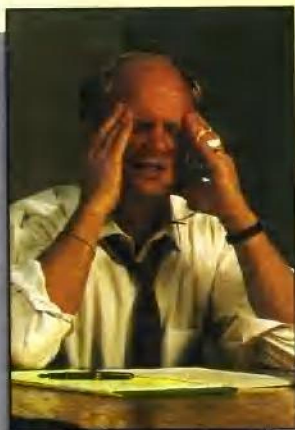
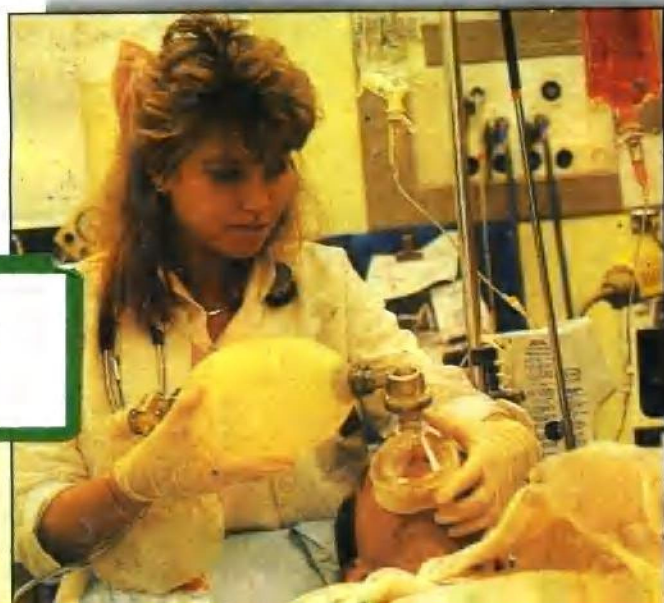


“家庭百病不求人”丛书



家庭 急救 280 问

傅 毅 黄 峰 黄元华 张文中
巫 斌 赖海英 李莺馨 朱少波



福建科学技术出版社

“家庭百病不求人”丛书

家庭 急救 280 问

傅 毅 黄 峰 黄元华 张文中
巫 斌 赖海英 李莺馨 朱少波

福建科学技术出版社

(闽) 新登字 03 号

“家庭百病不求人”丛书

家庭急救 280 问

傅 毅 黄 峰 黄元华 张文中
巫 斌 赖海英 李莺馨 朱少波

*

福建科学技术出版社出版、发行

(福州市东水路 76 号)

福建省新华书店经销

福建省科发电脑排版服务公司排版

沙县印刷厂印刷

开本 787×1092 毫米 1/32 6.375 印张 2 插页 129 千字

1998 年 1 月第 1 版

1998 年 1 月第 1 次印刷

印数: 1—8 000

ISBN 7-5335-1274-X/R · 263

定价: 8.50 元

书中如有印装质量问题, 可直接向承印厂调换

目 录

一、家庭急救基本知识

1. 什么是体温? (1)
2. 怎样正确测量体温? (1)
3. 影响准确测量体温的因素有哪些? (2)
4. 体温异常有哪些表现? (2)
5. 怎样观察呼吸? (3)
6. 呼吸异常有哪些表现? (4)
7. 什么是脉搏? (5)
8. 怎样检查脉搏? (5)
9. 脉搏异常有哪些表现? (6)
10. 什么是意识? (7)
11. 意识障碍有哪些表现? (7)
12. 昏迷可分为几种? (8)
13. 怎样观察瞳孔? (8)
14. 瞳孔变化有哪些表现? (9)
15. 什么是人工呼吸? (9)
16. 怎样实施口对口吹气法? (9)

17. 怎样做口对鼻吹气法?	(10)
18. 怎样做举臂压胸人工呼吸法?	(10)
19. 怎样做举臂压背人工呼吸法?	(11)
20. 怎样判断心脏骤停?	(13)
21. 心脏骤停怎样抢救?	(13)
22. 怎样实施双人心肺复苏术?	(15)
23. 怎样给儿童实施心肺复苏术?	(16)
24. 为什么要给伤病员输氧?	(16)
25. 怎样给伤病员输氧?	(17)
26. 给伤病员输氧时应注意哪些问题?	(18)
27. 外伤出血后为什么要尽快止血?	(18)
28. 怎样判断出血量?	(19)
29. 小伤口出血该怎样止血?	(19)
30. 怎样实施加压包扎止血?	(20)
31. 怎样实施间接指压止血?	(20)
32. 怎样用止血带止血?	(23)
33. 怎样实施加垫屈肢止血法?	(24)
34. 为什么要包扎伤口? 包扎前要做哪些准备?	(24)
35. 怎样实施三角巾头顶包扎?	(25)
36. 怎样实施三角巾风帽式包扎?	(25)
37. 怎样实施三角巾的眼部包扎?	(26)
38. 怎样实施毛巾头顶包扎?	(27)
39. 怎样实施三角巾胸部包扎?	(27)
40. 怎样用毛巾包扎胸部?	(27)
41. 怎样利用衣襟重合包扎胸背?	(28)

42. 怎样用三角巾包扎上肢?	(29)
43. 怎样用三角巾包扎腹部?	(30)
44. 怎样用毛巾包扎腹部?	(30)
45. 怎样用三角巾包扎膝(肘)关节?	(31)
46. 怎样用三角巾包扎手、脚?	(31)
47. 脑外露时应怎样包扎?	(31)
48. 腹腔内脏脱出时应怎样包扎?	(32)
49. 怎样实施胸部伤口的贴闭包扎?	(33)
50. 什么是骨折?	(33)
51. 如何判断发生了骨折?	(33)
52. 外伤骨折的抢救要点是什么?	(34)
53. 如何抢救骨折伤员?	(35)
54. 固定骨折有哪些注意事项?	(36)
55. 四肢骨折如何固定?	(36)
56. 怎样实施口服洗胃?	(37)
57. 怎样用漏斗式胃管洗胃?	(38)
58. 洗胃应注意哪些问题?	(39)
59. 拨打“120”急救电话要注意什么?	(39)
60. 怎样选择患者的卧位?	(40)
61. 搬运伤员要注意哪些问题?	(41)
62. 如何搬运伤病员?	(42)
63. 如何单独搬运伤病员?	(44)
64. 两人如何搬运伤病员?	(45)
65. 用车辆转运伤病员时应注意哪些问题?	(46)

二、常见急危重症的急救

- 66. 什么是休克? (47)
- 67. 休克应如何抢救? (47)
- 68. 什么是昏迷? (48)
- 69. 怎样抢救昏迷者? (49)
- 70. 哪些原因会引起高热? (49)
- 71. 发生高热后怎么办? (50)
- 72. 为什么会发生晕厥? (52)
- 73. 怎样抢救晕厥者? (53)
- 74. 眩晕是怎么回事? (53)
- 75. 眩晕发作时怎么办? (54)
- 76. 浴室里洗澡时突然晕倒怎么办? (55)
- 77. 什么是癫痫? (55)
- 78. 癫痫发作时应如何处理? (56)
- 79. 中风是怎么回事? (56)
- 80. 怎样抢救中风者? (57)
- 81. 中暑是怎么回事? (57)
- 82. 中暑有哪些表现? (58)
- 83. 先兆中暑怎样救治? (59)
- 84. 重度中暑如何抢救? (59)
- 85. 小儿高热惊厥是怎么回事? (60)
- 86. 小儿高热惊厥如何处理? (61)
- 87. 什么原因会引起头痛? (61)
- 88. 发生头痛该怎么办? (62)
- 89. 心绞痛是怎么回事? (62)

90. 心绞痛发作时有哪些表现?	(63)
91. 心绞痛发作怎样处理?	(63)
92. 什么是心肌梗塞?	(64)
93. 怎样抢救心肌梗塞患者?	(64)
94. 哪些原因会引起鼻出血?	(65)
95. 鼻出血该如何处理?	(65)
96. 什么叫咯血?	(66)
97. 咯血应如何抢救?	(67)
98. 什么是哮喘?	(68)
99. 哮喘发作时如何处理?	(68)
100. 为什么会出现呼吸困难?	(69)
101. 发生呼吸困难该怎么办?	(70)
102. 什么原因会引起腹痛?	(70)
103. 发生腹痛如何处理?	(71)
104. 什么叫呕血?	(71)
105. 呕血应如何抢救?	(72)
106. 为什么会发生呕吐?	(73)
107. 发生呕吐怎么办?	(73)
108. 腹泻的原因有哪些?	(74)
109. 腹泻如何处理?	(74)
110. 新婚性交后出血怎么办?	(75)
111. 房事昏厥怎么办?	(76)
112. 包皮嵌顿怎么办?	(77)
113. 牙痛怎么办?	(78)

三、意外创伤的救治

- 114. 怎样处理头部受暴力打击? (80)
- 115. 头皮擦伤如何处理? (81)
- 116. 头皮裂伤如何处理? (81)
- 117. 头皮撕脱伤如何处理? (81)
- 118. 头皮血肿如何处理? (82)
- 119. 眼部挫伤如何处理? (82)
- 120. 眼球贯通伤如何处理? (83)
- 121. 异物入眼如何处理? (83)
- 122. 酸碱类物质溅入眼睛如何处理? (84)
- 123. 耳廓外伤后该怎么办? (85)
- 124. 异物入耳怎么办? (86)
- 125. 鼻腔异物有哪些表现? (87)
- 126. 异物入鼻腔后如何处理? (87)
- 127. 什么是呼吸道异物? (88)
- 128. 异物进入呼吸道后有何危害? (88)
- 129. 呼吸道异物如何处理? (89)
- 130. 骨刺卡喉怎么办? (90)
- 131. 消化道异物有何危害? (91)
- 132. 消化道异物如何处理? (91)
- 133. 误将假牙咽下怎么办? (92)
- 134. 锁骨骨折如何处理? (92)
- 135. 肋骨骨折有哪些表现? (93)
- 136. 肋骨骨折如何处理? (94)
- 137. 外伤性气胸有哪些表现? (94)

138. 发生外伤性气胸如何处理? (95)
139. 外伤性血胸是怎么回事? (96)
140. 外伤性血胸如何处理? (96)
141. 腹部闭合性损伤如何处理? (97)
142. 腹部开放性损伤如何处理? (98)
143. 脊柱损伤有哪些表现? (98)
144. 脊柱损伤后如何急救? (99)
145. 腰部扭伤怎么办? (99)
146. 阴囊外伤怎么办? (100)
147. 手切割伤怎么办? (101)
148. 打球擦伤了手指怎么办? (102)
149. 手指被电风扇叶片打伤怎么办? (102)
150. 手指被门窗夹伤了怎么办? (103)
151. 指甲损伤怎么办? (104)
152. 怎样处理刺伤? (104)
153. 怎样处理玻璃屑嵌进皮肤里? (105)
154. 肢体断离后怎么办? (105)
155. 小孩脚被自行车轮钢丝轧伤后怎么办? ... (106)
156. 轻度脚踝扭伤怎么办? (107)
157. 重度踝关节扭伤后怎么办? (107)
158. 脚底被刺伤后该怎么办? (108)
159. 怎样抢救勒缢者? (108)

四、意外事故的急救

160. 皮肤烫伤怎么办? (110)
161. 咽部烫灼伤怎么办? (110)

162. 怎样处理眼睛烫伤?	(111)
163. 烧伤应怎样抢救?	(112)
164. 烧伤的严重程度如何分类?	(112)
165. 小面积轻度烧烫伤如何处理?	(113)
166. 大面积烧伤如何急救处理?	(113)
167. 化学物质灼伤是怎么回事?	(114)
168. 化学物质灼伤如何处理?	(114)
169. 冻伤的严重程度是怎么分的?	(115)
170. 发生冻伤后怎么处理?	(115)
171. 什么是电击伤?	(116)
172. 发生触电时如何抢救?	(117)
173. 抢救触电者应注意哪些问题?	(118)
174. 雷击伤应如何抢救?	(118)
175. 什么是溺水?	(119)
176. 怎样抢救溺水者?	(120)
177. 游泳时抽筋怎么办?	(121)
178. 游泳跳水撞击头部时如何急救?	(122)
179. 掉进冰窟窿怎样自救?	(123)
180. 如何搭救掉入冰水中的同伴?	(124)
181. 高处跌下如何抢救?	(124)
182. 发生车祸怎样自救?	(125)
183. 发生车祸怎样救人?	(126)
184. 发生空中意外怎么办?	(127)
185. 发生沉船事故怎么办?	(128)
186. 发生水灾如何自救?	(128)
187. 塌方掩埋怎样救人?	(129)

188. 发生地震时如何自救? (130)
189. 发生地震时如何救人? (131)

五、动物叮咬的急救

190. 狗咬伤后怎么办? (133)
191. 怎样区别有毒蛇与无毒蛇? (134)
192. 被毒蛇咬伤后有哪些表现? (134)
193. 毒蛇咬伤后怎样急救? (135)
194. 猫咬伤后应如何处理? (137)
195. 蜈蚣咬伤有哪些表现? (138)
196. 蜈蚣咬伤后怎么办? (138)
197. 蝎子螫伤有哪些表现? (139)
198. 蝎子螫伤后怎么办? (139)
199. 蚂蝗咬伤有哪些表现? (140)
200. 蚂蝗咬伤后怎么办? (140)
201. 蜂螫伤有哪些表现? (141)
202. 蜂螫伤后怎么办? (142)
203. 毒蜘蛛咬伤有哪些表现? (143)
204. 毒蜘蛛咬伤后怎么办? (143)
205. 海蜇螫伤后哪些表现? (144)
206. 海蜇螫伤后怎么办? (144)
207. 甲鱼咬住不放怎么办? (145)
208. 毛毛虫螫伤后怎么办? (145)
209. 蝉螫伤后有哪些表现? (146)
210. 蝉螫伤后怎么办? (146)
211. 吸血蝇咬伤后怎么办? (147)

- 212. 鼠咬伤后怎么办? (147)
- 213. 大动物咬伤后怎么办? (148)
- 214. 怎样处理牛角顶伤? (148)
- 215. 马咬踢伤怎么办? (149)

六、各种中毒的急救

- 216. 什么是食物中毒? (150)
- 217. 食物中毒可分为哪几类? (150)
- 218. 食物中毒有哪些特点? (151)
- 219. 怎样预防食物中毒? (152)
- 220. 细菌性食物中毒如何抢救? (152)
- 221. 生、熟食品的用具为什么要分开? (153)
- 222. 电冰箱冷藏的饭菜吃时为什么还要加热?
..... (153)
- 223. 为什么河豚鱼不能吃? (154)
- 224. 河豚鱼中毒如何抢救? (155)
- 225. 为什么不要吃不新鲜的螃蟹? (155)
- 226. 为什么不能吃“动物三腺”? (156)
- 227. 有毒蜂蜜中毒有哪些表现? (157)
- 228. 有毒蜂蜜中毒如何处理? (157)
- 229. 怎样防止维生素 A 中毒? (158)
- 230. 腐烂的白菜为什么不能吃? (158)
- 231. 吃蔬菜致亚硝酸盐中毒后怎么办? (159)
- 232. 发芽马铃薯为什么不能吃? (159)
- 233. 发芽马铃薯中毒如何处理? (160)
- 234. 鲜黄花菜为什么不能吃? (160)

235. 为什么会发生四季豆中毒?	(161)
236. 四季豆中毒如何处理?	(162)
237. 霉变甘蔗为什么会引起中毒?	(162)
238. 吃霉变甘蔗中毒有哪些表现?	(162)
239. 霉变甘蔗中毒如何抢救?	(163)
240. 怎样识别毒蕈?	(163)
241. 毒蕈中毒有哪些表现?	(164)
242. 毒蕈中毒如何抢救?	(165)
243. 桐油中毒有哪些表现?	(165)
244. 桐油中毒如何抢救?	(166)
245. 为什么会发生白果中毒?	(166)
246. 白果中毒如何处理?	(167)
247. 人参中毒如何处理?	(167)
248. 蓖麻子中毒如何处理?	(168)
249. 酒精中毒的表现是怎样的?	(168)
250. 急性酒精中毒如何处理?	(169)
251. 甲醇中毒有哪些表现?	(169)
252. 甲醇中毒如何抢救?	(170)
253. 为什么会发生碘酒中毒?	(170)
254. 碘酒中毒如何处理?	(171)
255. 来苏儿中毒如何抢救?	(171)
256. 高锰酸钾中毒有哪些表现?	(172)
257. 高锰酸钾中毒如何抢救?	(172)
258. 盐卤中毒有哪些表现?	(173)
259. 盐卤中毒如何抢救?	(173)
260. 磷化锌中毒有哪些表现?	(174)

261. 磷化锌中毒如何抢救?	(174)
262. 砒霜中毒有哪些表现?	(175)
263. 砒霜中毒如何抢救?	(176)
264. 氰化物中毒有哪些表现?	(176)
265. 氰化物中毒如何抢救?	(177)
266. 安眠药中毒有哪些表现?	(177)
267. 安眠药中毒如何抢救?	(178)
268. 有机磷农药中毒有哪些表现?	(178)
269. 有机磷农药中毒如何抢救?	(179)
270. 煤气中毒是怎么回事?	(180)
271. 煤气中毒的表现是怎样的?	(180)
272. 煤气中毒如何抢救?	(181)
273. 沼气中毒如何抢救?	(181)
274. 地窖窒息是怎么回事?	(182)
275. 地窖窒息如何抢救?	(182)
276. 沥青中毒有哪些表现?	(183)
277. 沥青中毒如何处理?	(184)
278. 汽油中毒有哪些表现?	(184)
279. 汽油中毒如何处理?	(185)
280. 怎样处理液化石油气中毒?	(186)

附、家庭小药箱的配备

家庭内服药的配备.....	(187)
家庭外用急救药品的配备.....	(189)

一、家庭急救基本知识

1. 什么是体温？

体温是指人体的温度。正常人的体温为 37℃ 左右，可随着人的生理状态、昼夜时差、年龄、性别、环境等不同而稍有波动。一般情况下，早晨 4~6 时体温最低，午后 5~6 时体温最高，但在 24 小时之内，体温变化不超过 1℃。小儿体温比成年人稍高；老年人体温稍低；妇女在月经期前或妊娠期略高，行经期中体温最低。

检查体温的变化，可以为判断和治疗疾病提供重要参考。

2. 怎样正确测量体温？

体温测量常用的方法有口腔测量法、腋下测量法和肛门测量法三种。用于口腔测量的体温表叫口表，用于腋下测量的体温表叫腋表，用于肛门测量的体温表叫肛表。无论用哪种测量方法，测量前都应将体温表内的水银柱甩至 35℃ 以下。

测量体温的具体方法如下：

(1) 口腔测量法：将口表消毒、擦干，将水银头端放于患者舌下，让患者紧闭口唇，切勿用牙咬，也不要说话，以

免体温表被咬碎或脱落。3 分钟后取出，在光亮处，将体温表横持，并慢慢转动，观察水平线位置的水银柱所在刻度。正常的口腔温度为 $36.2\sim 37.2^{\circ}\text{C}$ 。

(2) 腋下测量法：擦干患者腋下，将腋表轻轻放入患者腋下，使水银头端位于腋窝的顶部，让患者夹紧腋窝。5~10 分钟后取出，查看方法同口表。正常腋下体温为 $36\sim 37^{\circ}\text{C}$ 。

(3) 肛门测量法：让患者屈膝侧卧或俯卧，露出臀部，将涂有凡士林或肥皂液的肛表水银端，轻轻插入肛门内约 3~4 厘米。3 分钟后取出，用软纸擦净体温表后，读出体温刻度。正常肛门体温为 $36.5\sim 37.7^{\circ}\text{C}$ 。

3. 影响准确测量体温的因素有哪些？

影响测量准确体温的因素有：

(1) 未将水银柱甩至 35°C 以下，测出的仍是上次体温。

(2) 腋下有汗或未夹紧，或时间不足 5 分钟，使测出体温比实际体温低。

(3) 刚喝完热水，或附近有热水袋或其它热源，使测出体温会比实际体温高。

另外，剧烈活动后、精神紧张、洗澡后都能使体温一次性升高一些。所以，测体温应在饭后半小时、安静状态下进行。

4. 体温异常有哪些表现？

体温异常有下列几种情况：

体温低于正常称为体温过低。常见于休克、急性大出血、慢性消耗性疾病、年老体弱、在低温环境中暴露过久等。