

关爱您一生



心系平安 ——居行急救

李仁惠 主编

白祥军 审稿

湖北科学技术出版社

XIN XI PING AN

JU XING JI JIU

关爱您一生



心系平安

——居行急救

李仁惠 主编

白祥军 审稿

湖北科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

心系平安:居行急救/李仁惠主编. —武汉:湖北科学技术出版社, 2001. 1

(关爱您一生)

ISBN 7-5352-2508-X

I. 心… II. 李… III. 急救-基本知识 IV. R459.7

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2000)第 44029 号

“关爱您一生”系列丛书 心系平安——居行急救

© 李仁惠 主编

策 划:1212 工作室 策划总监:蔡荣春
责任编辑:李荷君

封面设计:王 梅
整体

出版发行:湖北科学技术出版社
地 址:武汉市武昌黄鹄路 75 号

电话:86782508
邮编: 430077

印 刷:湖北省新华印刷厂
印:李 平

邮编: 430034

850mm × 1168mm 32 开
2001 年 1 月第 1 版

8.25 印张

196 千字
2001 年 1 月第 1 次印刷

印数:1-5 000
ISBN 7-5352-2508-X/R·536

定价:16.00 元

本书如有印装质量问题 可找承印厂更换

“关爱您一生”系列生活丛书

心系平安 —— 居行急救

主 编

李仁惠

审 稿

白祥军

编写人员

李仁惠

边 彤

明 亮

一切科学的研究与创新，最终都是为了人类自身的发展与进步，医学也是如此。如果让大众更多地了解和掌握卫生保健知识，那么许多疾病是可以避免的，许多疾病是可以预防的，而许多疾病，尤其是危害严重的恶性肿瘤，也是可以早期发现、获得早期治疗的。这就是我一向主张的“让医学归于大众”；普及了卫生保健知识，也就能达到“防患于未然”的目的。回忆起我和我的同级同学、已故的内科学家过晋源教授 1948 年在上海创办《大众医学》的年代，每期杂志一出版即被抢售一空的情景，使我深深感到写科普文章并不轻松容易，要将深奥的科学道理表达成通俗易懂的知识，这就需要清晰的思维和过硬的文字修养；而又使我深深感到科普创作虽然是一项艰苦的劳动，但它是一项崇高而有意义的事业。

湖北科学技术出版社“1212 工作室”的编辑同志抓住了这个道理，乃组织、出版了这套《关爱您一生》医学科普丛书。他们邀请了几十位长期从事医学临床而又热心于科普工作的教授、学者，用“深入浅出”的语言，配上简明的插图，向大众介绍了就医问病、居行急救、性与健康、妇女保健、孕期备忘以及婴幼儿养育等等知识，可以说，这套丛书是求医问药的向导，是居家出行的指南；这套丛书又是两性生活的必读物，是孕妇的宝典，又是儿童的良医。特别可贵的是，这套丛书的内容跟着时代的发展，解答了时代发展中不少新出现的问题，它是一套每个家庭必备的优秀读物。

由于这套丛书牢牢掌握了“让医学归于大众”这个崇高的宗旨，我欣然命笔，乐于作序，并推荐这套丛书给广大读者阅读备用。

袁德祖

中国科学院院士

2000 年仲秋

关爱您一生

YINYIDINGCAN
XINXIAI TINGCAN

封面设计 王梅

关爱您一生





“关爱您一生”系列生活丛书

目录

心系平安 —— 居行急救

序

一、常见急症救护

2	3	5	6	8	9	10	11	13	15	17
休克	昏迷	晕厥	眩晕	癫痫	惊厥	瘧病	中风	心绞痛	心肌梗塞	脑溢血

二、意外创伤救护

18 20 21 22 25 27 29 31
墨汤 中暑 高血压危象
咯血 呕血 鼻出血 低血糖 急性心律失常

34 41 45 47 49 50
烧伤和烫伤 冻伤 高处跌落 手指挤砸伤 玻璃划伤 铁钉扎伤



三、突发事故处理

52	54	55	59	62	67	70	74	76	78		82	84	86	89
被刺刺伤	鱼刺鲠喉	关节扭伤	关节脱臼	外伤骨折	肢体断离	颅脑损伤	眼部外伤	胸部外伤	腹部损伤		气管异物	消化道异物	眼睛异物	鼻腔异物

90	92	94	97	98	100	102	104	105	107	109	111	113	115	116	117
耳道异物	触电	溺水	勒毙	塌方	地窖窒息	意外爆炸	困于电梯	遭遇歹徒	盗贼入室	火场自救	飞机失事	歹徒劫机	火车失事	意外翻船	汽车事故

四、各种中毒抢救

120	121	122	123	124	125	127	128	129	130	131	132	133	135	136
煤气中毒	沼气中毒	汽油中毒	安眠药中毒	酒精中毒	毒覃中毒	四季豆中毒	发芽马铃薯中毒	霉变甘蔗中毒	菠萝中毒	荔枝中毒	亚硝酸盐中毒	食物中毒	有机磷农药中毒	灭鼠药中毒

五、自然灾害逃生

140	141	142	146	148	151	152
地震灾害	火山喷发	洪水决堤	泥石流	雷电击伤	冰雹灾害	风暴灾害

六、动物叮咬处理

156	157	160	160	161	163	164
狗咬伤	毒蛇咬伤	猫咬伤	蜈蚣咬伤	蝎子螫伤	蚂蟥咬伤	蜂螫伤



七、有关急救常识

166	167	168	168	169	170	172	180	183	185	186	187	188	189
毒蜘蛛咬伤	甲鱼咬住不放	毛毛虫螫伤	鼠咬伤	牛角顶伤	马咬踢伤	人体耐受力的极限	人工呼吸法	胸外心脏按压法	双人心肺复苏法	儿童心肺复苏法	催吐法	导泻法	隔离消毒法

八、绝境求生知识

190	191	192	193	200	214	217	223	224	228	233	235	236	238
热疗法	冷疗法	体位排痰法	创伤止血法	包扎法	骨折临时固定术	转运伤员术	常用急救体位	常用急救穴位	辨别方向术	觅食术	生火术	野外捕食术	野外食物加工术

239 241 246

寻水术

灭火术

自力脱险术



一、常 见 急 症 救 护

CHANG JIAN JI ZHENG JIU HU



平安 一路行急救

休 克

休克是由于各种原因引起的急性周围循环衰竭，人体各组织器官血液流量严重不足，全身组织器官缺氧而产生的症候群。

引起休克的原因很多，一般常见的有以下几种情况：一是血容量减少性休克，如外伤大出血、上消化道大出血、产后大出血、严重呕吐和腹泻、烧伤等引起的休克；二是感染和中毒性休克，如急性传染病、中毒性肺炎、败血症等引起的休克；三是心源性休克，如心肌梗塞、急性心肌炎、严重心律失常等引起的休克；四是过敏性休克，如青霉素、链霉素等药物或某些生物制品过敏引起的休克，五是神经源性休克，如严重创伤、骨折、广泛性软组织损伤等引起的休克。

一般休克初期的症状为皮肤苍白、大汗淋漓、四肢厥冷、尿量减少、脉搏细速、烦躁不安等。继而会出现皮肤发绀并出现花斑、神志淡漠、无尿，甚至昏迷。由此可见，休克是一种威胁生命的危急病症，必须争分夺秒地进行抢救。

在医生尚未赶到或未送入医院之前，急救人员应采取下列急救措施：一是让病人平卧，最好不用枕头，并松解衣领、胸罩、腰带，注意保暖。如果病人有哮喘、呼吸困难、可稍抬高床头。二是大量失血引起的休克，应立即采取止血措施，将伤病员双下肢抬高，下面垫以被子，使下肢血液回流入心脏。三是保持呼吸道畅通。如病人丧失意识，应将病人的下





颌抬起，以防舌根后坠而堵塞气道。其具体方法是：先找到耳朵下方的一块骨头，这是下颌后的一部分，解剖学上称为“下颌骨垂直支”，用左右食指分别将左右下颌骨垂直支往上顶起，使下颌骨向上抬。如果看到上下齿并齐，甚至下齿高出上齿，表示下颌已上托，此时舌根也必然跟着向上，就不会堵住气管了。若病人有假牙，应予摘下。四是如果病人清醒，可给予少量淡盐水或淡糖水，也可给病人饮少量人参汤。五是可针刺人中、十宣、内关、足三里等穴位。

抢救误区 惊慌失措，大哭大叫，胡乱搬动病人或扰动病人；给病人进食，以致堵塞气管及影响到医院后的麻醉。



昏迷

昏迷是由于大脑受到严重抑制而出现的较长时间的意识丧失。即神志不清，不醒人事，用任何刺激都不能唤醒的急症。

昏睡与昏迷有区别：昏睡者可被叫醒，且叫醒后可回答问题；被叫醒后又可继续入睡；对痛感如压眼眶反射有反应；角膜反射及瞳孔光反射正常。而昏迷呼之无反应；病人处于被动体位；压眼眶反射消失；瞳孔对光反射减弱；角膜反射消失；有的昏迷者还伴有大小便失禁、呼吸不规则和血压下降。



发生昏迷的原因很多，常见的有脑血管意外，如脑出血、脑血栓等；急性传染病，如中毒性痢疾、结核性脑膜炎、病毒性脑炎等；内分泌及代谢障碍性疾病，如尿毒症、糖尿病、低血糖等；颅内肿瘤、颅脑外伤、心血管病，如心律失常、心肌梗塞等；中毒，如安眠药、农药、煤气中毒等；还有中暑、电击、癫痫引起的昏迷。

尽管昏迷病人的病因不同，但临床上有一个共同的症状：即全身肌肉，包括咽喉部和舌肌松弛，此时舌根向后坠落堵塞气道的入口处。因此，只有迅速提起舌根，打开气道，才能使病人免于窒息而死亡。

昏迷的现场抢救方法：一是迅速打开气道。国际上通用“仰头举颏法”：抢救者一手将小鱼际肌置于病人前额往下压，另一手的食、中指捏住其下巴往上托，即可使舌根离开咽喉壁而开放气道入口，注意在上提下巴时，不要将手指挤入颏下软组织，以免引起损伤或压迫气管；二是病人咽喉部若有痰鸣音，应立即用小橡皮管吸出来；三是病人有呕吐时，应将病人的头偏向一边，使呕吐物、分泌物容易流出，也可用手帕、纱布缠裹手指，伸入病人口中清除呕吐物，有利于气道畅通；四是病人有假牙应取出，以免掉进呼吸道引起窒息；五是意外事故引起的昏迷，应立即将病人搬离事故地，如中毒现场、触电现场等；六是注意病人保暖，保持皮肤干燥；七是可针刺合谷、太冲、人中、内关、足三里等穴，如无针也可用指压这些穴位，防止昏迷加深；八是若呼吸、心跳已停，应立即进行心肺复苏，并迅速送医院抢救。

抢救误区 给病人喂食物，由于病人不清醒，食物易入气管引起窒息；使用镇静剂，更加抑制大脑，加重昏迷。

