สำหรับสถานที่ทำงานส่วนใหญ่ ชุดปฐมพยาบาลควรมีสิ่งต่าง ๆ ดังต่อไปนี้

|  |  |
| --- | --- |
| รายการ | จำนวน |
| คำแนะนำในการปฐมพยาบาล รวมทั้งแผนภูมิขั้นตอนการนวดหัวใจผายปอดกู้ชีพ (CPR) | 1 |
| สมุดบันทึกและปากกา | 1 |
| หน้ากากอนามัยหรือหน้ากากพลาสติก (เฟสชีลด์) สำหรับการกู้ชีพ | 1 |
| ถุงมือไนไตรล์สำหรับใช้ตรวจวินิจฉัยโรคชนิดใช้แล้วทิ้ง (ไนไตรส์เป็นยางที่ไม่มีสารลาเท็กซ์เหมาะสำหรับผู้มีอาการแพ้ลาเท็กซ์) | 5 คู่ |
| ผ้าก๊อซปลอดเชื้อขนาด 7.5 x 7.5 ซม. 3 ชิ้นต่อห่อ | 5 ห่อ |
| น้ำเกลือ 15 มล. | 8 |
| แผ่นเช็ดทำความสะอาดแผลชนิดแผ่นเดี่ยว 1% Cetrimide BP | 10 |
| แถบปิดแผลแบบมีกาวชนิดพลาสติกหรือผ้า ห่อละ 50 ชิ้น | 1 |
| โพรบเสี้ยนชนิดใช้ครั้งเดียวแล้วทิ้ง | 10 |
| แหนบ/คีมคีบ | 1 |
| น้ำยา/สเปรย์ฆ่าเชื้อ 50 มล. | 1 |
| แผ่นปิดแผลชนิดไม่มีกาวขนาด 5 x 5 ซม. (ขนาดเล็ก) | 6 |
| แผ่นปิดแผลชนิดไม่มีกาวขนาด 7.5 x 10 ซม. (ขนาดกลาง) | 3 |
| แผ่นปิดแผลชนิดไม่มีกาวขนาด 10 x 10 ซม. (ขนาดใหญ่) | 1 |
| ผ้าพันแผลผ้าฝ้ายชนิดยืดหยุ่นได้ ความกว้าง 5 ซม. | 3 |
| ผ้าพันแผลผ้าฝ้ายชนิดยืดหยุ่นได้ ความกว้าง 7.5 ซม. | 3 |
| ผ้าพันแผลเครป ขนาด 10 ซม. สำหรับภาวะเลือดออกรุนแรงและใช้กดบาดแผล | 1 |
| กรรไกร | 1 |
| เทปกาวชนิดไม่ยืดและไม่ก่อให้เกิดอาการแพ้ ขนาด 2.5 ซม. ม้วนกว้าง | 1 |
| เข็มกลัด กล่องละ 6 ตัว | 1 |
| แผ่นปิดแผล BPC เบอร์ 14 ขนาดกลาง | 1 |
| แผ่นปิดแผล BPC เบอร์ 15 ขนาดใหญ่ | 1 |
| แผ่นปิดแผลชนิดหนา 9 x 12 ซม. | 1 |
| ถุงพลาสติก ชนิดมีคลิปปิด | 1 |
| ผ้าพันแผลสามเหลี่ยมชนิดผ้าดิบหรือผ้าฝ้าย ความกว้างไม่ต่ำกว่า 90 ซม. | 2 |
| ผ้าห่มกู้ภัยฉุกเฉินสำหรับอาการช็อกหรือภาวะตัวเย็นเกิน (ไฮโปเทอร์เมีย) | 1 |
| แผ่นปิดตาชนิดใช้ครั้งเดียว | 4 |
| สามารถเข้าถึงน้ำไหลที่สะอาดเป็นเวลา 20 นาที หรือหากไม่สามารถทำได้ ต้องมีไฮโดรเจลชนิดซองขนาด 3.5 กรัม | 5 ซอง |
| ถุงน้ำแข็งเย็นทันทีสำหรับบำบัดอาการบาดเจ็บของเนื้อเยื่ออ่อน แมลงกัดต่อยและอาการแสบร้อนบางชนิด | 1 |

ไม่ควรใส่ยาต่าง ๆ รวมถึงยาแก้ปวด เช่น พาราเซตามอลและแอสไพรินไว้ในชุดปฐมพยาบาล เนื่องจากยาเหล่านี้อาจมีผลร้ายต่อสุขภาพสำหรับบางคน เช่น สตรีมีครรภ์และผู้ที่มีอาการป่วยบางอย่าง เช่น หอบหืด การจัดหายาเหล่านี้ยังอาจอยู่ในความควบคุมของกฎหมายเกี่ยวกับยาและสารพิษอีกด้วย คนงานที่จำเป็นต้องใช้ยาที่แพทย์สั่งควรจะพกพายาของตนเองเพื่อใช้ส่วนตัวเมื่อจำเป็น

อย่างไรก็ตาม สถานที่ทำงานอาจพิจารณาจัดหายาสูดพ่นบรรเทาหืดและกระบอกพ่นยาเพื่อบำบัดอาการหืดและอุปกรณ์ฉีดยา  
อะดรีนาลีนอัตโนมัติเพื่อรักษาแอนาฟิแล็กซิสหรืออาการแพ้อย่างรุนแรง ยาและอุปกรณ์เหล่านี้ควรจัดเก็บตามคำแนะนำของผู้ผลิตและเจ้าหน้าที่ปฐมพยาบาลควรจะได้รับการอบรมที่เหมาะสม

สถานที่ทำงานบางประเภทอาจต้องมีสิ่งอื่นเพิ่มเติมเพื่อบำบัดการบาดเจ็บหรือความเจ็บป่วยเฉพาะบางอย่าง ซึ่งอาจทำให้เจ้าหน้าที่ปฐมพยาบาลของคุณต้องได้รับการอบรมเพิ่มเติมอีกด้วย

ชุดกลางแจ้ง

หากมีการปฏิบัติงานกลางแจ้งและมีความเสี่ยงจากแมลงกัดต่อย อาการแสบร้อนจากต้นไม้มีพิษ หรืองูกัด ให้ประเมินดูว่า  
ชุดปฐมพยาบาลควรจะมีสิ่งต่อไปนี้หรือไม่

* ผ้าพันแผลเครปชนิดทนทาน ขนาด 10 ซม. สำหรับงูกัด
* ครีม เจลหรือสเปรย์บรรเทาอาการแสบร้อนหรือแมลงกัดต่อย

ชุดสำหรับพื้นที่ห่างไกล

เมื่อมีคนทำงานในพื้นที่ห่างไกล ชุดปฐมพยาบาลควรจะมีสิ่งต่อไปนี้

* ผ้าพันแผลเครปชนิดทนทาน ขนาด 10 ซม. สำหรับงูกัด
* ผ้าคลุมที่สะอาดขนาดใหญ่สำหรับปิดแผลไหม้
* ผ้าห่มเก็บความร้อนสำหรับบำบัดอาการช็อก
* นกหวีดสำหรับดึงดูดความสนใจ และ
* ไฟฉาย

สิ่งที่เหมาะสมจะแตกต่างกันออกไปตามลักษณะของงานและความเสี่ยงที่เกี่ยวข้องกับงานนั้น ๆ

ชุดสำหรับแผลไหม้

หากคนงานมีความเสี่ยงที่จะมีแผลไหม้ ชุดปฐมพยาบาลควรจะมีสิ่งต่อไปนี้

* แผ่นคำแนะนำในการบำบัดแผลไหม้ที่กันน้ำได้สองแผ่น โดยเก็บแผ่นหนึ่งไว้กับชุดปฐมพยาบาลและอีกแผ่นหนึ่งแขวนไว้บนผนังข้างห้องอาบน้ำหรือบริเวณแหล่งน้ำฉุกเฉิน
* ไฮโดรเจลชนิดซองขนาด 3.5 กรัม 8 ซอง
* แผ่นปิดแผลไฮโดรเจล
* แผ่นโพลีทีนสะอาด ขนาดเล็ก กลางและใหญ่ และ
* ผ้าพันแผลผ้าฝ้ายชนิดยืดหยุ่นได้ ความกว้าง 7.5 ซม.

ข้อมูลในเอกสารนี้คัดมาจากภาคผนวก E ของประมวลหลักการปฏิบัติด้านการปฐมพยาบาลในสถานที่ทำงาน ประมวลหลักปฏิบัตินี้สามารถดาวน์โหลดได้ฟรีจากเว็บไซต์ของ NT WorkSafe ที่ worksafe.nt.gov.au