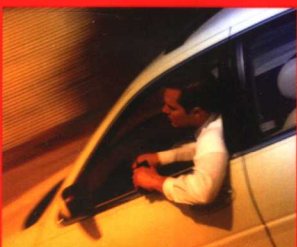
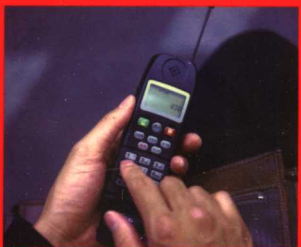
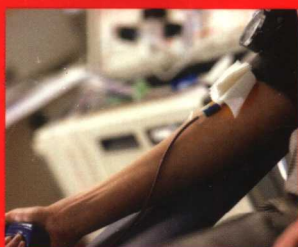
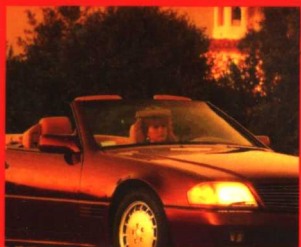


司机自救互救 实用手册

主编/王立祥 陈晓平

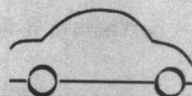


人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

司机 自救互救 实用手册

SIJI ZIJIU HUJIU SHIYONG SHOUCHE



主编 王立祥 陈晓平
主审 王佳一 沈洪
编委 (按拼音排序)
陈充抒 陈秀荣 傅冰 李旭
刘浩 刘亚华 孙鲲 杨贵荣
杨凯平 张建荣 张杰
绘图 于岚 贝丽

 人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

图书在版编目(CIP)数据

司机自救互救实用手册 / 王立祥, 陈晓平主编. —北京:
人民军医出版社, 2007.9
ISBN 978-7-5091-1176-5

I. 司… II. ①王…②陈… III. 驾驶员—自救互救—手册
IV. R459.7-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 124990 号

策划编辑: 贝丽 于岚 文字编辑: 郁静 张长义 责任审读: 张之生
出版人: 齐学进

出版发行: 人民军医出版社 经销: 新华书店

通信地址: 北京市 100036 信箱 188 分箱 邮编: 100036

电话: (010) 66882586 (发行部)、51927290 (总编室)

传真: (010) 68222916 (发行部)、66882583 (办公室)

策划编辑: (010) 51927273

网址: www.pmmp.com.cn

印刷: 京南印刷厂 装订: 桃园装订有限公司

开本: 850mm×1168mm 1/32

印张: 6.375 字数: 134 千字

版、印次: 2007 年 9 月第 1 版第 1 次印刷

印数: 0001~5000

定价: 20.00 元

版权所有 侵权必究

购买本社图书, 凡有缺、倒、脱页者, 本社负责调换

电话: (010) 66882585、51927252

内 容 提 要

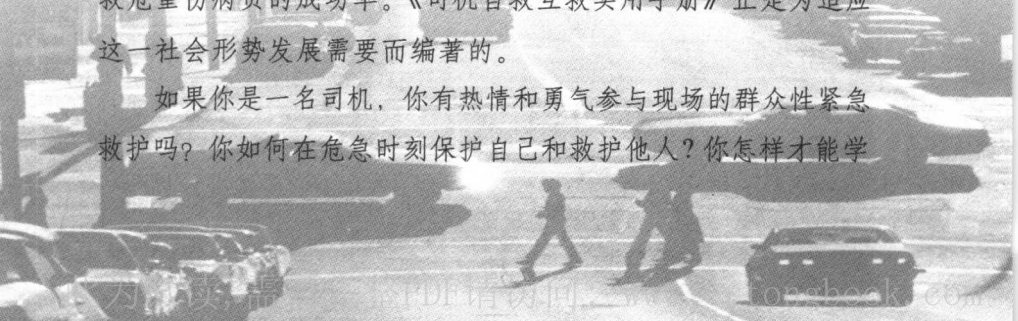
本书由临床急救经验丰富的专家针对司机流动性大、可能遭遇紧急事故和意外伤害的概率大的特点，为普及急救知识，提高大众自救互救能力而编写。本书系统、详细地介绍了急救基本常识和基本技能，常见外伤、急症和意外伤害的急救方法；为了满足对外交往的需要，收集了常用的急救英语，同时还附有行车配件、应急物品和急救包的配置要求。本书语言通俗易懂，内容丰富、实用，图文并茂，便于查阅，是广大司机学习掌握自救互救技能的必备手册，也可作为普及急救知识，培训急救员的教材。



序

当突发灾难、紧急事故或意外伤害不幸降临在你面前，在生死攸关的危难关头，在没有专家或救护人员在场而灾难形势严峻的关键时刻，应该怎样自救和互救？如何挽救生命，防止伤残，减轻伤痛？这些问题会在人们不经意时突然出现，使你措手不及，力不从心……这些也是现代急救医学亟待发展的主要环节，即院前急救与运输所面临的突出问题。目前针对院前急救薄弱，急救医疗服务不能满足人民需求的现状，我国政府正在大力构建和完善突发公共卫生事件紧急医疗救治体系，其中非专业性院前急救和现场的救护环节已成为人们关注的重点，而第一目击者就是非专业性院前急救的参与者。司机每天在城市和乡镇的每个角落行驶，流动性大，不仅自身遇到的危险因素多，而且他们在第一时间、第一现场接触到生命垂危的伤病员的可能性也最大，也就是最有可能成为第一目击者。因此，对司机进行自救和互救的技能培训，让更多的人参与地区乃至全国的紧急医疗救治体系，不仅能够弥补部分医疗机构和急救环节的不足，而且可以提高抢救危重伤病员的成功率。《司机自救互救实用手册》正是为适应这一社会形势发展需要而编著的。

如果你是一名司机，你有热情和勇气参与现场的群众性紧急救护吗？你如何在危急时刻保护自己和救护他人？你怎样才能学



习和掌握应对危难所必备的救护技能和基本知识呢？你所期望的，可以从这本手册中得到。也许由于你的主动热情，在灾难降临的时候，救护队伍里会多一名志愿者，医学专家会多一名帮手，生命垂危者会多一份希望，你真的可以通过自己的努力，把损失降到最低限度。

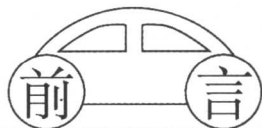
武警总医院是国际救援队和中国红十字会指定的紧急救援医院，担负着重要的社会救援和急救任务，是一支具有系统的专业急救医学理论和丰富的临床实践经验的队伍，以救死扶伤、服务弱势群体，减少人的痛苦为己任。为了使更多的司机朋友、乃至更多的人掌握救护知识，武警总医院急救医学中心的急救专家们在紧张的工作之余，不辞辛苦地编写了本书，针对司机这一庞大群体，深入浅出地介绍了急救的知识和技能，相信此书会给广大司机朋友及读者以救护知识和技能的启蒙和指导，让更多的人人在关键时刻给他人提供帮助，奉献爱心，形成抢救生命的绿色通道。本书的出版对于完善政府应对突发公共卫生事件紧急救治体系，提高北京市国际化大都市的形象都具有重大的现实意义。故乐为此书作序。

武警总医院院长



2006年11月





现代急救医学的概念不断更新，内容不断丰富，并取得了长足的发展。但是，其所包含的院前急救与运送仍然是我国现代急救医学中的薄弱环节和亟待发展的主体。普及急救知识，尤其是对重点人群的急救培训和加强社区急救服务，已经成为院前急救的重要内容。在突发事件现场，第一目击者就是危急重症病人的救星。珍爱生命，参与救护是每个公民的义务。为了人人都有被救助的机会，就要人人学会急救技术。因此，让更多的人掌握急救知识和技术，给生命更多的机会，是我们急救工作者的责任，也是本书的主旨。司机流动性大，自身遇到的危险因素多，在第一时间、第一现场接触生命垂危的伤病员的可能性也最大。

本书针对司机的特点，以普及医疗救护知识，对重点人群进行初级急救培训，使更多的人掌握急救技能，参与现场紧急救护为目的而编写。内容包括现代急救医学的概念、急救的基本常识和基本技能、各种常见的外伤、急症以及意外伤害的急救，并且收录了常用急救英语、与急救相关的司机行车应急物品配置等，以便读者查阅。书中以相关链接、急救要点等方式介绍医学知识，简化急救程序，力求以通俗易懂的语言和图表，对读者进行医疗

急救的专业指导。

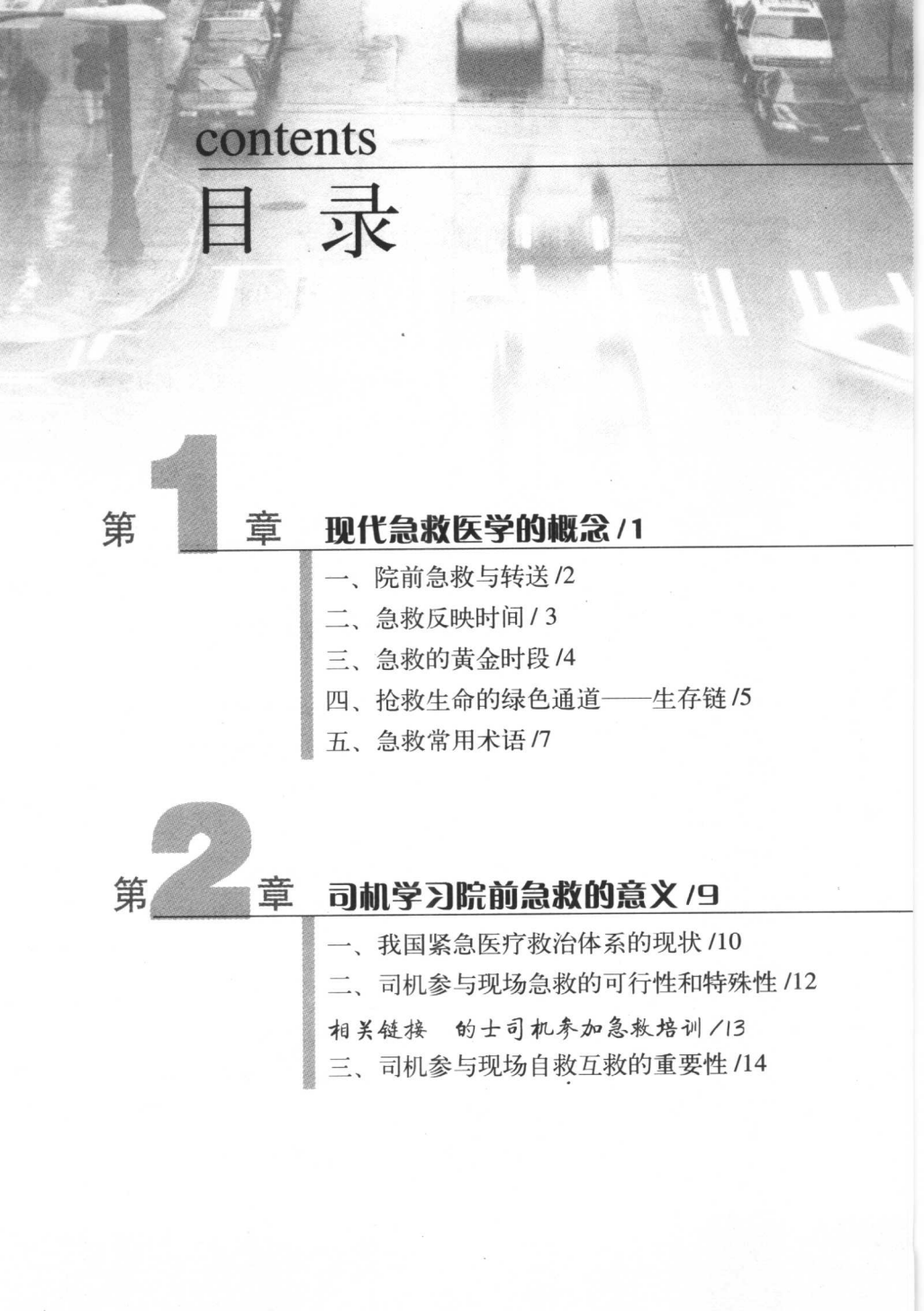
本书由具有丰富临床经验的一线急救工作者编写,立意新颖,文字严谨,实用性强,而且图文并茂,通俗易懂,可操作性强。不仅适用于司机普及急救知识,还可作为广大群众初级急救培训和现场救护的教材。

本书的完成要特别感谢武警总医院王发强院长在百忙中为本书作序;十分感谢北京人民广播电台台长汪良先生为本书题名并给予的大力支持;感谢北京人民广播电台交通台王佳一同志和解放军总医院沈洪教授的大力指导与帮助。鉴于编者水平有限,书中有不当之处,敬请各位专家和广大读者批评指正。

编 者

2006年11月





contents

目 录

第 1 章 现代急救医学的概念 / 1

- 一、院前急救与转送 / 2
- 二、急救反映时间 / 3
- 三、急救的黄金时段 / 4
- 四、抢救生命的绿色通道——生存链 / 5
- 五、急救常用术语 / 7

第 2 章 司机学习院前急救的意义 / 9

- 一、我国紧急医疗救治体系的现状 / 10
- 二、司机参与现场急救的可行性和特殊性 / 12
- 相关链接 的士司机参加急救培训 / 13
- 三、司机参与现场自救互救的重要性 / 14

第3章 急救的基本常识 / 17

一、人体的基本结构与功能 / 18

二、求救联络方法 / 26

急救要点 怎样拨打“120”紧急求救电话 / 28

第4章 急救的基本技能 / 29

一、简易判断病情 / 30

急救要点 简易判断病情法 / 34

二、畅通气道 / 34

相关链接 识别气道异物梗阻 / 35

相关链接 儿童气管异物的急救 / 38

急救要点 畅通气道的方法 / 41

三、人工呼吸 / 41

相关链接 呼吸骤停的原因 / 42

急救要点 判断人工呼吸有效的标准 / 44

四、心前区叩击 / 45

五、胸外按压 / 46

相关链接 心脏骤停的危害 / 46

急救要点 判断胸外按压有效的标准 / 50

六、心肺复苏术 / 51

急救要点 快速判断心脏骤停 / 52



急救要点 心脏复苏程序 /54

七、止血 /55

相关链接 血液与生命 /55

急救要点 指压止血的部位与方法 /63

相关链接 止血带止血的注意事项 /66

八、包扎 /67

急救要点 包扎伤口的五点要求 /69

急救要点 包扎伤口的注意事项 /82

九、骨折固定 /83

相关链接 人体骨骼的特点 /83

十、搬运 /91

急救要点 各部位损伤的搬运方法 /97



第5章 常见外伤的急救 /98

一、颅脑损伤 /99

二、脊髓损伤 /101

三、骨盆骨折 /102

四、胸部外伤 /103

五、腹部外伤 /104

六、四肢骨骨折 /105

七、手外伤 /107

八、断指（肢） /108

相关链接 离断指（肢）的保存方法 /109

九、软组织外伤 /110

十、眼创伤 /111

十一、鼻创伤（鼻出血） /112

第6章 常见急症的急救 /113

一、昏迷 /114

二、晕厥 /115

三、窒息 /116

四、气胸 /117

五、脑卒中 /119

六、心绞痛 /120

相关链接 急性心肌梗死的表现 /121

七、癫痫 /122

八、小儿惊厥 /123

九、急性腹痛 /124

十、呕吐 /125

十一、中暑 /126

相关链接 预防中暑 /128

十二、急性中毒 /128

急救要点 食物中毒的急救 /132

酒精中毒的急救 /132

一氧化碳中毒（煤气中毒）
的急救 /133

安眠药中毒的急救 /134

农药中毒的急救 /134

第7章 常见意外伤害的急救 / 135

一、交通意外 / 136

急救要点 交通意外的急救要点 / 138

相关链接 交通意外伤的特点 / 140

相关链接 交通事故现场的保护 / 141

二、溺水 / 141

急救要点 溺水自救互救的要领 / 143

三、电击 / 144

相关链接 影响电击伤的因素 / 145

四、烧伤 / 147

急救要点 特殊烧伤的处理 / 149

相关链接 汽车着火的紧急处理 / 150

五、冻伤、冻疮、冻僵 / 151

相关链接 冻伤的预防 / 153

急救要点 冻伤、冻僵的急救 / 154

六、雷击 / 154

七、地震 / 156

急救要点 塌方埋入人员的急救 / 157

八、水灾 / 158

九、泥石流 / 159

十、台风及龙卷风 / 161

十一、毒气泄漏 / 162

十二、蛇咬伤 / 164



十三、昆虫蜇伤/165

十四、狗(猫)咬伤/166

相关链接 狂犬病的预防/168

十五、暴发疫情/168

相关链接 常用的汽车消毒方法/171



第8章 常用急救英语/172

一、一般问候语/173

二、紧急询问语/174

三、急救处置用语/176

四、途中安抚用语/179

五、急救流程英中文对照/180

附：一、应急物品包配置/185

二、行车配件包配置/185

三、应急急救包配置/186

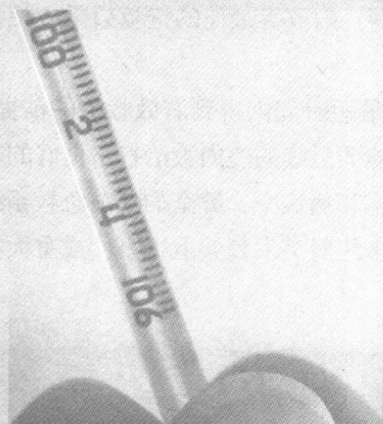


1

第

章

现代急救医学 的概念





现代急救医学包括灾难医学、院前急救、医学监护运输、院内急救及院内危重急症监护等学科，也包括急救通讯网络，急诊绿色通道及医疗救援体系的健全与完善。由于院内急救和危重症监护已形成自己独立的较规范的学科体系，因此，院前急救与运输就成为现代急救医学亟待发展的主体。



一、院前急救与转送

医院前急救（简称院前急救）与转送是指患者到达医院前的抢救及运送医院途中的监护。院前急救包括专业性救治和非专业性救治，专业性院前急救指患者去医院前急救医师和救护车到达现场的救护，急救医师可以利用急救技术、急救车内的设备和医药对患者进行的救治；非专业性院前急救指急救车和急救医师到达现场之前由现场“第一目击者”对患者进行的急救。若患者或目击者懂得一些自救和互救的知识，就有可能使患者化险为夷，在急救的黄金时间（5~10分钟）内取得最佳的抢救效果，使伤害降到最低程度。

院前急救是确保患者能在最短时间内得到有效救治的前提，现场救护及时、处置恰当，就能为后续的院内救治打下良好的基础，并减少并发症，降低死亡率和病残率。健全的院前急救系统不仅反映了一个国家、一个城市应对突发公共卫生事件或重大灾





害的经济实力和政府管理水平，而且也反映了急救医学的水平以及公民的知识和道德水准。因此，院前急救在现代急救医学体系中占有不可替代的地位。在许多发达国家和地区，更加强调社区急救服务，十分重视对重点人群（“第一目击者”）的急救培训，其急救知识普及率高达10%，而在我国普及急救知识的工作才刚刚起步，目前接受急救培训的北京市民也还不到2%。

加强和完善院前急救系统要求政府、社团和公民投入更大的热情，关心和支持急救事业的发展，大力开展急救知识的普及，让更多的人加入到挽救生命的队伍中来。



二、急救反应时间

急救反应时间即从呼救到医师到达出事现场的时间。对于急救医疗服务系统而言，急救反应时间包含了以下“时间间隔”的概念。



1. 接到求救电话到急救小组的间隔

接到第一个求救电话到救护车离开急救中心的时间。



2. 急救车离开至到达出事地点间隔

急救车离开急救中心到医疗小组确认已经到达预定地址的时间。



3. 急救小组到达病人身旁的间隔

即急救车停到预定地点到医疗小组到达病人身旁的时间。