



李宗浩 主编

# 家庭 急救

科学普及出版社

26  
B450.7  
63  
C

# 家庭急救

李宗浩 主编

X4174/18



科学普及出版社  
• 北京 •



C. 526063

图书在版编目 (CIP) 数据

家庭急救/李宗浩主编. —北京: 科学普及出版社,  
1995. 11

ISBN 7-110-04011-9

I. 家… II. 李… III. 急救-家庭-基本知识  
IV. R459.7

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (95) 第 15338 号

科学普及出版社出版

北京海淀区白石桥路 32 号 邮政编码: 100081

新华书店北京发行所发行 各地新华书店经售

河北地质六队美术胶印厂印刷

开本: 787×1092 毫米 1/32 印张: 8 字数: 170 千字

1995 年 11 月第 1 版 1995 年 11 月第 1 次印刷

印数: 1—5000 册 定价: 8.50 元

# 愿急救知识普及到千家万户

## ——《家庭急救》序

谁都难免在哪一天，他自己或者家属、周围的人们发生危重急症或遇到意外伤害而需要紧急救护。如果平时学习掌握了基本急救知识和技能，那末，在紧急情况下，就能及时实施正确救护，抢救人于危难之中。

中央电视台最近推出了《家庭急救与护理》专题片，全集分100讲，约用一年时间播完。播出不久，受到社会各界的关注，观众反映甚好。但“一闪即过”，难以复习，希望有配套的书籍出版。

科学普及出版社多次向我约稿，同时解放军总医院副院长马承宣教授，北京协和医院郎景和教授等《家庭急救与护理》的电视主讲人又给予大力支持，我作为该专题片的顾问和主讲人，担任本书主编似乎推托不掉，责无旁贷。何况，普及科学知识是我一生执著追求的事业之一。因此，我以家庭中最常见的危重急症和生活中易发生的意外伤害为基础，对原电视播讲内容做了修改，增添了一些章节和内容，以便较系统地、条理性地发挥书籍易于学习、理解、记忆、精读等特点，编成本书。

现代文明社会，电视已成为人们生活中不可缺少的文化生活，它的传播范围广，形象生动逼真，在普及急救知识上是其他媒体难以匹敌的；而配套书籍的广泛发行，图文并茂

的印刷，更便于反复阅读、体会。所以，通过电视的播讲和书籍的出版，急救知识的普及程度可谓相得益彰了。愿万户千家学习掌握家庭急救知识，以在“万一”时发挥其“救死扶伤”的作用。

以上是为序。

北京急救中心北京急救医学研究所

教授 李宗浩

1995. 4. 30. 北京

# 目 录

## 序

|                         |      |
|-------------------------|------|
| 第一章 家庭急救原则.....         | (1)  |
| 第一节 人人学点急救知识.....       | (1)  |
| 一、急救从家庭开始.....          | (1)  |
| 二、让生命重现辉煌.....          | (2)  |
| 第二节 学会判断危重急症.....       | (3)  |
| 一、察看病人总体情况.....         | (3)  |
| 二、瞳孔反应.....             | (4)  |
| 三、呼吸活动.....             | (4)  |
| 四、检查心跳、脉搏.....          | (5)  |
| 第三节 呼叫急救电话“120”.....    | (6)  |
| 一、急救电话——救护第一步.....      | (6)  |
| 二、“120”——中国的急救电话号码..... | (7)  |
| 三、呼救电话讲什么.....          | (8)  |
| 四、家庭急救“八戒”.....         | (8)  |
| 五、提倡使用急救卡.....          | (10) |
| 第二章 心肺复苏                |      |
| ——心跳、呼吸停止的急救.....       | (12) |
| 第一节 对心肺复苏的基本认识.....     | (12) |
| 一、CPR.....              | (12) |
| 二、身体内没有“氧库”.....        | (13) |
| 三、关键是一个“急”字.....        | (13) |
| 第二节 心复苏术——胸外叩击.....     | (14) |

|                        |      |
|------------------------|------|
| 一、血液循环的概念 .....        | (14) |
| 二、心室颤动——心复苏的信号 .....   | (15) |
| 三、胸外叩击法 .....          | (16) |
| 第三节 心复苏术——胸外心脏挤压 ..... | (16) |
| 一、胸外心脏挤压的意义 .....      | (17) |
| 二、病人的体位 .....          | (17) |
| 三、胸外心脏挤压的方法 .....      | (18) |
| 第四节 肺复苏术——口对口吹气 .....  | (20) |
| 一、呼吸的过程 .....          | (21) |
| 二、口对口吹气的方法 .....       | (22) |
| 三、心脏挤压与人工呼吸协调进行 .....  | (23) |
| 第五节 恢复生命的真正价值 .....    | (24) |
| 一、“植物人”绝非心肺复苏的初衷 ..... | (24) |
| 二、从心肺复苏到心肺脑复苏 .....    | (25) |
| 第三章 常用急救方法 .....       | (27) |
| 第一节 外伤止血法 .....        | (27) |
| 第二节 外伤包扎法 .....        | (30) |
| 第三节 骨折固定法 .....        | (32) |
| 第四节 正确搬运病人法 .....      | (35) |
| 第五节 氧气吸入法 .....        | (38) |
| 第六节 洗胃催吐法 .....        | (40) |
| 第七节 消毒灭菌法 .....        | (41) |
| 一、物理消毒法 .....          | (42) |
| 二、化学消毒法 .....          | (42) |
| 第四章 生活中的意外伤害 .....     | (44) |
| 第一节 交通事故致外伤 .....      | (44) |
| 一、头部外伤 .....           | (44) |

|                         |             |
|-------------------------|-------------|
| 二、胸部外伤 .....            | (45)        |
| 第二节 地震灾害时的自救互救 .....    | (46)        |
| 第三节 火灾现场救护 .....        | (48)        |
| 第四节 烧烫伤 .....           | (50)        |
| 第五节 触电 .....            | (51)        |
| 第六节 溺水 .....            | (55)        |
| 第七节 煤气中毒和煤气灶综合征 .....   | (57)        |
| 第八节 毒蛇咬伤 .....          | (59)        |
| 第九节 疯狗咬伤 .....          | (61)        |
| 第十节 小儿气管异物 .....        | (63)        |
| 第十一节 窒息 .....           | (65)        |
| 第十二节 冻伤 .....           | (67)        |
| <b>第五章 常见急诊症状 .....</b> | <b>(69)</b> |
| 第一节 高热 .....            | (69)        |
| 第二节 头痛 .....            | (73)        |
| 第三节 胸痛 .....            | (74)        |
| 第四节 腹痛 .....            | (76)        |
| 第五节 呼吸困难 .....          | (79)        |
| 第六节 呕吐 .....            | (80)        |
| 第七节 急性腹泻 .....          | (81)        |
| 第八节 呕血 .....            | (82)        |
| 第九节 便血 .....            | (84)        |
| 第十节 咯血 .....            | (85)        |
| 第十一节 血尿 .....           | (86)        |
| 第十二节 意识障碍 .....         | (88)        |
| 第十三节 休克 .....           | (90)        |
| 第十四节 昏厥 .....           | (92)        |



|                         |              |
|-------------------------|--------------|
| 第十五节 眩晕 .....           | (94)         |
| <b>第六章 冠心病急症 .....</b>  | <b>(96)</b>  |
| 第一节 心脏与血液循环 .....       | (96)         |
| 第二节 冠状动脉粥样硬化性心脏病 .....  | (97)         |
| 第三节 形形色色的心绞痛 .....      | (99)         |
| 第四节 心绞痛的处理 .....        | (101)        |
| 一、一般处理 .....            | (101)        |
| 二、药物治疗 .....            | (101)        |
| 第五节 识别急性心肌梗塞 .....      | (104)        |
| 一、重视急性心肌梗塞的先兆表现 .....   | (104)        |
| 二、熟悉急性心肌梗塞的典型表现 .....   | (105)        |
| 三、识别急性心肌梗塞的不典型表现 .....  | (106)        |
| 第六节 急性心肌梗塞的家庭急救 .....   | (107)        |
| 第七节 常见的心律失常与急救处理 .....  | (108)        |
| 一、室性过早搏动 .....          | (109)        |
| 二、阵发性室上性心动过速 .....      | (110)        |
| 三、心房颤动 .....            | (111)        |
| 四、房室传导阻滞 .....          | (112)        |
| 五、阵发性室性心动过速 .....       | (114)        |
| 第八节 LS 冠心病急救盒 .....     | (115)        |
| <b>第七章 常见各科急症 .....</b> | <b>(117)</b> |
| 第一节 急性脑血管病概述 .....      | (117)        |
| 第二节 脑出血 .....           | (118)        |
| 第三节 蛛网膜下腔出血 .....       | (121)        |
| 第四节 脑梗塞(脑血栓形成) .....    | (124)        |
| 第五节 短暂性脑缺血发作 .....      | (127)        |
| 第六节 支气管哮喘 .....         | (128)        |

|            |              |              |
|------------|--------------|--------------|
| 第七节        | 自发性气胸        | (132)        |
| 第八节        | 糖尿病酮症酸中毒     | (134)        |
| 第九节        | 癫痫           | (136)        |
| 第十节        | 急性胰腺炎        | (139)        |
| 第十一节       | 肝昏迷          | (141)        |
| 第十二节       | 急性胃炎         | (143)        |
| 第十三节       | 急性肠炎         | (145)        |
| 第十四节       | 急性细菌性痢疾      | (147)        |
| 第十五节       | 急性阑尾炎        | (149)        |
| 第十六节       | 急性胃、十二指肠溃疡穿孔 | (151)        |
| 第十七节       | 急性肠梗阻        | (154)        |
| 第十八节       | 腹部损伤         | (155)        |
| 第十九节       | 急性乳腺炎        | (158)        |
| 第二十节       | 儿童牵拉肘        | (160)        |
| 第二十一节      | 急产           | (161)        |
| 第二十二节      | 宫外孕          | (163)        |
| 第二十三节      | 妊娠高血压综合征     | (164)        |
| 第二十四节      | 妊娠晚期阴道出血     | (166)        |
| 第二十五节      | 痛经           | (167)        |
| 第二十六节      | 急性盆腔炎        | (169)        |
| <b>第八章</b> | <b>急性中毒</b>  | <b>(171)</b> |
| 第一节        | 急性中毒概述       | (171)        |
| 一、         | 判断急性中毒       | (172)        |
| 二、         | 急性中毒的临床表现    | (173)        |
| 三、         | 急性中毒的救治原则    | (174)        |
| 四、         | 急性中毒的预防措施    | (177)        |
| 第二节        | 药物中毒         | (178)        |

|                          |       |
|--------------------------|-------|
| 一、安定中毒·····              | (178) |
| 二、巴比妥类安眠药中毒·····         | (179) |
| 三、氯丙嗪中毒·····             | (180) |
| 四、亚硝酸盐中毒·····            | (181) |
| 第三节 农药中毒·····            | (182) |
| 一、有机磷农药中毒·····           | (182) |
| 二、砒霜中毒·····              | (184) |
| 三、拟除虫菊酯类农药中毒·····        | (185) |
| 四、鼠药中毒·····              | (186) |
| 第四节 细菌性食物中毒·····         | (187) |
| 第五节 发芽马铃薯中毒·····         | (190) |
| 第六节 河豚鱼中毒·····           | (191) |
| 第七节 毒蘑菇中毒·····           | (192) |
| 第八节 急性乙醇(酒精)中毒·····      | (194) |
| 第九章 家庭护理·····            | (197) |
| 第一节 小儿高烧惊厥的护理·····       | (197) |
| 第二节 噎食的救护·····           | (199) |
| 第三节 褥疮的预防和护理·····        | (200) |
| 第四节 便秘的护理·····           | (202) |
| 第五节 定期体检——防治疾病的重要措施····· | (204) |
| 第六节 老年人须防意外事故·····       | (206) |
| 第十章 家庭用药常识·····          | (209) |
| 第一节 家庭小药箱·····           | (209) |
| 一、内服药·····               | (209) |
| 二、外用药·····               | (210) |
| 三、其他物品·····              | (210) |
| 四、药品存放须知·····            | (210) |

|                             |       |
|-----------------------------|-------|
| 五、注意事项.....                 | (211) |
| 第二节 家庭用药常识.....             | (211) |
| 一、各种形式的用药途径.....            | (211) |
| 二、服药的次数和时间.....             | (212) |
| 三、用药的一些配伍禁忌.....            | (213) |
| 第三节 家庭常用药物 (50 种) .....     | (214) |
| 一、安定.....                   | (214) |
| 二、硝基安定.....                 | (215) |
| 三、舒乐安定 (三唑仑安定) .....        | (215) |
| 四、苯巴比妥 (鲁米那) .....          | (216) |
| 五、速可眠 (司可巴比妥钠) .....        | (217) |
| 六、谷维素.....                  | (217) |
| 七、冬眠灵 (氯丙嗪) .....           | (217) |
| 八、复方阿司匹林 (APC) .....        | (218) |
| 九、阿司匹林 (乙酰水杨酸) .....        | (219) |
| 十、消炎痛 (吲哚美辛) .....          | (219) |
| 十一、青霉素.....                 | (220) |
| 十二、红霉素.....                 | (220) |
| 十三、乙酰螺旋霉素.....              | (221) |
| 十四、先锋霉素Ⅳ号 (头孢氨苄) .....      | (221) |
| 十五、先锋霉素Ⅵ号 (头孢拉定) .....      | (222) |
| 十六、麦迪霉素.....                | (222) |
| 十七、吡哌酸 (PPA) .....          | (222) |
| 十八、氟哌酸.....                 | (223) |
| 十九、磺胺甲基异恶唑 (新诺明, SMZ) ..... | (223) |
| 二十、黄连素.....                 | (224) |
| 二十一、复方降压片.....              | (224) |

|                             |       |
|-----------------------------|-------|
| 二十二、开搏通 (卡托普利, 巯甲丙脯酸) ..... | (224) |
| 二十三、尼莫地平 .....              | (225) |
| 二十四、地高辛 .....               | (225) |
| 二十五、心得安 .....               | (226) |
| 二十六、氨酰心安 .....              | (226) |
| 二十七、倍他乐克 .....              | (227) |
| 二十八、心律平 .....               | (227) |
| 二十九、异搏定 (戊脉安) .....         | (228) |
| 三十、硝酸甘油 .....               | (228) |
| 三十一、消心痛 (硝酸异山梨醇酯) .....     | (229) |
| 三十二、心痛定 (硝苯吡啶) .....        | (229) |
| 三十三、潘生丁 .....               | (230) |
| 三十四、胃舒平 (复方氢氧化铝片) .....     | (230) |
| 三十五、西米替丁 (泰胃美, 甲氰咪呱) .....  | (231) |
| 三十六、阿托品 .....               | (231) |
| 三十七、654-2 (山莨菪碱) .....      | (232) |
| 三十八、颠茄 .....                | (232) |
| 三十九、灭吐灵 (胃复安) .....         | (232) |
| 四十、氨茶碱 .....                | (233) |
| 四十一、咳必清 .....               | (233) |
| 四十二、必嗽平 .....               | (234) |
| 四十三、非那根 (异丙嗪) .....         | (234) |
| 四十四、扑尔敏 .....               | (234) |
| 四十五、息斯敏 .....               | (235) |
| 四十六、优降糖 .....               | (235) |
| 四十七、达美康 .....               | (236) |
| 四十八、维生素 A .....             | (236) |

|                              |       |
|------------------------------|-------|
| 四十九、维生素 D <sub>2</sub> ..... | (237) |
| 五十、芦丁.....                   | (237) |

# 第一章 家庭急救原则

## 第一节 人人学点急救知识

人人与“急救”有关，因为谁都难免会发生一些危急情况，甚至意外伤害。即使自己未受到病痛伤害，在工作和生活的环境中，在旅游出差的路上，有时也会遇到紧张突愕的场面，需要你伸出援助的手。所以，学点急救知识实在是件重要而有意义的事情。

感谢中央电视台对普及急救知识的重视和所给予的支持。开辟《家庭急救与护理》这一专题讲座，利用电视这一有效的传播媒介和巨大的覆盖率，使大家既能学到常用的急救知识，又能掌握基本的急救技能和日常简单的护理方法。以便在万一发生不测时，用救死扶伤的一片爱心，实行行之有效的急救方法。“救人一命，胜造七级浮屠”在这里也许就能体现。

### 一、急救从家庭开始

人们在家庭中生活，家庭又是社会的一个细胞。一些意外伤害和危重急症可以在任何环境和空间出现，也不受昼夜时间的限制。但是，大量的日常危重急症还是在家中发生的

最多见。美国每年约有 70 万人死于心脏病急症，其中 1/2 是死于“医院外”，即在病人家中和送往医院的途中。根据北京急救中心 1990 年 1 月至 1994 年 6 月共四年半的时间内大量日常统计资料，88% 的猝死发生在家庭。对猝死的年龄分析表明，50~59 岁这个年龄组占的比例最高。

一些其他的意外，诸如吃错了药，食物中毒，煤气中毒，小儿气管异物，老人噎食等，家庭也是最常见的发病环境。

综上所述，急救的“第一现场”是家庭。做好家庭急救，对于挽救危重病人的生命具有举足轻重的作用。

## 二、让生命重现辉煌

现代文明社会，经济迅猛发展的今天，人们在勤奋努力地工作，频繁奔波于城市、国际间，人类的活动范围比任何时候都更加扩大。无论是急症或是意外，包括交通事故，各种天灾人祸的发生率在明显升高。生命受到威胁，健康受到挑战。有不少年富力强者正该为社会一展才华与风采时，却因危重急症和意外夺去了生命。其中有不少人是可以被挽救，可以“幸免于难”的。例如急性心肌梗塞的死亡病例中，约有 1/2 以上是死于发病一小时内。究其原因是发生了严重的合并症。也就是说，严重的合并症吞噬了病人的生命。如能在现场及时采取正确的急救措施，有不少人的生命可以得到挽救。我国许多医学专家在研究报告中指出，向民众普及以心肺复苏为主的急救知识，可以使心脏病危急重症的抢救成功率明显提高，可以把猝死对生命的威胁减低到最低限度。

也许有人会说，抢救危重病人是医生的事，尤其是医术高明的医生，设备现代化的医院，与民众急救知识的普及有多大关系呢？我们知道，危重症中最严重的情况莫过于呼吸



心跳骤停。人体内没有氧气的“仓库”，循环停止意味着氧气供应中断，细胞缺氧很快会死亡。如果在4分钟内不失时机地进行心肺复苏，有很高比例的病人可以存活。如果超过10分钟以上再处理，能够挽回生命的极为罕见。纵使极少数人得以复苏也往往留下严重的后遗症，智力受损甚至成为“植物人”。这是因为大脑细胞缺氧时间过长而造成的损害。唯一正确的救治方法，就是立即在病人身旁，实施有效的心肺复苏。现在不少发达国家提出“第一目击者”的救护，往往是抢救呼吸心跳骤停的成败关键。

所谓“第一目击者”就是病人身旁、周围的人，就是广大的民众。平时积极提高民众的急救意识和急救技能，一旦发生意外，病人就能及时得到周围人们的有效救治。生命有可能被挽救，生命将重现辉煌。

## 第二节 学会判断危重急症

学会判断危重急症的目的是，真正使垂危者能得到在现场的及时、必要的紧急救助；同时尽快地通知急救中心、急救站，附近的医疗机构的医生或家庭医生前来急救，这样才能不失时机，不耽误病情。

危重急症病情千差万别，但是垂危表现却有其特点，总的说来可以从以下四方面来识别。

### 一、察看病人总体情况

病人总体情况，有的能“一目了然”，如严重的创伤、大出血，给人以“奄奄一息”的感觉。有的则需要认真识别，因为可能给人以假象。