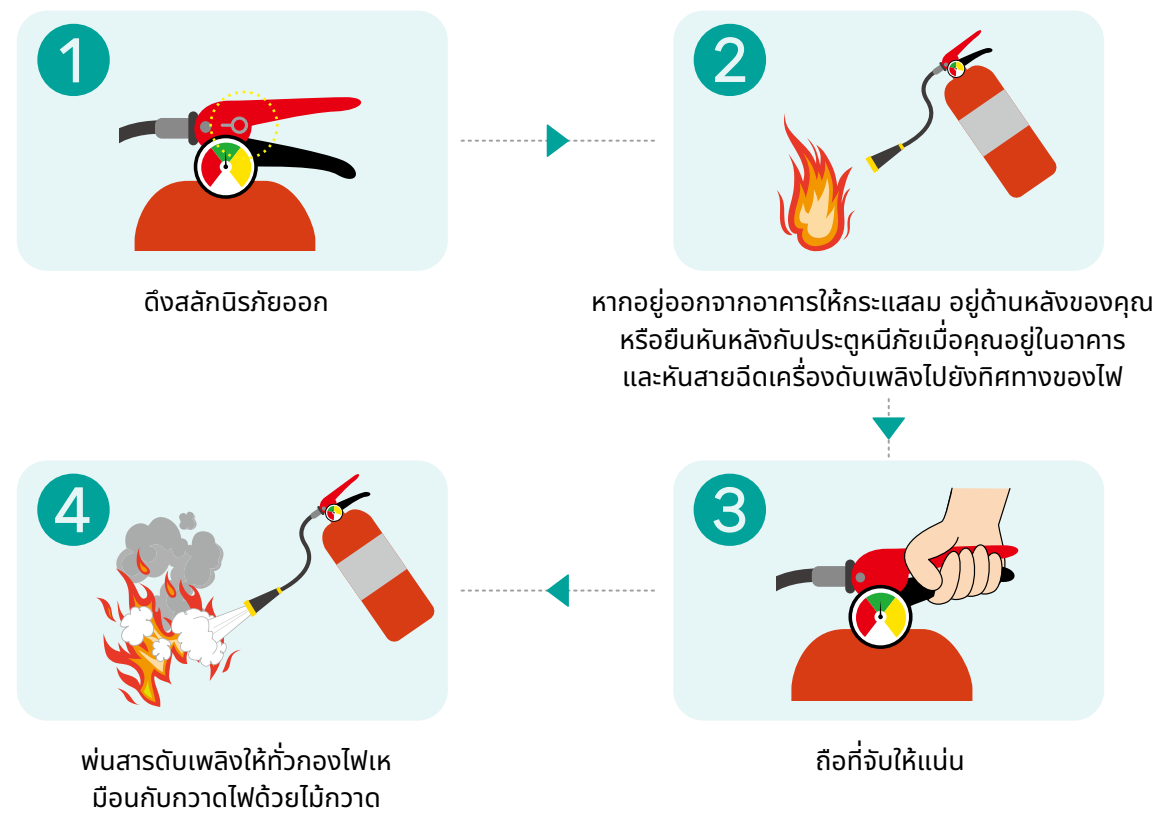
우리집 소화기 안전할까?

소화기 유통기한은 10년
성능확인검사 후 1회만 3년 연장 가능



03 เรียนรู้วิธีใช้ถังดับเพลิง

วิธีการใช้ถังดับเพลิงอย่างถูกต้อง



[รอสักครู!]

การใช้ถังดับเพลิงอย่างปลอดภัย

ถังดับเพลิงในบ้านของ ฉันปลอดภัยหรือเปล่า

ถังดับเพลิงมีอายุการใช้งาน 10 ปี
สามารถใช้งานต่อได้อีก 3 ปีเพียงครั้งเดียว
หลังจากการตรวจสอบสภาพของถังแล้ว



투척용 소화기 사용법



커버를 벗겨요.

소화기를 꺼내요.

불을 향해 던져요.



투척용 소화기는 무게가 가볍고 사용이 간편하며, 내용물(약제)이 굳지 않아 보관이 편리해요!

วิธีการใช้ถังดับเพลิงแบบขว้าง



ถอดฝาคาบออก

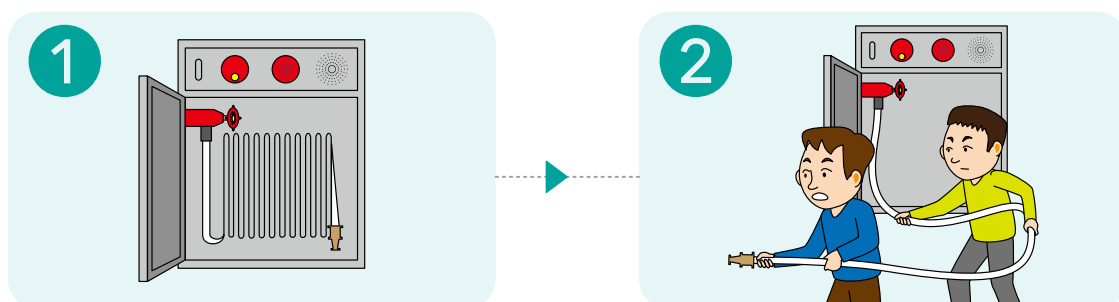
นำถังดับเพลิงออกมา

โยนถังเข้าหากองไฟ



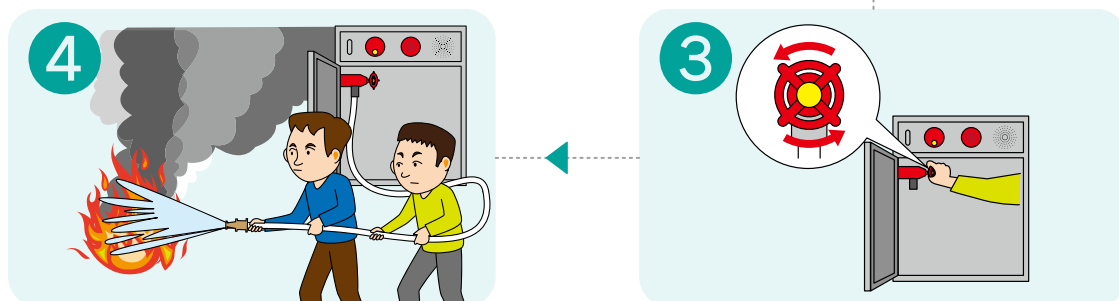
ถังดับเพลิงแบบขว้างมีน้ำหนักเบา ใช้งานง่าย และจัดเก็บสะดวกเนื่องจากสารดับเพลิง (สารเคมี) ไม่แข็งตัว

소화전 사용법



소화전 문을 연다.

호스를 빼고 노즐을 잡는다.



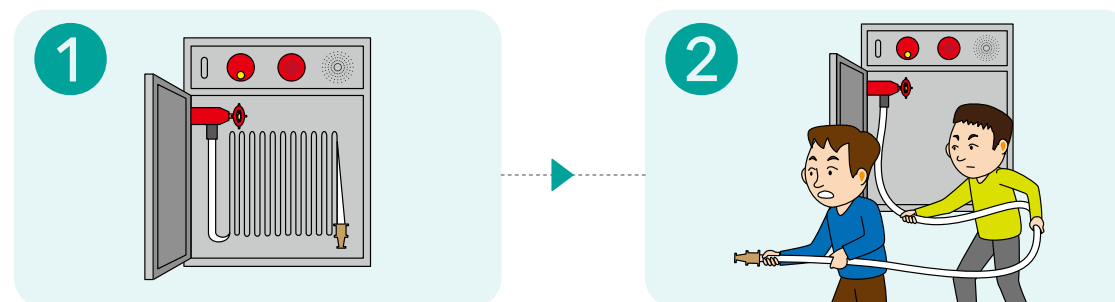
불을 향해 쏜다.

소화전 밸브를 왼쪽으로 돌린다.



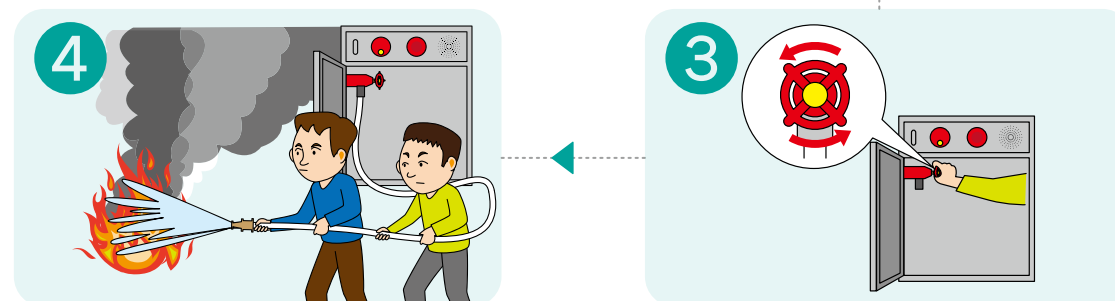
소화전은 수압이 매우 강하니 2명이 1조가 되어 사용해요!

วิธีการใช้หัวจ่ายน้ำดับเพลิง



เปิดประตูตู้หัวจ่ายน้ำดับเพลิง

ดึงท่อจ่ายน้ำออกมาและจับหัวฉีดเอาไว้



หันหัวท่อไปที่กองไฟ

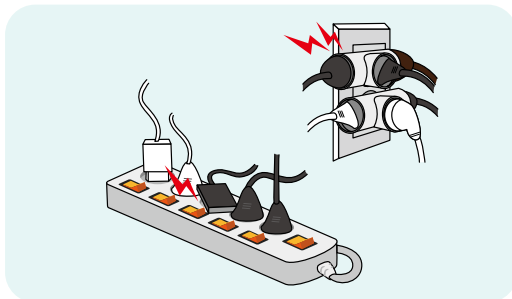
หมุนวาล์วหัวจ่ายน้ำไปทางซ้าย



เนื่องจากหัวจ่ายน้ำดับเพลิงมีแรงดันน้ำสูง ควรใช้โดยทีมละสองคน

04 점검하는 습관으로 화재를 예방해요

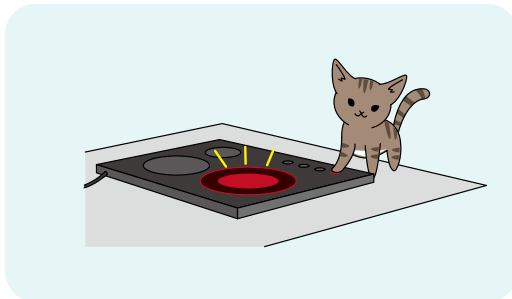
화재가 일어나는 주요 원인



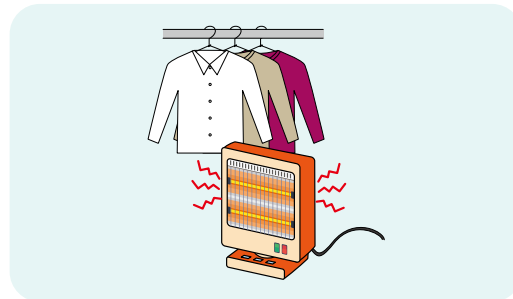
낡은 전선 및 문어발식 콘센트 사용



음식 조리 중 자리 비움



반려동물의 전기레인지(인덕션) 작동



전열기구의 장시간 사용



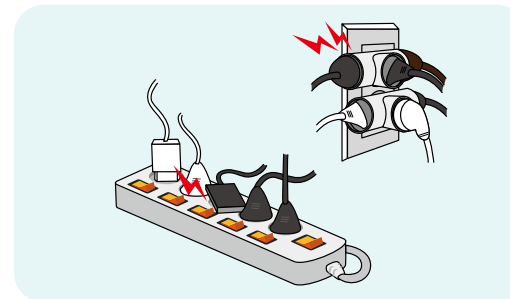
불이 덜 꺼진 담배꽂초와 담뱃재



산림 근처에서의 불법 소각

04 ในกรณีฉุกเฉิน โทร 119 รายงานมัน

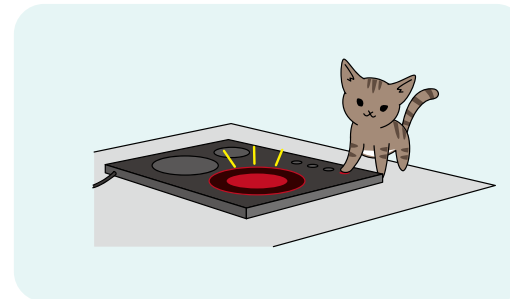
สาเหตุหลักของการเกิดไฟไหม้



การใช้สายไฟเก่าและรางเต้าเสียบที่มีปลั๊กไฟจำนวนมากเกินไป



การปรุงอาหารโดยไม่มีคนคอยดูแล



สัตว์เลี้ยงไปอยู่กับเตาไฟฟ้าโดยไม่ตั้งใจ



การใช้เครื่องไฟฟ้าที่ก่อให้เกิดความร้อนเป็นเวลานาน

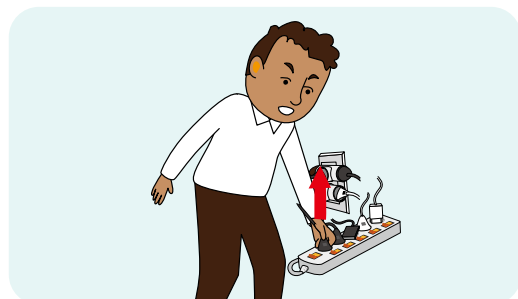


ก้นบุหรี่ที่ไม่ดับและขี้เถ้า

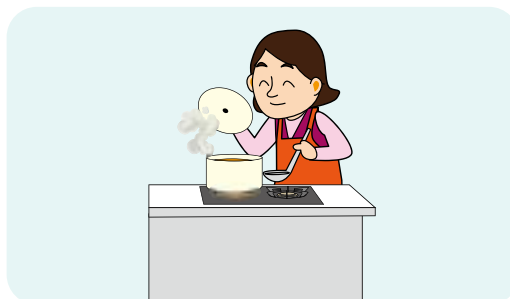


การลักลอบเผาในพื้นที่ใกล้ป่า

화재 예방을 위한 좋은 습관



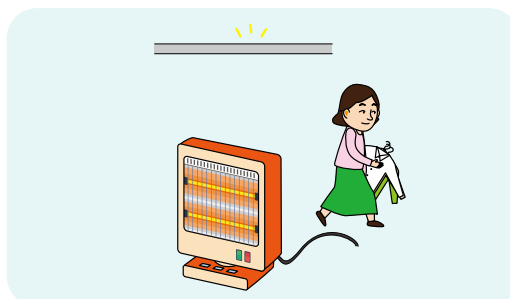
낡은 전선은 교체하고
콘센트에 여러 플러그 꽂지 않기



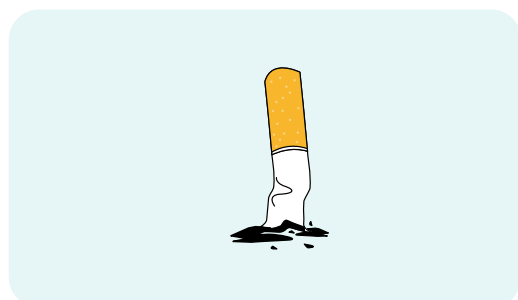
음식을 조리할 때 불이 보이는 곳에 있기



반려동물이 있다면 외출 시
전원 차단하거나 덮개 사용하기



전열기구 주변에
불타기 쉬운 물건 두지 않기



담배꽂초 버리기 전
불이 꺼졌는지 확인하기



산림 근처에서 불 피우지 않기
(비닐, 영농 쓰레기 등은
폐기물로 수거 처리)

อุปนิสัยที่ดีเพื่อป้องกันอัคคีภัย



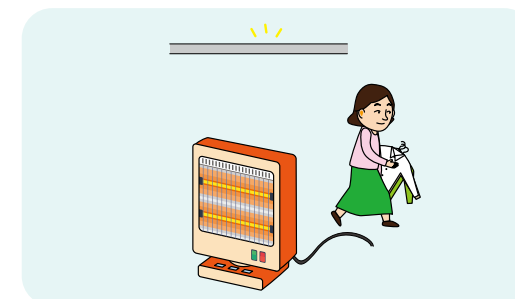
เปลี่ยนสายไฟฟ้าและหลีกเลี่ยงการต่อปลั๊กไฟหลายหัวเข้ากับเต้าเสียบเพียงอันเดียว



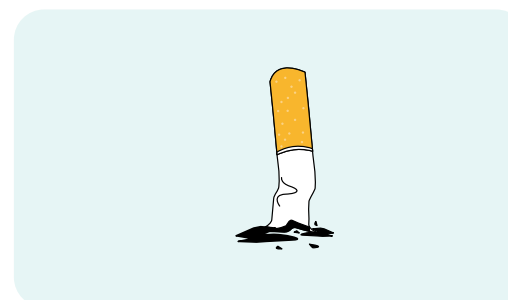
คอยเฝ้าดูความแรงของไฟขณะปรุงอาหาร



หากคุณมีสัตว์เลี้ยง
ให้ปิดเครื่องใช้ไฟฟ้าหรือใช้พ
้าคลุมไว้เมื่อออกไปนอกบ้าน



อย่าวางสิ่งของที่ติดไฟได้ใกล้กับเค
รื่องใช้ไฟฟ้าที่ก่อให้เกิดความร้อน



ดับกันบุหรี่ก่อนทิ้ง



ห้ามจุดไฟใกล้ป่า
(คัดแยกขยะเช่นไวน์ลและขยะก
างการเกษตรเป็นขยะแยกต่างหาก)



[여기서 잠깐!]

이 밖에 안전한 대피를 위해 미리 점검할 것은?

- 1) 계단과 통로에는 대피할 때 방해되는 물건을 쌓아 두지 않아요.
- 2) 우리 집에 설치된 대피 장소의 위치를 미리 확인해요.



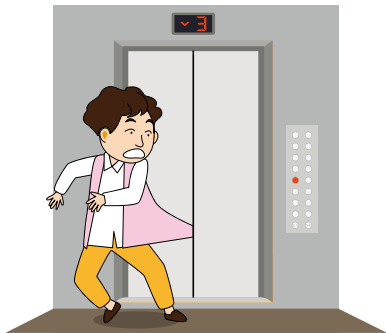
[รอสักครู่!]

คุณควรตรวจสอบอะไรล่วงหน้าอีกบ้างเพื่อช่วยใ
ห้หนีไฟไหม้อย่างปลอดภัย

- 1) อย่าวางสิ่งของกองไว้ที่อาจกีดขวางการหนีผ่านบันไดและทางเดิน
- 2) ตรวจสอบสถานที่สำหรับหนีไฟไหม้ที่สร้างในบ้านของคุณล่วงหน้า

05 기본을 지키면 모두가 안전해요

다중이용시설 이용 시 주요 사고 원인



엘리베이터

- 엘리베이터 문에 옷자락 등이 끼는 사고
- 문이 닫힐 때 서둘러 타려다 발생하는 사고



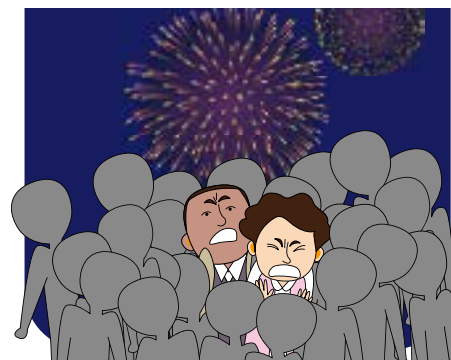
에스컬레이터

- 에스컬레이터에서 중심을 잃고 쓰러지는 사고
- 다른 사람이 세워 둔 물건에 걸려 넘어지는 사고



자동 회전문

- 회전문 속도에 맞추지 못해 발생하는
- 회전문의 작동이 멈춰 몸이 끼는 사고



축제/공연장

- 많은 사람이 밀집돼 발생한 압사 및 추락 사고

05 ทุกคนปลอดภัยโดยการปฏิบัติตามขั้นตอนพื้นฐาน

สาเหตุหลักของอุบัติเหตุเมื่อใช้สิ่งอำนวยความสะดวกท่ามกลางฝูงชน



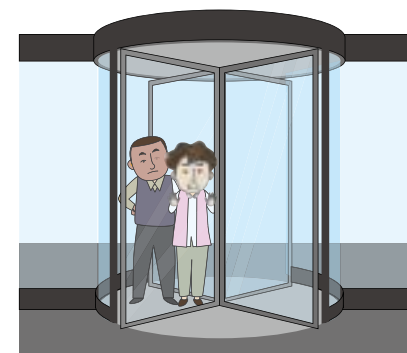
ลิฟต์

- เสื้อผ้าติดที่ประตูลิฟต์
- รับเข้าลิฟต์ตอนที่ประตูลิฟต์กำลังปิด



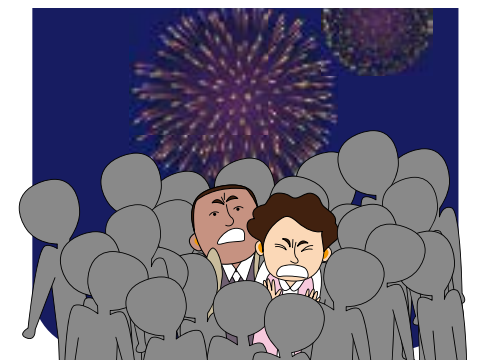
บันไดเลื่อน

- เสียการทรงตัวและตกลงมา
- สะดุดสิ่งของที่ผู้อื่นวางไว้



ประตูหมุนอัตโนมัติ

- ตามความเร็วของประตูหมุนไม่ทัน
- โดนประตุนับเนื่องจากประตูหยุดหมุน



งานเทศกาล/โรงละคร

งานเทศกาล/โรงละคร

다중이용시설 이용 안전수칙



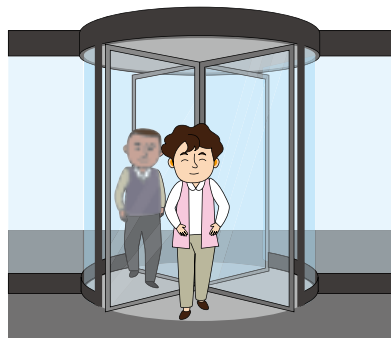
엘리베이터

타기 전 발판 확인 후 탑승하고
엘리베이터 문에 기대지 않기



에스컬레이터

노란선 안에 탑승하고
신발, 옷자락 등이 끼지 않게 주의하기



자동 회전문

회전문속도에 맞춰 이동하고
문을 만지면 멈출 수 있으니 주의하기



축제/공연장

관계자의 지시에 따라 질서 있게
이동하고 많은 인파가 몰리면 즉시
그 장소를 빠져 나오기



압사 위험을 느꼈을 땐 팔짱을 끼어 가슴 앞 공간을 확보하거나
가방 등으로 가슴을 보호해요!

한국 생활을 위한 안전 정보

다중이용시설 사고가 발생하면 이렇게!

- 1) 엘리베이터가 멈추면 비상벨을 눌러 관리실에 알리거나 119로 신고해요.
- 2) 에스컬레이터 또는 자동문 사고가 발생하면 비상 정지 버튼을 누르거나 119에 신고해요.



STOP

กฎเพื่อความปลอดภัยในการใช้สถานที่ซึ่งมีผู้คนจำนวนมาก



ลิฟต์

ตรวจสอบที่ว่างเท่าก่อนเข้า
ไปและอย่ายืนพิงประตูลิฟต์



บันไดเลื่อน

เข้าไปยืนในเส้นสีเหลืองและระว
งอย่าให้ประตุนับรองเท้าหรือเสื้อผ้า



ประตูหมุนอัตโนมัติ

เคลื่อนที่ตามความเร็วของประตู
หมุนและระวังอย่าสัมผัสประตูเพ
ราะประตูอาจหยุดหมุนได้



งานเทศกาล/โรงละคร

เคลื่อนที่อย่างเป็นระเบียบตาม
คำสั่งของผู้จัดงาน และออกจาก
สถานที่ทันทีหากมีผู้คนจำนวนมากเกินไป



หากคุณรู้สึกว่ามีความเสี่ยงที่จะถูกเบียดหรือถูกกับ
ควรสร้างพื้นที่บริเวณด้านหน้าของคุณเอาไว้ด้วยการทอดกหรือปกป้องหน้าอก
โดยใช้กระเป๋า

ข้อมูลด้านความปลอดภัยเกี่ยวกับการใช้ชีวิตในเกาหลี

คุณควรทำอย่างไรในกรณีที่เกิดอุบัติเหตุใน
สถานที่ซึ่งมีผู้คนหนาแน่น

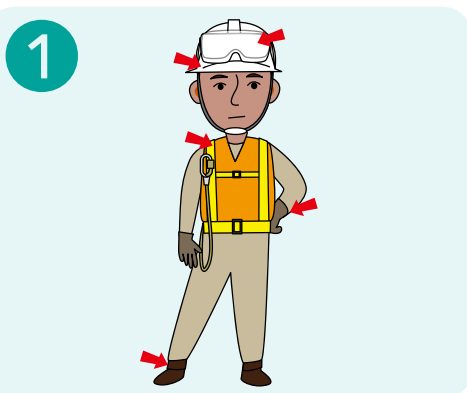
- 1) หากลิฟต์หยุด
ให้กดปุ่มฉุกเฉินแล้วโทรหาสำนักงานจัดการหรือโทร 119
- 2) หากเกิดอุบัติเหตุบันไดเลื่อนหรือประตูอัตโนมัติ
ให้กดปุ่มหยุดฉุกเฉินหรือโทร 119



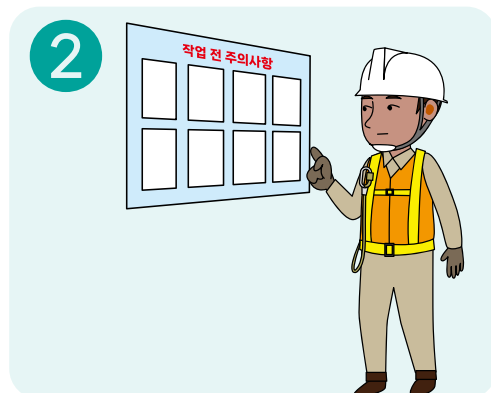
STOP

06 안전장비가 근로자의 안전을 지켜줘요

산업현장 근로자 안전수칙



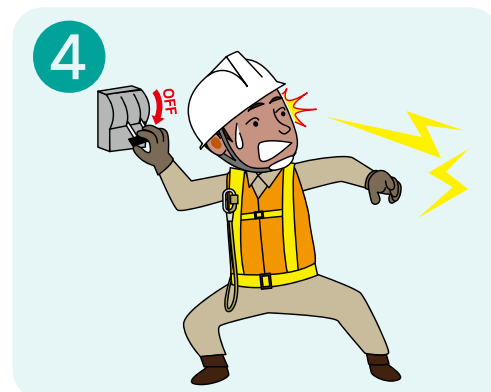
안전 보호장비 꼭 착용하기



작업 전 주의사항 확인하기



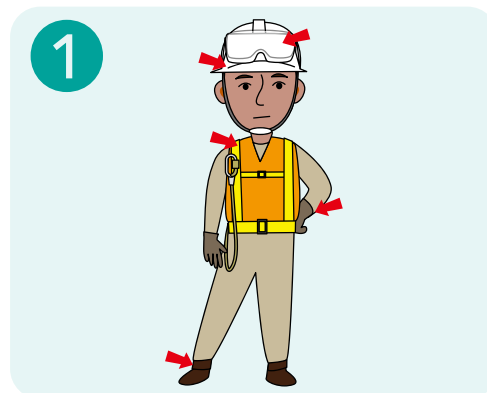
작업장 주변 및 통로 정리하기



비상 시 모든 장비/기계 멈추기
(이상 징후 시 관리자에게 즉시 알리기)

06 อุปกรณ์นิรภัยเพื่อช่วยใ ห้พนักงานปลอดภัย

กฎความปลอดภัยของคนงานในโรงงานอุตสาหกรรม



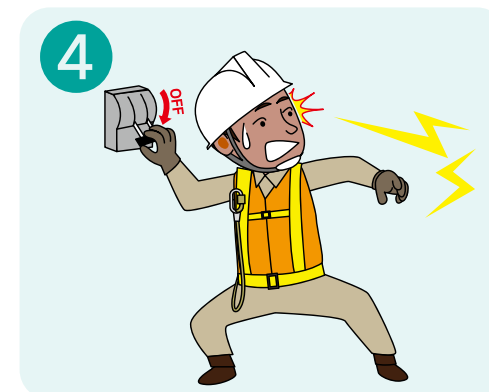
สวมอุปกรณ์ป้องกันความปลอดภัย



ตรวจสอบข้อควรระวังก่อนปฏิบัติงาน



ทำความสะอาดพื้นที่ทำงานและทางเดิน



ปิดอุปกรณ์/
เครื่องจักรทั้งหมดเมื่อเกิดกรณีฉุกเฉิน
(แจ้งผู้จัดการทันที
หากสงสัยว่ามีข้อผิดพลาด)

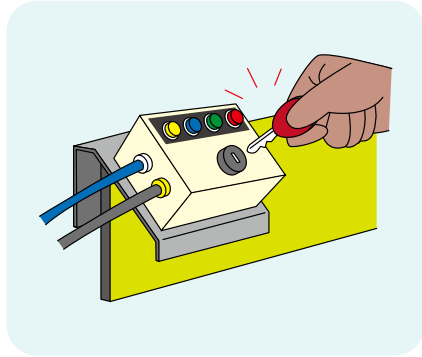


안전수칙 준수와 안전 물품 등을 고용주에게 요구할 수 있어요!



คุณสามารถขอให้นายจ้างปฏิบัติตามกฎความปลอดภัยและจัดเตรียมอุปกรณ์รักษาความปลอดภัยให้คุณก่อนได้

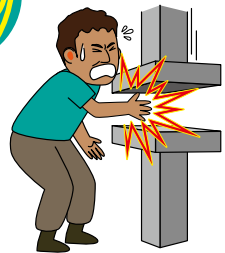
기계 작동 시 끼임·말림 사고 예방수칙



- 작업장에 적합한 작업복을 착용해요.
- 위험한 기계에 덮개, 울타리 등 안전조치를 해요.
- 기계 정비, 청소 등을 할 때는 작동을 멈춰요.
- 기계 점검 중에는 잠금 장치를 하고 '점검 중 조작 금지' 안전 표지판을 붙여요.



[여기서 잠깐!] 끼임·말림 사고가 일어났다면?



- 기계의 작동을 멈추고 필요한 경우 전원을 차단해요.
- 사고를 주변에 알리고 구조요청을 해요.
- 부상자를 발견하면 작동 중인 기계를 멈추고 119에 신고해요.

막혀있는 공간에서의 질식 사고 예방수칙



- 작업 공간의 산소 농도가 18% 이상인지 확인하고, 작업할 때는 두 사람 이상이 함께해요.
- 수시로 환기를 하고 비상구 위치를 2곳 이상 알아둬요.

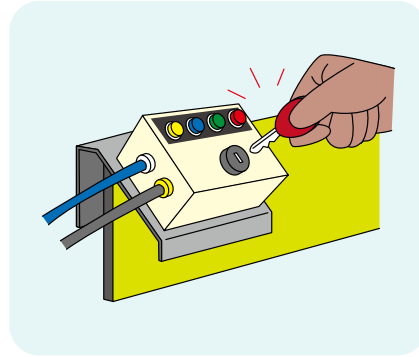


[여기서 잠깐!] 질식 사고가 일어났다면?



- 질식 사고가 발생하면 즉시 119에 신고해요
- 안전 장비가 없을 경우 사고 현장에 무리하게 들어가지 않아요.
- 안전을 확인한 후 환기가 잘 되는 장소로 환자를 옮겨요.

กฎสำหรับการป้องกันการถูกกด/ทับ/หนีบและการเกิดอุบัติเหตุตอนที่ใช้งานเครื่องจักร



- สวมชุดทำงานที่เหมาะสมกับสถานที่ทำงาน
- ใช้มาตรการรักษาความปลอดภัยตอนที่ใช้เครื่องจักรอันตราย เช่น ฝาครอบและรั้ว
- ปิดเครื่องระหว่างทำการบำรุงรักษาเครื่อง ทำความสะอาด ฯลฯ
- ล็อกเครื่องและติดป้ายเตือน "ห้ามใช้งานระหว่างการตรวจสอบ" ขณะตรวจสอบเครื่องจักร



[รอที่นี้!] ต้องทำอะไรหากถูกเครื่องจักรกด/ทับ/หนีบหรือเกิดอุบัติเหตุ



- หยุดการทำงานและปิดเครื่องหากจำเป็น
- แจ้งเหตุให้คนรอบข้างทราบและขอความช่วยเหลือ
- หากมีผู้บาดเจ็บ ให้ปิดเครื่องจักรและโทร 119

กฎสำหรับป้องกันอุบัติเหตุจากการหายใจไม่ออกในที่อับอากาศ



- ตรวจสอบว่าความเข้มข้นของออกซิเจนในพื้นที่ทำงานของคุณอยู่ที่ 18% ขึ้นไปหรือไม่ และทำงานเป็นทีมที่มีสองคน
- ระบายอากาศบ่อยๆ และจำทางออกฉุกเฉินไว้อย่างน้อยสองทาง



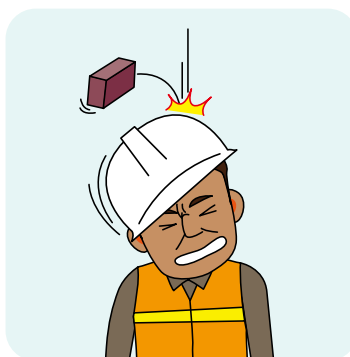
[รอสักครู่!] ต้องทำอะไรหากเกิดอุบัติเหตุหายใจไม่ออก



- หากเกิดอุบัติเหตุหายใจไม่ออก ให้โทร 119 ทันที
- หากคุณไม่มีอุปกรณ์รักษาความปลอดภัย อย่ารีบเข้าไปในที่ที่เกิดเหตุ
- เคลื่อนย้ายผู้ป่วยไปยังสถานที่ที่มีอากาศถ่ายเทสะดวกหลังจากตรวจสอบความปลอดภัยแล้ว

07 산업 현장 안전사고의 예방수칙을 알아보아요

물류창고 사고 예방 수칙



낙하물주의

개인 안전장비 꼭 착용하기



화재 주의

지정된 장소 외 금연하기



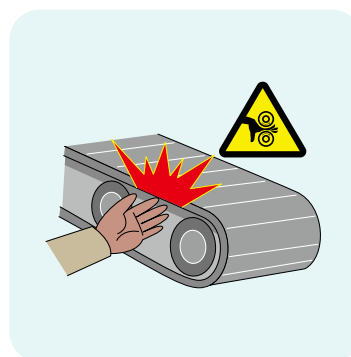
미끄러짐 주의

계단 이동 시 시야 확보하기



충돌주의

중장비 운행 시
시야 확보하기



끼임 주의

위험한 기계에
안전조치 하기



근골격계질환 주의

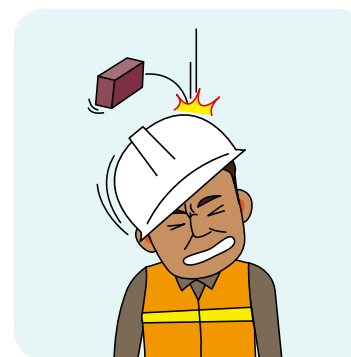
무거운 물건은
기계로 옮기기



여름철에는 온열질환이 발생할 수 있으니 자주 휴식을 취하고 스트레칭을 해요!

07 เรียนรู้วิธีป้องกันอุบัติเหตุ ด้านความปลอดภัยใน โรงงานอุตสาหกรรม

กฎสำหรับป้องกันอุบัติเหตุในคลังสินค้า



ระวังสิ่งของตกหล่น

อย่าลืมนสวมอุปกรณ์รักษา
ความปลอดภัยส่วนบุคคล



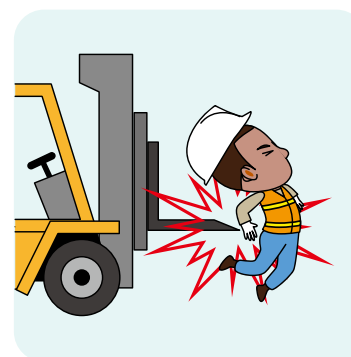
ระวังไฟไหม้

ห้ามสูบบุหรี่นอกพื้นที่ที่กำหนด



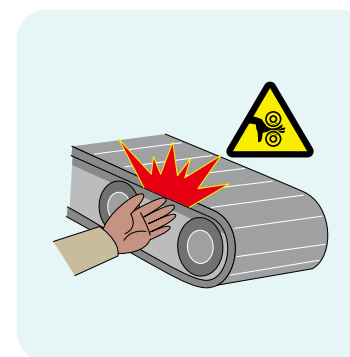
ระวังลิ้น

ตอนที่ขึ้นลงบันได
ควรมองเห็นรอบทิศทางอย่างชัดเจน



ระวังชนกัน

ตอนที่ใช้งานรถจักรกลหนัก
ต้องสามารถมองเห็นรอบทิศได้
อย่างชัดเจน



ระวังโดนหนีบ/กด/ทับ

ใช้มาตรการรักษาความป
ปลอดภัยขณะใช้เครื่องจักร
ที่มีอันตราย



ระวังโรคกล้ามเนื้ออ่อนล้า

การใช้เครื่องจักรเพื่อเค
ลื่อยย้ายของหนัก



พักและยืดเส้นยืดสายบ่อยๆ ในฤดูร้อน
เพื่อป้องกันอาการป่วยที่เกิดจากความร้อน

건설 현장 사고 예방 수칙



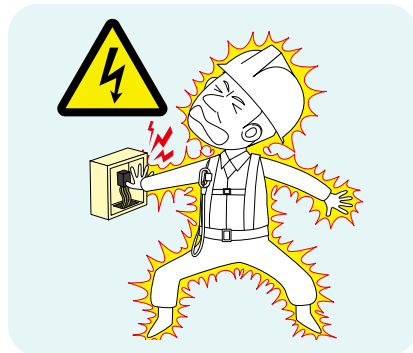
떨어짐 사고

- 공사장 주변에 추락 방지 안전 표지판이 설치돼 있는 지 확인해요.
- 사다리는 평평하고 미끄럽지 않은 바닥에 설치한 후 사용해요.



용접 중 안전사고

- 작업 전 물통, 불연성 칸막이, 마른 모래, 소화기를 준비해요.
- 작업 후에는 용접봉을 분리하고, 용접기의 전원을 차단해요.



전기 감전 사고

- 습기가 많은 곳에서 전기를 사용할 때는 안전 조치를 했는지 확인해요.
- 전원 플러그를 뽑을 때는 반드시 플러그를 잡고 뽑아요.



각 작업에 필요한 개인 안전장비를 반드시 착용하고, 불에 잘 붙는 물질은 작업장 주변에 두지 않아요!

한국 생활을 위한 안전 정보



건설 현장 사고 발생 시 이렇게!

- 즉시 119로 신고한 후 구급 대원이 도착할 때까지 환자의 의식과 호흡을 확인하고 응급처치를 해요.
- 심정지가 의심되면 즉시 심폐소생술을 실시해요.

กฎสำหรับการป้องกันอุบัติเหตุในสถานที่ก่อสร้าง



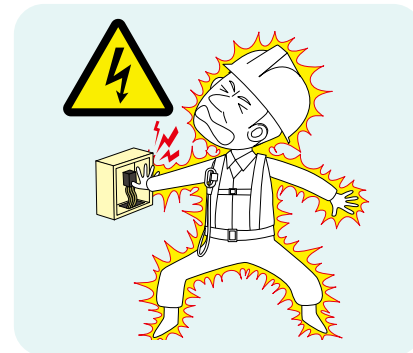
อุบัติเหตุจากการตกจากที่สูง

- ตรวจสอบว่ามีการติดตั้งป้ายเตือนเพื่อป้องกันการตกจากที่สูงบริเวณสถานที่ก่อสร้างหรือไม่
- วางบันไดบนพื้นผิวเรียบที่ไม่ลื่นก่อนใช้งาน



อุบัติเหตุด้านความปลอดภัยระหว่างการเชื่อม

- เตรียมภาชนะใส่น้ำ ฉากกันที่ไม่ติดไฟ ถวายแห้ง และถังดับเพลิงเอาไว้ก่อนที่จะปฏิบัติงาน
- ถอดแกนเชื่อมและปิดไฟเครื่องเชื่อมหลังเลิกงาน



อุบัติเหตุจากไฟฟ้าลัดวงจร

- ตรวจสอบว่ามีการเตรียมมาตรการรักษาความปลอดภัยเมื่อใช้ไฟฟ้าในพื้นที่ชื้นหรือไม่
- ตรวจสอบให้แน่ใจว่าได้จับปลั๊กไฟให้แน่นก่อนที่จะถอดปลั๊กไฟ



ตรวจสอบให้แน่ใจว่าได้สวมอุปกรณ์รักษาความปลอดภัยส่วนบุคคลที่จำเป็นสำหรับการทำงานแต่ละชนิดแล้ว และอย่าวางวัตถุไวไฟไว้รอบๆ พื้นที่ทำงาน

ข้อมูลด้านความปลอดภัยเกี่ยวกับการใช้ชีวิตในเกาหลี



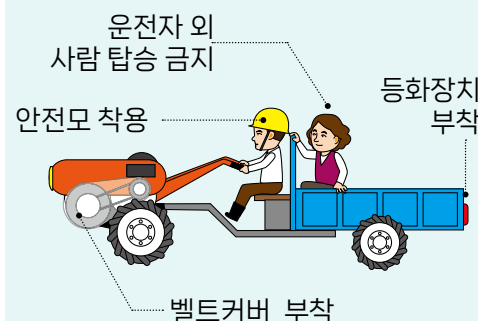
ข้อควรปฏิบัติเมื่อเกิดอุบัติเหตุในสถานที่ก่อสร้าง

- โทร 119 ทันที ตรวจสอบผู้บาดเจ็บรู้สึกตัวและหายใจอยู่หรือไม่ และให้ทำการปฐมพยาบาลจนกว่าเจ้าหน้าที่กู้ชีพจะมาถึง
- หากสงสัยว่าหัวใจหยุดเต้น ให้ทำซีพอาร์ทันที

08 농기구 안전사고 예방수칙을 알아보아요

농기구별 안전 이용수칙

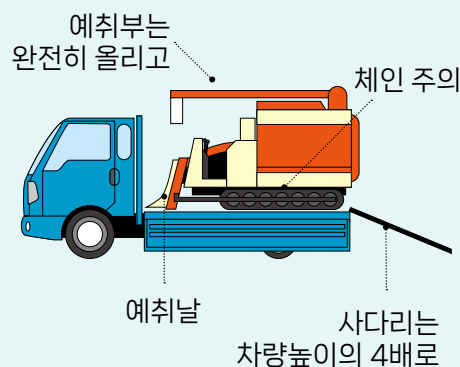
경운기



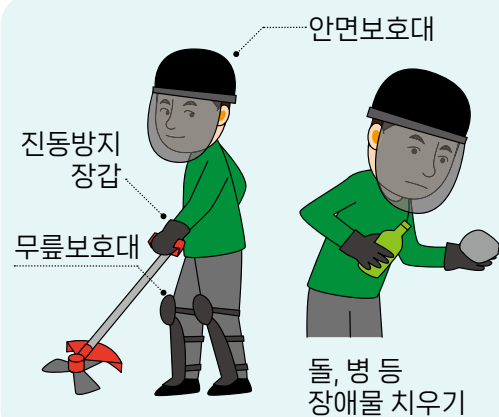
트랙터



콤바인



예초기와 예취기



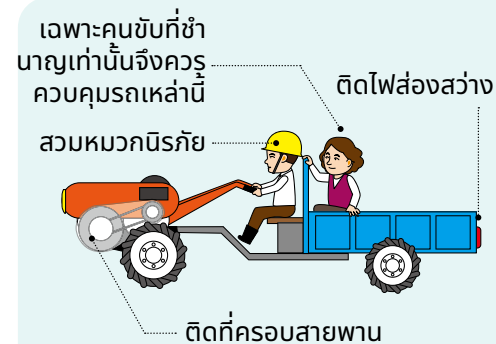
용어 풀이

예초기: 날을 회전시켜 잡초나 잔디를 깎는 도구
예취기: 벼나 보리를 베어 수확하는 기계

08 เรียนรู้วิธีป้องกันอุบัติเหตุตอนใช้เครื่องมือทำฟาร์ม

กฎการใช้งานเครื่องมือทำฟาร์มอย่างปลอดภัย

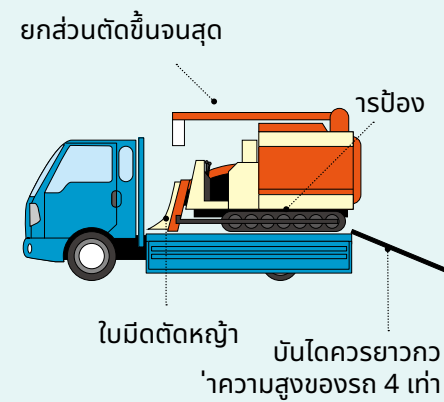
เครื่องมือเพาะปลูก



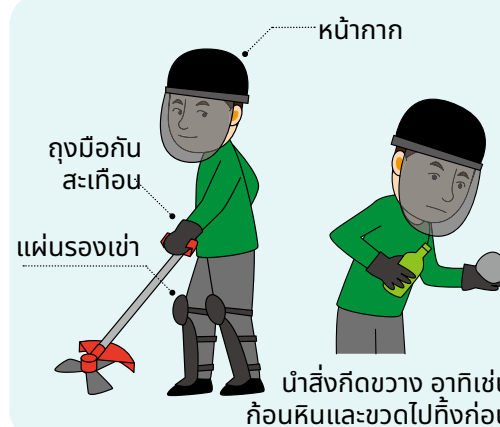
รถแทรกเตอร์



เครื่องเก็บเกี่ยวรวง



เครื่องตัดหญ้าและเครื่องเกี่ยวข้าว



อภิธานศัพท์

เครื่องตัดหญ้า: เครื่องมือที่ใช้ตัดหญ้าหรือวัชพืชโดยหมุนใบมีด
เครื่องเกี่ยวข้าว: เครื่องที่ตัดและเก็บเกี่ยวข้าวหรือข้าวบาร์เลย์

농기구 사고 예방수칙

- 1 농기구 사용 전·후 작동상태 점검하기
- 2 방향지시등, 후미등, 저속차량표시등 야간반사판 등을 꼭 부착하기
- 3 헐렁하거나 소매가 긴 옷 입지 않기
- 4 음주 후 농기계 조작은 절대 금물, 운전자 외 다른 사람 태우지 않기
- 5 경사진 곳이나 좁은 농로를 지날 땐 주행속도 줄이기
- 6 날이 어두워지면 농기구 사용 안 하기



농기구사고가 발생하면 119에 신고하거나 응급처치 후 가까운 병원에 방문해요!

한국 생활을 위한 안전 정보

안전한 방제 복장 알아보기



กฎสำหรับการป้องกันอุบัติเหตุจากเครื่องมือทำฟาร์ม

- 1 ตรวจสอบสถานะการทำงานก่อนและหลังใช้เครื่องมือทำฟาร์ม
- 2 ตรวจสอบให้แน่ใจว่าได้ติดสัญญาณไฟเลี้ยว ไฟท้าย ไฟของรถความเร็วต่ำ และแผ่นสะท้อนแสงตอนกลางคืนเอาไว้แล้ว
- 3 อย่าสวมเสื้อผ้าหลวมๆ หรือเสื้อแขนยาว
- 4 ห้ามใช้เครื่องจักรกลทางการเกษตรหลังจากดื่มสุรา และควรให้ผู้ขับขี่ควบคุมเครื่องจักรตามลำพัง
- 5 ลดความเร็วในการขับขี่เมื่อผ่านทางลาดชันหรือถนนแคบๆ ในฟาร์ม
- 6 อย่าใช้เครื่องมือทำฟาร์มในที่มืด



ในกรณีที่เครื่องจักรกลทางการเกษตรเกิดอุบัติเหตุ โทร 119 หรือไปโรงพยาบาลที่ใกล้ที่สุดหลังจากทำการปฐมพยาบาลแล้ว

ข้อมูลด้านความปลอดภัยเกี่ยวกับการใช้ชีวิตในเกาหลี

วิธีการสวมเสื้อผ้ากันยาฆ่าแมลงอย่างปลอดภัย



09 야외 활동, 안전하게 즐겨요

물놀이 안전수칙



- 한국의 계곡은 수심이 불규칙해서 주의가 필요해요.
- 구명조끼 등 안전장비를 착용하고, 물놀이 전 준비운동을 해요.
- 물의 깊이를 확인하고 센 물살과 파도를 주의해요.

한국 생활을 위한 안전 정보



물놀이 사고 발생하면 이렇게 해요!

- 물놀이 사고가 발생하면 즉시 119에 신고해요.
- 물에 빠졌을 땐 팔을 높이 들고 도움을 청해요.
- 물에 빠진 사람에게서는 튜브 등 물에 뜨는 물체를 던져줘요.



물에 빠진 사람을 구하기 위해 함부로 물에 들어가면 안돼요!

09 สนุกกับกิจกรรมกลาง แจ้งอย่างปลอดภัย

กฎความปลอดภัยในการว่ายน้ำ



- คุณควรระมัดระวังเมื่อว่ายน้ำในแม่น้ำตามหุบเขาในเกาหลี เนื่องจากระดับความลึกของแม่น้ำไม่สม่ำเสมอ
- สวมอุปกรณ์รักษาความปลอดภัย อาทิเช่น เสื้อชูชีพ และอบอุ่นร่างกายก่อนลงไปว่ายน้ำ
- ตรวจสอบความลึกของน้ำและระวังกระแสน้ำและคลื่นแรง

ข้อมูลด้านความปลอดภัยเกี่ยวกับการใช้ชีวิตในเกาหลี



ข้อควรปฏิบัติเมื่อเกิดอุบัติเหตุจากการว่ายน้ำ

- หากเกิดอุบัติเหตุจากการว่ายน้ำ โทร 119 ทันที
- หากคุณกำลังจะจมน้ำ ให้ยกแขนขึ้นสูงแล้วตะโกนขอความช่วยเหลือ
- โยนวัตถุที่ลอยน้ำได้อย่างห่วงยางไปหากคนกำลังจะจมน้ำ



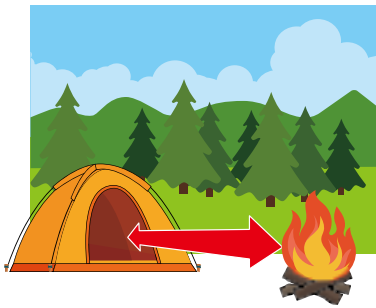
อย่าลงน้ำโดยที่ยังไม่ได้เตรียมเพื่อช่วยคนที่กำลังจะจมน้ำ

등산 안전수칙



- 출발 전 기상 정보를 확인해요.
- 준비운동과 스트레칭으로 몸을 풀어요.
- 출입 금지구역에는 들어가지 않아요.
- 뱀이나 벌집을 발견하면 즉시 안전한 곳으로 대피해요.

캠핑 안전수칙



- 텐트는 불에 타기 쉬운 재질이므로 화기와 안전거리를 충분히 뒹요.
- 정해진 장소에서만 불을 피우고 타다 남은 불씨는 물, 모래, 흙 등으로 완전히 꺼요.
- 비가 오면 즉시 전기 제품을 차단해요.



화재 또는 일산화탄소 중독 방지를 위해 텐트 안에 단독형 화재경보기, 일산화탄소 감지 경보기를 설치하면 좋아요!

한국 생활을 위한 안전 정보



등산 · 캠핑 사고 발생 시 이렇게!

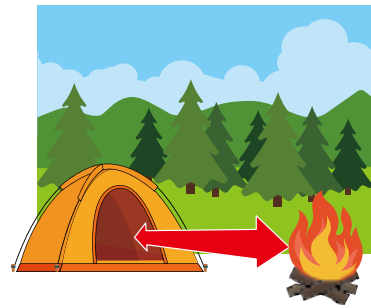
- 등산 및 캠핑 중 사고가 발생하면 즉시 119로 신고해요.
- 발목이 삐었을 때는 냉찜질을 하면서 충분한 휴식을 취해요.
- 사고로 고립된 경우 낙엽이나 솔가지 등으로 체온을 유지해요.

กฎการรักษาความปลอดภัยสำหรับการปีนเขา



- ตรวจสอบข้อมูลสภาพอากาศก่อนออกเดินทาง
- ผ่อนคลายร่างกายด้วยการออกกำลังกายเพื่ออบอุ่นร่างกายและยืดเส้นยืดสายก่อน
- ห้ามเข้าพื้นที่หวงห้าม
- หากคุณพบเจอหรือรังผึ้ง ให้ย้ายที่ไปยังที่ปลอดภัยทันที

กฎการรักษาความปลอดภัยในการตั้งแคมป์



- เนื่องจากเต็นท์สามารถติดไฟได้ ควรตั้งเต็นท์ให้ห่างจากกองไฟ
- ก่อกองไฟในสถานที่ที่กำหนดเท่านั้น และดับไฟที่คูกอยู่ให้หมดด้วยน้ำ ทราย หรือดิน
- หากฝนตก ให้ปิดเครื่องใช้ไฟฟ้าทันที



ขอแนะนำให้ติดตั้งเครื่องตรวจจับควันหรือเครื่องตรวจจับก๊าซคาร์บอนมอนอกไซด์แบบทำงานอิสระในเต็นท์เพื่อป้องกันไฟไหม้หรือก๊าซคาร์บอนมอนอกไซด์เป็นพิษ

ข้อมูลด้านความปลอดภัยเกี่ยวกับการใช้ชีวิตในเกาหลี



ข้อควรปฏิบัติเมื่อเกิดอุบัติเหตุขณะเดินป่าหรือตั้งแคมป์

- หากเกิดอุบัติเหตุขณะเดินป่าหรือตั้งแคมป์ โทร 119 ทันที
- หากคุณข้อเท้าแพลง ให้พักผ่อนให้เพียงพอก่อน พร้อมกับการประคบเย็น
- หากคุณหลงทางโดยไม่ตั้งใจ พยายามทำตัวให้ความอบอุ่นโดยใช้ใบไม้ร่วงหรือกิ่งสนปกคลุมร่างกาย

자연 재난 ①

10 우리를 위협하는 재난, 미리 대비해요

재난 대비, 이렇게 하세요!

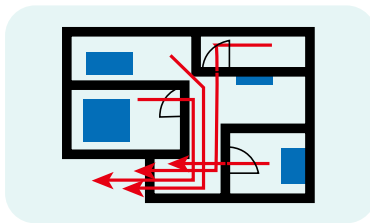


재난정보 청취하기



[QR코드]

TV, 라디오, 국민재난안전포털(www.safekorea.go.kr) 등
정전에 대비해 건전지 또는 충전식 라디오 준비



대피 계획 세우기

집 안 대피경로 점검 및 주변 대피시설 위치 확인



연락 계획 세우기

가족 연락방법 및 대피장소 지정



혼자 사는 경우 자녀, 지인, 사회복지기관 등의 비상연락처를 꼭 기억해요!



[여기서 잠깐!] 안전디딤돌 앱을 아시나요?



한국에서는 안전디딤돌 앱으로 재난 관련 정보를 확인할 수 있어요!

주요 재난정보

재난 신고, 재난 뉴스, 기상정보, 재난 문자 등

재난 대피 정보

비상시 행동요령, 내 주변 대피소 찾기, 병원 약국 정보 등



[앱스토어]

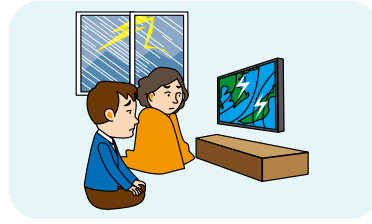


[플레이스토어]

ภัยพิบัติทางธรรมชาติ ①

10 เตรียมรับมือภัยพิบัติที่ อาจคุกคามเรา

เตรียมรับภัยพิบัติโดยใช้วิธีการเหล่านี้

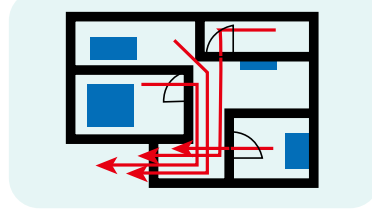


รับฟังการออกอากาศข้อมูลภัยพิบัติ

"ทีวี วิทยุ เว็บไซต์เตือนภัยพิบัติแห่งชาติ (National Disaster Safety Portal) (www.safekorea.go.kr)
เตรียมถ่านไฟฉายหรือวิทยุแบบชาร์จไฟได้เอาไว้หากเกิดไฟดับ "



[QR code]



วางแผนหนีภัย

ตรวจสอบเส้นทางหนีภัยในบ้านและตำแหน่งของอาคารพิ
กพิงสำหรับการหนีในบริเวณใกล้เคียง



วางแผนการติดต่อ

ระบุวิธีติดต่อสมาชิกในครอบครัวและจุดอพยพ



หากคุณอยู่คนเดียว จำข้อมูลการติดต่อบุคคลในกรณีฉุกเฉินของคุณ เช่น ลูก
คนรู้จัก และศูนย์สวัสดิการสังคม



[รอสักครู่!] รู้จักแอป Emergency Ready แล้วหรือยัง

คุณสามารถรับข้อมูลเกี่ยวกับภัยพิบัติได้โดยใช้แอป
Emergency Ready ในเกาหลี

ข้อมูลภัยพิบัติที่สำคัญ

รายงานภัยพิบัติ ข่าวภัยพิบัติ ข้อมูลสภาพอากาศ
ข้อความเกี่ยวกับภัยพิบัติ ฯลฯ

ข้อมูลการอพยพจากภัยพิบัติ

แผนเพื่อดำเนินการในกรณีฉุกเฉิน การค้นหาที่พักพิงใกล้บ้าน
ข้อมูลโรงพยาบาลและร้านขายยา ฯลฯ



[App Store]



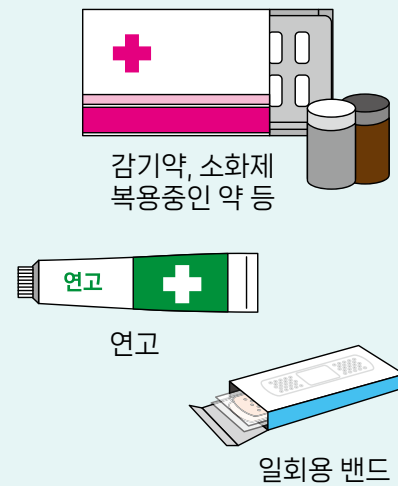
[Play Store]

비상용 가방에는 무엇이 들어가야 할까?

비상식품



구급약품



생활용품



기타

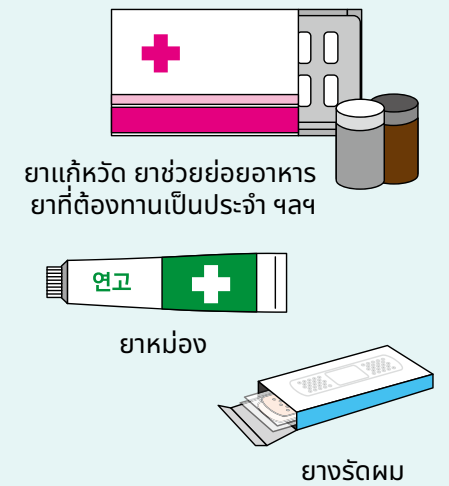


สิ่งที่ควรพกเอาไว้ในกระเป๋าฉุกเฉิน

อาหารฉุกเฉิน



ชุดปฐมพยาบาล



ของใช้ในครัวเรือน



อื่นๆ



비상용 가방은 언제든지 빠르게 가지고 나갈 수 있게 현관문 가까이 두세요!



วางกระเป๋าฉุกเฉินไว้ใกล้ประตูหน้า เพื่อที่คุณจะสามารถนำออกมาใช้ได้อย่างรวดเร็วได้ทุกเมื่อ

11 자연 재난, 이렇게 대처해요

기후성 재난

태풍 · 호우

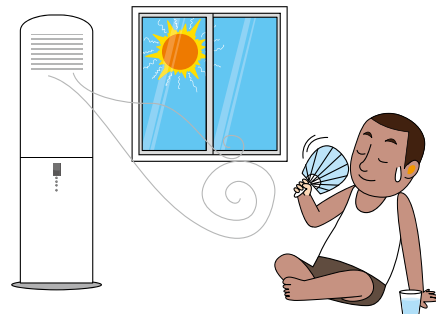


- 한국은 주로 여름과 가을에 태풍과 폭우가 발생해요.
- 문, 창문을 닫고 가능한 멀리 떨어주세요.
- 개울가, 하천 주변, 해안가 등 침수 위험지역은 가지 않아요.
- 집이 침수 및 고립되었다면 안전한 곳으로 대피해요.



대피 시에는 전기와 가스를 꼭 차단하세요!

폭염

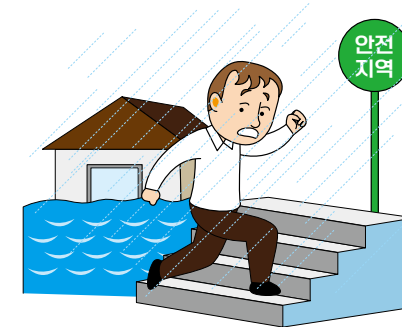


- 한국에서는 최고기온 35도 이상이면 폭염경보, 33도 이상이면 폭염주의보가 발령돼요.
- 폭염경보가 발령되면 가급적 외출을 삼가요.
- 외출 시 챙이 넓은 모자를 착용하고 자외선 차단제를 발라요.
- 현기증, 메스꺼움 등의 증세가 있을 때는 시원한 곳에서 휴식해요.

11 รับมือภัยธรรมชาติ โดยใช้วิธีนี้

ภัยพิบัติที่เกิดจากสภาพอากาศ

ไต้ฝุ่น/ฝนตกหนัก

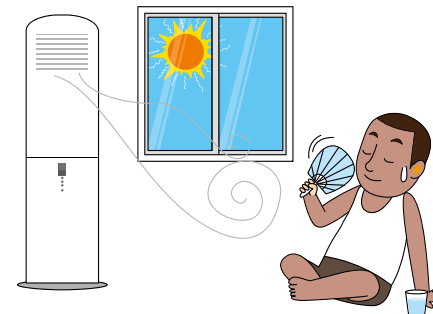


- ไต้ฝุ่นและฝนตกหนักในเกาหลีส่วนใหญ่เกิดขึ้นในช่วงฤดูร้อนและฤดูใบไม้ร่วง
- ปิดประตูและหน้าต่างและอยู่ห่างจากประตูและหน้าต่างให้มากที่สุด
- อย่าไปพื้นที่เสี่ยงน้ำท่วม เช่น ลำห้วย ริมแม่น้ำ และชายฝั่งทะเล
- ถ้าบ้านของคุณถูกน้ำท่วมหรืออยู่ตามลำพัง ให้รีบอพยพไปยังที่สถานที่ปลอดภัย



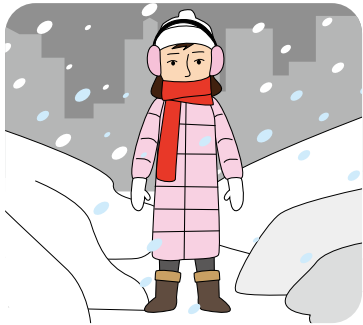
อย่าลืมปิดไฟฟ้าและแก๊สก่อนอพยพ

คลื่นความร้อน



- ในเกาหลี จะมีการเตือนคลื่นความร้อนเมื่ออุณหภูมิสูงสุดขึ้นไปถึง 35 องศาขึ้นไป
- โดยทางการจะแจ้งเตือนคลื่นความร้อนเมื่ออุณหภูมิสูงสุดขึ้นไปถึง 33 องศาขึ้นไป
- หากมีแจ้งเตือนเรื่องคลื่นความร้อน ให้งดออกไปนอกบ้าน
- สวมหมวกปีกกว้างและทาครีมกันแดดเมื่อออกไปนอกบ้าน
- หากคุณมีอาการไม่สบาย อาทิเช่น วิงเวียนศีรษะหรือคลื่นไส้ ให้หลบไปพักผ่อนในสถานที่ที่มีอากาศเย็น

대설 · 한파



- 기후변화로 한국의 겨울은 추운 날이 많아졌어요.
- 외출 시 모자, 귀마개, 목도리 등을 착용해 몸을 따뜻하게 보호해요.
- 수도계량기, 보일러 배관은 헌 옷 등으로 보온 조치를 해요.
- 장기간 집을 비울 때는 수도물을 약하게 틀어 놔요.

황사



- 한국은 주로 봄철에 황사가 발생해요.
- 황사에는 미세먼지가 섞여 있어 건강을 해칠 수 있어요.
- 황사가 실내로 들어오지 못하게 창문을 닫아요.
- 외부활동을 줄이고 외출할 때는 마스크를 써요.
- 집에 돌아오면 손과 발을 깨끗이 씻어요.

벼락



- 벼락 예보 시엔 밖으로 나가지 않아요.
- 가전제품 플러그를 뽑고 1m 이상 거리를 유지해요.
- 외부에 있을 때는 차 안, 건물 안 등 안전한 곳으로 대피해요.



[여기서 잠깐!] 한파주의보/한파경보, 대설주의보/대설경보의 기준은?

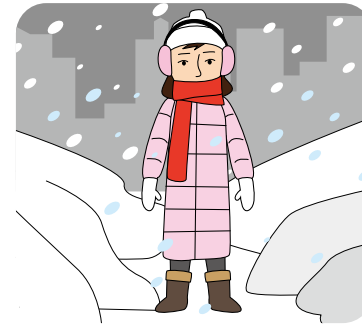
▶ 한파주의보/한파경보 (10월~4월 중 다음에 해당할 경우)

한파주의보	<ul style="list-style-type: none"> • 아침 최저기온이 -12°C 이하로 2일 이상 계속될 때 • 아침 최저기온이 전날보다 10°C 이상 내려가고(3°C 이하) 평년보다 3°C 정도 낮을 때
한파경보	<ul style="list-style-type: none"> • 아침 최저기온이 -15°C 이하로 2일 이상 계속될 때 • 아침 최저기온이 전날보다 15°C 이상 내려가고(3°C 이하) 평년보다 3°C 정도 낮을 때

▶ 대설주의보/대설경보 (24시간 동안 내린 눈의 깊이 기준)

- 5cm 이상 예상되면 대설주의보, 20cm 이상(산은 30cm 이상) 예상되면 대설경보

หิมะตกหนัก/คลื่นความหนาว



- วันที่มีอากาศหนาวเย็นในเกาหลีเพิ่มขึ้นเนื่องจากการเปลี่ยนแปลงของสภาพอากาศ
- รักษาร่างกายให้อบอุ่นเมื่อออกไปนอกบ้าน โดยการสวมหมวก ที่ปิดหู ผ้าพันคอ ฯลฯ
- ช่วยให้มีเตอร์น้ำและท่อตันน้ำอุ่นไว้โดยการนำเสื้อผ้าเก่าๆ ไปคลุม
- เมื่อต้องออกจากบ้านเป็นเวลานาน ให้เปิดน้ำก๊อกในระดับต่ำทิ้งไว้

ฝุ่นเหลือง



- ในเกาหลี ฝุ่นเหลืองมักเกิดขึ้นในช่วงฤดูใบไม้ผลิเป็นส่วนใหญ่
- ฝุ่นเหลืองอาจเป็นอันตรายต่อสุขภาพของคุณ เนื่องจากเป็นฝุ่นละอองที่มีขนาดเล็ก
- ปิดหน้าต่างเพื่อกันฝุ่นเหลืองเข้ามาในห้อง
- ลดการทำกิจกรรมกลางแจ้งและสวมหน้ากากอนามัยเมื่อออกไปนอกบ้าน
- ล้างมือและเท้าเมื่อกลับถึงบ้าน

ฟ้าผ่า



- อย่าออกไปนอกบ้าน เมื่อมีการพยากรณ์อากาศว่าจะมีพายุฝนฟ้าคะนอง
- ถอดปลั๊กเครื่องใช้ไฟฟ้าภายในบ้านและอยู่ห่างจากเครื่องใช้ไฟฟ้าเหล่านี้อย่างน้อย 1 ม.
- เมื่ออยู่ข้างนอกบ้าน ให้เข้าไปอยู่ในที่ที่ปลอดภัย อาทิเช่น ในรถยนต์หรือในภายในอาคาร



[รอสักครู่!] การแจ้งเตือน/การเตือนภัยคลื่นความหนาวและการแจ้งเตือน/การเตือนภัยหิมะตกหนักมีมาตรฐานอย่างไร

▶ การแจ้งเตือนคลื่นความหนาว (ตั้งแต่เดือนตุลาคมถึงเมษายน)

การแจ้งเตือนคลื่นความหนาว	<ul style="list-style-type: none"> • หากอุณหภูมิต่ำสุดในตอนเช้าต่ำกว่าวันก่อนหน้ามากกว่า 10°C (ต่ำกว่า 3°C) และต่ำกว่าค่าเฉลี่ยประมาณ 3°C
การเตือนภัยคลื่นความหนาว	<ul style="list-style-type: none"> • หากอุณหภูมิต่ำสุดในตอนเช้าต่ำกว่า -15°C ติดต่อกันนานกว่า 2 วัน • หากอุณหภูมิต่ำสุดในตอนเช้าต่ำกว่าวันก่อนหน้ามากกว่า 15°C (ต่ำกว่า 3°C) และต่ำกว่าค่าเฉลี่ยประมาณ 3°C

▶ การแจ้งเตือน/การเตือนภัยหิมะตกหนัก

(ขึ้นอยู่กับความลึกของหิมะที่ตกลงมาในช่วงเวลา 24 ชั่วโมงที่ผ่านมา) - ารป้องกัน
- หากคาดว่าจะสูงเกิน 5 ซม. จะมีการแจ้งเตือนหิมะตกหนัก หากคาดว่าจะสูงเกิน 20 ซม. (มากกว่า 30 ซม. สำหรับพื้นที่แถบภูเขา) จะมีการเตือนภัยหิมะตกหนัก

지질성 재난

지진



집에서는 탁자 밑!



건물 밖으로 나갈 때는 계단!



안전한 대피장소는 야외 넓은 곳!



대피장소 도착 후에는 안내에 따라 행동!



지진이 발생하면 머리부터 보호하고 흔들림이 멈춘 후 안전한 곳으로 대피해요!

한국 생활을 위한 안전 정보



지진 발생 후에는 이렇게 대처하세요!

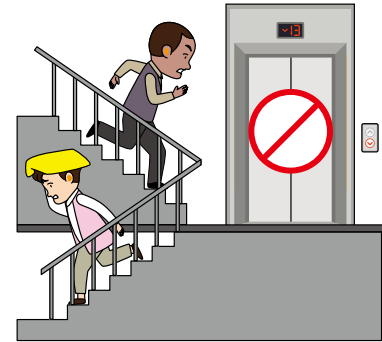
- 부상자가 있다면 즉시 119에 구조를 요청해요.
- 주변 피해 상황에 따라 귀가 여부를 결정하고, 거주지로 돌아간 후 안전에 유의해요.

พิบัติภัยทางธรณีวิทยา

แผ่นดินไหว



ซ่อนใต้โต๊ะในบ้าน



ลงบันไดเมื่อออกจากอาคาร



สถานที่ที่ปลอดภัยคือพื้นที่กลางแจ้งขนาดใหญ่



ปฏิบัติตามคำแนะนำหลังจากมาถึงจุดพักพิงชั่วคราว



หากเกิดแผ่นดินไหว ให้ป้องกันศีรษะของคุณก่อน และหนีไปยังสถานที่ปลอดภัยหลังจากการสั่นสะเทือนหยุดลง

ข้อมูลด้านความปลอดภัยเกี่ยวกับการใช้ชีวิตในเกาหลี



ข้อควรปฏิบัติหลังจากเกิดแผ่นดินไหว

- หากมีผู้ได้รับบาดเจ็บ ให้โทรแจ้ง 119 เพื่อขอความช่วยเหลือทันที
- ตัดสินใจกลับบ้านหรือไม่ขึ้นอยู่กับความเสียหายรอบตัว และให้ความสำคัญต่อความปลอดภัยหลังจากกลับถึงบ้าน

지진해일

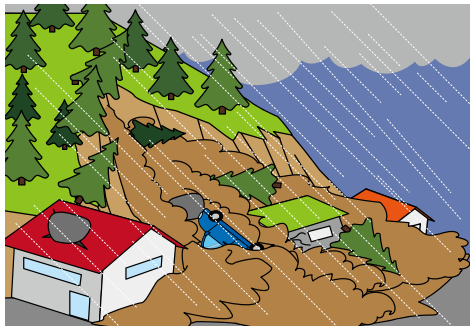


- 한국은 3면이 바다에 둘러싸여 있어 지진해일이 일어날 수 있어요.
- 기상청에서 해일 특보를 발령하거나 시·군·구청 또는 소방서에서 대피명령을 내리면 즉시 대피해요.
- 바닷가에서 강한 지진동을 느끼면 즉시 높은 곳으로 이동해요.
- 먼바다에 있는 배는 항만·포구 등에 정박하고, 가까운 바다에서 조업 중인 배는 수심이 깊은 먼바다 쪽으로 이동해요.



지진해일은 여러 번 반복될 수 있으니 특보가 해제될 때까지 낮은 곳으로 가지 않아요!

산사태



- 한국은 국토의 약 70%가 산으로 되어 있어 폭우, 태풍 등으로 산사태가 발생할 수 있어요.
- 주민 대피명령이 발령되면 반드시 안전한 곳으로 대피해요. (산사태 취약지역에 거주하는 경우 가급적 사전에 대피)

화산폭발



- 한국에는 현재 활동 중인 화산이 없지만, 만일을 위해 화산폭발에 대응하는 방법을 알아둬요.
- 화산이 폭발했을 때는 실내에 머무르며 재난방송을 청취해요.
- 외부에 있을 땐 차나 건물 등으로 신속하게 대피해요.

สึนามิ

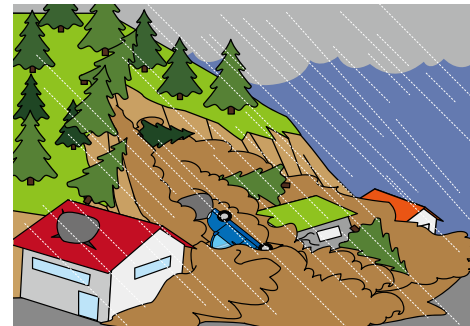


- อาจเกิดสึนามิในเกาหลีใต้ เนื่องจากเกาหลีล้อมรอบด้วยทะเลถึงสามด้าน
- อพยพทันทีหากกรมอุตุนิยมวิทยาของเกาหลีออกคำเตือนสึนามิ หรือสำนักงานปกครองส่วนท้องถิ่นหรือสถานีดับเพลิงมีคำสั่งให้ทำการอพยพ
- หากคุณรู้สึกที่เกิดแผ่นดินไหวรุนแรงตอนอยู่บริเวณชายหาด ให้ย้ายไปยังที่สูงทันที
- เรือใกล้ชายฝั่งควรทอดสมอที่ท่าเรือใกล้ และเรือใกล้ชายฝั่งควรออกไปยังทะเลลึก



สึนามิสามารถเกิดซ้ำได้หลายครั้ง ดังนั้นอย่าไปที่ต่ำกว่าจนกว่าจะมีการยกเลิกคำเตือน

แผ่นดินถล่ม



- แผ่นดินถล่มสามารถเกิดขึ้นได้ในเกาหลีเนื่องจากฝนตกหนักหรือได้ฝุ่น เนื่องจากประมาณ 70% ของเกาหลีมีพื้นที่เป็นภูเขา
- เมื่อมีการออกคำสั่งอพยพผู้ที่อาศัยในพื้นที่เสี่ยงตรวจสอบให้แน่ใจว่าได้อพยพไปยังสถานที่ปลอดภัยแล้ว (แนะนำให้มีการอพยพล่วงหน้า หากคุณอาศัยอยู่ในพื้นที่เสี่ยงภัยดินถล่ม)

ภูเขาไฟระเบิด



- ปัจจุบันไม่มีภูเขาไฟที่ยังปะทุอยู่ในประเทศเกาหลีอีกต่อไปแล้ว อย่างไรก็ตาม เราควรเรียนรู้วิธีรับมือกับภูเขาไฟระเบิดเพื่อเอาไว้
- เมื่อภูเขาไฟระเบิด ให้อยู่ในอาคารและฟังการออกอากาศเตือนภัยพิบัติ
- หากคุณอยู่กลางแจ้ง ให้หนีเข้าไปในรถหรือภายในอาคารทันที

응급처치 ①

12 빠른 응급처치가 생명을 살려요

성인 심폐소생술

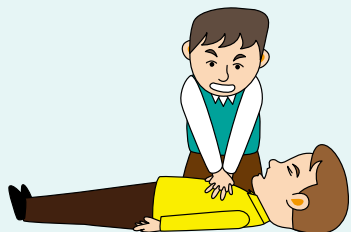
1 반응 확인



2 119 신고 및 자동심장
충격기(AED) 요청



3 가슴압박 30회



4 인공호흡 2회



119 신고 후 휴대전화를 켜 놓은 상태에서 구급대원의 지시에 따라요!



[여기서 잠깐!!] 심폐소생술, 왜 해야 할까요?

심정지 후 4분이 지나면 뇌 손상이 일어나기 때문에 즉시 심폐소생술을 해야 소중한 생명을 살릴 수 있어요!

การปฐมพยาบาล ①

12 การปฐมพยาบาลเบื้องต้น ต้นเพื่อช่วยชีวิต

การทำซีฟิอาร์สำหรับผู้ใหญ่

1 ตรวจสอบการตอบสนอง



2 โทร 119 และขอเครื่อง AED
(เครื่องกระตุ้นหัวใจภายนอกแบบอัตโนมัติ)



3 กดหน้าอก 30 ครั้ง



4 ทำซีฟิอาร์ 2 ครั้ง



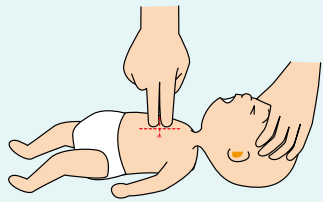
โทร 119 เปิดมือถือทิ้งไว้และปฏิบัติตามคำแนะนำของเจ้าหน้าที่กู้ชีพ



[รอสักครู่!] ทำไมเราจึงต้องทำซีฟิอาร์

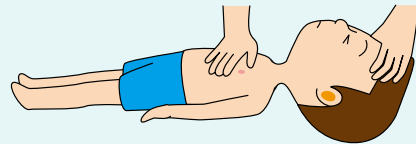
สมองจะเสียหายภายใน 4 นาทีหลังจากหัวใจหยุดเต้น ดังนั้นให้ทำซีฟิอาร์ทันทีเพื่อรักษาชีวิตอันมีค่าเอาไว้

영아·소아 심폐소생술



영아(1개월~만1세)

젖꼭지 연결선 바로 아래의 가슴뼈를 두 손가락으로 압박하기 (깊이 약 4cm)

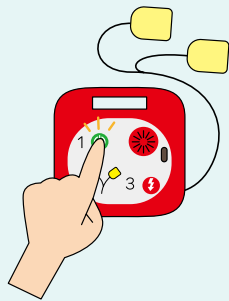


소아(만1세~만8세)

가슴뼈 아래쪽 1/2 부분을 한 손으로 압박하기 (깊이 4~5cm)

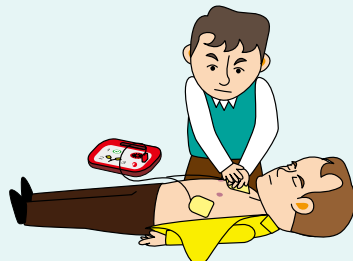
자동심장충격기(AED) 사용법

1 전원켜기



전원을 켜고 안내에 따라 행동하기

2 패드부착



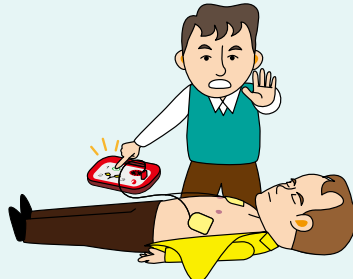
정확한 위치 확인 후 패드 부착

3 심장리듬분석



"모두 물러나세요" 라고 외치고 환자와 접촉하지 않기

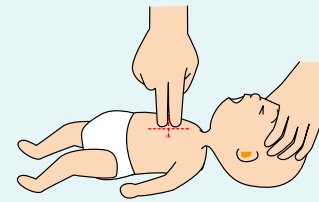
4 심장충격



"모두 물러나세요" 라고 외치고 심장충격 버튼 누르기

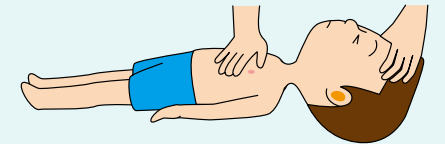
심장충격 후에는 즉시 심폐소생술을 다시 시작해요!

การทำซีฟาร์สำหรับทารก/เด็ก



ทารก (อายุ 1 เดือนถึง 1 ขวบ)

กดโดยใช้สองนิ้วบริเวณกระดูกหน้าอกใต้หัวนม (กดลึกประมาณ 4 ซม.)



เด็ก (อายุ 1 ถึง 8 ปี)

กดโดยใช้มือข้างหนึ่งบริเวณครึ่งล่างของกระดูกหน้าอก (กดลึก 4 ถึง 5 ซม.)

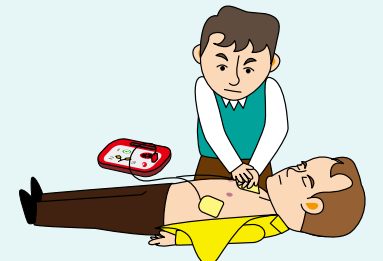
วิธีการใช้เครื่อง AED

1 เปิดเครื่อง



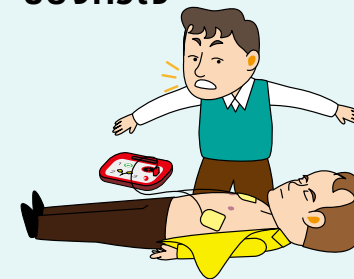
เปิดเครื่องและทำตามคำแนะนำ

2 ติดแผ่นรอง



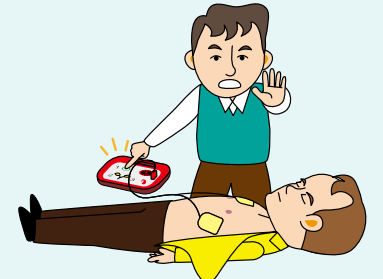
ตรวจสอบตำแหน่งที่ถูกต้องและติดแผ่นรอง

3 วิเคราะห์จังหวะการเต้นของหัวใจ



ตะโกนว่า "ทุกคนถอยไป" ห้ามสัมผัสกับผู้ป่วย

4 ทำการช็อกไฟฟ้า



ตะโกนว่า "ทุกคนถอย" แล้วกดปุ่ม AED

เริ่มทำซีฟาร์ทันทีหลังทำการปั๊มหัวใจ

성인 이물질에 의한 기도폐쇄의 처치

1 상태 확인 및 119 신고



기도 폐쇄 증상이 보이면
즉시 119에 신고하기

2 기침 유도 및 등 두드리기 (5회)

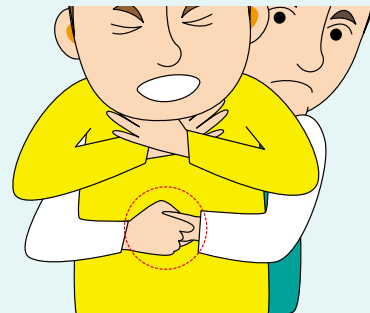


기침이 가능하면 스스로 뱉어내게
기침 유도, 기침이 어려우면
등을 5번 정도 연속 두드리기

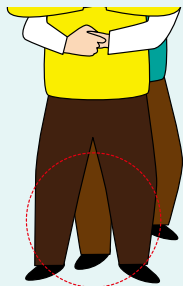
3 복부 밀어내기



주먹 쥔 손을 환자의
배꼽과 명치 중간에 두기



다른 한 손으로 주먹을 감싸기



환자의 다리 사이로 한 발을 넣고,
한 발은 뒤로 뺀어 균형 잡기



배를 안쪽으로 누르며
위쪽으로 5회 압박하기

วิธีรักษาอาการมีสิ่งแปลกปลอมปิดกั้นทางเดินหายใจในผู้ใหญ่

1 ตรวจอาการของผู้ป่วย และโทร.119



โทร 119
ทันทีหากมีอาการทางเดินหายใจอุดตัน

2 กระตุ้นให้อาเจียนและตบหลัง (5 ครั้ง)

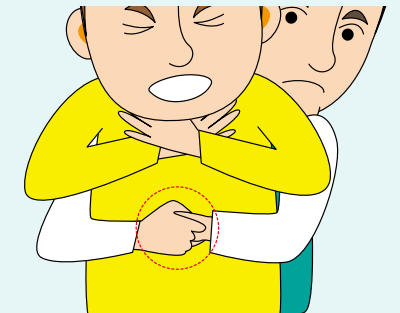


ถ้าผู้ป่วยไอได้ ให้ผู้ป่วยขับตัวเอง
กระตุ้นให้อาเจียน ถ้าผู้ป่วยไอไม่ได้ ให้ตบหลัง 5
ครั้งติดต่อกัน

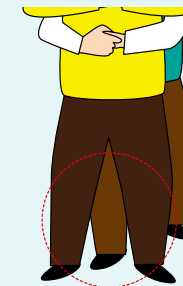
3 ดันหน้าท้อง



วางมือที่กำแน่นระหว่าง
สะดือและลิ้นปี่ของผู้ป่วย



กำกำปั้นด้วยมืออีกข้างหนึ่ง



ยัดให้มั่นคงโดยวางเท้าข้าง
หนึ่งไว้ระหว่างขาของผู้ป่วยและ
ยัดเท้าอีกข้างหนึ่งไปด้านหลัง



กดท้องของผู้ป่วยเข้า
ด้านในแล้วกดขึ้น 5 ครั้ง



구급대원이 도착하기 전까지 복부 밀어내기를 반복하고, 환자가 의식이 없을 때는 즉시 심폐소생술을 시도해요!



กดท้องต่อไปจนกว่าเจ้าหน้าที่กู้ชีพจะมาถึง หากผู้ป่วยหมดสติ ให้ทำซีพอาร์ทันที

영아 이물질에 의한 기도폐쇄의 처치

1 상태 확인 및 119 신고



신 울음소리 또는 청색증이 보이면
즉시 119에 신고하기

2 등 두드리기 (5회)



턱과 뒤통수를 감싸고
천천히 안아 올리기



머리가 아래를 향하도록 엎드려 놓고,
손바닥으로 등 중앙을 5회 두드리기

3 가슴압박 (5회)



머리가 아래를 향하게 바로 눕히기



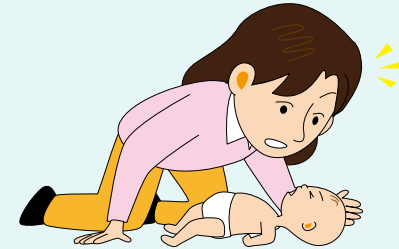
두 개의 손가락으로 5회 가슴압박하기
(양쪽 젖꼭지 중앙 바로 아래 부위)



구급대원이 도착하기 전까지 등 두드리기와 가슴압박을 반복하고,
환자가 의식이 없을 때는 즉시 심폐소생술을 시도해요!

วิธีรักษาอาการมีสิ่งแปลกปลอมปิดกั้นทางเดินหายใจในการก

1 ตรวจอาการของผู้ป่วยและโทร.119



โทร 119
ทันทีหากการร้องไห้ด้วยเสียงแหบแห้งหรือมีอาการตัวเขียว

2 ตะบหลัง (5 ครั้ง)



วางแขนไว้รอบคางและหลังศีรษะ
แล้วยกขึ้นช้าๆ



นอนคว่ำหน้าลง ใช้ฝ่ามือ
ตะบกลางหลัง 5 ครั้ง

3 กดหน้าอก (5 ครั้ง)



นอนคว่ำหน้าลง



ใช้สองนิ้วกดหน้าอก 5 ครั้ง
(ใต้กึ่งกลางของหัวนมทั้งสองข้าง)

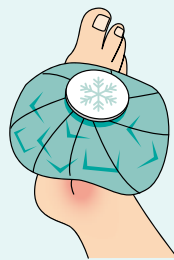


ตะบหลังและกดหน้าอกต่อไปจนกว่าเจ้าหน้าที่กู้ชีพจะมาถึง หากผู้ป่วยหมดสติ
ให้ทำซีฟอาร์ทันที

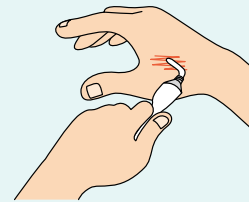
응급처치 ②

13 상황별 응급처치법을 알아보아요

상처



타박상(맞거나 부딪쳐 생긴 상처)에는
24시간 내엔 냉찜질을,
48시간 이후엔 온찜질을 합니다.



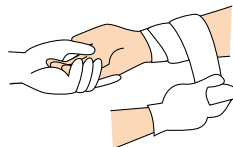
찰과상(긁힌 상처)에는
항생제 연고를 바릅니다.



[여기서 잠깐!] 상처로 인해 출혈이 생겼을 때



직접압박
상처를 깨끗한 천으로
덮고 누르기



상처보호
붕대로 상처부위
감싸기



심장보다 높게
상처 부위를 심장 보다
높게 올리기

화상

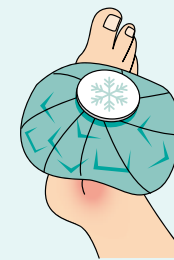


- 화상 부위를 흐르는 찬물로 20분 이상 식혀줘요.
- 화상 부위에 생긴 물집은 터트리지 않아요.
- 오염된 물건이 상처 부위에 접촉하지 않게 해요.
(로션, 된장, 간장, 소주 등 절대로 바르지 않음)

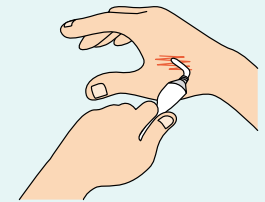
การปฐมพยาบาล ②

13 เรียนรู้วิธีปฐมพยาบาล ในแต่ละสถานการณ์

บาดแผล



หากเกิดแผลฟกช้ำ
(บาดแผลถูกกระแทกหรือชน)
ให้ประคบเย็นภายใน 24 ชั่วโมงแรก
และประคบร้อนหลังจาก 48 ชั่วโมง



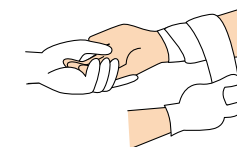
หากเกิดแผลถลอก (รอยขีดข่วน)
ให้ทาครีมปฏิชีวนะ



[รอสักครู่!] มีเลือดออกจากบาดแผล



กดตรงบาดแผล
ปิดแผลด้วยผ้าสะอาด
แล้วกดไว้



ป้องกันบาดแผล
ใช้ผ้าพันแผลปิดแผล



เหนือหัวใจ
ยกแผลให้สูงกว่าระดับหัวใจ

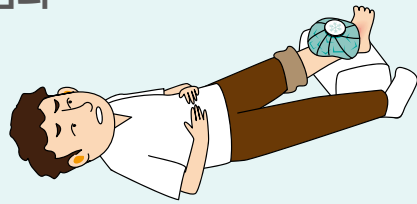
แผลไหม้



- ทำให้บริเวณที่ไหม้เย็นลงโดยใช้น้ำเย็นไหลผ่านเป็นเวลาอย่างน้อย 20 นาที
- อย่าแกะตุ่มพองบริเวณที่ถูกไฟไหม้
- อย่าให้แผลสัมผัสกับวัตถุที่ไม่สะอาด
(ห้ามทาโลชั่น เตาเจียว ซอสถั่วเหลือง โซจู ฯลฯ)

염좌(뺨) / 골절

염좌



얼음찜질로 부기를 빼고
다친 부위를 심장보다 높이 올려요.

골절



뼈가 뚫고 나왔다면 소독 거즈 등으로
상처 부위를 덮은 후 붕대로 감아줘요.

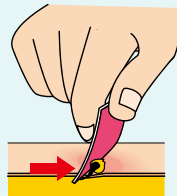
벌 쏘임

벌침이 없는 경우

1. 벌에 쏘인 환자를 안정시켜요.
2. 두통, 어지럼증, 복통, 호흡곤란 등의 과민성 쇼크(아나필락시스)로 진행되는지 환자의 상태를 확인하고, 증상이 보이면 119에 신고하여 병원으로 이송해요.
3. 증상이 없다면, 쏘인 부분을 소독하고 병원에 가요.

벌침이 있는 경우

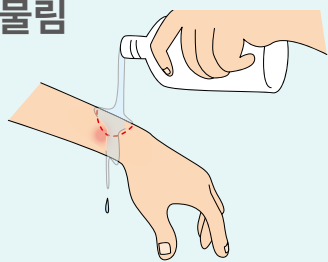
1. 검은 점처럼 보이는 벌침을 찾아요.
2. 카드를 이용해 피부를 긁어내듯 침을 제거해요.
3. 얼음찜질로 통증과 부기를 가라앉혀요.



핀셋, 손가락으로 침을 제거하면 벌침 안에 남아있는 독이 몸에 퍼질 수 있어요!

동물 물림 / 뱀 물림

동물 물림



안전한 곳으로 이동해
상처부위를 소독하고 병원에 가요.

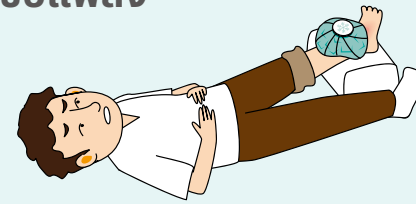
뱀 물림



물린 부위를 부목으로 고정하고
심장보다 낮게 위치시킨 후 병원에 가요.

ข้อแพลง/กระดูกร้า

ข้อแพลง



ลดอาการบวมโดยใช้ห่อน้ำแข็ง
และยกบริเวณที่บาดเจ็บให้อยู่เหนือหัวใจ

กระดูกร้า



ถ้ากระดูกยื่นออกมา
ให้ปิดแผลด้วยผ้าก๊อชฆ่าเชื้อ
แล้วพันด้วยผ้าพันแผล

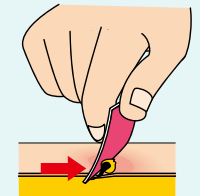
ผึ้งต่อย

หากไม่มีเหล็กในผึ้ง

1. ปลอบใจผู้ป่วยที่ถูกผึ้งต่อย
2. ตรวจสอบอาการของผู้ป่วยเพื่อดูว่าผู้ป่วยแสดงการแพ้รุนแรงหรือไม่ อาทิเช่น ปวดศีรษะ เวียนศีรษะ ปวดท้อง หรือหายใจลำบาก
3. ถ้าไม่มีอาการเหล่านี้ ให้ทำการฆ่าเชื้อบริเวณแผลที่โดนต่อย แล้วไปโรงพยาบาล

หากมีเหล็กในผึ้ง

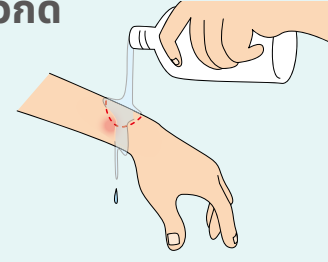
1. มองหาเหล็กไนที่มีลักษณะเป็นจุดสีดำ
2. เอาเหล็กไนออกโดยใช้การ์ดขูดผิวหนัง
3. ประคบเย็นด้วยห่อน้ำแข็ง



หากคุณใช้แหนบหรือนิ้วดึงเหล็กไนของผึ้งออก
พิษที่เหลื้อยู่ในเหล็กไนของผึ้งจะสามารถแพร่กระจายไปทั่วร่างกายได้

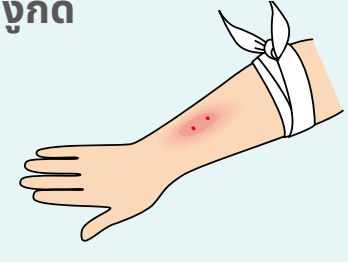
สัตว์กัด/งูกัด

สัตว์กัด



ไปอยู่ในที่ที่ปลอดภัย
ใส่ยาฆ่าเชื้อบาดแผล และไปโรงพยาบาล

งูกัด



รัดบริเวณที่ถูกกัดด้วยเฟือก
ทำให้ตำแหน่งของแผลต่ำกว่าหัวใจเอาไว้
แล้วไปโรงพยาบาล

심뇌혈관 질환

뇌졸중



징후

입이 돌아가거나 한쪽 팔, 다리에 힘이 빠지고 갑자기 말이 어눌해지며 의식이 저하됨

대응행동

- 경련하는 경우 몸을 옆으로 돌려줘요.
- 의식이 저하된 환자에게 물이나 음식을 먹이지 않아요.
- 토하면 고개를 옆으로 돌려줘요.
- 119에 신고해 빠르게 병원에 가요.

심근경색증



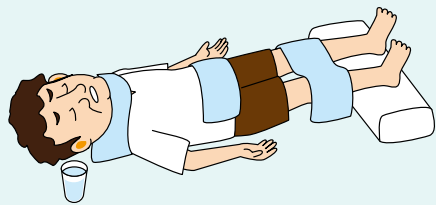
징후

가슴 통증(흉통)과 식은땀, 어지러움, 호흡곤란, 어깨나 양쪽 팔, 목의 통증

대응행동

환자를 편안한 자세로 안정시키고 119에 신고해 빠르게 병원에 가요.

온열 질환 (탈수, 열경련, 열탈진, 열사병 등)



- 얼음찜질로 체온을 내리고, 차가운 물 또는 이온음료를 마셔요.
- 구토, 고열, 정신이상 등의 증세가 보이면 즉시 119에 신고해요.
- 환자가 의식이 없고 호흡이 없다면 즉시 심폐소생술을 시행해요.



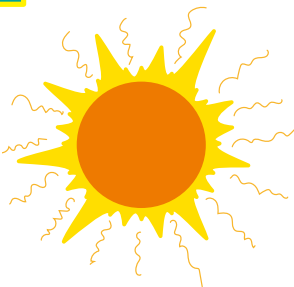
[여기서 잠깐!] 일사병과 열사병이 차이는?

일사병이란?

높은 온도에 오랫동안 노출돼 체온이 상승하고 수분이 부족해져 생기는 질병(맥박이 약하고 피부는 차가움)

열사병이란?

높은 온도와 습한 환경이 오래 이어질 때 열을 내보내지 못해 발생하는 질병(맥박이 빠르고, 피부는 뜨겁고 건조함)



โรคหัวใจและหลอดเลือด

โรคหลอดเลือดสมอง



อาการ

ปากเบี้ยว แขนหรือขาข้างใดข้างหนึ่งอ่อนแรง พูดจาไม่ชัดจับปล้น และสติเลือนลาง

วิธีการรับมือ

- หากผู้ป่วยมีอาการชัก ให้หันลำตัวไปด้านข้าง
- อย่าให้น้ำหรืออาหารแก่ผู้ป่วยที่หมดสติ
- ถ้าผู้ป่วยอาเจียน ให้หันศีรษะไปด้านข้าง
- โทร 119 แล้วรีบไปโรงพยาบาล

กล้ามเนื้อหัวใจตาย



อาการ

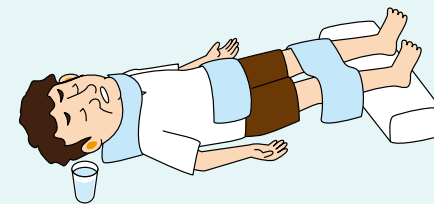
เจ็บหน้าอกและตัวเย็นแต่เหงื่อออก วิงเวียน หายใจลำบาก ปวดไหล่ แขน หรือคอ

วิธีการรับมือ

จัดผู้ป่วยให้อยู่ในท่าที่สบายและโทร 119 เพื่อไปโรงพยาบาลอย่างรวดเร็ว

อาการป่วยเพราะอากาศร้อน

(ภาวะขาดน้ำ ตะคริวเพราะอากาศร้อน อ่อนเพลียเพราะอากาศร้อน โรคลมแดด ฯลฯ)



- ลดอุณหภูมิร่างกายด้วยถุงน้ำแข็งและผ้าชุบน้ำเย็นหรือเครื่องดื่มเกลือแร่
- หากผู้ป่วยมีอาการอาเจียน มีไข้สูง หรือเพ้อ ให้โทร 119 ทันที
- หากผู้ป่วยหมดสติและไม่หายใจ ให้ทำซีพอาร์ทันที



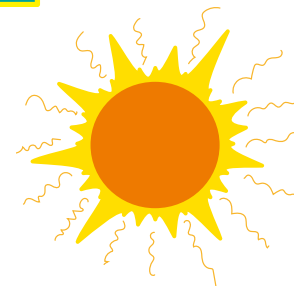
[รอสักครู่!] โรคลมแดดกับโรคร้อนต่างกันอย่างไร

โรคลมแดดคืออะไร

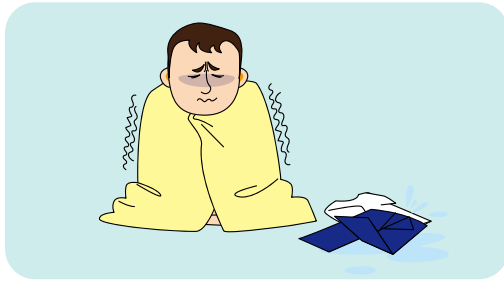
โรคที่เกิดจากอุณหภูมิของร่างกายที่เพิ่มสูงขึ้นและความชื้นที่ไม่เพียงพอเนื่องจากการสัมผัสกับอุณหภูมิสูงเป็นเวลานานเกินไป (ชีพจรอ่อนและผิวเย็น)

โรคร้อนคืออะไร

โรคที่เกิดจากการกระจายความร้อนของผู้ป่วยล้มเหลวเมื่อสัมผัสกับอุณหภูมิสูงและสภาพแวดล้อมที่ชื้นเป็นเวลานาน (ชีพจรเต้นเร็ว ผิวหนังร้อนและแห้ง)



한랭 질환(동상, 저체온증 등)



- 환자를 따뜻한 곳으로 옮긴 후 옷이 젖었다면 벗기고, 담요로 몸 전체를 감싸요.
- 따뜻한 물에 동상 부위를 20~40분간 담근 후, 소독된 마른 거즈를 발가락, 손가락 사이에 끼워요.
- 환자가 의식이 없으면 즉시 심폐소생술을 시행해요.



한랭질환은 젖은 옷과 양말 등을 오랜 시간 착용했을 때 주로 발생할 수 있으니 주의해요!

약물 오남용



- 건강기능식품을 구입하기 전에 의사와 충분히 상의해요.
- 약물 복용 후 구토, 메스꺼움, 설사 등 이상 징후가 발생하면 즉시 복용한 약물을 가지고 병원으로 가요.

농약 중독



- 농약 중독이 의심되면 즉시 119에 전화하고 구급대원의 지시를 따라요.
- 병원에 갈 때 농약이 피부에 묻지 않게 주의 하며 약병을 가져가요.
- 농약이 피부에 묻었을 때에는 오염된 옷을 벗고 흐르는 물로 몸을 깨끗이 씻어요.

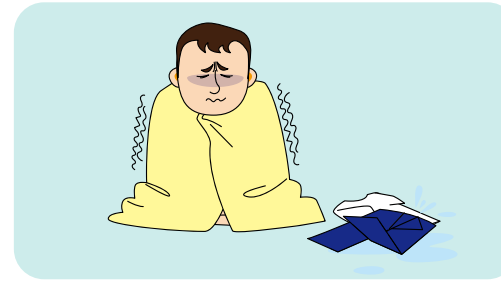
한국 생활을 위한 안전 정보



즉시 119에 연락해야 하는 응급상황은?

기도폐쇄, 마비, 호흡곤란, 중독, 물에 빠졌을 때, 심장마비, 심한 화상, 심장질환 또는 가슴통증, 전기 손상, 의식이 없는 경우, 자살 기도, 심한 출혈, 분만, 척추 손상이 의심되는 경우, 경련 등

โรคที่เกิดจากความเย็น (ผิวหนังถูกทำลายจากความเย็นจัด ภาวะอุณหภูมิในร่างกายต่ำ ฯลฯ)



- เคลื่อนย้ายผู้ป่วยไปยังสถานที่อบอุ่นและคลุมร่างกายด้วยผ้าห่มหลังจากถอดเสื้อผ้าที่เปียกออก หากตัวเปียก
- แช่บริเวณที่ถูกน้ำแข็งกักในน้ำอุ่นเป็นเวลา 20 ถึง 40 นาที สอดผ้าก๊อชที่แห้งและปลอดเชื้อระหว่างนิ้วเท้าและนิ้วมือ
- หากผู้ป่วยหมดสติ ให้ทำซีพอาร์ทันที



โปรดจำไว้ว่าโรคที่เกิดจากความเย็นส่วนใหญ่เกิดขึ้นได้เมื่อคนสวมเสื้อผ้าและถูกน้ำเปียกเป็นเวลานาน

การใช้ยาในทางที่ผิด



- ปรึกษาแพทย์ก่อนซื้ออาหารเพื่อสุขภาพ
- หากรับประทานยาแล้วมีอาการผิดปกติ เช่น อาเจียน คลื่นไส้ ท้องเสีย ให้รีบนำยาที่รับประทานไปพบแพทย์ที่โรงพยาบาล

พิษของสารกำจัดศัตรูพืช



- หากสงสัยว่าเป็นพิษเพราะยาฆ่าแมลง โทร 119 ทันทีและปฏิบัติตามคำแนะนำของเจ้าหน้าที่กู้ชีพ
- เมื่อไปโรงพยาบาลให้นำขวดยาฆ่าแมลงติดตัวไปด้วยโดยระวังอย่าให้ยาฆ่าแมลงสัมผัสผิวหนัง
- หากผิวหนังของคุณสัมผัสกับยาฆ่าแมลง ให้ถอดเสื้อผ้าที่เปื้อนยาออกและชำระล้างร่างกายให้สะอาดโดยให้น้ำไหลผ่าน

ข้อมูลด้านความปลอดภัยเกี่ยวกับการใช้ชีวิตในเกาหลี



เหตุฉุกเฉินใดที่คุณต้องโทร 911 ทันที

ทางเดินหายใจอุดตัน อัมพาต หายใจลำบาก ได้รับพิษเข้าสู่ร่างกาย จมน้ำ หัวใจวาย แผลไฟไหม้รุนแรง โรคหัวใจ หรือมีอาการแพ้รุนแรง การบาดเจ็บเพราะโดนไฟดูด หมดสติ พยายามฆ่าตัวตาย เลือดออกมาก คลอดบุตร สงสัยว่ามีอาการบาดเจ็บที่กระดูกสันหลัง ชัก ฯลฯ

14 위급할 때 필요한 긴급 정보를 알아보아요

긴급 신고 전화번호

접수내용	관련기관	전화번호
화재·구조·구급·재난신고 응급의료·병원 정보	소방청	119
범죄신고	경찰청	112
감염병 신고·질병 정보 제공	질병관리청	1339
학교폭력 예방교육 및 전화·문자 상담	교육부, 여성가족부, 경찰청	117

다누리 콜센터(대표번호 1577-1366)

내용	문의처
- 국내 거주 다문화 가정에게 한국 생활 정보제공, 위기상담 및 긴급 지원, 생활통역과 3자 통화 서비스 등을 13개국 언어로 지원	▶ 중앙센터: 1577-1366 (www.liveinkorea.kr) ▶ 지역센터 경기수원: 031-257-1841 대전: 042-488-2979 광주: 062-366-1366 부산: 051-508-1366 경북구미: 054-457-1366 전북전주: 063-237-1366
한국어, 베트남어, 중국어, 영어, 타갈로그(필리핀)어, 몽골어, 러시아어, 태국어, 크메르(캄보디아)어, 일본어, 우즈베키스탄어, 라오스어, 네팔어	

한국 생활을 위한 안전 정보

응급 상황에 필요한 한국어 표현 익히기

- 도와주세요.
- 급해요!
- 불이야! 119에 신고해 주세요.
- 가까운 경찰서가 어디예요?
- 가까운 (병원/약국)이 어디예요?
- 구급차를 불러 주세요.
- 병원에 데려가 주세요.
- 여권을 잃어버렸어요.
- 어디에서 도움을 받을 수 있어요?

14 ค้นหาข้อมูลการติดต่อที่คุณต้องใช้ในการสถานการณ์ฉุกเฉิน

เบอร์โทรฉุกเฉิน

เรื่องที่ต้องรายงาน	สถาบันที่เกี่ยวข้อง	หมายเลขโทรศัพท์
ดับเพลิง/กู้ภัย/ ฉุกเฉิน/ภัยพิบัติ ข้อมูลการดูแลทางการแพทย์ฉุกเฉิน/โรงพยาบาล	กรมป้องกันอัคคีภัยแห่งชาติ	119
อาชญากรรม	กรมตำรวจแห่งชาติ	112
ข้อมูลโรคติดต่อและโรคภัยร้ายแรง	กรมควบคุมและ ป้องกันโรคแห่งเกาหลี	1339
การให้การศึกษาและการให้ค ำปรึกษาทางโทรศัพท์/ ระบบรับส่งข้อความเรื่องการป ้องกันความรุนแรงในโรงเรียน	กระทรวงศึกษาธิการ กระทรวงความเท่าเทียม กันระหว่างเพศและครอบครัว กรมตำรวจแห่งชาติ	117

ศูนย์โทรศัพท์ Danuri (เบอร์โทรสำนักงานตัวแทน)

รายละเอียดของบริการ	ติดต่อสอบถาม
- จัดสรรข้อมูลการใช้ชีวิตในเกาหลีสำหรับครอบ ครัวผู้วัฒนธรรมที่อาศัยอยู่ในเกาหลี การให้คำปร ึกษาเมื่อเกิดภาวะวิกฤตและการช่วยเหลือฉุกเฉิน ล่ามสำหรับการใช้ชีวิตประจำวัน และบริการโทรศ ัพท์สามทางสำหรับ 13 ภาษา	▶ ศูนย์หลัก: 1577-1366 (www.liveinkorea.kr) ▶ ศูนย์ระดับภูมิภาค คยองกี ซูวอน: 031-257-1841 แทจอน: 042-488-2979 กวางจู: 062-366-1366 ปูซาน: 051-508-1366 คยองบุก ภูเก็ต: 054-457-1366 จอนบุก จอนจู: 063-237-1366
เกาหลี เวียดนาม จีน อังกฤษ, ตากาล็อก (ฟิลิปปินส์) มองโกเลีย รัสเซีย ไทย เขมร (กัมพูชา) ญี่ปุ่น อุซเบก ลาว เนปาล	

ข้อมูลด้านความปลอดภัยเกี่ยวกับการใช้ชีวิตในเกาหลี

เรียนรู้สำนวนภาษาเกาหลีที่จำเป็นในกรณีฉุกเฉิน

- ช่วยด้วย
- ฉุกเฉิน
- ไฟไหม้ โทร 119ด่วน
- สถานีตำรวจที่ใกล้ที่สุดอยู่ที่ไหน
- (โรงพยาบาล/ร้านขายยา)
ใกล้ที่สุดอยู่ที่ไหน
- เรียกกรพพยาบาลด้วย
- พาฉันไปโรงพยาบาลด้วย
- ฉันทำหนังสือเดินทางหาย
- ฉันจะขอความช่วยเหลือได้ที่ไหน



รายการสอบทานอาการ

증상별 점검표

ใช้ชีวิตอย่างปลอดภัยในเกาหลีผ่านบริการของกรมป้องกันอัคคีภัยแห่งชาติ

ทำเครื่องหมายอาการที่เกิดขึ้นกับคุณเมื่อคุณไม่สบายและแสดงรายการนี้ต่อโรงพยาบาล
รพพยาบาล หรือร้านขายยา

ลำดับ	อาการ	อังกฤษ	จีน	ฟิลิปปินส์	เวียดนาม	ไทย	อุซเบก
1	두통	<input type="checkbox"/> Headache	头痛	Sakit ng ulo	Đau đầu	ปวดศีรษะ	Bosh og'rig'i
1-1	고열	<input type="checkbox"/> Fever	高烧	Lagnat	Sốt cao	ตัวร้อนมีไข้	Isitma
1-2	전신쇠약	<input type="checkbox"/> Weakness	全身无力	Kahinaan	Suy nhược cơ thể	อ่อนเพลีย	Zaiflik
1-3	어지럼증	<input type="checkbox"/> Dizziness	头晕	Pagkahilo	Chóng mặt	เวียนศีรษะ	Bosh aylanishi
1-4	경련/발작	<input type="checkbox"/> Convulsion	痉挛	Pangingsay	Động kinh/ Co giật	ลมชัก	Konvulsiya
1-5	마비	<input type="checkbox"/> Paralysis	麻痹	Paralisis	Liệt	ชา	Falaj
1-6	오심(구역질)	<input type="checkbox"/> Nausea	恶心(反胃)	Pagduduwal	Nôn nao (Buồn nôn)	คลื่นไส้	Ko'ngil aynishi
1-7	구토	<input type="checkbox"/> Vomiting	呕吐	Pagsusuka	Nôn mửa	อาเจียน	Kusish
2	복통	<input type="checkbox"/> Stomachache	腹痛	Sakit sa tiyan	Đau bụng	ปวดท้อง	Qorin og'rig'i
2-1	설사	<input type="checkbox"/> Diarrhea	腹泻	Pagtatae	Tiểu chảy	ท้องเสีย	Diareya
2-2	흑색변	<input type="checkbox"/> Melena	黑粪	Melena	Phân đen	อุจจาระสีดำ	Melena
2-3	혈변	<input type="checkbox"/> Hematochezia	便血	Hematochezia	Phân có máu	อุจจาระปนเลือด	Gematoxeziya
2-4	오심(구역질)	<input type="checkbox"/> Nausea	恶心(反胃)	Pagduduwal	Nôn nao (Buồn nôn)	คลื่นไส้	Ko'ngil aynishi
2-5	구토	<input type="checkbox"/> Vomiting	呕吐	Pagsusuka	Nôn mửa	อาเจียน	Kusish
3	가슴통증	<input type="checkbox"/> Chest pain	胸痛	Pananakit ng dibdib	Đau ngực	เจ็บหน้าอก	Ko'krak og'rig'i
3-1	호흡곤란	<input type="checkbox"/> Shortness of breath	呼吸困难	Kapos sa paghinga	Khó thở	หายใจลำบาก	Nafas qisilishi
3-2	두근거림	<input type="checkbox"/> Palpitation	心悸	Palpitasyon	Tím đập nhanh	ใจสั่น	Yurakurishi
4	외상	<input type="checkbox"/> External injury	外伤	Panlabas na pinsala	Vết thương ngoài	บาดแผลภายนอก	Tashqi shikastlanish
4-1	염좌(뻘)	<input type="checkbox"/> Sprain	扭伤	Pilay	Bong gân (trắc chân/ tay)	แพลง (เคล็ด)	Burilish
4-2	골절	<input type="checkbox"/> Fracture	骨折	Bali	Gãy xương	กระดูกแตกหัก	Sinish
4-3	화상	<input type="checkbox"/> Burn	烧伤	Nasusunog na sugat	Bỏng	แผลลวกไหม้	Kuyish
ลำดับ	ยา	อังกฤษ	จีน	ฟิลิปปินส์	เวียดนาม	ไทย	อุซเบก
1	소화제	<input type="checkbox"/> Digestive medicine	消化药	Gamot sa hindi natunawan	Thuốc tiêu hóa	ยาช่วยย่อย	Ovqat hazm qilish vositalari
2	해열제	<input type="checkbox"/> Fever reducer	退烧药	Pampababa ng lagnat	Thuốc hạ sốt	ยาลดไข้	Haroratni pasaytiruvchi
3	설사약	<input type="checkbox"/> Anti-diarrhea medicine	止泻药	Gamot sa pagtatae	Thuốc tiêu chảy	ยาแก้ท้องเสีย	Diareyaga qarshi dori

กรุณาเล่าอาการของคุณ

- ☐ ร้านขายยา (โรงพยาบาล) ที่ใกล้ที่สุดอยู่ที่ไหน
- ☐ เรียงรพพยาบาลด้วย

- ☐ ฉันกังวล
- ☐ ฉันมีอาการแพ้ยา



기획 및 검수 취약계층 소방안전교재 자문단

- 경기 시흥소방서 이재훈
- 세종 세종소방서 현명환
- 경기 가평소방서 양정진
- 대전 유성소방서 서빛나리
- 경남 통영소방서 이승우
- 경남 통영소방서 이유진
- 광주 북부소방서 장시환
- 광주 광산소방서 왕경선
- 세종 조치원소방서 오동양

발행처 2023년 1월
소방청 화재예방국 생활안전과
세종특별시 정부2청사로 13
· 전화 (044) 205-7666
디자인·편집 (주)플라잉피그
· 전화 (032) 270-6543

* 이 책자의 내용은 관련 법규나 제도 등의 변경에 따라 달라질 수 있습니다.
* 이 책자에 게재된 내용을 전제 또는 역재할 때에는 소방청의 사전 허락을 받아야 합니다.



119 안전교육