

现代家庭

于才千 译
刘 轶

学苑出版社

急救



大

全

现代家庭急救大全

于才千
刘 轼 译

学苑出版社

现代家庭急救大全

于才干 刘 轼 译

学苑出版社出版

新华书店首都发行所发行

社址：北京西四颁赏胡同四号 北京台湖印刷厂印刷

开本：787×1092 1/32 印张：10.5 字数：230 千字

印数：00001—8,500

1990 年10月第1 版

1990 年10月第1 次印刷

ISBN 7-5077-0176-X / R · 19 定价：4.50 元

序

本书是根据目前全世界最权威的一部急救经典编译而成。

在全世界，任何从事急救研究与急救训练工作的人都会承认，将 First Aid Manual 一书视为最权威的急救经典，并不过份。

First Aid Manual 一书出自世界三大急救训练权威机构，英国红十字会、圣约翰救伤会和圣安德鲁救伤会，在世界各地业已行销多年。

由于这部书的内容严谨，叙事简明，插图生动而中肯，并且经常增修版本，随时补入当前最新的急救知识，使全书一直能保持它的权威性，因而在许多国家的许多急救训练单位，都将此书或它的译本做为主要教材。

尤其值得一提的是，First Aid Manual 一书虽然出自专家手笔，内容极其权威，但丝毫不妨碍于一般读者的阅读与使用。

该书特别强调，任何人在居家、旅游或工作时，无论发生任何紧急伤病，都可立即依照书中所示步骤处理，化险为夷。

这就是我们要编译此书的缘由。

编译者

目 录

如何使用本书	1	处理衣衫与头盔	52
急救的原则与应用	3	窒息	56
主要的急救技术	4	闭气窒息	58
呼吸	6	上吊、勒杀与扼住喉咙	60
恢复生命	10	溺水	61
保持呼吸道畅通	11	吸入浓烟	63
口对口人工呼吸	16	一氧化碳中毒	64
胸外按摩	18	梗噎	66
双人心肺复苏方法	21	爆炸引起窒息	73
儿童心肺复苏方法	23	胸部陷伤	75
复原卧姿	24	电伤	77
血液与循环	28	气喘	80
控制失血	30	腹腔痛	81
不使用口的人工呼吸法	33	打嗝	82
危急时的行动	38	创伤与出血	83
接近现场	38	人体对伤害的自然反应	86
评估情况	38	大规模外出血	87
诊断	42	轻微外出血	91
检查	43	伤口感染	92
处理	50	内出血	95
适当的安排	51		
伤病报告	51		

特殊型态的出血	99	不省人事的伤病者 ...	138
头皮受伤	99	意识反应的程度	138
耳朵出血	100	头部外伤	140
鼻出血	102	癫痫	142
牙龈出血	103	婴儿痉挛	146
口腔受伤	105	歇斯底里	147
眼睛受伤	106	糖尿病急症	147
手掌受伤	106		
腹部受伤	108	骨折	150
胸、背穿刺伤	110	骨骼	152
阴道出血	112	颅骨骨折	158
静脉瘤出血	113	下颚及脸部骨折	159
压伤	115	脊椎	163
瘀伤	118	脊椎骨折	165
动物咬伤	119	颈圈固定的方法	167
蛇咬	120	上身与四肢	168
		肋骨与胸骨骨折	169
循环异常	122	锁骨骨折	170
脉搏	124	臂骨骨折	172
休克	125	手与指骨骨折	174
昏厥	128	下身和四肢	175
心脏病	132	骨盆骨折	175
心绞痛	134	臀部和股骨骨折	177
中风	135	腿部骨折	178
		膝盖骨折	181
丧失意识	136	脚部骨折	183
神经系统	137		

肌肉、韧带和关节伤害	中毒	219
..... 184	消化系统	220
肌肉	家庭中的毒物	223
..... 184	有毒的植物	224
关节	食物中毒	225
..... 185	药物中毒	226
拉伤	酒精中毒	227
..... 186	工业中毒	229
扭伤	严重的过敏反应	230
..... 187	异物	230
脱臼	碎片	232
..... 189	鼻中异物	233
膝关节软骨移位	耳中异物	234
..... 189	眼中异物	235
椎间盘移位	昆虫叮咬	238
..... 191	鱼钩刺入皮肤	240
抽筋	吞入异物	241
..... 191	疼痛	241
疝气	头痛	242
..... 193	偏头痛	242
灼烫伤	牙痛	243
..... 194	耳痛	243
衣物着火	脖子痛	244
..... 197	背痛	245
干灼伤和烫伤		
..... 198		
口腔和喉咙灼伤		
..... 203		
化学品灼伤		
..... 204		
化学品灼伤眼睛		
..... 205		
电灼伤		
..... 207		
晒斑		
..... 208		
雪盲和焊工闪		
..... 208		
过冷与过热的影响		
... 210		
体温过低		
..... 211		
冻疮		
..... 214		
热晕厥		
..... 217		
中暑		
..... 218		

腹痛	245
重大意外事件	246
车祸	247
火灾	251

敷料与绷带	254
敷料	254
粘性敷料	255
标准敷料	257
纱布敷料	258
粘性胶带	259
临时敷料	259
冷敷	260
绷带	261
检查血液循环	263
三角绷带	264
悬带	267
手脚绷带	272
头部包扎	272
绷带卷	274
异物或开放性骨折的绷	

带包扎法 ...	278
膝肘包扎法	280
手脚包扎法	280
管形纱布绷带	281
夹板	283
急救箱	284
处理与搬运	285
抬起伤病者	286
独力搬动伤病者	287
双人搬动伤病者	289
担架	293
预备担架或推床	300
上担架	302
抬担架	309
上救护车	313
下救护车	314
流产	315
紧急分娩	315

1.4 0000067

如何使用本书

本书所介绍的急救知识，全部采用由圣约翰救伤会、圣安德鲁救伤会，以及英国红十字会共同认定的最新标准。全书可大略分成以下三大部分。

可以立即救命的主要急救技术全部放在第一章，列为本书的第一部分。这部分主要是介绍恢复生命及控制出血的方法。

本书第二部分是主体，这一部分说明在许多情况下，例如紧急时或者发生严重车祸时的处置措施，以及在一些比较特殊的情况下，例如发现窒息、受伤、出血、循环异常或丧失意识时的急救方法。

书中对于各种需要急救的情况都有说明，同时也说明在各种情况发生时，伤病者可能出现的症状与征兆，以及标准的处置方法。至于实际的急救技术及步骤，本书大部分采取条列方式，简明扼要而且依次介绍急救的过程，以及实际行动时特别需要注意或避免的地方。

本书第三部分共有两章：敷料与绷带和处理与搬运，对于伤口包扎、伤患的处置与运送技巧，都有详细说明。

在上述三部分中，都穿插有许多生动的插图，可以使读者对于所叙述的部分留下较深印象。同时也可以协助了解由各种情况所引起的症状与征兆，但读者必须了解，并不是所有的症状都可能出现在一个伤病者身上。

另外，有关人体各部位的结构与功能的说明，已分散在各章中，以便帮助读者了解急救处理的真正意义。

本书的最后一章，紧急分娩，只是供读者在特殊情况下，附近缺少立即可用的设备时，协助生产之用。

没有受过急救训练的读者，在紧急情况下可以使用本书做为处理或治疗的指导。不过，几种主要的救生技术如人工呼吸、胸外按摩等，在使用前应先接受适当的训练或专门的指导。

急救的原则与应用

急救是指在任何伤病突然发生时，利用当时环境中可供应用的一切设备及材料，按照一定的原则，立即加以处理的行为。在将伤病者交给医生照顾或者送到医院以前，急救是公认的处理方法。

为什么需要急救

急救处理可以使伤者或病人：

- 维持生命。
- 防止伤势或病情恶化。
- 促进恢复健康。

急救者的责任

急救者应该根据意外发生的次数与严重程度而定。但在原则上，在处理伤者或病人时，急救者的责任应该包括：

- 了解整个情况。
- 辨别病人所患的疾病，或者造成受伤的原因（也就是诊断病因）。
- 立即给予适当的处理。这时必须切记：伤病者所受的伤害可能不止一处，也许还有其它更严重伤病，需要你优先救治。
- 不要迟疑，应该立刻按照情况严重的程度，安排伤病者就医、住院或者送回家。

当伤病者已转交给医生、护理人员或者其他适当的人照顾时，急救者的责任这才结束。但是，急救者必须把整个情况及处理过程报告给接管者，并且在确定已经没有必要再帮忙之时，才可以离开。

主要的急救技术

熟练的急救者都知道，只要伤病者可以维持住三大基本需要，就能够挽救生命。这三大基本需要是：

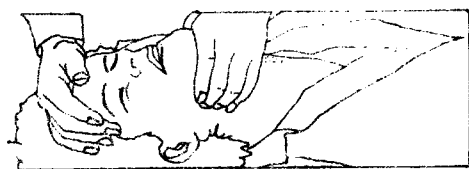
- ①呼吸道畅通
- ②充分的呼吸
- ③足够的血液循环

一个人必须能吸取氧气进入肺中后，才能维持生命。氧气进入肺中后，经由血液带往全身。虽然人体有些部分可以在缺氧状态下存活一段时间，但也有些器官会迅速遭到破坏，例如大脑神经细胞只要缺氧三分钟就会坏死。

因此，当上述三大基本需要受到干扰时，伤病者立刻身陷危境。有三种紧急情况会立刻引起这种危机：

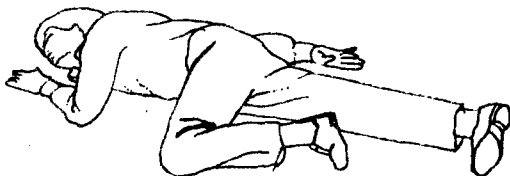
- 呼吸或心跳停止
 - 大出血
 - 不省人事，可能会干扰呼吸道畅通，最后影响呼吸
- 本章所介绍的急救技术包括：

呼吸道方面

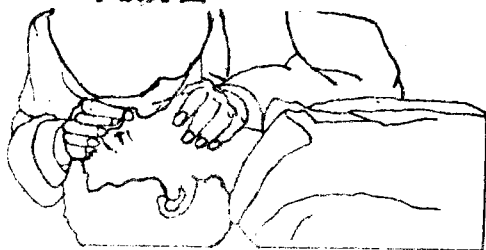


打开呼吸道
使呼吸道畅通，新鲜空气得以进入肺中。

恢复卧姿 可协助维持呼吸道畅通，防止不省人事的伤病者发生窒息。



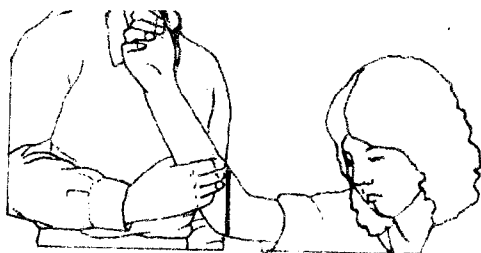
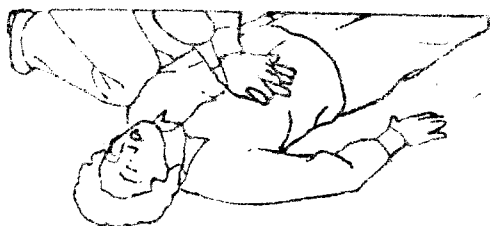
呼吸方面



人工呼吸 当伤病者的呼吸停止时，通过人工使空气进入他的肺中。

血液循环方面

胸外按摩 对胸部施加压力而挤压心脏，使血液仍能供应伤病者体内的主要器官。



控制大出血 防止或减少血液大量流失，维持伤病者的血液循环。

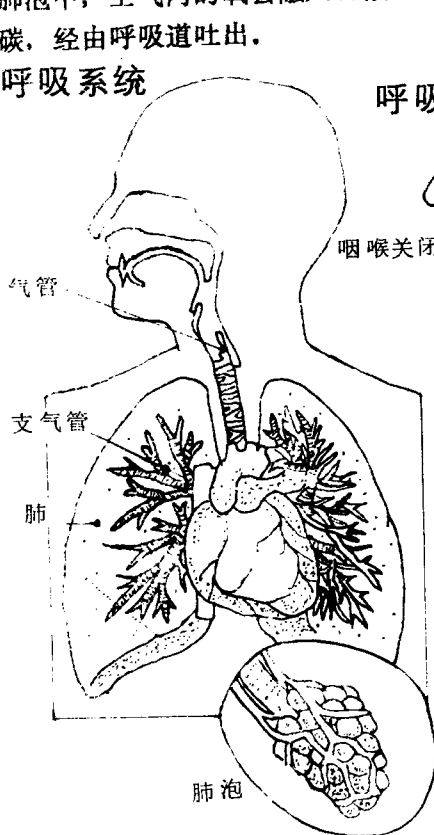
在应用这些特殊技术以前，读者应该先了解人体在呼吸与循环方面的功能。

呼吸

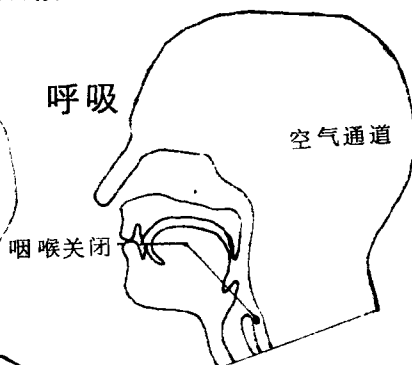
氧气是维持生命的必需物质。呼吸的作用，就是把存在空气中的氧气转换到肺中，然后经由血液循环带往全身，并将人体所产生的废气二氧化碳排出体外。

当吸气时，空气会经由口、鼻进入主要的呼吸道——气管以及支气管，最后到达肺中的肺泡并且进行气体交换。在肺泡中，空气内的氧会融入血液，而血液也会释放出二氧化碳，经由呼吸道吐出。

呼吸系统



呼吸



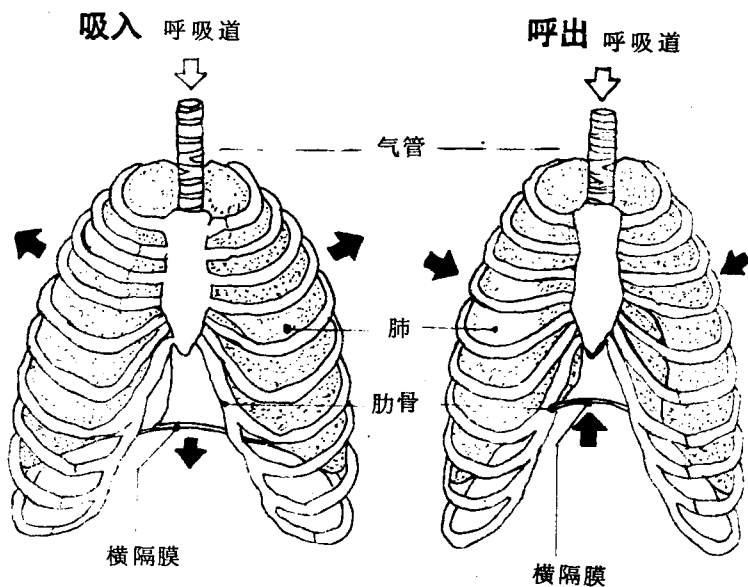
吞咽



空气中含有 21% 的氧气，但当空气进到人的肺中，人体只利用了空气中 5% 的氧气。换句话说，人所吐出的空气里，还有 16% 的氧气和一些二氧化碳。这剩余的 16% 的氧气，已足够维持另外一个人的呼吸。

人的口腔与鼻腔是相通的，但在气管顶端有一块会厌软骨，俗称喉头。喉头不仅是一个发声的器官，还有活塞的作用。当吞咽时，它会关住，以免食物或饮水吸入呼吸道。不过在一个人失去意识时，这个有保证作用的器官功能会比较差些，而且失去意识的程度越严重，它的作用也越糟。

人怎么呼吸



黑色箭头表示在呼吸时，肋骨及横隔膜运动的方向。

白色箭头表示在呼吸时，空气进出的方向。

呼吸的动作可以分为三个阶段：吸入、呼出及停顿。在吸入时，胸部肌肉会拉动肋骨向上，使胸部扩张。横膈膜是一层强韧的肌肉隔层，使胸腔与腹腔分开。当吸入时，横膈膜也会收缩、拉平，增加胸腔的容量。这些动作结合起来，空气就会被吸入肺部，使氧气与二氧化碳得以顺利交换。

在呼出时，横膈膜和肋骨肌肉都会放松，回复它们原先的位置。在吸入与呼出的动作间，都有一段短时间的停顿。

在正常呼吸时，肺中会留下一些残余的空气，使正在循环的血液可以一直获得氧气供应。

大脑中的呼吸中枢决定每次呼吸的深度与速度：成年人的正常呼吸是平均每分钟 16 至 18 次，婴幼儿平均 20 至 30 次。当紧张、运动、受伤或生病时，呼吸的速度通常会增加。

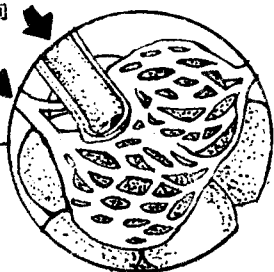
氧气在血液中怎么循环

在血液中，氧气由红血球带着，前往人体各部位（见第 122 页），血液则随心脏的收缩与放松，反复不断的循环流动。每当心肌收缩时，血液会从心脏的房室中涌出，心肌放松时又汇流回心脏中。在成年人休息时，心脏平均每分钟跳动 72 次。

氧气已经用完的血液会从组织间流回到两条主要静脉中，进入心脏右侧的房室，然后流到肺部，进行气体交换。带着氧气的血液回到心脏左侧的房室，然后再被压缩到主要的动脉中，分布往全身（见“血液与循环”第 28 页）。心脏中的瓣膜可以使血液不断循此方向流动。

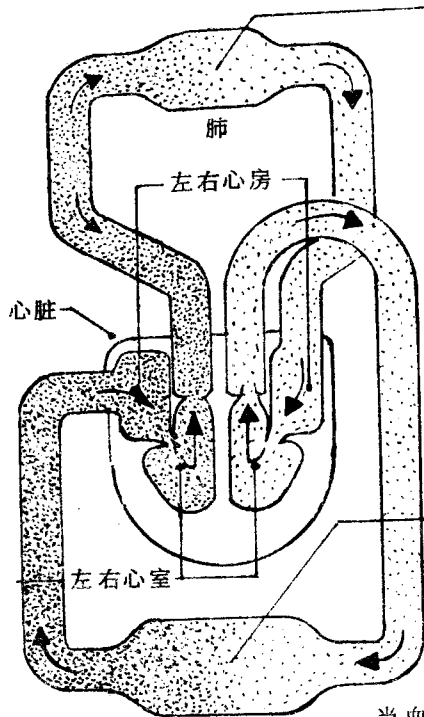
-  氧气用尽的血液
 带有氧气的血液

空气流动的方向
 血液流动的方向

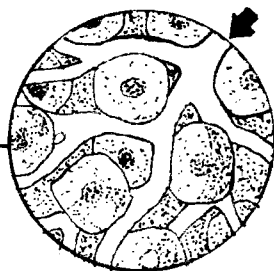


肺

氧气用尽的血液流至肺泡，放出二氧化碳，并且吸附自肺中吸入的氧气。



血液流动的方向



人体组织

当血液流到组织间，会放出氧气，并且吸收其间的二氧化碳废气。

人体组织

带有氧气的红血球使血液看起来鲜红，如果血液中的氧气不够，则使血液呈现蓝色，就是医学上所说的发绀。如果是皮肤缺乏血液，则会呈现苍白。这些颜色方面的改变，在嘴唇、耳垂及指甲上的表现尤其明显。