

● 走进医学 关爱生命
● 呵护心灵 拥抱健康

校园医学小百科

编著 王文安

急救手册

急救手册 突发事故或疾病随时都可以发生，甚至危及生命。掌握急救法，就能够从容面对困境，及时拯救自己或他人。



远方出版社

XIAOYUANYIXUE

R-49/4:3

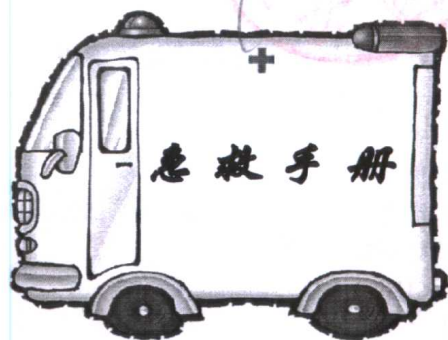


* T157396 *

校园医学小百科

xiaoyuan yixue xiaobaike

编著/王文安



远方出版社
2002年·呼和浩特

责任编辑：贾继贤 王 建

封面设计：赵 晋

插 图：朱生伟 周红燕

图书在版编目(CIP)数据

校园医学小百科/王文安著.-呼和浩特：远方出版社，2001.12

ISBN 7-80595-746-0

I .校… II .王… III .医药学-普及读物 IV.R-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2001) 第 090301 号

校园医学小百科·急救手册

编 著：王文安

出版发行：远方出版社

社 址：呼和浩特市乌兰察布东路 666 号 邮编：010010

印 刷：湖南省望城县印刷厂

开 本：850×1168 1/32

字 数：152 千

印 张：6.5

印 数：1—3000

版 次：2002 年 5 月第 1 版 2002 年 5 月第 1 次印刷

ISBN 7-80595-746-0/R.27 总定价：48.00 元

远方版图书，版权所有，侵权必究。

远方版图书，如印装有错误可与印刷厂调换。

前 言

在我们的生活中,每天都有因交通事故、煤气中毒、游泳溺死和疾病等失去生命的悲痛消息。

事故和疾病是造成死亡的主要原因。然而,出了事故或患了疾病的人并非就没有得救的希望了,如果在旁边的人懂得正确的急救法,完全可以挽救伤员和病人的生命。

我们医院实行一年到头不休息,24小时开诊制度,尤其是全力以赴于急救医疗,然而也有治疗无效的例子。这常常是那些已经“耽误了的患者”,对此,医生深感无力。

我以悦愉的心情把《校园医学小百科·急救手册》介绍给读者。《校园医学小百科·急救手册》是一本适用范围很广的书,本书深入浅出,工人、农民、干部、战士、学生,尤其是城乡基层医务工作者及病人亲属,都有必要读读这本书,从中汲取必备的起码的急救知识,以救治因突然事故、疾

病倒下的人。掌握这些应急急救法,就可以从危难中救人性命;不掌握这些应急急救法,就可能使本来可以救活的人死去。急救知识是十分有用的知识。

编者的话

目 录

一、决定生死的4分钟黄金时间	(1)
二、确定危险程度的四个要点	(1)
三、检查面色、瞳孔	(5)
四、确保呼吸道通畅,头向后仰	(6)
五、颈部骨折,下颔向前挺出	(8)
六、发现意识变化的六个要点	(9)
七、呼吸停止2~4分钟分将死亡	(11)
八、口对口人工呼吸法	(11)
九、虽然恢复呼吸,但不可过早放心	(12)
十、心脏即使停跳,也不要灰心	(16)
十一、心脏按摩法	(17)
十二、人工呼吸和心脏按摩一人操作法	(22)
十三、人工呼吸和心脏按摩两人操作法	(23)
十四、心脏按摩要在心脏复跳后停止	(24)
十五、心脏即使复跳,也必须请医生诊断	(25)
十六、出血量超过全身血液量1/4时危险	(26)
十七、出血局部简单压迫法	(27)
十八、玻璃划伤要用止血带	(28)

十九、要记载扎止血带的时间·····	(29)
二十、挂急救电话说什么·····	(30)
二十一、告救护车指定所去医院·····	(31)
二十二、向医生做详细病情汇报·····	(32)
二十三、带上病历卡·····	(32)
二十四、心绞痛·····	(33)
二十五、心肌梗塞·····	(35)
二十六、脑卒中·····	(37)
二十七、脑出血·····	(39)
二十八、蛛网膜下腔出血·····	(40)
二十九、咯血、吐血·····	(42)
三十、便血·····	(44)
三十一、糖尿病昏迷·····	(46)
三十二、休克症状·····	(48)
三十三、交通事故(脑外伤)·····	(50)
三十四、交通事故(头部外伤)·····	(51)
三十五、交通事故(胸部外伤)·····	(53)
三十六、交通事故(肋部骨折)·····	(54)
三十七、交通事故(面部受伤)·····	(57)
三十八、交通事故(腹部受伤)·····	(59)
三十九、头部挫伤症·····	(60)
四十、溺水·····	(62)
四十一、溺水·····	(65)

四十二、溺水·····	(67)
四十三、腓肠肌痉挛·····	(69)
四十四、氯化钾中毒·····	(71)
四十五、药物中毒·····	(73)
四十六、药物中毒·····	(74)
四十七、食物中毒·····	(76)
四十八、蘑菇中毒·····	(78)
四十九、河豚中毒·····	(80)
五十、煤气中毒·····	(82)
五十一、异物卡住喉咙·····	(83)
五十二、异物卡住嗓子·····	(85)
五十三、雷击·····	(86)
五十四、孕妇阴道异常出血·····	(88)
五十五、宫外孕·····	(89)
五十六、妊娠毒血症·····	(91)
五十七、烧伤·····	(92)
五十八、烧伤·····	(94)
五十九、化学烧伤·····	(96)
六十、手足骨折·····	(98)
六十一、颈部骨折·····	(103)
六十二、手脚切断·····	(106)
六十三、刺伤·····	(107)
六十四、闪腰痛·····	(109)

六十五、跟腱切断	(111)
六十六、肌肉撕裂	(113)
六十七、内出血	(115)
六十八、手指戳伤	(116)
六十九、指甲剥掉	(117)
七 十、脚挤伤、脚泡	(118)
七十一、冻伤	(119)
七十二、高山病	(120)
七十三、斑疹	(121)
七十四、蛇咬	(122)
七十五、打嗝	(124)
七十六、晕车	(126)
七十七、鼻衄	(127)
七十八、腹痛	(129)
七十九、日射病	(131)
八 十、癫痫	(133)
八十一、脑贫血	(135)
八十二、热性痉挛	(136)
八十三、热水病	(137)
八十四、牙痛	(138)
八十五、便秘	(139)
八十六、婴儿腹痛	(141)
八十七、疝	(142)

八十八、小孩发疹	(143)
八十九、小孩发烧	(144)
九十、小孩咳嗽、气喘	(146)
九十一、小孩痉挛	(148)
九十二、小孩呕吐	(150)
九十三、身心病症	(152)
九十四、婴儿腹泻	(154)
九十五、吞服异物	(155)
九十六、异物堵在喉咙	(158)
九十七、眼进异物	(159)
九十八、耳进异物	(161)
九十九、鼻进异物	(163)
一〇〇、鱼刺扎伤	(164)
一〇一、头受伤	(165)
一〇二、眼伤	(166)
一〇三、触电	(168)
一〇四、割伤	(170)
一〇五、狗咬伤	(172)
一〇六、鼠咬伤	(173)
一〇七、蜂螫伤	(175)
一〇八、虫螫	(176)
一〇九、家庭、私人汽车必备的急救箱	(177)
一一〇、要备有这些急救用品	(177)

一一一、自制急救箱	(179)
一一二、一年检查一次急救箱	(180)
一一三、用日用品代替急救用品	(180)
一一四、厨房里可用的东西	(182)
一一五、绷带有什么用处	(183)
一一六、缠好绷带的注意事项	(184)
一一七、三角巾有什么用处	(185)
一一八、感冒等发烧时,可利用冰袋或冰枕	(186)
一一九、冰要去掉棱角放入	(186)
一二〇、空气可以使冰冷程度减少一半	(187)
一二一、冰枕、冰袋的正确放法	(187)
一二二、先用干毛巾擦拭腋下	(188)
一二三、体温按时间测量	(188)
一二四、体温计的水银微毒	(188)
一二五、乳幼儿用肛门体温计最合适	(189)
一二六、灌肠是治疗便秘最有效办法	(190)
一二七、灌肠器的保存方法	(190)
一二八、坐药的正确使用法	(191)
一二九、温、冷湿布区别使用	(191)
一三〇、冷湿布要勤换	(192)
一三一、避免烫伤的温湿布做法	(192)

决定生死的 4 分钟黄金时间

人的生死关头,是在倒下后大约 4 分钟时间内,这也叫做黄金时间。如果在这宝贵的 4 分钟内,救护车赶到当然好。然而事情并不那么简单,常常由于交通等原因,任凭救护人员拼死努力,不一定很快能赶到现场。而在这一时间内,伤病员的情况却在严重变化着。

在我们身边,每天都有车祸、煤气中毒、触电等意想不到的事故发生。如果你的家人、恋人、友人等发生这样的事故,你能在 4 分钟黄金时间内采取正确的处置措施,将产生左右生命的结果。也就是说,在他突然倒下的时候,能够救他的既不是医生也不是急救队员,而是在旁边的你的妥善的处置。因此,你需要掌握一些应急处置方法。

确定危险程度的四个要点

身边的人倒下时,首先要做的不是给医院打电话,而是要查明倒下的人处于何种状态。如果是①无意识,②呼吸停止,③心脏停止跳动,④大出血,就有生命危险,需要

争分夺秒地采取处置措施。

什么是无意识，怎样去辨别呢？

请按顺序记住以下几点。

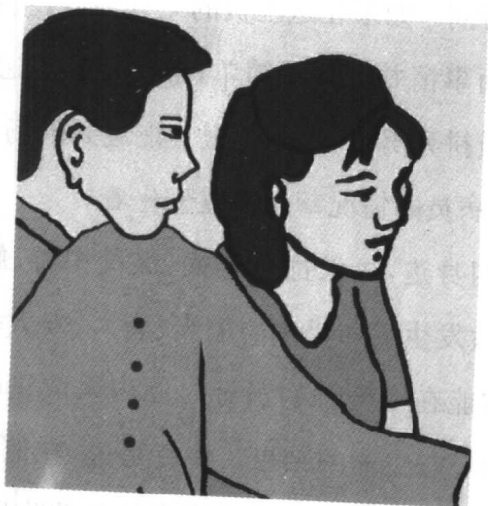


图1 辨别是否有意识

(1)辨别是否有意识。试在耳边叫名字(见图1)。假如有什么反应，再试着指示做一些如“握一下手”等简单动作。如果无握手的反应，说明很危险。但是，绝对不要为了叫醒而使劲摇身体，这样会使情况恶化。要保持呼吸道畅通(让头往后仰)。防止呼吸停止。

(2)辨别是否在呼吸。在用眼看难以分辨的时候，要

用手贴在胸或腹部试一下(见图2)。正常的呼吸数,大人为1分钟20次,小孩为30次左右。即使呼吸没停止,如有①呼吸次数多,②呼吸困难,③打呼噜这种情况,为危险状态。

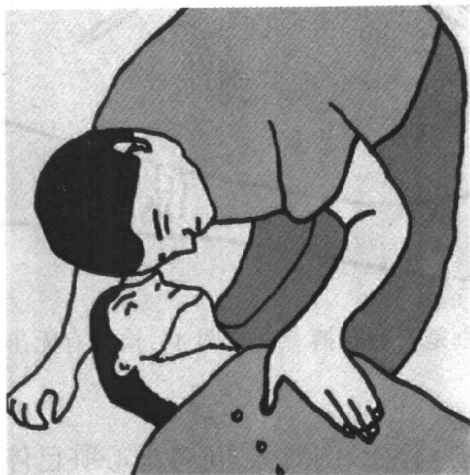


图2 辨别是否在呼吸

如果确认呼吸停止,要口对口地进行人工呼吸。

(3)辨别是否有脉搏。摸一下手腕的动脉(桡骨动脉)、脖颈旁边的粗动脉(颈动脉)或股动脉(见图3)。婴儿得直接用手摸心脏部位才易辨别。正常的脉率,1分钟大人为60~80次,小孩为100次左右。如果有脉,但过缓(50次以下)或过速(120次)以及不规则搏动(脉律不整)就要

注意。

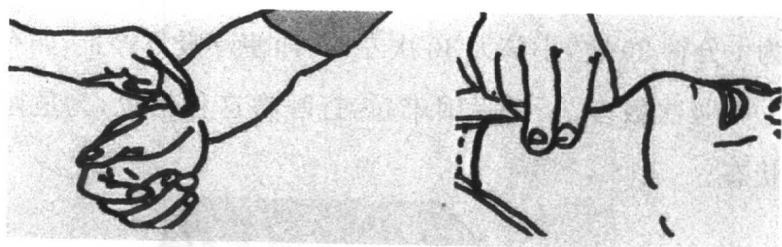


图3 辨别是否有脉搏

图4 检查有无出血的地方

摸不着脉(停止)的时候,可考虑心脏已停止跳动。如果确认心脏完全停止跳动,必须迅速进行心脏按摩。

(4)辨别出血部位和出血程度(见图4)。不要强行移动身体寻找出血部位。象喷泉似的,一般处理止不住的出血是很危险的(如果出血为身体全部血液量的 $1/4$, 会危及生命)。如果用绷带就能止住的出血,就用不着惊慌了。当你判断出血严重,要马上用止血法止血。

内出血,如头、胸、腹受到强烈撞出时的内出血是很危险的;而且从外观很难判断出血程度,需要注意以下情

况。

颅内出血,如果伤员无意识为重症,要马上确保呼吸道畅通。胸腹内出血,如果发生休克(面色苍白、出冷汗、脉弱),要进行紧急判断,在患者膝盖下放置枕头之类的垫物,让大腿和腹部成90度,尽可能使腿抬起躺着,用毛毯等盖住身体保温。详细处置在头、胸、腹外伤分项叙述。

检查面色、瞳孔

检查伤病员的情况(意识、呼吸、脉搏、出血),并做了正确的应急处置,还要检查一下面色和瞳孔,这对做下一步外置,或向医生报告情况是很重要的。

(1)面色变了没有?面色苍白、出冷汗,有可能发生伴有大出血、烧伤等休克症状。要马上在伤病员的膝下放置枕头,让腿尽可能高抬躺着,并用毛毯等保温。

面色苍白、嘴唇和指甲发紫(医学上叫紫绀),为呼吸和心脏将要停止的症状。要特别注意呼吸和脉搏,并要做人工呼吸、心脏按摩的准备。

面色发红是血压高的症状。此时,有可能呼吸停止,必须让伤病员侧俯伏地躺着,并要将头向后仰。

注意意识的变化,如无意识要确保呼吸道畅通。

(2)看瞳孔的变化。瞳孔是表示脑神经机能的重要体征,但是,由于在明处和暗处会大小不同,需用手电筒照着查看。

无意识、左右瞳孔大小极不等的时候,为脑部发生了障碍。

无意识、两只瞳孔极端放大的时候,有生命危险。

有这两种情况的时候,必须向医生或急救人员报告。

确保呼吸道通畅,头向后仰

人倒下或出事故时,首先要按前述的四个项目进行检查,假如有异常应马上进行应急处置。

如果发现舌根后坠、呼吸道(由口和鼻向肺送空气的道路)受阻、不能呼吸,必须马上确保呼吸道通畅,不要让舌根堵住呼吸道,以防止窒息。在伤病员的耳边呼唤名字,即使有反应但不能执行“握一下手”等简单命令时,要判断为无意识,马上采取以下处置。

无意识但有呼吸的时候,要按图 5 所示,让患者侧卧,先使头向后仰。不要让倒下的人舌根后坠躺着。