

全国统一急救呼号120



家庭常用急救手册

——生命在你手中

李宗浩



家庭常用急救手册

——生命在你手中

李宗浩 鲁 葳

光明日报出版社

家庭常用急救手册

——生命在你手中



光明日报出版社出版发行

(北京永安路 106 号)

邮政编码:100050

电话:3017733-225

新华书店北京发行所经销

一二〇一印刷厂印刷

852 87×1092 1/32 印张 2 字数 80 千字

1993 年 6 月第 1 版 1993 年 6 月 第一次印刷

印数:1-5000 册

ISBN 7-80091-230-2/R·94

定 价:4.00 元

“社会各界都应关心，支持急救事业的发展，尤其应把院前急救提到一个新的高度上来。这也是一个国家精神文明的标志”。

——李宗浩

序

钱信忠

李宗浩医师是北京急救中心副主任，世界急救医学、灾难医学学会会员，美国夏威夷大学 KC 学院急救系荣誉主任，著名的急救专家。

1989 年 3 月 16 日，日本圣心女子大学三国旅游团在四川剑阁县发生车祸，当场死亡一人，伤 20 余名。宗浩应亚洲急救中心 (AEA) 之邀，带领中美法及香港的医生护士赴现场抢救，直至安全送至日本，无一例死亡，无一例截瘫，深得亚洲急救中心及日本舆论界的赞扬。

1990~1992 年，宗浩作为美国犹他大学的访问教授，在盐湖城、体斯顿、匹兹堡、夏威夷等地，与美国急救学会主席帕比医师，匹兹堡大学国际心肺复苏中心主任沙法教授等一起工作交流，同时在休斯顿与同行们成功地在现场抢救猝死病人，得到了同行们的好评。他回国后，多次与我谈到要大力发展祖国急救事业的宏愿。其迫切精神令人感动。

宗浩在谈到心肺复苏和院前抢救时说，现在全世界都面临着一个相同的问题，即心性猝死的发生率愈来愈高，有见地的急救医生都在致力于心肺复苏的研究和对民众的科学普及，以提高心肺复苏率。他认为，救活一个病人，不仅仅是心跳呼吸的恢复，还应该是思维的恢复，使其重新投入社会，有质量地生活。这意味着复苏病人日后能工作，至少生活自理，否则救活或制造“一些‘植物人’又有什么意义呢？我极赞同这一观念。

宗浩反复强调说，社会越是进步，急救普及越是要深入到社会的各个方面，如家庭、学校、街道、饭店以及旅游场所等。社会各界都应关心、支持急救事业的发展，尤其应把院前急救提到一个新的高度上来。这也是一个国家精神文明的标志。

宗浩在繁忙的工作中，不仅出版专著，而且十分重视编写科普读物。这本《家庭常用急救手册》体现了宗浩意在社会最基础的细胞——家庭中普及最基本的急救知识和技能，至少避免因错误的处理而贻误救治良机，我以为这是十分有意义的。

钱信忠
一九九三年二月

目 次

第一部分 急救常识——人人都应懂

家庭—生命第一救护站	(2)
家庭急救八戒	(2)
全国统一急救呼号“120”	(3)
哪些人应带急救卡	(4)
什么情况下需要急诊	(5)
家庭急救箱内容	(6)
急救的先后次序	(6)

第二部分 常用急救术——人人都能掌握

畅通呼吸道	(10)
口对口人工呼吸	(11)
俯卧压背人工呼吸	(12)
仰卧压胸人工呼吸	(13)
心前区叩击法	(14)
胸外心脏挤压术	(15)
儿童复苏技术	(17)
催吐与洗胃	(18)

第三部分 各种急症——成竹在胸、有条不紊

心力衰竭	(21)
------------	------

心绞痛、心肌梗塞.....	(21)
心绞痛病人服用硝酸甘油常识	(22)
休克	(23)
癫痫发作	(25)
中风	(25)
中暑	(26)
制止失血	(27)
阴道出血	(31)
咯血、呕血.....	(32)
鼻出血	(32)
急性腹痛	(33)

第四部分 意外事故——意料在先应万变

触电	(36)
烧、烫伤.....	(37)
化学剂烧伤	(38)
气管异物	(40)
儿童婴儿气管异物	(42)
胃、咽喉异物.....	(43)
耳、鼻异物.....	(44)
毒蛇咬伤	(45)
疯狗咬伤	(45)
溺水	(46)
一氧化碳中毒	(47)
悬缢、绞缢及受扼.....	(47)
戳伤	(48)
断肢	(49)
骨折	(50)
关节脱位	(53)

错服药	(53)
误食毒鼠药	(54)
敌敌畏中毒	(54)
苦杏仁中毒	(54)
饮水吃菜中毒	(54)
误服洗涤剂	(55)

第一部分

急救常识

——人人都应懂

1.家庭——生命第一救护站

人们工作生活在各种不同的环境里，难免会发生一些意外事故，学点与自己生活比较密切的急救知识，就能在万一发生意外之时，做出正确处理，为抢救自己与他人的生命赢得时机。

可见，家庭是生命的第一救护站。

2.家庭急救八戒

一戒惊慌失措：遇事慌张，于事无补。如慌慌张张用手去拉触电者，只能连自己也触电。此时应首先切断电源，用木棍、竹竿等绝缘物体使病人脱离电线，再进行急救。

二戒因小失大：遇到急重病人时，首先看病人是否还有心跳和呼吸，瞳孔是否散大，如心跳停止，呼吸停止，则应马上作口对口人工呼吸和胸外心脏按压，而不能一见出血便忙于止血（病人已死，止血何用。）

三戒随意搬动：万一发生意外，家人往往心情紧张，乱叫病人姓名或称呼，猛推猛摇病人，其实，宁可原地救治，切忌随意搬动，特别是骨折、脑出血、脑外伤病人更忌搬动。

四戒舍近求远：急救之时，时间就是生命，应该就近送医院，特别是伤病员呼吸心跳濒临停止时，更不应远送，切忌迷信大医院而贻误时机，要相信基层医疗单位完

全可进行初级急救，急救后再转送上级医院。

五戒乱用药：不少家庭都有备用药，但使用药物的知识却有限，切勿乱用。如急性腹痛者，过量服用止痛药时会掩盖病情，妨碍病情的正确判断。

六戒滥进饮料：不少人误以为给病人喝点热茶热水会缓解病情，实际上毫无必要，如胃肠外伤病人不宜喝水进食，烧伤病人不宜喝开水，急性坏死性胰腺炎病人应禁食，尤其对昏迷病人强灌饮料，会灌进气管引起窒息。

七戒一律平卧：并非凡急重病人都要平卧，如失去意识的病人应让其平卧，头偏向一侧；心脏性喘息者，让其坐着、略伏在椅子上；急性腹痛者让其屈膝以减轻疼痛；脑出血病人则让其平卧，但应取头高脚低位。

八戒自作主张乱处理：平时留意学习一些起码的抢救知识，紧急关头切忌想当然处理。如小而深的伤口切忌草率包扎，以免引起破伤风；腹部内脏受伤脱出，切忌还纳腹部，而应用干净纱布覆盖，以免继发感染。

3.及时呼救——全国统一急救呼号 120

遇急症时，如严重外伤，急性中毒、大出血，心脏病发作及严重呼吸困难的病人时，应立即给医院打电话叫救护车。电话中讲清楚伤病员的确切住址，姓名和主要病情。主要病情是指病人最明显的主观感觉或外观病状，切忌慌乱中只讲亲属的称呼，或笼统地形容“不行了”、“摔倒了”、“晕过去了”等；让急救者莫名其妙。电话中一定要约定具体的候车地点，打完电话后必须立即派人赶到约定的

路口等候救护车开来，以避免救护车去错地方贻误抢救时机。同时立即为病人做好必要的入院准备，商定何人随车同去，避免到时推让争抢耽搁时间。

目前，全国统一急救呼号 120 已在北京、南宁等大中城市推广。平时备好急救中心及家庭附近医院的电话号码是十分必要的。要注意使家庭成员包括孩子都熟知如何叫救护车，为避免慌乱中语无伦次、辞不达意的错误，平时做些“演习”并不过分。（北京前不久就发生过一母亲一氧化碳中毒晕倒，儿子找父亲，父亲回家后坐等救护车以至拖延数小时未能使病人及时得到救治的令人咂舌的事。）

另外，在无法叫到救护车时，应就近寻找医务人员作应急处理，如清理口腔异物，取出假牙、催吐、人工呼吸、胸外心脏按压等。此时不能惊慌失措，不要只顾乱叫病人姓名，不要猛推乱摇病人身体以及乱搬病人，以免加重病情。

4. 哪些患者应带急救卡

正在接受胰岛素治疗的糖尿病人

有疾病大发作史的病人

恶性高血压病人

完全性室性传导阻滞病人

反复发作心绞痛病人

精神病人以及老年性痴呆病人

以上病人应在衣服醒目部位别上“急救卡片”，卡片上

的字要写得端正清晰；写明姓名、年龄、工作单位、电话、家庭住址、联系人以及主要患的疾病、治疗简况、急救药品等，以便一旦出现惊厥、昏迷、心脏病发作时，能让旁人准确地采取应急措施，予以及时抢救并通知家属。

5. 什么情况下需要急诊

凡遇到下列情况时，应立即就诊，以免贻误抢救时机：

1. **发热**，体温在 38.5° 以上者。
2. **各种原因引起的急性心力衰竭、心律紊乱**（心动过速）每分钟心率 120 次以上；心动过缓，每分钟心率在 60 次以下。
3. **大出血**：包括呕血、咯血、便血、外伤出血、妇产科出血、五官出血。
4. **昏厥、休克、抽搐、眩晕**。
5. **急性中毒**
6. **高血压**超过 180/110 毫米汞柱。
7. **急性脑血管急病**：脑出血、蛛网膜下腔出血、脑梗塞。
8. **急性无尿或尿潴留、严重泌尿系感染**。
9. **呼吸困难、咽喉、食道或气管有异物**。
10. **重型颅脑外伤**：颌面部伤、眼、耳、鼻、喉外伤。
11. **急性感染**：如丹毒、乳腺炎、中耳炎等伴发热者。
12. **急性腹痛**：如急性阑尾炎、胃十二指肠穿孔、肠梗阻、胆道感染、宫外孕等。

13.急性损伤: 如急性软组织损伤、骨折、脱臼以及外伤、烧灼伤。

14.急性食物中毒: 严重腹泻、呕吐。

15.溺水、电击、冻伤。

16.癫痫发作持续状态。

17.哮喘持续状态。

6.家庭急救箱内容

体温表、压舌板、手电筒、镊子两把(一把消毒)剪刀两把(一把消毒)

橡皮止血带、弯盘、别针、创可贴、消毒纱布、消毒棉球、棉签、绷带、三角巾、胶布。

红药水、紫药水、碘酒、酒精、高锰酸钾(俗称灰锰氧、常用低浓度的水溶液 1: 2000—1: 4000 作冲洗、清洁伤口或洗胃。某些伤口如动物、昆虫咬螫伤、多用 1—5% 的高浓度。)

氨水: 即阿摩尼亚, 有刺激作用, 对瘰病(歇斯底里)和某些晕厥人闻嗅。

消炎、烫伤、冻伤等市售的药膏, 清凉油、人丹、十滴水。

感冒药、止泻药、止血药、蛇药。

7.急救的先后次序

1.呼吸道与呼吸: 首先检查呼吸道是否通畅, 伤者是

否有呼吸，如无呼吸立刻行人工呼吸法。(图 1、2)

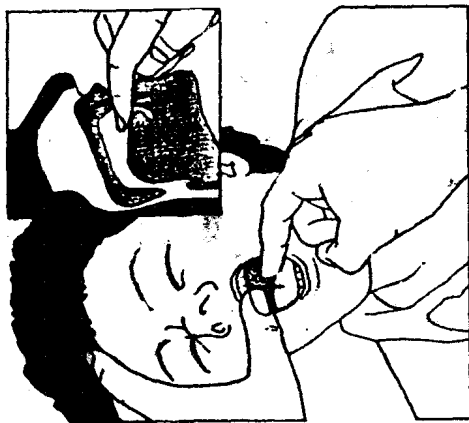


图 1



图 2

2.出血：检查并制止严重出血。

3.昏迷：把昏迷或呼吸有杂音者摆成复原卧式。(图 3)

注意：如怀疑脊柱受伤，除非呼吸困难必须移动外，不要移动伤者。(图 4)

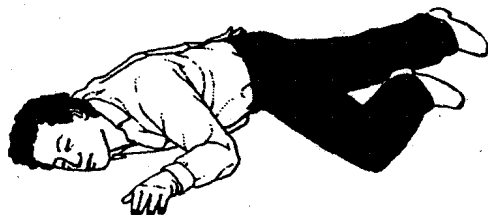


图 3



图 4

4.休克：保持伤者温暖，使其静卧等候专业人员到

来。(图 5)

5.限动：在必需移动伤者之前，应先急救骨折与大伤口。如伤者处境危险移动前先设法暂时制止受伤部位活动。

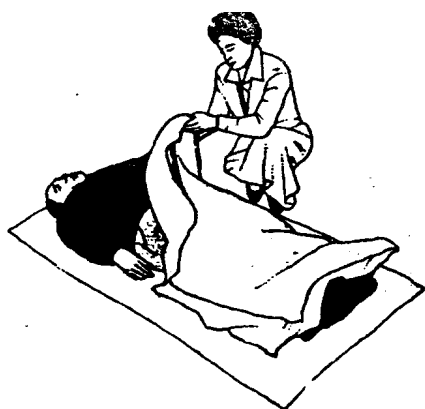


图 5