



为健康保驾护航

快速应对各种突发事件和伤病

铁路突发事件(伤病) 急救手册

编 著◎《铁路突发事件(伤病)急救手册》编委会

中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

铁路突发事件（伤病） 急救手册

《铁路突发事件（伤病）急救手册》编委会

编写人员：丁 璐 于丹英 孔令华 王 征
王 楠 王建华 王金花 王淑华
石 伟 刘 航 刘亚男 何 冰
宋小龙 李 俊 陈世怀 李 靖
李金良 张海英 李春霞 席玉才
黄一山 曾庆伟 焦炳梅

主 审：张 瑶

中国铁道出版社

图书在版编目(CIP)数据

铁路突发事件(伤病)急救手册/《铁路突发事件(伤病)急救手册》编委会编著. —北京:中国铁道出版社, 2013.11

ISBN 978-7-113-17441-5

I. ①铁… II. ①铁… III. ①铁路运输—紧急事件—急救—手册 IV. ①R459.7-62

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第237172号

书 名: 铁路突发事件(伤病)急救手册

作 者: 《铁路突发事件(伤病)急救手册》编委会

责任编辑: 罗桂英 郑媛媛 电话: 010-51873027

封面设计: 王 岩

责任校对: 龚长江

责任印制: 赵星辰

出 版: 中国铁道出版社(100054, 北京市西城区右安门西街8号)

网 址: <http://www.tdpress.com>

印 刷: 北京市新魏印刷厂

版 次: 2013年11月第1版 2013年11月第1次印刷

开 本: 700 mm × 1 000 mm 1/16 印张: 12.75 字数: 165千

书 号: ISBN 978-7-113-17441-5

定 价: 36.80元

版权所有 侵权必究

凡购买铁道版的图书, 如有缺页、倒页、脱页者, 请与本社读者服务部联系调换。



前言

PREFACE

在我们的生活中常会遇到突发事故（伤病），如急症、创伤、地震、溺水等。当意外发生时，如果能掌握正确的处置方法，可以为医护人员救治赢得更多时间。生命需要呵护，突发事故（伤病）应急处置尤为必要。

预防突发事故（伤病）的发生，普及意外事件发生后的急救处置方法，使事故或伤病的损失降到最低点，这是我们编写本书的初衷。本书囊括了突发急症急救处置、突发创伤急救处置、突发事件急救处置等日常生活中可能遇到的各类突发事故（伤病）的急救处置方法，旨在指导人们通过科学、有效的应急处置方法，帮助自己及家人应对突发事故（伤病）的伤害，保护我们生命的安全，提高我们生活的质量。书中还根据各种突发急症、意外伤害的急救要点，提炼出了“知识窗”栏目，方便读者现学现用，迅速查到所需内容。

本书是一本全集式的应对各种突发事故（伤病）的实用知识手册，通俗易懂，注重实用性和指导性，力求更贴近我们的生活，提升我们应对突发事件的应急处置和自救互救能力，促进社会的安全教育与生命教育，促进社会的和谐、文明与进步，使我们的生活更美好。

编者

目录

CONTENTS

第一部分 突发急症急救处置

中暑如何处理	2
流鼻血如何处理	4
呛咳窒息如何处理	5
发高烧如何处理	6
休克如何处理	8
脑卒中如何处理	10
呕吐如何处理	12
眩晕如何处理	14
头痛如何处理	15
抽搐如何处理	16
晕厥如何处理	18



胸痛如何处理	20
心悸如何处理	21
急性腹痛如何处理	22
急性腹泻如何处理	24
传染病如何处理	26
呕血如何处理	28
咯血如何处理	29
眼内进入异物如何处理.....	31
耳内进入异物如何处理.....	34
喉内、食管进入异物如何处理	36
发生过敏现象如何处理.....	38
强力胶水粘连如何处理.....	39
频繁打嗝如何处理	40
脑溢血如何处理	42
脑血栓如何处理	44
哮喘如何处理	46
癫痫发作如何处理	47
排尿困难如何处理	49
肝昏迷如何处理	50
泌尿结石急性发作如何处理	52
慢性心力衰竭急性发作如何处理.....	54
慢性阻塞性肺病急性发作如何处理.....	58

精神病突然发作如何应对	59
对急性中毒如何做出判断	60
急性酒精中毒如何处理.....	62
安眠药中毒如何处理.....	64
砒霜中毒如何处理	66
有机磷农药中毒如何处理	68
一氧化碳中毒如何处理.....	70
菜豆中毒如何处理	72
毒蘑菇中毒如何处理.....	74
河豚鱼中毒如何处理.....	75



第二部分 突发创伤急救处置

手指、胳膊夹(砸)伤如何处理.....	78
手指、胳膊割伤如何处理	78
手指割掉如何处理	80
手指戳伤如何处理	80
手指、手腕扭伤如何处理	81
割腕如何处理	82
头面部碰(砸)伤如何处理	82
头面部戳伤如何处理.....	86





眼睛受伤如何处理	88
下颌脱臼如何处理	91
胳膊脱臼如何处理	92
腰扭伤如何处理	94
脚扎伤如何处理	95
脚砸(压)伤如何处理	96
烧伤如何处理	96
烫伤如何处理	98
冻伤如何处理	100
晒伤如何处理	101
电击伤如何处理	102
被狗咬伤如何处理	104
被猫抓伤如何处理	105
被蛇咬伤如何处理	106
被蜂蜇伤如何处理	108
被蝎子蛰伤如何处理	109
脚踝崴了如何处理	110
手腕骨折如何处理	112
上臂骨折如何处理	113
腿部骨折如何处理	114
髌部骨折如何处理	118
颈椎骨折或脱位如何处理	119
肋骨骨折如何处理	120

颅骨骨折如何处理	122
腰椎骨骨折如何处理	124

第三部分 突发事件急救处置

遇到紧急病情怎么办	126
遇到撞车事故怎么办	126
遇到车厢重大火灾怎么办	130
遇到爆炸事故怎么办	132
遇到抢劫或绑架事件怎么办	134
遇到地震怎么办	138
遇到山体滑坡、泥石流怎么办	142
遇到强台风怎么办	143
遇到大暴雪怎么办	146
遇到森林草场火灾怎么办	148
遇到溺水怎么办	150
遇到猝死怎么办	153
遇到意外分娩怎么办	156
遇到硫化氢气体急性中毒怎么办	158
遇到吸食或注射毒品急性中毒怎么办	162
遇到日用化学品中毒怎么办	164

附录	171
常用急救药物表	172
小儿用药简易计算方法.....	182
临床常用检验正常参考值	183



中暑如何处理

中暑是指在高温环境下，体内积蓄过多的热量或体温调节中枢功能紊乱，导致人体生命活动受到危害的一种急症。当环境温度高于皮肤温度且湿度过大时，人体的蒸发散热受阻，积蓄大量的热，如不及时采取措施，就会中暑。

中暑时会有头昏、精神恍惚、疲乏无力、心慌、恶心、体温超过 37.5°C 等症状。有这些症状的乘客或员工，如及时离开高温环境，一般休息 3 ~ 4 小时后可以恢复。重症中暑常有四种类型。

中暑衰竭。此类型最为常见。由于大汗及周围血管扩张致血容量不足而引起。起病较急，常在站立或劳动时突然昏倒，多见于老年人和未能及时适应高温环境者。

中暑痉挛。大汗后畅饮又未及时补充钠盐，致骨骼肌收缩时发生阵发性抽搐、疼痛，多见于青壮年。

日射病。烈日暴晒头部（大脑温度可达 $40 \sim 42^{\circ}\text{C}$ ），引起脑组织充血、水肿。以剧烈头痛、呕吐为特征，重者昏迷，但体温不一定升高。

中暑高热。患者体内大量热能滞留，体温高达 41°C 以上，皮肤干燥无汗，意识模糊，精神失常、躁动以至昏迷。

对于中暑患者，在急救中应注意以下几点。

遇中暑患者应迅速撤离引起中暑的高温环境，移到阴凉的地方，松开或脱掉患者的衣服，让患者舒适地躺着，用衣物将其头部及肩部垫高，补充含盐的清凉饮料或注射葡萄糖生

理盐水。

以冷湿的毛巾覆在患者的额头上，如有水袋或冰袋更好。将海绵浸渍酒精，或毛巾浸冰水、井水或酒精擦洗全身，在头部、腋下、腹股沟等大血管处放置冰袋；尽量降低患者的体温到正常温度。还可以在额部、颞部（太阳穴）涂抹清凉油、风油精等，或服用藿香正气水等中药。

测量患者的体温或观察患者的脉搏率，若在每分钟 110 以下，则表示体温仍可承受，若达到 110 以上，应停止使用降温的各种方法，观察约 10 分钟后，若体温继续上升，再重新给予降温。

知·识·窗

热痉挛的急救措施

热痉挛是一种高温中暑现象。在炎热而湿度高的地方，长时间工作，有时会突然脸色发青，感到头痛、恶心、头晕而发生痉挛，叫热痉挛。

热痉挛发生后，如不及时处理，会进一步发展，最后可能患者意识消失，直至死亡。遇到周围的人发生热痉挛，轻者要迅速转移至阴凉通风处仰卧休息，解开患者衣扣、腰带，敞开上衣，给患者喝些凉开水或盐水。由于热痉挛时人体会大量出汗，身体失去很多水和盐分，导致血液收缩，循环不良。可以给患者服用十滴水、仁丹等药物，如果患者意识丧失，痉挛剧烈，应让患者侧卧，头向后仰，保证呼吸道通畅。

此病禁用阿托品以及催眠、镇静等药物。



待患者恢复知觉后，让其多饮用一些含盐分的清凉饮料，但不能给予刺激物。

对于重度中暑者，应尽快将其送往医院救治，以免耽误治疗时间，威胁患者的生命健康。



流鼻血如何处理

流鼻血是指由于鼻孔内的毛细血管脆弱，血管受到破坏后，血液从鼻孔里流出，是一种医学上的疑难病症。在处理此类事件时，首先要做的就是给伤者及时止血，常用的止血方法如下。

遇流鼻血的患者，在止血之前应先将血块擤出，以免因伤口无法闭合而无法止血。将流血一侧的鼻翼推向鼻梁，并保持 5 ~ 10 分钟，即可止血。如两侧均出血，则捏住两侧鼻翼。鼻血止住后，鼻孔中多有凝血块，不要急于将它弄出，尽量避免用力打喷嚏和用力揉，防止再出血。

将棉花蘸湿，塞入鼻孔可帮助止血，白醋也是很好的止血剂。

用手指捏住部分的鼻肉，持续压紧 5 ~ 7 分钟，可帮助止血。

坐在椅子上，将双脚浸泡在热水中，也可止鼻血，但要注意必须坐直，以免血液流到喉咙。也可以取大蒜适量，去皮捣成蒜泥，敷在脚心上，用纱布包好，即可较快止血。

冰敷可促使血管收缩，减少流血。用自来水或井水（凉水）皆可，让其中一只手浸湿后，在脖子后拍几下也可以止血。

血液凝结后，将形成血痂，此时最好不要挖鼻孔，以免剥落结痂，造成鼻血复发。

涂抹类固醇软膏进行止血。

用布条扎住患者中指根，左（右）鼻孔流血扎右（左）手中指，鼻血止住后，解开布条即可。

人完全平躺在地上，血无法内流也无法外流，很快就可以止血。



呛咳窒息如何处理

呛咳窒息，是指异物（刺激性气体或水、食物等）进入气

知·识·窗

呼吸道吸入异物

呼吸道异物多由于饮酒过度、进食时谈笑、工作中将钉子等异物含在口内误吸、老年人的假牙掉入呼吸道等原因造成。

异物一般首先被吸入喉室内，因刺激黏膜而发展成剧烈呛咳、气急等症状，继而出现喉鸣、吸气时呼吸困难声嘶等表现。如果异物堵塞声门，或引起喉痉挛，可出现口唇、指甲青紫以及面色青白等缺氧症状。患者会在数分钟内因窒息缺氧而死亡。

遇到此种情况，先让患者趴跪在地上，臀部抬高，头尽量放低，然后用手掌稍用力连续拍打病人背部，以促使异物排出。有些轻小的异物容易呛入气管，如发生异物进入气管中，要马上到医院接受检查处理，以免日后发生危险。



管所引起的窒息。在处理此类窒息事件时要注意以下几点。

让呛咳窒息者趴在地上，臀部抬高，使头部尽量放低，然后用手掌用力拍打伤者的背部，以促进异物排出，暂时缓解窒息，为抢救创造机会。

若上述方法无效时，立即从伤者背后拦腰抱住，上手叠放在伤者的腹部，用力向后挤压，随即放松，反复数次后，可通过膈肌上抬，压迫肺部形成气流，将异物冲出，疏通气管从而恢复呼吸。

在异物取出时，铁路急救员工要将伤者放平，托起其下巴，用力做人工呼吸，使其体内气流通畅，缓解缺氧现状。

在上述方法均无效的情况下，可以立即进行环甲膜穿刺术，用小刀或粗针头在伤者颈部正前方喉结下的凹陷内挑破环甲膜，重新开放气管，然后将伤者及时送往医院进行抢救。



发高烧如何处理

发烧是常见的症状，是致热源的作用使体温调定点上移而引起的调节性体温升高。遇到此类情况时应该把退烧放在急救的首位，常见的简单退烧急救方法如下。

冷敷。如果患者高烧无法耐受，可以采用冷敷来帮助其降低体温。具体方法是在高烧患者的额头、手腕、小腿上各放一块湿冷毛巾，其他部位应以衣物盖住。当冷敷布达到体温时，更换一次，反复直到烧退为止。也可将冰块包在布袋里，放在额头上。

热敷。如果患者的体温不是太高，可以采用热敷的方法来退烧。用热的湿毛巾反复擦拭患者的额头、四肢，使身体散热，直到退烧为止。但是，如果体温升高到 39℃ 以上，切勿再使用热敷法退烧，应以冷敷处理，以免体温继续升高。

擦拭身体。蒸发能起到降温的作用。一般的做法是使用冷自来水来帮助皮肤驱散过多的热。在用毛巾或海绵擦拭全身时，应特别加强一些体温较高的部位，例如腋窝的擦拭。将毛巾或海绵挤出过多的水后，一次擦拭一个部位，其他部位应以衣物盖住。体温将蒸发这些水分，有助于患者散热。

泡澡。有条件的情况下，泡温水澡可以快速缓解发烧症状。

知 识 窗

高热抽搐（痉挛）

高热到一定温度时，患者会发生抽搐。表现为肌肉震颤、痉挛，身体僵直，流口水，大小便失禁，暂时性呼吸骤停，意识丧失等。

抽搐往往突然发生，注意观察患者是从哪一部位开始的。为防止患者咬破舌头，应迅速用筷子、压舌板等缠上手帕塞入患者上下牙之间。为防止唾液或呕吐物吸入气管，或舌头向后坠入咽喉部引起窒息，要让患者侧卧，呈自然体位，以保持气道通畅。松开患者的皮带、纽扣等，使之易于呼吸。呼吸停止时，要马上进行人工呼吸。高热痉挛、抽搐的患者可在头、颈、腋下、大腿根部用冰袋冷敷，并给患者喝些冷盐水。待痉挛、抽搐缓解后，送患者到医院诊治。