

健康大白话

丛书主编◎钟南山



李春盛◎主编

北京朝阳医院急诊科主任

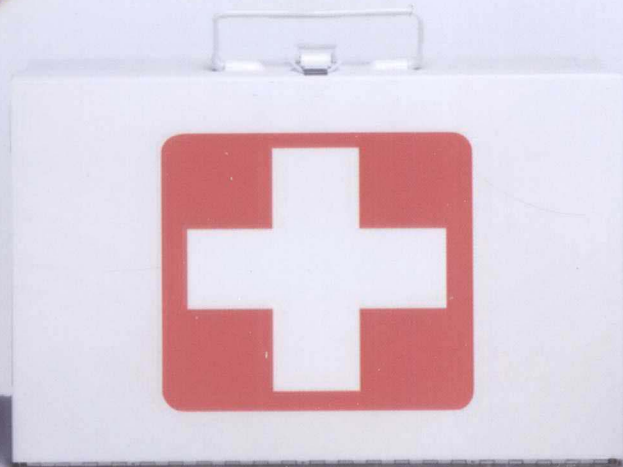
首都医科大学急诊医学系主任

中华医学会急诊医学分会主任委员

家是我们温暖的港湾，但有时家也是事故的孕育地和多发地。在事故发生时，家庭急救常识显得尤为重要。李春盛教授在本书中介绍了一些关键时刻最有用的急救措施。发生紧急事故时，这些措施就能派上用场，甚至能挽救生命。



家庭急救



科学出版社
www.sciencep.com



家庭急救

家庭急救

家庭急救

家庭急救

家庭急救

家庭急救

家庭急救

家庭急救

家庭急救

家庭急救

家庭急救

家庭急救

家庭急救

家庭急救

家庭急救

家庭急救

家庭急救

家庭急救

家庭急救

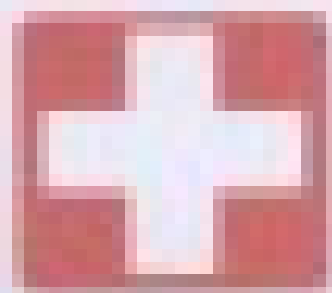
家庭急救

家庭急救

家庭急救

家庭急救

家庭急救



家庭急救

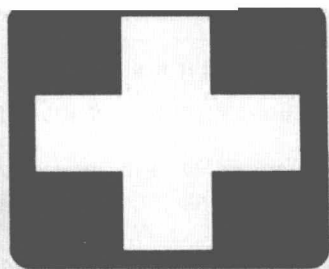
⊕ 健康大白话

丛书主编◎钟南山

家庭急救



李春盛◎主编



北京
科学出版社

内 容 简 介

本书针对普通家庭最常遇到的突发状况,如各种突发急症、外伤、中暑、淹溺、中毒等,以问答的形式详细地讲解了家庭中必备的基本急救常识和应对突发状况时的急救、应急措施,如常见急危重症的现场急救、各种外伤现场急救技术、常见中毒急救处理等。书中的操作示意图更是实用、生动、一目了然。

本书适合关心健康的普通大众、社区基层医疗卫生工作者及医学科普工作者阅读。

图书在版编目(CIP)数据

家庭急救/李春盛主编. —北京:科学出版社, 2010

(健康大白话/钟南山主编)

ISBN 978-7-03-026316-2

I. 家… II. 李… III. 急救—图解 IV. R459.7-64

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 241425 号

策划编辑:胡升华 / 责任编辑:牛 玲 刘 晶 / 责任校对:张 琪

责任印制:赵德静 / 插图绘制:王 燕 / 封面设计:Z2 书装

编辑部电话:010-64035853

E-mail:houjunlin@mail.sciencep.com

科 学 出 版 社 出 版

北京东黄城根北街 16 号

邮政编码:100717

<http://www.sciencep.com>

中国科学院印刷厂印刷

科学出版社发行 各地新华书店经销

*

2010 年 1 月第 一 版 开本: B5 (720×1000)

2010 年 1 月第一次印刷 印张: 13 3/4 插页: 1

印数: 1—6 000 字数: 160 000

定价: 28.00 元

(如有印装质量问题, 我社负责调换)

丛书编委会

- 主 编 钟南山 中华医学会会长
中国工程院院士
- 副 主 编 刘 谦 卫生部副部长、教授
祁国明 中华医学会副会长
- 编 委 杨 青 卫生部妇幼保健与社区卫生司司长
李 普 科技部政策法规与体制改革司副司长
刘雁飞 中华医学会副秘书长
胡升华 科学出版社科学人文出版中心主任
唐 芹 中华医学会科普部副主任、社会医学研究员
- 执 行 主 编 胡大一 北京大学人民医院心血管病研究所所长
- 执行副主编 汪 晶 好健康人人有健康教育中心
彭 犁 好健康人人有健康教育中心
- 执 行 编 委 纪立农 北京大学人民医院内分泌科主任
李春盛 北京朝阳医院急诊科主任
边旭明 北京协和医院妇产科副主任、产科主任、教授
李 竹 北京大学教授、卫生部生殖健康专家委员会专家
王 兴 北京大学口腔医院教授、中国口腔医学会会长
朱秀安 北京大学眼科中心教授
孙承业 中国疾病预防控制中心中毒控制中心常务副主任
刘新光 北京大学第一附属医院消化内科教授、中国医师协会消化医师分会主任委员
戴晓玲 河北医科大学附属中医院教授
高 瞻 好医生医学教育中心
周熹微 好健康人人有健康教育中心
王路大 好健康人人有健康教育中心

《家庭急救》编写人员

主 编 李春盛

副 主 编 孙承业

编 者 (按姓氏笔画排序)

丁茂柏 刘颖青 何新华

张寿林 金 铭 周晓蓉

周 静 唐子人 鲁锡荣



我国有 13 亿人。在全面建设社会主义小康社会的过程中，党和政府一直把促进城乡居民的健康作为一项十分重要的工作。健康促小康，小康促健康。城乡居民人人享有健康，是我们奋斗的目标。

实现城乡居民人人享有健康，需要完善城乡卫生服务体系，建立和完善覆盖全体居民的医疗卫生保障制度，培养一支高素质的卫生服务队伍。同时，要让城乡居民多懂得一点医学知识。

知识就是力量。公众掌握了必须懂得的医学知识，就能够自觉行动起来，逐步树立有利于健康的卫生习惯、生活习惯和就医习惯，改变有害的、不科学的生活方式，为自身的健康而努力。

面向公众普及医学知识，应该成为医疗卫生工作者的天职。

参与《健康大白话》这套书编写的，主要是一批有志于向公众普及医学知识的学者。他们为丛书倾注了大量心血，提供了公众必需的防治疾病和促进健康的科学知识。为了使这套丛书更加通俗易懂，编写者下了不少功夫，除了在专业内容的通俗表达上做了许多努力外，还为许多内容配上了多幅生动的插图。

衷心希望这套丛书能够让读者读得懂，真正起到传播和提供医学科学知识的作用，架设起医学专家与公众之间沟通的桥梁，同时也为探索面向公众普及医学知识的更好方式起到应有的作用。

钟南山



有了急病打电话、叫救护车、去医院急诊科抢救，这是大家都知道的常识。可是有些病人还没有等到急救车来到，就已经死亡了；或者赶到医院，医生已来不及抢救。这样的情况不少见。实际上这其中很多人本来是可以活下来的，只是因为家里的人或者周围的人对急救的知识掌握得太少，关键时刻没有采取最有用的救命措施，没能为后来医生的抢救争取时间。

其实，平时学一些急救知识，家里准备一些急救用品，关键时刻就会派上用场，甚至可能会挽救生命。例如，陕西省榆林市一中学女生宿舍发生煤气中毒，11名花季少女失去了生命，此时如掌握急性中毒的一些知识，就有可能避免中毒事件发生，或者及时使中毒者获救；四川汶川地震中的许多幸存者能活下来，与这些人具备一些生存知识和救护者掌握一些救生知识很有关系。

如果没能熟记本书中的一些具体操作，遇到需要急救的情况也不要慌张，只要根据目录查找到有关的内容，按照图示去操作就行了。这些操作其实都不复杂。

期望这本书能在发生紧急情况时起到保护我们家庭每个成员的作用，挽留住每一个生命，让每个人都生活在和谐与幸福之中。

北京朝阳医院急诊科主任

李春盛



家庭急救自我测试表

《健康大白话》丛书序

前言

抢救危重病人必须做的事情



抓住紧急呼救的时机

为什么要在一两分钟内判断病情? / 002

哪些表现说明病人病情危及生命? / 002



不要慌张,要迅速、清楚地呼救

发现危重病人应向什么地方拨打电话进行呼救? / 003

怀疑发生急性中毒应向什么地方拨打电话进行呼救?

..... / 004

对呼救电话接听人该怎么说? / 004

打完呼救电话后别忘记的一件重要的事情是什么? / 005

救护人员到来之后怎样与其交流情况? / 006



救护人员到来之前不要干等

为什么救护人员到来之前不要干等? / 006

救护人员到来之前应该做什么? / 007

病情危重的几种重要表现

怎样判断病人心跳停止? / 010



怎样判断病人呼吸停止?	/ 011
怎样判断病人丧失意识?	/ 012
怎样判断病人瞳孔不正常?	/ 013
怎样判断病人大出血的部位?	/ 014

几种重要的救命措施



保持呼吸道畅通

什么情况下需注意保持病人呼吸道畅通?	/ 018
怎样做可以保持病人呼吸道畅通?	/ 018



人工呼吸

什么情况下需做人工呼吸?	/ 019
怎样进行人工呼吸?	/ 019



心脏复苏

什么情况下需做心脏复苏?	/ 023
怎样使用胸外心脏按压法进行心脏复苏?	/ 024
怎样使用心前区叩击进行心脏复苏?	/ 027



心肺复苏

什么情况下需做心肺复苏?	/ 028
怎样进行心肺复苏?	/ 028



大出血的止血

怎样进行伤口的压迫止血?	/ 030
怎样使用止血带止血?	/ 033



吸氧

- 什么情况下需要给病人吸氧? / 034
- 吸氧装置有哪些? / 035
- 给病人吸氧需注意什么? / 035



发生急性中毒时的重要措施

- 为什么要将中毒者尽快搬离事故现场? / 036
- 怎样使吃了的可疑有毒物吐出来? / 037
- 口服活性炭对抢救经口中毒者有什么作用? / 038
- 怎样帮助皮肤被毒物污染者清洗掉污染物? / 038
- 怎样帮助中毒者清洁眼睛? / 039
- 怎样通过肢体结扎来阻止有毒动物咬伤后的毒物扩散? ... / 039

发生各种急症时的救助



突然仆倒

- 发生突然仆倒意味着什么? / 042
- 对突然仆倒的人应该同时做哪两件事? / 042
- 如何根据突然仆倒者的病情采取急救措施? / 043



头痛

- 什么部位疼痛是头痛? / 046
- 什么情况下的头痛要赶紧去医院? / 046
- 什么情况下的头痛应该紧急呼救? / 047
- 发生头痛应注意什么? / 047



胸痛

- 什么样的胸痛应该紧急呼救? / 048

发生剧烈胸痛怎么办? / 049



腹痛

怎样的表现说明腹痛剧烈? / 050

什么情况下的腹痛要赶紧去医院? / 050

发生腹痛怎么办? / 051



发热

体温多少算是发热? / 052

怎样量体温? / 052

什么样的发热应该尽快去医院? / 054

发热怎么办? / 054



呕吐

什么情况下的呕吐应尽快去医院? / 055

发生呕吐怎么办? / 056



腹泻

什么情况下的腹泻应尽快去医院? / 057

发生腹泻怎么办? / 057



呕血

为什么发生呕血要紧急去医院? / 058

发生呕血怎么办? / 058



排尿困难

为什么发生排尿困难要尽早去医院? / 059

发生排尿困难怎么办? / 060



鼻出血

- 什么情况下的鼻出血应尽快去医院? / 061
- 发生鼻出血怎么办? / 062

慢性疾病急性发作时的救助

癫痫发作

- 癫痫发作有哪些表现? / 064
- 癫痫发作怎么办? / 065
- 癫痫发作时什么情况下应该紧急呼救? / 066

支气管哮喘发作

- 支气管哮喘发作有哪些先兆? / 066
- 支气管哮喘发作有哪些表现? / 066
- 支气管哮喘发作怎么办? / 068
- 支气管哮喘发作时什么情况下应赶快去医院? / 068

肺结核伴咯血

- 肺结核病人咯血有什么表现? / 069
- 肺结核病人咯血时什么情况下应赶快去医院? / 069
- 肺结核病人咯血时怎么办? / 070

慢性阻塞性肺病急性发作

- 慢性阻塞性肺病急性发作有哪些表现? / 071
- 为什么慢性阻塞性肺病急性发作要紧急呼救? / 072
- 慢性阻塞性肺病急性发作怎么办? / 072

慢性心力衰竭急性发作

- 慢性心力衰竭急性发作有哪些表现? / 073
- 为什么慢性心力衰竭急性发作要紧急呼救? / 073
- 慢性心力衰竭急性发作怎么办? / 074

糖尿病低血糖症

- 糖尿病病人发生低血糖症有哪些表现? / 075
- 糖尿病病人发生低血糖症什么情况下应赶快去医院? ... / 076
- 糖尿病病人发生低血糖症怎么办? / 076

糖尿病酮症酸中毒

- 什么是糖尿病酮症酸中毒? / 078
- 发生糖尿病酮症酸中毒有哪些表现? / 078
- 为什么发生糖尿病酮症酸中毒时要赶紧去医院? / 079
- 发生糖尿病酮症酸中毒怎么办? / 079

高渗性非酮症糖尿病昏迷

- 什么是高渗性非酮症糖尿病昏迷? / 080
- 高渗性非酮症糖尿病昏迷有哪些表现? / 081
- 发生高渗性非酮症糖尿病昏迷怎么办? / 082

肝硬化合并消化道大出血

- 什么是肝硬化合并消化道大出血? / 083
- 发生肝硬化合并消化道大出血怎么办? / 083

肝昏迷

- 肝昏迷有哪些表现? / 084
- 发生肝昏迷怎么办? / 084



消化道溃疡出血

- 消化道溃疡出血有哪些表现? / 085
- 什么情况下的消化道溃疡出血要赶紧去医院? / 086
- 发生消化道溃疡出血怎么办? / 086

泌尿结石急性发作

- 泌尿结石急性发作有哪些表现? / 086
- 为什么泌尿结石急性发作要尽快去医院? / 088
- 发生泌尿结石急性发作怎么办? / 088

前列腺肥大引起排尿困难

- 为什么前列腺肥大病人发生排尿困难要赶紧去医院? ... / 088
- 前列腺肥大病人发生排尿困难怎么办? / 089

发生外伤时的救助

头外伤

- 什么情况下的头外伤要赶紧去医院? / 092
- 什么情况下的头外伤要紧急呼救? / 092
- 发生头外伤怎么办? / 092

颈外伤

- 为什么发生颈外伤时要紧急呼救? / 094
- 发生颈外伤怎么办? / 094

胸外伤

- 为什么发生胸外伤时要紧急呼救? / 095
- 发生胸外伤怎么办? / 096

腹外伤

- 什么情况下的腹外伤要赶紧去医院? / 097
- 什么情况下的腹外伤要紧急呼救? / 098
- 发生腹外伤怎么办? / 098

四肢外伤

- 什么情况下的四肢外伤要紧急呼救? / 099
- 发生四肢外伤怎么办? / 0100

异物进入眼内

- 异物进入眼内在什么情况下要赶紧去医院? / 0102
- 异物进入眼内怎么办? / 0102

异物进入耳内

- 异物进入耳内在什么情况下要赶紧去医院? / 103
- 异物进入耳内怎么办? / 104

异物卡住喉咙

- 什么情况下异物卡住喉咙要紧急呼救? / 105
- 为什么异物卡住喉咙时要立即进行抢救? / 105
- 如何判断发生了呼吸道堵塞? / 106
- 异物卡住喉咙怎么办? / 107

烧伤

- 什么情况下的烧伤要赶紧去医院? / 111
- 发生烧伤怎么办? / 111



电击伤

- 为什么发生电击伤时一般都要紧急呼救? / 113
发生电击伤怎么办? / 113

狗、猫咬、抓伤

- 为什么被狗、猫咬、抓伤后接种狂犬疫苗很重要? / 114
被狗、猫咬、抓伤后怎么办? / 115

蜂蜇、虫咬伤

- 被蜂蜇、虫咬后什么情况下要赶紧去医院? / 115
被蜂蜇、虫咬后怎么办? / 116

毒蛇咬伤

- 为什么被毒蛇咬伤后要紧急拨打急救电话呼救? / 116
被毒蛇咬伤后怎么办? / 117
怎样防止被毒蛇咬伤? / 119

发生中暑、淹溺和交通事故时的救助

中暑

- 什么情况下的中暑要赶紧去医院? / 122
发生中暑怎么办? / 122

淹溺

- 为什么发生淹溺要紧急呼救? / 124
发生淹溺怎么办? / 125