



中国南方电网
CHINA SOUTHERN GRID

电网企业 员工现场生命自救互救培训教材

云南电网公司 云南省急救中心 编著



中国水利水电出版社
www.waterpub.com.cn

电 网 企 业

员工现场生命自救互救培训教材

云南电网公司 云南省急救中心 编著



中国水利水电出版社
www.waterpub.com.cn

图书在版编目 (C I P) 数据

电网企业员工现场生命自救互救培训教材 / 云南电网公司, 云南省急救中心编著. — 北京: 中国水利水电出版社, 2009. 12

ISBN 978-7-5084-7116-7

I. ①电… II. ①云… ②云… III. ①电力工业—工业企业—自救互救—技术培训—教材 IV. ①TM08

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第235055号

书 名	电网企业员工现场生命自救互救培训教材
作 者	云南电网公司 云南省急救中心 编著
出版发行	中国水利水电出版社 (北京市海淀区玉渊潭南路1号D座 100038) 网址: www. waterpub. com. cn E-mail: sales@ waterpub. com. cn 电话: (010)68367658(营销中心)
经 售	中国水利水电出版社昆明发行站 电话: (0871)3178551 全国各地新华书店和相关出版物销售网点
排 版	北京中科洁卡科技有限公司
印 刷	保定市中画美凯印刷有限公司
规 格	185mm×248mm 16开本 11印张 179千字
版 次	2009年12月第1版 2009年12月第1次印刷
印 数	00001—60100册
定 价	22.50元

凡购买我社图书, 如有缺页、倒页、脱页的, 本社营销中心负责调换

版权所有·侵权必究



前 言

本书是员工现场生命自救互救的培训教材，内容涵盖了员工一旦在工作中遇见意外伤害时怎样自救互救，怎样在危急情况下紧急逃生，以及常见的相关疾病医疗知识等。目的是帮助员工进一步树立安全生产理念，熟练地应用急救知识和急救技能，当伤害发生时，安全准确地把现场置于受控状态并开展自救互救，起到保护生命和安全生产的作用，为建设“责任南网、和谐南网”和促进云南省经济社会又好又快发展作出更大贡献。

云南电网公司十分关注员工的安全和健康，一贯重视安全生产管理，重视员工安全生产教育、现场生命自救互救知识和技能培训，把“以人为本”和“关注安全，关爱生命”落到实处。根据公司安全生产的实际需要，我们在调查研究的基础上，查阅了大量资料编写了本书，并请医学、消防、地震、动物研究等方面的专家修改审定，在保证内容正确、方法新颖的基础上，通过简洁明快的文字和形象直观的图片，将专业性很强的知识尽可能诠释得通俗易懂。希望阅读本书的员工能全面、系统地学习，轻松、愉快地记忆，真正掌握现场生命自救互救知识和技能，在事故或疾病发生时能及时应用所学，救人救己。

由于本书成书仓促，编者水平所限，难免存在疏漏，恳请读者批评指正。

编著者

2009年12月



目 录

前言

第一章 自救互救概述 1

本章学习要求 1

一、自救互救概念 1

二、生存链 1

三、自救互救目的与原则 3

（一）自救互救目的 3

（二）自救互救原则 3

四、自救互救注意事项 3

五、自救互救步骤 4

本章学习思考题 5

第二章 徒手心肺复苏 6

本章学习要求 6

一、定义及分类 6

（一）定义 6

（二）分类 7

二、心跳呼吸骤停的常见原因 7

（一）成人心跳呼吸骤停的常见原因 7



.....

(二) 儿童心跳呼吸骤停的常见原因	7
(三) 婴儿心跳呼吸骤停的常见原因	7
三、症状表现	7
四、救治方法	8
(一) 成人心肺复苏步骤	8
(二) 儿童心肺复苏步骤	12
(三) 婴儿心肺复苏步骤	13
五、心肺复苏是否有效的指标	14
本章学习思考题	14

第三章 创伤急救基本技术

15

本章学习要求	15
一、止血技术	15
(一) 常用止血材料	16
(二) 加压包扎止血法	16
(三) 指压止血法	17
(四) 止血带止血法	20
(五) 填塞止血法	22
二、包扎技术	23
(一) 常用包扎材料	23
(二) 绷带包扎法	24
(三) 三角巾包扎法	26
(四) 特殊创伤的处理	32
三、固定技术	33
(一) 常用固定材料	33
(二) 固定原则	34
(三) 固定方法	35
四、搬运技术	39



（一）搬运的原则	39
（二）徒手搬运方法	39
（三）担架搬运方法	43
本章学习思考题	44

第四章 触电

45

本章学习要求	45
一、定义及触电机制	45
（一）定义	45
（二）触电形式及特点	45
（三）决定触电严重程度的因素	47
（四）触电对人体产生伤害的机制	48
二、触电事故的原因及一般规律	50
（一）触电事故的主要原因	50
（二）触电事故发生的一般规律	51



二、临床表现	58
(一) 一般烧伤的表现	58
(二) 特殊类型烧伤的表现	59
(三) 烧伤的自救与互救	60
(四) 烧伤的预防措施	62
本章学习思考题	63
第六章 冻伤	64
本章学习要求	64
一、常见原因	64
二、分类及症状表现	65
三、自救与互救	65
四、预防措施	66
本章学习思考题	67
第七章 创伤	68
本章学习要求	68
一、创伤分类及常见原因	68
二、症状表现	69
(一) 颅脑创伤	69
(二) 骨创伤	71
(三) 胸部创伤	73
(四) 腹部创伤	75
三、自救与互救	75
(一) 颅脑创伤	76
(二) 骨创伤	77



(三) 胸部创伤	78
(四) 腹部创伤	79
四、常见的几种意外伤	79
(一) 道路交通事故伤	79
(二) 坠落伤	84
本章学习思考题	85

第八章 动物咬伤

87

本章学习要求	87
一、蛇咬伤	87
(一) 概述	87
(二) 云南省的蛇类分布	87
(三) 毒蛇鉴别方法	89
(四) 症状表现	89
(五) 自救与互救	91
(六) 预防措施	92
二、狗咬伤	93
(一) 常见原因	93
(二) 症状表现	93
(三) 自救与互救	94
(四) 预防措施	94
三、蜂蜇伤	94
(一) 常见原因	95
(二) 症状表现	95
(三) 自救与互救	96
(四) 预防措施	96
四、蚂蟥叮咬	97
(一) 常见原因	97



(二) 症状表现	97
(三) 自救与互救	98
(四) 预防措施	98
五、蚊虫叮咬	98
(一) 常见原因	98
(二) 症状表现	99
(三) 自救与互救	100
(四) 预防措施	100
六、野象袭击	100
(一) 常见原因	100
(二) 症状表现	101
(三) 自救与互救	101
(四) 预防措施	101
七、熊袭击	102
(一) 常见原因	102
(二) 症状表现	102
(三) 自救与互救	102
(四) 预防措施	102
八、蝶、蛾幼虫刺伤	103
(一) 常见原因	103
(二) 症状表现	104
(三) 自救、互救与预防	104
九、蝎子与蜈蚣蜇伤	104
(一) 常见原因	104
(二) 症状表现	105
(三) 自救与互救	105
(四) 预防措施	105
本章学习思考题	106



第九章 中毒	107
本章学习要求	107
一、有害气体中毒	107
(一) 六氟化硫气体中毒	108
(二) 一氧化碳气体中毒	110
(三) 硫化氢气体中毒	112
二、食物中毒	113
(一) 定义、分类及常见原因	113
(二) 临床表现	115
(三) 救治方法	115
(四) 预防措施	116
三、农药中毒	116
(一) 常见的农药种类及常见原因	116
(二) 临床表现	117
(三) 救治方法	117
(四) 预防措施	118
本章学习思考题	118
第十章 中暑	119
本章学习要求	119
一、常见原因	120
二、分类及临床表现	120
三、救治方法	121
四、预防措施	121
本章学习思考题	122



第十一章 溺水	123
本章学习要求	123
一、常见原因	123
二、症状表现	124
三、救治溺水者的方法	124
（一）对水中的溺水者的救治方法	124
（二）对被救上岸的溺水者的救治方法	125
四、溺水的预防措施	126
本章学习思考题	126
第十二章 危急情况下的紧急逃生	127
本章学习要求	127
一、地震灾害	128
（一）地震灾害概述及特点	128
（二）地震对人的伤害	129
（三）现场救治方法	130
（四）地震中的自救互救方法	130
二、火灾	131
（一）火灾的定义及形成条件	131
（二）火灾的分类、常见原因及现场特点	132
（三）火灾对人的伤害	134
（四）初期火灾的扑救方法	134
（五）现场救治方法	135
（六）火灾现场逃生方法	135
（七）火灾的预防	136
三、泥石流灾害	136
（一）泥石流的成因及现场特点	136



(二) 泥石流对人的伤害	137
(三) 现场救治方法	138
(四) 发生泥石流时的逃生方法	138
四、洪水灾害	139
(一) 洪水的成因及现场特点	139
(二) 洪水对人的伤害	139
(三) 现场救治方法	140
(四) 洪水现场的逃生方法	140
五、雷电灾害	140
(一) 雷电的成因及特点	140
(二) 雷击对人的伤害	141
(三) 现场救治方法	141
(四) 如何躲避雷击	141
六、暴风雪灾害	142
(一) 暴风雪的成因及现场特点	142
(二) 暴风雪对人的伤害	142
(三) 现场救治方法	143
(四) 遭遇暴风雪时的逃生方法	143
七、迷路	143
(一) 迷路的常见原因	143
(二) 迷路后的自救互救方法	144
(三) 如何避免迷路	146
本章学习思考题	147
第十三章 地方性流行传染病	148
本章学习要求	148
一、定义	148
二、常见的几种地方性流行传染病	149



(一) 疟疾 149

(二) 流行性乙型脑炎 150

本章学习思考题 152

第十四章 高原病 153

本章学习要求 153

一、定义及发病原因 154

二、分类及表现 154

三、救治方法 155

四、预防措施 156

本章学习思考题 157

参考文献 158

附件 急救包内配置物品清单 160

后记 161



第一章 自救互救概述

本章学习要求

1. 掌握自救互救概念
2. 了解生存链的概念
3. 了解自救互救的目的和原则
4. 掌握自救互救步骤

意外伤害和疾病大多数发生在医院外，医疗急救人员至少要几分钟后才能到达现场，如果只是单纯的等待，往往会错过最佳的抢救时机，使伤势或病情恶化，导致伤病员伤残或死亡。急救人员未到达前，“第一目击者”具备正确的急救知识和急救技能，对挽救伤病员的生命或减轻伤残程度有着极其重要的意义。

一、自救互救概念

自救互救又称为现场救护。是指医疗急救人员未到达前，目击者利用现场的人力、物力，对伤病者施行初步的援助或救护。现场自救互救的基本主体以心肺复苏为主，包括创伤救护的基本技能、意外伤害和突发急症的救护知识。

二、生存链

生存链是指院外为挽救生命垂危伤病者而采取的一系列急救的方法与步骤。



包括：早期呼救、早期心肺复苏、早期心脏除颤、早期高级生命支持。



图1.1 生存链

（一）早期呼救

拨打120急救电话，启动医疗急救系统。应准确报告伤病者的基本情况和现场地点，语言要精练、准确，以免耽误宝贵的时间。呼救时应说明以下内容：

（1）伤病者姓名、性别、年龄。

（2）意外事故、突发事件的类型、受伤人数。如触电、车祸、火灾、中毒等事件受伤的具体人数。

（3）伤病者目前最危急的状况。如出血、昏迷、呼吸心跳异常、过去病史及与本次发病有关的因素。如患病者“行走时突然倒地昏迷”、过去有“心脏病史”等。

（4）现场的详细地址、现场醒目的标志物、电话以及等候救护车的确切地址。

（5）呼救人姓名、联系电话。

（6）呼救者简要回答急救中心接线员询问的有关问题或情况，保证急救中心根据电话内容，准确判断病情，并派出合适的救护车。

（二）早期心肺复苏

早期心肺复苏是指由目击者在现场对心跳呼吸停止的伤病者实施的心肺复



苏，即口对口人工呼吸和人工胸外心脏按压。

（三）早期心脏除颤

早期心脏除颤是指尽早使用自动体外除颤仪（AED）消除心室颤动，使心脏恢复正常跳动，挽救伤病者生命的方法。

（四）早期高级生命支持

早期高级生命支持是指医疗急救人员尽早赶到现场，用医疗设备开放伤病者的气道，予以机械通气，并通过静脉用药进行全面的救治。

三、自救互救目的与原则

（一）自救互救目的

- （1）抢救生命，降低死亡率。
- （2）防止伤势或病情恶化。
- （3）减轻病痛，降低伤残率，促进康复。

（二）自救互救原则

- （1）观察环境，确保自己和伤病员的安全。
- （2）保持冷静，快速检查伤病员，果断实施救护措施。
- （3）先处理重伤者，再处理轻伤者。
- （4）先抢救生命，再处理局部损伤。

四、自救互救注意事项

- （1）注意现场安全，重视“先脱险再救人”。
- （2）从正面接近伤病员，表明身份，安慰伤病员，说明将采取的救护措施。
- （3）避免盲目移动伤者，防止再损伤。