



〔英〕 米丽亚姆·斯托帕德 博士 编写 赵宁 译

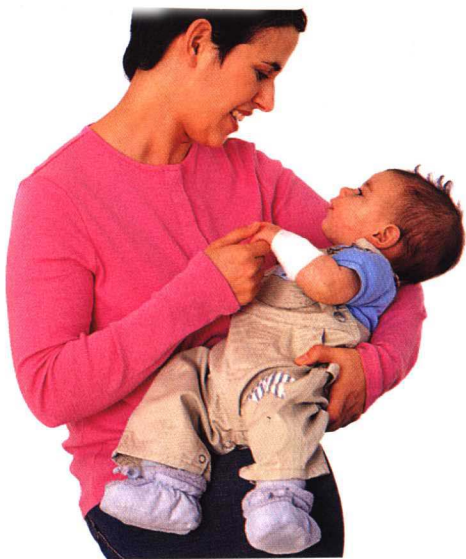


baby first aid

婴幼儿家庭急救

基本快速的急救指南

河南科学技术出版社



baby 婴幼儿家庭急救



河南科学技术出版社

· 郑州 ·



A Dorling Kindersley Book

www.dk.com

Original title: MIRIAM STOPPARD'S BABY FIRST AID

Copyright © 2003 Dorling Kindersley Limited,
London Text Copyright © 2003 Dr Miriam Stoppard

著作权合同登记号：图字 16-2004-10

图书在版编目(CIP)数据

婴幼儿家庭急救 / [英] 斯托帕德编写；赵宁译.
郑州：河南科学技术出版社，2005.5
ISBN 7-5349-3244-0

I. 婴… II. ①斯…②赵… III. 小儿疾病：急性病
急救 IV. R720.597

中国版本图书馆CIP数据核字(2004)第136574号

出版发行：河南科学技术出版社
地址：郑州市经五路66号
邮编：450002
电话：(0371)65737028 65724948

责任编辑：赵怀庆
责任校对：申卫娟
封面设计：张伟
印刷：北京华联印刷有限公司
经销：全国新华书店
幅面尺寸：140mm × 210mm 印张：2
字数：100千字
版次：2005年5月第1版 2005年5月第1次印刷
印数：1—4 000
定价：10.00元

如发现印、装质量问题，影响阅读，请与出版社联系。

目录

本书介绍 4



家庭急救 6

急救物品 有用的装备 家用医疗箱
辅药

如何使用敷料和绷带 8

贴创可贴 覆盖伤口敷料
用绷带卷包扎

如何应对紧急情况 10

紧急行动 什么情况应送孩子到医院
什么情况应给医生打电话

监测重要体征 12

检查反应程度 检查呼吸频率 检查
脉搏 检查体温

意识丧失的婴儿和幼儿 14

复苏ABC 行动步骤

意识丧失的婴儿 16

检查意识情况 检查呼吸情况 对婴
儿进行人工呼吸 对婴儿进行心肺复
苏

意识丧失的幼儿 19

检查意识 检查呼吸 对幼儿进行人
工呼吸 对幼儿进行心肺复苏

呼吸困难 22

婴儿哽噎 幼儿哽噎 哮喘 哮吼 窒
息和勒颈窒息 溺水 胸部损伤 打嗝
极度过敏反应

休克 30

应对休克

创伤和出血 31

切割伤和擦伤 淤伤 口部创伤
牙齿脱落 鼻出血 眼部创伤 耳
部创伤 水泡 严重出血

治疗烧伤 36

烧伤 衣服着火 化学制剂烧伤皮
肤 化学制剂烧伤眼睛 电烧伤
日光晒伤



中毒 52

应对中毒 中毒的类型

疾病与药物 54

发热 腹泻 呕吐 脑膜炎 惊厥
急腹痛 牙痛 尿布疹 耳痛

居室内外的安全 60

一般安全规则 洗澡中的安全 睡眠
中的安全 室外的安全

头部受伤 40

头皮创伤 脑震荡 脑受压

咬伤和叮螫伤 42

动物咬伤 昆虫叮螫伤 海洋生物叮螫
伤

异物嵌入 44

刺 异物嵌入耳内 异物嵌入眼内 异
物嵌入鼻内 吞入异物

骨、关节和肌肉 46

骨折 臂或手受伤 腿部受伤 扭伤和
拉伤 脊柱受伤

过热和过冷 50

热疹 热虚脱 中暑 体温过低

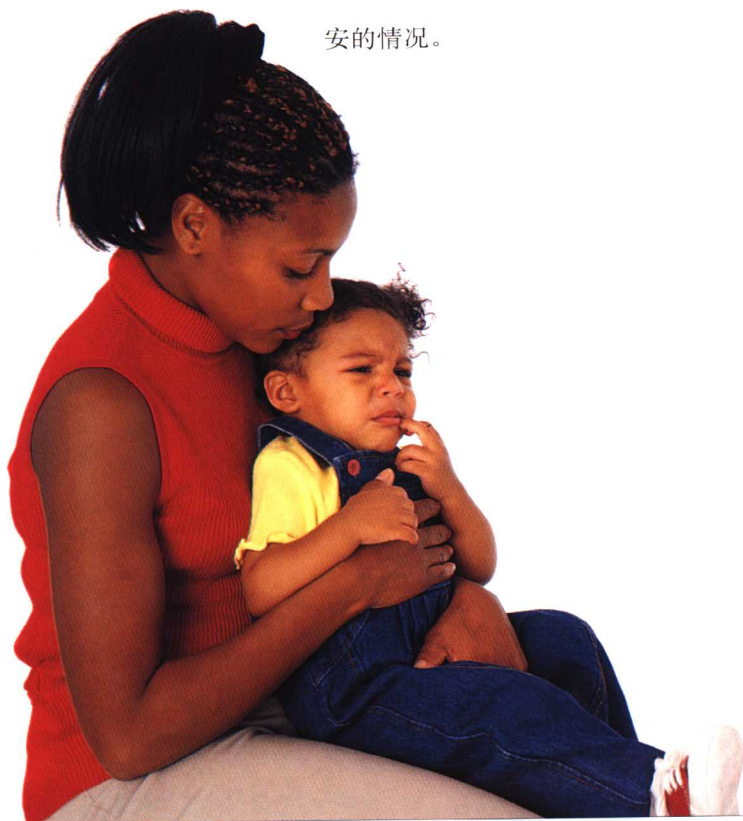


本书介绍

当你突然面临孩子需要得到紧急救治的情况时，很难保持冷静和理智，然而，如果你惊慌失措，只会对孩子无益。一定要控制住强烈的紧张恐惧，可以做几个缓慢的深呼吸并参看这本书。

本书列出了当你面临紧急情况时所能遵循的简单的系列步骤，这些紧急情况包括从较深的切割伤和烧伤到那些如皮肤扎入碎片或出现水泡等本身并不严重却使你和你孩子焦虑不安的情况。

本书的内容既适用于男孩也适用于女孩，因而本书通用“他”来进行编写。





这是一本婴幼儿急救手册，因而是专为3岁以下儿童的父母编写的。

把本书通读一遍是明智之举，这样，当你面临紧急情况时不至于毫无头绪。

本书编写的救治措施的对象包括那些令人感到不敢碰触的很小的婴儿，希望本书的内容使你能坚决有效地采取行动。

除非绝对必要，否则自己不要对孩子实施急救措施。对孩子实施书中一些急救措施可能是很危险的，你可能会对孩子造成严重伤害，因而绝不能演习这些措施。正因为如此，书中演示某些措施时照片上显示的是人体模型而不是真正的孩子。

Lawrence Stoppard

家庭急救

所有的父母都会不止一次地面临一些大小不等的紧急情况，尤其是当宝宝学会走路之后。和在家中预备家用医疗箱一样，在家中和汽车上预备好急救箱是明智之举。要定期检查一下箱内的物品以确保没有缺少什么。此外，医疗箱和急救箱一定要放在孩子够不到的地方。

急救物品

放置急救物品的箱子应有清晰标志并有密封盖。你一定要清楚地知道箱内每种物品的正确使用方法。

无菌清洁巾



绷带卷和扣环



外科用
胶布



无菌绷带和纱布块

- 各种胶布或创可贴，孩子们喜欢色彩鲜艳的创可贴，但也要在箱中备有抗过敏胶布，因为有些人会对普通创可贴的胶布过敏
- 2~3个绷带卷，要备有几个大小不同的绷带卷以及扣环或安全别针
- 皱纱或固定绷带，用于扭伤和劳损。至少1个
- 2~3个无菌创伤敷料，这种敷料带有绷带，适用于较大的伤口
- 无菌不粘连敷料，一面有光纺外层，易于从伤口处剥离。这种敷料须用绷带或胶布固定
- 外科用胶布，用于固定敷料
- 1~2个三角巾，用于打成悬带或覆盖伤口
- 手指绷带和涂药器，用于手指或脚趾损伤，方便快捷
- 无菌清洁巾，用于清洁伤口，一定要不含酒精
- 纱布块，用于清洁伤口四周或者出血时作为另加敷料

有用的装备

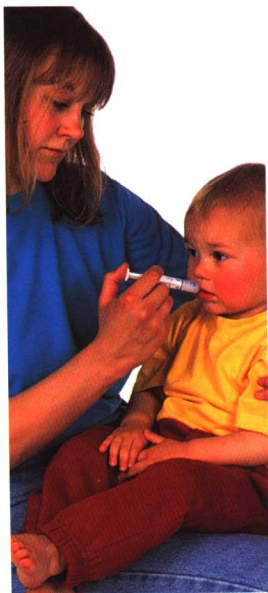
- 钝缘剪刀
- 镊子
- 一次性手套
- 紧急时使用的面罩，可在心肺复苏时使用
- 手电筒，停电时应急

汽车上的有用装备

- 急救箱
- 发生紧急情况时需用的毯子和手电筒
- 向他人求助时使用的哨子
- 备用尿布

家用医疗箱

无论是口服药物还是外用药膏，使用前一定要仔细阅读标签和说明。有些药物不能用于低龄儿童。



使用5毫升口服注射器

- 儿童用布洛芬和/或婴儿用醋氨酚用于治疗疼痛或发热。除非得到医生准许，否则不能给3个月以下的婴儿服用上述药物。如果情况较为严重，这两种药物可结合使用
- 5毫升口服用注射器用于帮助婴儿和较年幼儿童服药
- 炉甘石洗剂或霜剂用于修护受刺激的皮肤或被日光灼伤的皮肤
- 润肤霜和浴后油用于皮肤干燥
- 补液盐与水混合后给婴儿和年幼儿童服用，可以补充由于剧烈呕吐和腹泻而丢失的盐分并防止脱水
- 防晒霜，至少每个夏天要准备好
- 体温计，准备好额头用体温计或腋下数显体温计。一种更为昂贵但非常有效的体温计是耳部体温计，它仅用几秒钟就可测量出体温并且可以在宝宝熟睡时使用

辅药

我知道有些父母喜欢自己用草药治病，而且也想对孩子如此。我对这些草药做了一些研究，以使我能给你提供一些安全合理的建议。

我不赞成将以下药物经常用于儿童的辅药：

- 白花母菊用于牙齿，可引发过敏及过敏性休克
- 防己用于晕车，可引起肾衰
- 马钱子用于急腹痛，含有有毒的马钱子碱

8 如何使用敷料和绷带

将洁净、干燥的敷料覆盖在伤口上可以帮助预防感染和止血。贴上创可贴或者在伤口上覆盖敷料还可以使你的孩子感到安心——孩子们通常会对出血的景象感到十分害怕，尤其是他们自己的。无论你是使用创可贴还是伤口敷料，一定要大到足够盖住伤口。如果你在四肢包扎绷带，一定要检查一下被包扎肢体的远端血液循环情况，以确保绷带没有包扎得过紧。

贴创可贴

去掉外包装，拿住创可贴，将药棉置于伤口上方并对准伤口。撕掉防粘纸并将药棉置于伤口上。将两端贴在皮肤上并压平。



覆盖伤口敷料

1 戴上一一次性手套，去掉敷料的外包装。展开绷带，使药棉垫被完全展开，一定要注意不能触碰到药棉垫。

2 将药棉垫覆盖伤口，留绷带短端在外面。然后将绷带主端缠绕肢体，直到将药棉垫完全覆盖。在药棉垫的上方将绷带的两端打一个结，以对伤口保持压迫。

用绷带卷包扎



1 用你的手支撑住伤肢。将绷带部分展开，始端固定在低于肢体伤口处，保持已展开的绷带在高处。



2 围绕肢体缠绕绷带，每一层大约覆盖住上一层的 $\frac{2}{3}$ 。当敷料或伤口被完全覆盖后，平行缠绕两圈，然后用安全别针、绷带扣环或胶布将末端固定好。

包扎后检查血液循环

按压孩子的手指或脚趾，然后松开，指甲的颜色应当很快复原，否则，就是包扎得太紧了。将绷带松开，等血液循环恢复正常后，松一些重新包扎。



当孩子突然发病或受伤，父母们都会感到惊慌失措。你恐怕很难立刻判断出该如何去做，你可能不能确定孩子的伤情是否严重或者是否有潜在的危险。不论发生了什么事情，如果你不知该如何处理，可以依本能行事。如果你有顾虑，可以打电话叫医生。

紧急行动

在任何紧急情况下都要保持冷静。要确定孩子的周围环境是安全的。如果你在救助孩子的过程中也受了伤，只会让孩子处于更危险的情况之中。安慰孩子。打电话寻求急救服务——救护车、警察或火警。

1 确定环境，当你接近孩子时，先要确定孩子的周围环境是安全的。例如，如果孩子是触电，在接触孩子前一定要先切断电源。

警告

- 如果孩子意识丧失，婴儿请参看16页，幼儿请参看19页。检查孩子的呼吸情况，当你对孩子进行救助时让其他人去打打电话叫救护车。
- 如果孩子没有了呼吸并且你周围没有其他人，对孩子进行1分钟人工呼吸和胸部按压，然后打电话叫救护车。
- 意识丧失要先于其他任何情况进行救治——包括出血。

2 检查孩子的情况，确定孩子是否清醒以及是否有呼吸（婴儿见16页；幼儿见19页）。如果清醒，看第3步。

3 检查受伤情况，如果孩子是清醒的，检查受伤情况并进行必要的处理。打电话叫医生或救护车，见对页。

注

- 如果需叫救护车，在等待救援到达时，仔细监测孩子的情况（见监测重要体征，12页）。



什么情况应送孩子到医院

以下列出的情况是十分严重的，你应该立即将孩子送到医院。情况中的有些比其他情况更为紧急，你应该立即打电话叫救护车。救援人员不仅有专业的急救技能以及完善的急救设备，而且还可以告诉你在他们到达前你应该做些什么。针对每种情况应采取的措施，书中的其他章节有详细说明。

如果孩子有以下情况应立即将他送到医院：

- 意识丧失
- 呼吸停止
- 呼吸困难
- 伤口深或者伤口内扎埋有异物
- 烧伤
- 高体温伴有困倦以及身体出现紫色皮疹，畏光，头痛，和/或颈部强直（见脑膜炎，56页）
- 头部受伤
- 可疑骨折
- 吞服有毒物（如浆果、药品或化学制剂）
- 皮肤或眼睛的化学制剂灼伤
- 耳、鼻或眼内进入异物
- 蛇或其他动物咬伤，或者有家族性严重过敏反应史的昆虫叮螫伤

什么情况应给医生打电话

对于电话咨询，大多数医生都不会介意。你比任何人都更知道孩子是否生病，医生不应忽略你的看法。如果你怀疑孩子生病，应让你的医生进行检查，尤其是如果孩子有所列出的情况。如果你不能联系上你的医生，带孩子去最近的创伤急诊科。

如果孩子有以下任何情况，一定要给你的医生打电话

- 体温 $\geq 39^{\circ}\text{C}$ ，或者体温 $\geq 38^{\circ}\text{C}$ 已超过3天
- 体温升高伴发惊厥，或者孩子过去发热曾发生过惊厥
- 体温升高、降低，然后又突然升高
- 体温低于 35°C ，伴有皮肤冰凉、困倦、安静、没有精神（见体温过低，50页）
- 婴儿，呕吐超过6小时
- 长时间的剧烈呕吐
- 幼儿，诉阵发眩晕并有恶心及头痛，或者恶心、呕吐伴有右腹疼痛
- 婴儿，突然不想吃他平常喜欢吃的食物；或者幼儿平常食欲正常，突然拒食1天且看上去没有精神

监测重要体征

如果你认为你的孩子生病了，需要得到医学诊断，你可以检查一下他的重要体征——反应程度、呼吸频率以及脉搏。当你给医生打电话时，你提供的情况越多，医生越能更好地为你提供帮助。

检查反应程度

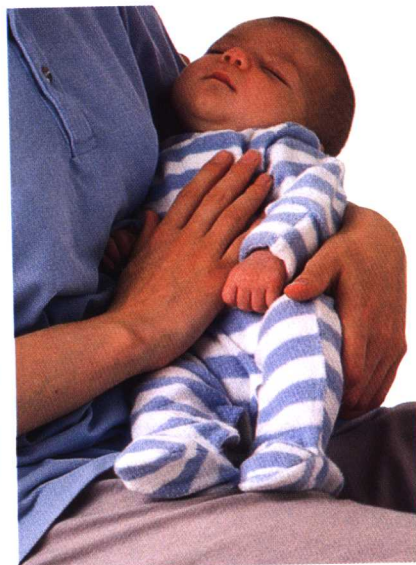
为了能够确定孩子是否清醒以及能够及时观察到孩子的任何变化，你应每隔一段时间通过一些刺激方式来检查他的反应程度。记下检查的结果和时间并把它交给医生或救援人员。

1 和孩子说话——他是否睁开眼睛并正常地和你对视？

2 孩子是否对你的声音有反应？例如，将头转向你（婴儿），对你的要求作出反应（幼儿），或者他看起来似乎神志不清？或者他毫无反应？

3 孩子是否能动？弹他的足底（婴儿）或者拍打他的肩膀（幼儿），观察他的反应。如果毫无反应，可能已经意识丧失。参看14~21页的复苏方法。

检查呼吸频率



过快或过慢呼吸或者呼吸困难都是孩子需要紧急治疗的指征。在孩子安静的状态下测他1分钟的呼吸数。正常每分钟的呼吸频率如下：

每分钟呼吸次数：

2个月以下：50~60或更少
2~12个月：40~50或更少
1~2岁：30或更少

警告

- 呼吸困难是一种紧急情况，是孩子需要得到紧急治疗的指征。如果孩子的嘴唇发蓝，应立即叫救护车。

检查脉搏

脉搏过快或过慢是孩子身体不适的另一种体征。脉搏强或弱也应记录下来。平均脉搏数如下：

每分钟搏动次数：

2个月以下：100~160

1岁以上：100~120

用两个手指计数搏动次数15秒钟再乘以4。



在婴儿手臂处检查脉搏



在幼儿手腕处检查脉搏

检查体温

对于儿童，正常体温的范围是 $36 \sim 37^{\circ}\text{C}$ 。只要体温（指腋温）超过 37°C 就是发热。额头热可能是孩子发热的最初表现，但为了确定孩子是否发热，你应用体温计给孩子测量一下体温，20分钟后再测量一次。

给孩子测量体温的几个要点

- 一定要仔细阅读操作说明
- 如果孩子奔跑玩耍刚刚停止时不要给孩子量体温
- 每次使用后应用肥皂和凉水将体温计清洗干净
- 不用时应将体温计收在存放它的盒子里

不同类型的体温计



数显体温计



液晶片体温计



耳部体温计



用双手将晶片格贴在孩子额头上，手指不要触到晶片格。一是要将晶片格平贴在孩子的额头上。



将数显体温计放在孩子腋窝处，并让孩子用臂夹住。保持臂部朝下直到体温计发出鸣叫。将体温计取出并读数。

14 意识丧失的婴儿和幼儿

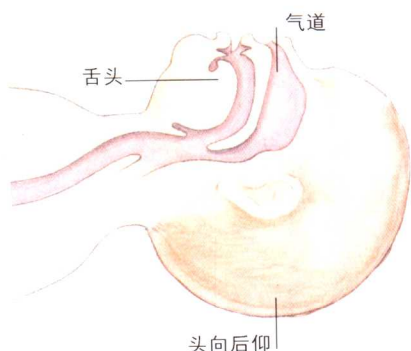
如果婴儿或幼儿出现意识丧失并且呼吸停止，说明他处于脑部受损和心跳停止的危险之中。复苏是至关重要的——让氧气进入孩子的肺内并促使血液循环。你应快速对孩子的情况进行评估以明确该如何救助。对页所示的措施会对你有所帮助。复苏ABC能使你较容易地记住应采取的行动（见下）。

复苏的方法对于12个月以下的婴儿和12个月以上的幼儿略有不同，以后的章节会有详细说明。

复苏ABC

A=气道 (airway)

A=气道，必须使气道保持畅通。如果婴儿或幼儿意识丧失并且仰卧，其舌头有可能会向后坠将气道阻塞，导致含氧空气无法进入肺内。将他的头向后仰以畅通气道。



B=呼吸 (breathing)

B=呼吸，必须通过畅通气道的氧气。或者进行人工呼吸（婴儿见17页；幼儿见20页）来保持孩子的呼吸。你呼出的气体含有足够使他人存活

C=血液循环 (circulation)

C=血液循环，血液循环使得血液中含有的氧气能够供应身体组织器官所需。如果必要，可以通过胸部按压来模仿心脏自身搏动以部分维持血液循环。胸部按压结合人工呼吸，可以在援救到来前维持孩子身体所需的氧供，这种方法被称为“心肺复苏（CPR）”。

行动步骤

孩子是否神志清醒？
弹他的足底或轻拍肩膀
重要——千万不要摇晃孩子。

否

是

处理受伤处
(例如，对出血处进行处理)，并且求助。

孩子是否有呼吸？

- 将他的头向后仰，他的口会张开
- 如果能看到口内有阻塞物，将阻塞物清除
- 抬起他的下巴
- 将你的耳贴近他的脸检查有无呼吸。

否

是

打电话叫救护车
最好叫旁边的人去打电话。等待救援到来时，如果是婴儿，怀抱着他，并使他的头部低于他的身体 (18页)；如果是幼儿，将他置于复原体位 (19页)。

让旁边的人去打电话叫救护车

- 对孩子进行2次有效的人工呼吸 (见17页；20页)。

是否有血液循环的迹象？

- 将你的耳贴近他的口，检查是否有呼吸、活动和咳嗽？

否

是

继续进行人工呼吸
并且每隔1分钟检查一下
是否有血液循环的迹象。

胸部按压

和人工呼吸轮流进行
(婴儿见18页；幼儿见21页)。

要点

- 导致意识丧失的最可能的原因是呼吸问题。如果你旁边没有其他人可以帮助，而孩子没有了呼吸，一定要给予人工呼吸。如果需要，再进行1分钟胸部按压，然后再去打电话叫救护车。

意识丧失的婴儿

从此页开始，3页的内容是关于如何救治不足12个月的婴儿。在打电话叫救护车前一定要检查清楚孩子是否有呼吸，这是急救中心人员首先会问你的问题。如果可能，当你救治孩子时让其他人去打电话叫救护车。

检查意识情况

如果孩子处于虚脱状态，你应立即检查他是否还有意识。

要点

- 千万不要摇晃孩子



1 弹他的足底并呼叫他的名字。如果他还有意识，这足以使他产生反应。

2 如果他完全没有反应，说明他已经意识丧失。

检查呼吸情况

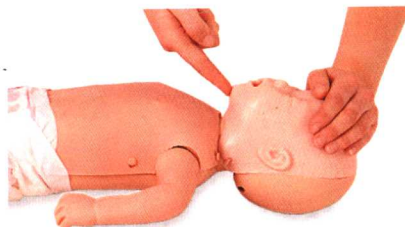
在检查孩子的呼吸情况之前，一定要先使气道畅通。因为意识丧失的婴儿，其舌头有可能会向后坠而将气管始部阻塞，导致含氧空气无法进入肺内。

要点

- 如果你看不到阻塞物，千万不要将手指伸入婴儿口内去盲目探查。

1 将一只手放在婴儿的前额，轻轻使他头朝后仰。观察他的口内。如果口内有明显的阻塞物，用拇指和食指将之清除。

3 将你的耳贴近婴儿的脸并观察他的胸部。查看胸部是否有起伏，倾听有无呼吸声，并用脸颊感觉有无呼吸。



4 如果有呼吸，用手臂抱好婴儿，使他的头部低于他的身体，以使气道畅通。让旁边的人去打电话叫救护车。如果没有其他人，抱着婴儿去打电话。在等待救援到达时，监测婴儿的重要体征（12页）。

5 如果婴儿没有了呼吸，必须进行人工呼吸（对页）。

2 用另一只手的一个手指托起他的下巴，以使气道畅通。