遇到这些情况请立刻就医！

图解急救知识百科

[法] 弗雷德里克 · 阿德内（Frédéric Adnet）
[法] 桑德里娜 · 特鲁夫洛（Sandrine Trouvelot） 著
沈一蕊 译

華中科技大學出版社
http://www.hustp.com
有书至美
BOOK & BEAUTY

图解急救知识百科

[法] 弗雷德里克 · 阿德内（Frédéric Adnet）
[法] 桑德里娜 · 特鲁夫洛（Sandrine Trouvelot）
著
沈一蕊 译

華中科技大學出版社
http://www.hustp.com
中国 · 武汉

有书至美
BOOK & BEAUTY

图书在版编目（CIP）数据

图解急救知识百科/（法）弗雷德里克·阿德内，（法）桑德里娜·特鲁夫洛著；沈一蕊译．—武汉：华中科技大学出版社，2019.3

ISBN 978-7-5680-4927-6

Ⅰ.①图… Ⅱ.①弗… ②桑… ③沈… Ⅲ.①急救－图解 Ⅳ.①R459.7-64

中国版本图书馆CIP数据核字（2019）第014525号

图解急救知识百科
Tujie Jijiu Zhishi Baike

[法] 弗雷德里克·阿德内　[法] 桑德里娜·特鲁夫洛　著
沈一蕊　译

出版发行：华中科技大学出版社（中国·武汉）　电话：(027) 81321913
北京有书至美文化传媒有限公司　(010) 67326910-6023
出 版 人：阮海洪

责任编辑：莽　昱　康　晨
责任监印：徐　露　郑红红　封面设计：秋　鸿

制　　作：北京博逸文化传播有限公司
印　　刷：广州市番禺艺彩印刷联合有限公司
开　　本：787mm×1092mm　1/16
印　　张：16.5
字　　数：118千字
版　　次：2019年3月第1版第1次印刷
定　　价：79.80元

本书若有印装质量问题，请向出版社营销中心调换
全国免费服务热线：400-6679-118　竭诚为您服务

目录

图解急救知识百科

[法] 弗雷德里克 · 阿德内（Frédéric Adnet）
[法] 桑德里娜 · 特鲁夫洛（Sandrine Trouvelot）
著
沈一蕊 译

華中科技大學出版社
http://www.hustp.com
中国 · 武汉

有书至美
BOOK & BEAUTY

目录

前言

我们可以说这个50多岁的男人是幸运的。那天，折磨他多年的坐骨神经痛又发作了，他的整条大腿直至臀部都疼痛难忍，这也导致了他行走困难。为了缓解疼痛，他吃了几粒阿司匹林止痛。但这次，疼痛并没有好转，更糟糕的是，他开始感觉不到一侧的大脚趾了。他本可以静静忍耐，就像他往常发作时做的那样，但他突然想起他最好的朋友恰好是一位有名的医生，于是给他打去了电话。令他吃惊的是，他的医生朋友兼高中同窗好友命令他说："您现在立刻去看急诊！"虽然仍有怀疑和困惑，但他还是照做了。幸运的是，他一到医院，医生便和他说情况危急需要立即动手术。在同一天，他接受了手术。后来这个男人承认说，"如果我再迟一点儿去看医生，我可能一辈子都要跛着脚走路了。"

毫无疑问，有关健康的问题，有时会有需要紧急救治不能拖延的情况。并且出乎人们的意料，这种情况并不少见。突然身体麻痹、胸痛、腹痛、喘息加剧、身体消瘦、视野出现黑点……这些症状看似不太严重，但背后也可能暗藏危险，甚至危急到需要紧急医疗干预。可惜的是，我们也许不像上文中的男人那么幸运，有一个可以打电话咨询的朋友，以及在第一时间获得救助。同时，靠我们自己也难以评估当时病情的严重程度。所以在日常生活中，当我们感到不适，我们每次都会问：我的症状严重吗？我可以等几天再去看病吗？还是说我需要立即去看急诊甚至是叫救护车？

面对不确定的情况，那些多思多虑的人自然会急忙赶往医院就诊，这样的人绝非少数。但是由于缺乏对当时病情

由于疏忽大意或是害怕，
每年有数万人在身体出现问题时选择不去就医，
想着应该不严重吧，
然而其所罹患的却有可能是个必须要去就诊的疾病。

的正确认识，仍有相当一部分人对急诊避之不及。并且越来越多人选择这么做，这与国内医生的日渐稀缺密不可分。这种情况在世界其他各国也有所发生，以法国为例，根据法国医师理事会的统计数据，2007—2016年，法国全科医生的数量总体减少了8.4%，且在20个省份内下降率超过15%，在巴黎和涅夫勒省，下降率险超25%。结果，几乎在整个法国，全科医生的数量都降至谷底。其中有15个省，每10万居民仅有100个全科医生，远不及平均130.6个的水平。而全科医生最稀缺的则是塞纳-马恩省和尚邦市，少于94个。而更糟糕的是，2016年超过1/4（27.3%）的全科医生已经超过60岁！

这也就导致了急诊接诊人数日渐增多的局面。根据法国卫生部统计，2014年，法国720个科室接诊近2,000万患者，该人数是1996年时的2倍多，且几乎3倍于1990年时的人数。不用感到意外，尽管医院优化了组织管理，仍有一些科室就诊人数过多，导致人们候诊时间过长。很明显，这其中不少人其实并不是紧急情况，很难说这部分人占了多少。2012年，法国审计院估计，就诊人数中的1/5并没有引起任何医疗程序，并且总结道，每年这些非紧急情况就诊的360万人应重新分配到其他城市医疗系统中。审计院还估算了这部分的经济支出将达50亿欧元！在当前医院预算压力的背景下，这是不容忽视的问题……

与就诊人数过多的情况相反，由于忽视或是害怕，一部分人在感到身体不适时想着这应该不太严重而不去医院，然而这其中却存在真正需要紧急救治的人。

这本书旨在通过向大家解释
何时需要开始担心自己的情况，
以普及主要的需要急救的情况。

并且，必须要提及的是，许多人会说在看急诊排队的过程中会浪费很多时间，但一时的忽视和偷懒却可能导致严重的后果：原本看似不太严重的症状迅速恶化——被忽视的胸痛可能是心肌梗死表现——甚至导致死亡，例如某些静脉炎疾病。据统计，每年有近5万人猝死，但如果这些人能够及时得到救治的话，大部分死亡是可以避免的。

再者，我们需要知道何为严重的症状吗？当然，我们总能在网上查询到。但是该上哪些网站呢？并且我们该如何判断它的可信度呢？说实话，有几个网站还是做得不错的，但是其中没有一个是专门针对日常生活中人们可能出现的病痛而设立的。所以这部分信息分散各处，不够详尽，有时还可能是错误的。尤为缺乏的是，我们几乎不能从这些网站上了解到症状严重程度的分级。因此，从这些信息中，人们常常无法得知症状的紧急程度，进而采取正确充分的应对措施。理解一个症状背后所隐藏的疾患往往就是如此不易。虽然有众多医学健康领域的书籍，但它们却没有发挥作用，因为没有一本是从大众的角度来解释医疗急救相关知识。

正是为了填补这一块医学类书籍的不足，我们写了这本书，希望它能够成为医疗急救大众百科。为了使本书内容更通俗易懂，我们查阅文献，从中找出日常生活中除了创伤以外困扰人们最多的疾病，并将它们排列，每个疾病都对应一个关键词。随后针对每一个疾病，根据其临床症状系统性地评估严重程度，并将其分为3个等级：不太严重（看家庭医生足矣）、严重（需要立即去医院看急

诊）以及十分严重（立即拨打120）。并且针对每个症状，我们都会给出可能的相关疾病。

这本书兼顾实用性与可读性，首要是为了帮助读者发现日常生活中可能出现的紧急医疗情况。从不太严重到十分严重，我们会告诉大家，何时需要担心或是是否需要去看急诊甚至拨打120。有了这本书，我们每个人都可以熟知疾病的轻重缓急以及就医的时机等。但是我们要知道，医学不像其他科学那样百分百精确，有时候一些疾病表现出来的症状可以是十分不典型的（详见P10的使用说明）。

本书的另一大目的，是让人们更好地了解隐藏在各个症状背后的疾病。心梗、脑血管意外、肺栓塞、肾绞痛、胃溃疡、胰腺炎……我相信大多数人都对这些疾病有所耳闻，但又有多少人知道它们究竟是什么病，具体的临床表现又是什么？以及发病时是否需要紧急干预？我相信除了医生之外，很少有人能够知道。所以，我们写这本书，正是为了改变这种情况，将晦涩难懂的医学术语变得更有可读性，更易于被大众理解。

在这个人们越发关注自己的饮食、健康的时代，面对老生常谈的那些病痛，许多人都将目光投向替代医学。但在我们看来，将日常生活中易于出现的疾病做个分类是十分必要的，尤其是那些可能使我们丧命的紧急情况。我们并不是想危言耸听，恰恰相反，我们是想让大家安心。最后，我们知道当今医学可以医治许多疾病，但前提条件是：及时发现，尽早就医！

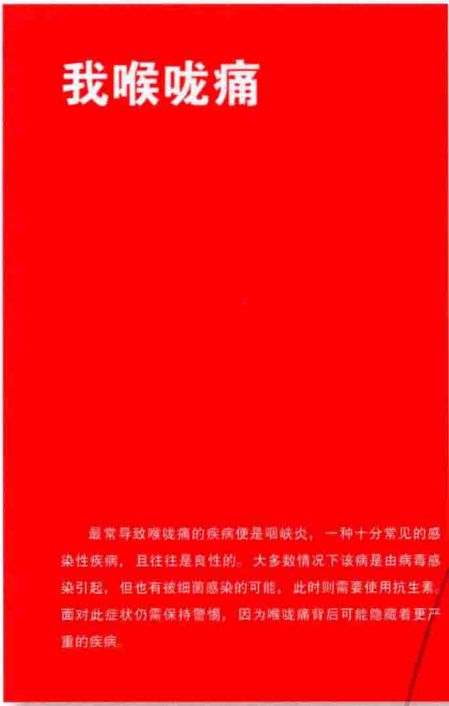
使用说明

等级

此书作者无须为阅读此书而导致的医疗错误负责。事实上，医学不是一门精确的学科。此书中介绍的疾病和症状都是医学急救中最典型、最常见的情况。虽说不典型的情况较少见，但仍有存在的可能，所以有一丝怀疑都应就诊。另外值得一提的是，一些指定治疗若为非处方药（它的标明剂量适用于体重为60kg的成人），需要注意用药禁忌症。

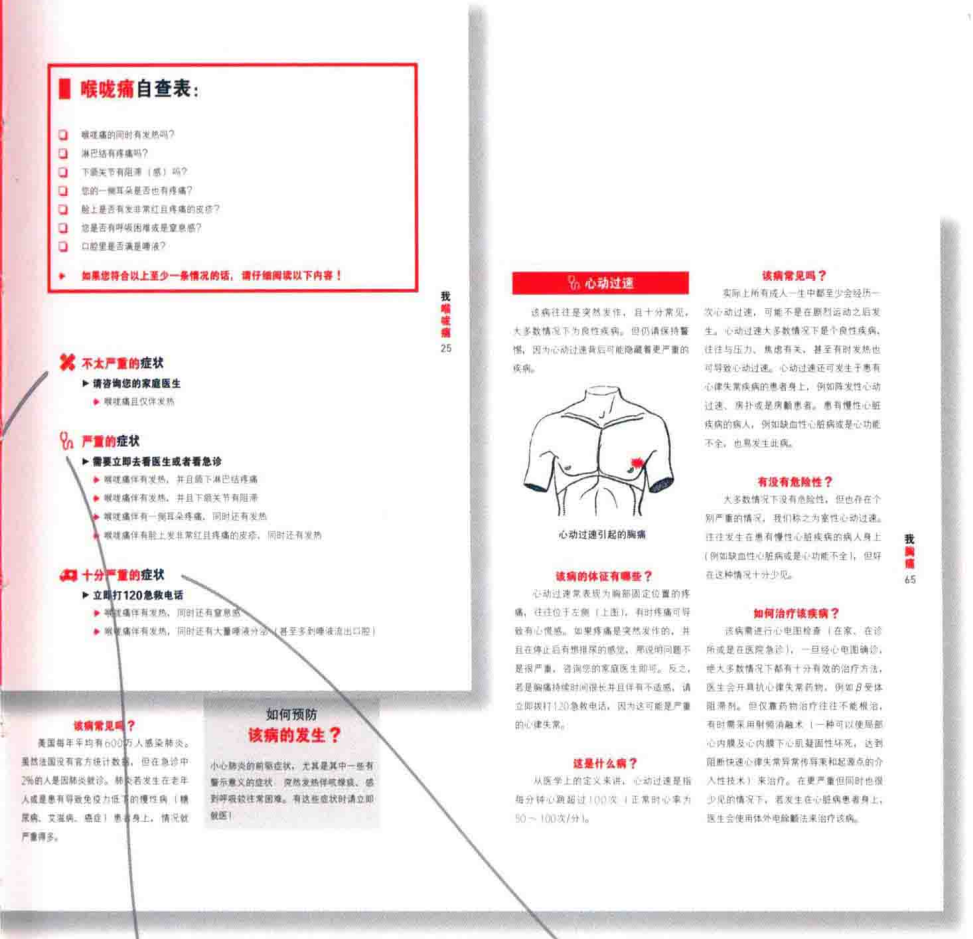
如何使用本书？

这本书详细介绍了各种需要急救的医疗情况（除了创伤）。为了使读者对症状严重程度及疾病病理一目了然，我们使用了以下3种分类标准：



✖ 不太严重的症状

这个分类是对应那些不太严重的症状和疾病，仅需咨询家庭医生或主治医师。大多数情况下为良性疾病，但要排查严重的疾病还是需要依靠医学检查。



喉咙痛自查表：

- 喉咙痛的同时有发热吗？
- 淋巴结有疼痛吗？
- 下颌关节有阻滞（感）吗？
- 您的一侧耳朵是否也有疼痛？
- 脸上是否有发非常红且疼痛的皮疹？
- 您是否有呼吸困难或是窒息感？
- 口腔里是否满是脓液？

▶ 如果您符合以上至少一条情况的话，请仔细阅读以下内容！

不太严重的症状
▶ 请咨询您的家庭医生
▶ 喉咙痛且仅伴发热

严重的症状
▶ 需要立即去看医生或者看急诊
▶ 喉咙痛伴有发热，并且摸下淋巴结疼痛
▶ 喉咙痛伴有发热，并且下颌关节有阻滞
▶ 喉咙痛伴有一侧耳朵疼痛，同时还有发热
▶ 喉咙痛伴有脸上发非常红且疼痛的皮疹，同时还有发热

十分严重的症状
▶ 立即打120急救电话
▶ 喉咙痛伴有发热，同时还有窒息感
▶ 喉咙痛伴有发热，同时还有大量脓液分泌（甚至多到脓液流出口腔）

我喉咙痛 25

该病常见吗？

美国每年平均有600万人感染肺炎。虽然法国没有官方统计数据，但在急诊中2%的人是因肺炎就诊。肺炎若发生在老年人或是患有导致免疫力低下的慢性病（糖尿病、艾滋病、癌症）患者身上，情况就严重得多。

如何预防
该病的发生？

小心肺炎的前驱症状，尤其是其中一些有警示意义的症状：突然发热伴呕嗽、感到呼吸较往常困难。有这些症状时请立即就医！

心动过速

这病往往是突然发作，且十分常见，大多数情况下为良性疾病。但仍请保持警惕，因为心动过速有时可能隐藏着更严重的疾病。

心动过速引起的胸痛

该病的体征有哪些？

心动过速常表现为胸部固定位置的疼痛，往往位于左侧（上图）。有时疼痛可导致有心慌感。如果疼痛是突然发作的，并且在停止后有想排挤的感觉，那说明问题不是很严重，咨询您的家庭医生即可。反之，若是胸痛持续时间很长并且伴有不适感，请立即拨打120急救电话，因为这可能是严重的心律失常。

这是什么病？

从医学上的定义来讲，心动过速是指每分钟心跳超过100次（正常时心率为50～100次/分）。

该病常见吗？

实际上所有成人一生中都至少会经历一次心动过速，可能不是在剧烈运动之后发生。心动过速大多数情况下是个良性疾病，往往与压力、焦虑有关，甚至有时发热也可导致心动过速。心动过速还可发生于患有心律失常疾病的患者身上，例如阵发性心动过速、房扑或是房颤患者。患有慢性心脏疾病的病人，例如缺血性心脏病或是心功能不全，也易发生此病。

有没有危险性？

大多数情况下没有危险性，但也存在个别严重的情况，我们称之为室性心动过速。往往发生在患有慢性心脏疾病的病人身上（例如缺血性心脏病或是心功能不全），但好在这种情况十分少见。

如何治疗该疾病？

该病需进行心电图检查（在家、在诊所或是在医院急诊），一旦经心电图确诊，绝大多数情况下都有十分有效的治疗方法，医生会开具抗心律失常药物，例如β受体阻滞剂。但仅靠药物治疗往往不能根治，有时需采用射频消融术（一种可以使局部心内膜及心内膜下心肌凝固性坏死，达到阻断快速心律失常异常传导束和起源点的介入性技术）来治疗。在更严重但同时也很少见的情况下，若发生在心脏病患者身上，医生会使用体外电除颤法来治疗该病。

我胸痛 65

严重的症状

该分类下对应的症状和疾病是需要短时间内进行确诊的急症，且理想时间为发病后的2～3小时内。给您的主治医生打电话，如果不行，可以打给急救组织的医生（例如SOS医生）、某个仍营业的医疗机构或是直接去医院看急诊。

十分严重的症状

此处对应的症状和疾病需要引起高度重视，因为这是十分严重甚至在短时间内可能危及生命的情况！遇到此类情况，应立即叫救护车。如果医院确认了是紧急情况，会派出一辆载有急诊医生、护士的救护车。

我有令我担心的不寻常症状

疼痛

出血

我感到不舒服

我误吞了……东西