



上海科普图书创作出版专项资助



图解家庭急救

郎宇璜 谢娟◎主编



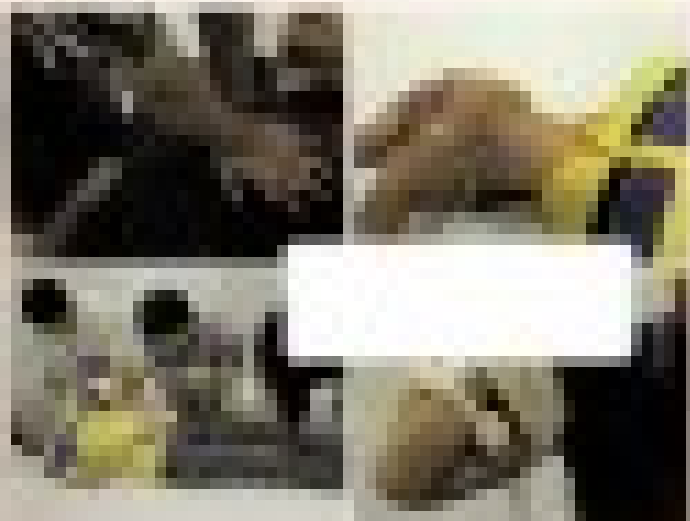


上海预防医学会 家庭急救知识普及工程



图解家庭急救

陈中敏 著 张明 主编



上海预防医学会 家庭急救知识普及工程



上海科普图书创作出版专项资助

Tujie Jiating Jijiu

图解家庭急救

主编 郎宇璜 谢 娟

编者(按姓氏笔画排序)

丁旻珺 孔 洋 出晓军

李晋峰 张学敏 陆 刚

席晨辉 施劲东 夏怀华

摄影 张 宰

上海科学技术文献出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

图解家庭急救 / 郎宇璜等主编 . — 上海 : 上海科学技术文献出版社, 2013.1

ISBN 978-7-5439-5586-8

I . ①图… II . ①郎… III . ①急救—图解 IV . ① R459.7-64

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 249852 号

责任编辑: 何 蓉 张 军

封面设计: 钱 祯

图解家庭急救

主编 郎宇璜 谢 娟

*

上海科学技术文献出版社出版发行
(上海市长乐路 746 号 邮政编码 200040)

全国新华书店经销
常熟市人民印刷厂印刷

*

开本 650×900 1/16 印张 12.75 字数 183 000

2013 年 1 月第 1 版 2013 年 1 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5439-5586-8

定价: 20.00 元

<http://www.sstlp.com>

目 录

急救常识

观察判断病情	1
注意事项	5
个人防护	7



各种紧急情况下的急救措施



火灾	9
地震	11
交通事故	15
坠落伤	18
昏厥摔倒	21
汽车落水/水困	24

基本操作

止血	28
包扎	40



固定	49
搬运	58
开放性伤的现场处理	63
心肺复苏	76

常见急症

窒息	82
头痛	85
抽搐	86
儿童惊厥	88
瘫痪	89
高热	91
休克	93



呼吸困难	94
咯血	96
胸痛	98
心悸	101
呕吐	102
腹痛	103

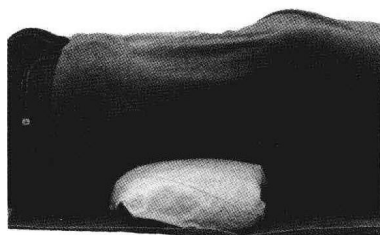
腹泻	105
呕血	106
便血	108
血尿	109
哮喘发作	110
中暑	112
溺水	114
电击伤	115



低血糖	117
鼻出血	118
癫痫发作	119
异物入体	122
突发中风	129



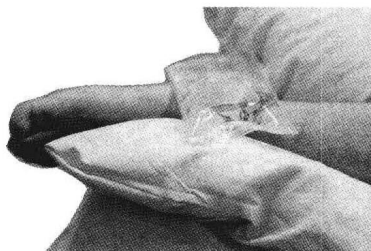
外 伤



挤压伤	162
头颈部外伤	164
眼外伤	169
脸鼻部外伤	174
脊柱外伤	176
胸部外伤	179
腹部外伤	182

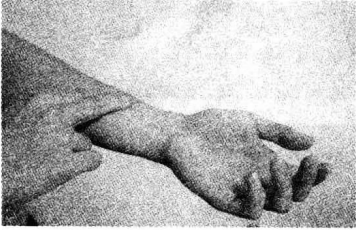


软组织损伤	133
骨折	140
关节脱位	143
烧伤和烫伤	144
动物咬伤	149
螫咬伤	154
锐器伤	158



会阴部外伤	184
肩和上肢外伤	185
骨盆和下肢外伤	187

中 毒



煤气中毒	190
急性酒精中毒	191
食物中毒	193
化学中毒	194

急救常识

急救常识对于公众是非常重要的,在出现紧急情况的时候,急救常识能帮助你或他人,让病人能够最快最好地得到比较专业的初期救护,在医务人员到来之前不会延误治疗。

观察判断病情

如遇身边有人倒下或遇到意外伤害等危急情况不要惊慌失措,沉着镇静地观察病人的病情,在短时间内作出伤情判断,本着“先抢救生命、后减少伤残”的急救原则首先对病人的生命体征进行观察判断,包括神志、呼吸、脉搏、心跳、瞳孔变化(在急救现场一般无条件测量血压)。然后再检查局部有无创伤、出血、骨折畸形等变化。其具体检查顺序如下:

(1) 神志:神志是否清醒是指病人对外界的刺激是否有反应。如病人对问话、推动等外界刺激毫无反应称为神志不清或消失,预示着病情

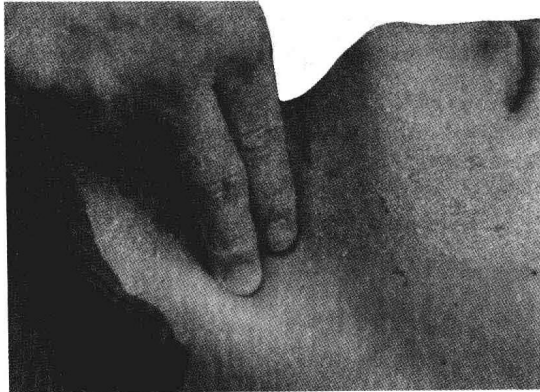


严重。如病人神志清醒应尽量询问感到不适的症状、部位、时间和经过等情况。

(2) 呼吸：正常呼吸运动是通过呼吸中枢调节规律的运动。正常人每分钟呼吸 15~20 次。观察病人胸廓的起伏，可了解有无呼吸运动。病情危重时出现鼻翼扇动，口唇发绀，张口呼吸等呼吸困难的表现，并有呼吸频率、深度、节律的异常，甚至时有时无。此时可用一薄纸片或棉花丝放在鼻孔前，观察其是否随呼吸来回摆动，判断呼吸是否停止。对于神志不清或昏迷病人可因舌根后坠阻塞气道而造成呼吸困难或停止等现象，此时要首先打开气道(仰头抬颏法，详见心肺复苏章节)，然后再判断呼吸情况。



(3) 脉搏:动脉血管随着心脏节律性的收缩和舒张引起血管壁相应地出现扩张和回缩的搏动。手腕部的桡动脉,颈部的颈动脉,大腿根部的股动脉是最容易触摸到脉搏搏动的地方。正常成年人心率为 60~100 次/分,大多数为 60~80 次/分,女性稍快。一般以手指触摸脉搏即可知道心跳次数。对于危重病人无法摸清脉搏时,可将耳紧贴病人左胸壁听心跳。如分别能触摸到桡动脉、股动脉、颈动脉搏动提示病人收缩压至少分别有 80、70、60 毫米汞柱。



(4) 心跳:是指心脏节律性的收缩和舒张引起的跳动。心脏跳动是生命存在的主要征象。将耳紧贴病人左胸壁可听到心跳。当有危及生

命的情况发生时,心跳将发生显著变化,无法听清甚至停止。此时应立即对病人进行心肺复苏抢救。



(5) 瞳孔:正常人两眼的瞳孔等大等圆,在光照下迅速缩小。对于有颅脑损伤或脑血管意外、病情危重的病人,两侧瞳孔可呈现一大一小或散大的状态,并对光线刺激无反应或反应迟钝。同时,眼球可向一侧凝视。



经过上述检查后,基本可判断病人是否有生命危险,如有危险则立即进行心、肺、脑的复苏抢救。

注意事项

一旦家中发生危重病人,现场人员(或家庭人员)的及时救护,对病人的安全与预后至关重要。家庭急救须注意以下7项:

(1) 救护人员自身要镇静。切忌慌张,慌张易出差错。例如遇人触电,首先应切断电源,用木棍等绝缘物拨开电线,再行抢救。



(2) 首先观察病人的生命活动体征。如神志、呼吸、脉搏以及瞳孔反应。一旦心跳、呼吸停止,则应立刻做胸外心脏按压和人工呼吸(如口对口),不要忙于包扎伤口和止血。



(3) 不要随意推摇病人。如遇骨折、脑出血,随意搬动会加重病情。

(4) 不要舍近求远。病人呼吸心跳停止时,应在就近医疗单位进行初级急救,之后再送大医院,避免病人在途中死亡。

(5) 切忌乱用止痛药。有些家庭备有药箱,若急性腹痛服用过量止痛药会掩盖病情,妨碍诊断。

(6) 严禁滥进饮料。胃肠外伤病人不可以喝水进食,烧伤病人不宜喝白开水,急性胰腺炎病人应禁食,昏迷病人强灌饮料会误入气道引起窒息。

(7) 尽快寻求帮助。当突发性疾病和意外伤害发生时,原则上在接受专业医生治疗之前,一定要依照正确的医学理论,采用准确的医疗方法,给予伤者适当的应急处置。才能达到赢得时间,挽救生命,减少伤残的目的。普通大众在各种紧急场合下,虽有一定的急救知识,但是在理论、器械和方法上都有一定的局限性。所以,尽快地与医生取得联系,接受正确的治疗指导,在家庭急救中极为重要。

在紧急情况下,为了得到及时救助,请务必记住下列电话号码:

火警:119;

公安报警:110;

医疗急救:120;

交通事故报警:122;

亲属、朋友、邻居电话号码;

辖区内派出所的电话号码;

附近医院的电话号码;

熟悉的医生的电话号码。

拨打 120 急救电话要精练、准确,主要讲清以下几点:

- 求助者电话号码与姓名,伤员姓名、性别、年龄和联系电话;
- 病人所在的准确位置,最好选择有醒目标志处;
- 病人目前最危急的情况;疾病或损伤是怎样发生的,何时发生的。



- 突发事件时,说明伤害的性质、严重程度、大概受伤人数;
- 现场采取的急救措施及咨询下一步所要采取的措施。

注意:不要先挂断电话,要等 120 先挂断电话。要简明扼要,准确客观地描述一切,不要过多加入自己的主观预想或意见。

如果意外的伤害发生在旷野、夜晚、倒塌的房屋内等不易被人发现的地方,受伤后立即争取得到其他人的帮助是自救的重要措施之一。大声呼叫是最简单易行的办法。如果伤者被困在地震后倒塌的建筑物,塌方后的矿井、隧道中,无法与外界取得联系,可用砖头、石块按照国际通用呼救信号“SOS”的规律(三短三长三短),有节奏地敲击自来水管、暖气管、钢轨发出声响吸引外部救护者的注意。但是这种敲击不宜过重,这样既可节省体力也可防止因敲击震动过大引起更大的塌方。在野外发生交通事故时,或受伤者被困在翻入沟内的汽车中时,可按照国际通用的呼救信号“SOS”的规律鸣笛,闪动车灯吸引经过车辆的救援。如果独自一人在野外受伤,白天可用晃动的衣物,或用手表表盘对阳光的反射呼叫救援。夜晚可用手电筒、打火机、手机的光亮和声响吸引救援。

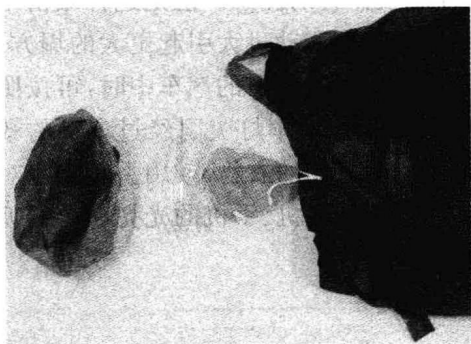
个人防护

在进行现场救护时,造成意外的原因可能会对参与救护的人员产生危险,所以,在任何急救情况下应首先确保现场安全。现场急救中,应避免在危险的环境中施救,如在容易倒塌的建筑物下;火灾、气体中毒现场要首先脱离危险环境。对触电者现场救护,必须切断电源。在交通事故现场,必须观察现场可能存在的危险(过往车辆、危险品、电线等),并采取相应预防措施。在有危险品暴露的情况下,救护人员要处于事故现场的上坡或上风处,并在到达医院前充分清除病人的污染。在暴力犯罪现场,救护人员要在警察或其他解救人员进入之后再进入现场,然后才能采取救护措施以保障安全。

在抢救中,要明确主要目的是抢救生命,不要试图兼顾太多工作,

以免伤病员及自身陷入险境。要清楚了解自己能力的极限,在不能消除存在的危险的情况下,应尽量确保伤病员与自身的距离,安全救护。

正确使用个人防护用品,阻止病原体进入身体。抢救时应戴上医用手套、眼罩、口罩、帽子、工作服、隔离衣物等个人防护品。在可能的情况下用呼吸面罩、垫纱布等实施人工呼吸。火灾、气体中毒现场救援要配备防毒面具。



(郎宇璜)

各种紧急情况下的急救措施

火 灾

火灾造成死亡的直接原因归纳起来有 3 条：

(1) 烟雾中毒窒息死亡。这是火灾致死的首要原因。因为大火烟中含有大量一氧化碳，吸入后立即与血红蛋白结合成为碳氧血红蛋白。当人体血液中含有 10% 的碳氧血红蛋白时，就会发生中毒，达 50% 时就会窒息死亡。

(2) 被火烧死。

(3) 跳楼摔死。多数发生在高楼失火，又缺乏自救知识，被火逼得走投无路而跳楼摔死。

火灾避险原则

1. 报警

不论何时何地，一旦发现火情，立即向“119”报警。报警内容：起火单位、地址、燃烧部位、燃烧物质、起火原因、火势大小、进入火场路线，以及联系人姓名、电话等，并派人到路口接应消防车进入火场。

2. 扑灭

火灾初期阶段火势较弱，范围较小，要沉着冷静，根据火势实情选择最佳的自救方案，千万不要慌乱。及时采取有效措施，力争将

