

伤后急救自救 “120”

上海市医学会
上海市医学会创伤专科分会
组编



上海市医学会
百年纪念科普丛书
1917—2017

第一时间 救助

车祸伤/高空坠落伤
运动伤/烧伤/动物咬伤
电击伤/冷冻伤



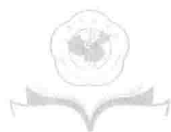
上海科学技术出版社

伤后急救自救

“120”

上海市医学会
上海市医学会创伤专科分会

组编



上海市医学会
百年纪念科普丛书
1917—2017

上海科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

伤后急救自救“120” / 上海市医学会, 上海市医学会创伤专科分会组编. —上海: 上海科学技术出版社, 2017. 12

(上海市医学会百年纪念科普丛书)

ISBN 978-7-5478-3812-9

I. ①伤… II. ①上…②上… III. ①急救—基本知识②自救互救—基本知识 IV. ①R459.7②X4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2017)第 277238 号

伤后急救自救“120”

上海市医学会

上海市医学会创伤专科分会 组编

上海世纪出版(集团)有限公司 出版、发行
上海科学技术出版社
(上海钦州南路 71 号 邮政编码 200235 www.sstp.cn)

苏州望电印刷有限公司印刷

开本 720×1000 1/16 印张 7.75

字数: 120 千字

2017 年 12 月第 1 版 2017 年 12 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5478-3812-9/R·1508

定价: 30.00 元

本书如有缺页、错装或坏损等严重质量问题, 请向工厂联系调换

内容提要

颅脑创伤、胸腹部创伤、骨盆及四肢创伤、严重复合伤和多发伤、烧伤和动物咬伤,这是这本书部分章节标题。如果你觉得这些问题离自己的生活很远,那么来看一看以下场景。

疲劳驾驶、酒驾,交通事故频现;大雾天,高速公路上数十辆汽车连环相撞;空调修理工未遵守作业规范,不慎从高空坠落;匪徒持刀抢劫,砍伤无辜群众;步履蹒跚的老人不慎摔伤,倒地不起;学校里同学打闹嬉戏过火,有人头破血流;热血沸腾地参加马拉松比赛,不幸扭伤了脚脖子;好心地喂养流浪狗,却被咬了一口……

这些都是真实的生活场景,发生在我们的身边。受伤了怎么办?面对需要救助的伤员怎么办?是自救还是打“120”急救电话求助?本书会告诉你答案。

这是一本能携带的“120”,一本能印在脑海里的“120”,使你在面对意外创伤时不慌张、不凌乱,采取正确、规范的措施做好自我救助,并帮助他人实施院前急救,最大限度地减轻伤害导致的不良后果。

上海市医学会百年纪念科普丛书

编委会

主 编：徐建光

副主编：马 强 朱正纲 孙晓明 孙颖浩 陈国强

陈赛娟 桂永浩 葛均波 颜世洁 瞿介明

编 委：丁 强 于广军 马 端 王卫庆 王学锋

王敏杰 王德辉 方唯一 邓小明 田 红

包玉倩 吕中伟 朱国行 华克勤 刘士远

刘中民 刘建民 刘皋林 江孙芳 孙 锟

孙建华 孙晓溪 李 铮 李春波 杨程德

吴坚平 何燕玲 狄 文 沈国芳 张 晨

张 琳 张文宏 张继明 陆 舜 陈文华

陈尔真 陈丽云 邵贵强 范存义 范先群

林晓曦 金震东 周行涛 胡超苏 侯立军

俞卓伟 施伟民 姜建元 姜格宁 倪兆慧

郭胤仕 黄国英 章 雄 章振林 傅志仁

谢渭芬 楼文晖 管阳太 谭 鸣 熊源长

编委会办公室

主 任：颜世洁

副主任：田 红 刘丙龙

成 员：王忆雯 宁 燕 华 飞 孙 瑜 沙燕倩

张 力 陈燕昀 徐 英 楚 青 魏 爽

(按姓氏笔画排序)

本书编委会

- 顾问:** 陈嵘嵘 王秋根 阎作勤
- 主编:** 侯立军
- 副主编:** 孙玉强 于明琨 马 昕 田恒力 姜晓幸
陆 骅
- 主编助理:** 韩凯伟 赵 亮
- 编委:** (按姓氏笔画排序)
- | | | | | |
|-----|-----|-----|-----|-----|
| 于晓巍 | 王 韧 | 王 敢 | 王旭阳 | 王君玉 |
| 王国栋 | 王蕴坤 | 毛恩强 | 卢亦成 | 代大伟 |
| 代荣晓 | 吕立权 | 朱 诚 | 朱 渊 | 任 力 |
| 庄澄宇 | 刘 杰 | 许 政 | 许硕贵 | 孙树杰 |
| 苏佳灿 | 李一明 | 李文放 | 李志强 | 李星辰 |
| 吴剑宏 | 吴晓明 | 应 奇 | 汪滋民 | 宋 佳 |
| 张 权 | 张 婷 | 张丹枫 | 张光霁 | 陈 鑫 |
| 陈子贤 | 陈元元 | 陈文钧 | 陈世文 | 陈先震 |
| 陈荣彬 | 赵晓菁 | 贲道锋 | 施德源 | 袁明远 |
| 徐志飞 | 高文伟 | 高国一 | 郭 衍 | 唐 华 |
| 唐 坚 | 唐明杰 | 海 舰 | 黄承光 | 梅其勇 |
| 盛卫忠 | 梁尔慷 | 董 艳 | 薛 强 | 薄隽杰 |

总序

上海市医学会成立于1917年4月2日,迄今已有100年的悠久历史。成立之初以“中华医学会上海支会”命名,1932年改称“中华医学会上海分会”,1991年正式更名为“上海市医学会”并沿用至今。

百年风雨,世纪沧桑,从成立之初仅13人的医学社团组织,发展至今已拥有288家单位会员、22000余名个人会员,设有92个专科分会和4个工作委员会,成为社会信誉高、发展能力强、服务水平好、内部管理规范的现代科技社团,荣获上海市社团局“5A级社会组织”、上海市科协“五星级学会”。

穿越百年历史长河,上海市医学会始终凝聚着全市广大医学科技工作者,充分发挥人才荟萃、智力密集、信息畅通、科技创新的优势,在每一个特定的历史时期,在每一次突发的公共卫生事件应急救援中,均很好地体现了学会的引领带动作用。近年来,在“凝聚、开放、服务、创新”精神的指引下,学会不忘初心,与时俱进,取得了骄人的成绩。

2016年,习近平总书记在“全国卫生与健康大会”上发表重要讲话,指出“没有全民健康就没有全面小康”,强调把人民健康放在优先发展的战略地位。中共中央、国务院印发的《“健康中国2030”规划纲要》明确了“共建共享、全民健康”是建设健康中国的战略主题,要求“普及健康生活、加强健康教育、提高全民健康素养”,要推进全民健康生活方式行动,要建立健全健康促进与教育体系,提高健康教育服务能力,普及健康科学知识等。上海市医学会秉承健康科普教育的优良传统,认真践行社会责任,组织动员广大医学专家积极投身医学科普创作与宣传教育。

近年来,学会重点推出了“健康方向盘”系列科普活动、“架起彩虹桥”系列医教帮扶活动和“上海市青年医学科普能力大赛”三项科普品牌。通过科普讲座、咨询义诊、广播影视媒体宣传以及推送科普文章或出版科普读物等多形式、多渠

道,把最前沿的医学知识转化成普通百姓健康需求的科普知识,社会反响良好。配合学会百年华诞纪念活动,其间重点推出了百场科普巡讲活动和百位名医科普咨询活动。上海市医学会以其卓有成效的科普宣教工作受到社会各界好评,荣获上海市科委颁发的“上海科普教育创新奖-科普贡献奖(组织)二等奖”、中华医学会“优秀医学科普单位”和“全国青年医学科普能力大赛优秀组织奖”,成为上海市科协“推进公民科学素质”百家示范单位之一。

为纪念上海市医学会成立 100 周年,同时将《“健康中国 2030”规划纲要》精神进一步落到实处,我们集中上海医学界的学术领袖和科普精英编著出版这套科普丛书,为大众提供系统的医学科普知识以及权威的疾病防治指南,为“共建共享、全民健康”的健康中国建设添砖加瓦。在这套丛书里,读者既可以“读经典”——呈现《再造“中国手”》等丰碑之作,重温医学大家叱咤医坛的光辉岁月,也可以“问名医”——每本书约有 100 名当代名医答疑解惑,解决现实中的医疗健康困扰。既可以通过《全科医生,你家的朋友》佳作,找到你的家庭医生,切实地感受国家医疗体制改革的努力给大众带来的健康保障;也可以领略《从“削足适履”到“量身定制”——医学 3D 打印技术》《手术治疗糖尿病的疗效如何》等医学前沿信息,感受现代医学科技进步带来的福音。

经典丰满的内容,来源于团结奋进、齐心协力的编写团队。这套丛书涉及上海市医学会所属的 50 余个专科分会,编委达 2 000 余名,参与编写者近 5 000 人,堪称上海市医学会史上规模最大的一次集体科普创作。我相信,每一位参与科普丛书的编写者都将为在这场百年盛典中留下手迹,并将这些健康科普知识传播给社会大众而引以为荣。

在此,我谨代表上海市医学会,向所有积极参与学会科普丛书编著的专科分会编委会及学会工作人员,向关注并携手致力于医学科普事业发展的上海科学技术出版社表示衷心的感谢!

源梦百年、聚力同行,传承不朽、再铸辉煌。愿上海市医学会薪火不熄,祝万千家庭健康幸福!

上海市医学会

徐建光

会长

2017 年 5 月

前言

创伤具有发病率高、致死率高、致残率高的特点。在我国,创伤一直稳居死亡原因的前5位,特别是34岁以下青壮年的第一死因。其中,1/3~1/2的创伤死亡发生在现场,因此加强创伤科普教育,提高人们伤后自救互救能力显得十分迫切。随着社会的发展,新的伤情、伤型、伤因、伤势也不断涌现,自救互救的方法不断改进和提高,创伤后自救和互救已成为人们必须具备的生活常识。

值此上海市医学会百年华诞之际,为响应上海市医学会“源梦百年、聚力同行,传承不朽、再铸辉煌”的号召,我们创伤专科分会认真编写了《伤后急救自救“120”》这本科普读物,它是上海市医学会百年纪念科普丛书中的创伤分册,除了纪念上海市医学会成立100周年之外,更主要是向广大读者推广权威性、高水平的科普知识,以提高人们的自救互救意识和水平。

本书由百余位来自上海市医学会创伤专科分会的名医共同编撰,其中不乏多位德高望重的大师、前辈。本书秉承严谨的科学态度和为人民服务的宗旨,融权威性、科学性、先进性和实用性为一体,深入浅出地介绍了创伤后的自救互救知识。“读经典”部分收集了上海创伤界各位名医大家的经典之作;而“问名医”部分则以简约精炼的问答方式,围绕生活中遇到的颅脑创伤、胸腹部创伤、骨盆及四肢创伤、严重复合伤和多发伤、烧伤和动物咬伤等各种创伤急救问题进行阐述,重点突出,条理分明,理论联系实际,使广大读者能在有限的时间内有所获益。

《伤后急救自救“120”》,这是一本能携带的“120”,一本能印在脑海里的“120”,使您在面对意外创伤时不慌张、不凌乱,以正确、规范的措施做好自我救助,并帮助他人实施院前急救,最大限度地减少创伤导致的不良后果。我们将以本书为依托,充分发挥创伤专科分会的专家优势和学术优势,力求为大众提供值得信赖的医学科普读本。

前言

本书的编撰得益于神经外科、骨科、胸心外科、普外科、泌尿外科、烧伤科、急救科、耳鼻咽喉科、口腔科等长期从事创伤救治的前辈大师和青年才俊的积累和智慧,我们期望,在构建知识的大厦时,它能成为一块基石。

最后,在本书即将付梓之际,请允许我代表上海市医学会创伤专科分会全体同仁,衷心地感谢上海市医学会的重托与信任,并向参与本书编写的各位专家和为本书的出版付出辛勤劳动的有关人士表示由衷的敬意!

创伤是可以预防的,损伤是可以控制的。让我们源梦百年,继续为人民群众保驾护航!

海军军医大学附属长征医院神经外科主任

上海市神经外科研究所所长

上海市医学会创伤专科分会主任委员

侯立军

2017年10月

目录

CHAPTER ONE

读经典

1

一、找回丢失的“秋波”——创伤性眶上裂综合征的手术治疗	003
二、致命的创伤性窒息	005
三、出现创伤性窒息怎么办	007
四、创伤的现场自救与急救	009
五、地震挤压伤综合征诊治及突发心搏骤停的急救	011
六、颅脑火器伤的急救	013
七、严重颅脑损伤临床处理中的几个问题	015
八、颅脑损伤的急救与治疗	017
九、警惕：老年人家中跌倒引起颅内迟发性出血	019
十、护脑：既要合理处置又要争分夺秒	021
十一、重视颅脑损伤的预防	023
十二、迷梦醒来是黎明：谈颅脑外伤昏迷的治疗	025
十三、老年人腕部骨折该怎么办	027
十四、为高龄腕部骨折患者撑起一片蓝天	029
十五、肩部创伤那点事——肱骨近端创伤解剖	031
十六、肩关节脱位的治疗：从古埃及到现代	034
十七、肩关节为何会习惯性脱臼	036
十八、下巴也会骨折	038

CHAPTER TWO

问名医

2

颅脑创伤	043
1. 受伤了，头破血流怎么办	043
2. 何为“七窍流血”，七窍流血一定会死吗	043
3. 外伤后头痛，头颅 CT 正常，还要检查吗	044
4. 外伤后无不适，CT 也正常，一定没事吗	045
5. 什么是慢性血肿，该如何治疗	046
6. 儿童头部外伤需不需要做 CT 检查	047
7. 脑外伤患者会发生脑积水吗	048

8. 脑外伤后是不是就不能正常生活和工作了	048
9. 如何正确认识脑震荡	049
10. 脑震荡有哪些症状,如何诊断	050
11. 脑震荡后第一时间应该如何处置	050
12. 如何预防脑震荡	051
13. 脑震荡后如何调节身心康复	052
14. 颅骨修补是怎么回事	053
15. 如何正确认识脑外伤	053
16. 甘露醇在脑损伤中的作用是什么	055
17. 颅颌面创伤如何现场急救	055
18. 什么是颅底骨折	056
19. 头部外伤后耳道内流血水是怎么回事	057
20. 头部外伤后为什么老是流“鼻涕”	058
21. 头部外伤后出现“熊猫眼”要紧吗	058
22. 头部外伤后视力模糊甚至出现失明可以恢复吗	059
23. 是什么原因导致了脑外伤后眼球突出	059
24. 颅脑外伤如何现场急救和自救	061
25. 脑外伤患者住院后家属应如何从容应对	062
26. 何为脑外伤后综合征	063
27. 颅脑外伤后性格变了怎么办	063
28. 脑外伤后睡觉老是昼夜颠倒怎么办	064
29. 颅脑外伤患者如何康复治疗	065
30. 头部外伤后还能继续口服活血化瘀药物吗	065
31. 颅脑损伤后高压氧治疗有哪些好处	066
32. 颌骨骨折后常见的症状有哪些,需要做哪些检查	067
33. 为什么颌面部受伤会出现复视和下唇麻木	068
34. 颌骨骨折后一般的治疗方法有哪些	068
35. 颌骨骨折患者在治疗期间应该注意哪些问题	069
胸 腹 部 创 伤 	070
36. 胸部损伤要紧吗	070
37. 肋骨骨折需要手术吗	070
38. 什么是连枷胸和反常呼吸	071

39. 气胸是气出来的吗	072
40. 血胸是否很危险	073
41. 胸部被严重挤压后会出现什么情况	073
42. 为什么生活中气管被割断了会死	074
43. 遇到爆炸后一般会产生什么胸外伤, 如何避免	075
44. 胸外伤后, 肠子怎么会跑到胸腔去	076
45. 心脏被刺了一刀, 还有希望救活吗	077
46. 骑车摔倒撞到腹部怎么办	077
47. 肾脏外伤之后是不是都要马上开刀	078
48. 尿憋得膀胱破了, 会有这种情况吗	079
49. 性生活时用力过猛, 阴茎会受伤吗	079
骨 盆 及 四 肢 创 伤	081
50. 骨盆骨折后, 为什么先打骨牵引, 1 周左右才能手术	081
51. 发生严重创伤, 在急救人员来之前可以采取哪些急救措施	082
52. 为什么伴随骨盆骨折的复合性创伤患者需要造瘘和输血	083
53. 影响多发性骨折患者接骨手术后关节功能恢复的因素有哪些	083
54. 多发性骨折后会有什么后遗症	084
55. 脊柱外伤后如何正确搬运患者	085
56. 事故现场如何正确判断伤者脊柱是否损伤	086
57. 脊柱外伤后如何正确翻身	086
58. 脊柱外伤后如何自救	087
59. 外伤后临时颈围固定是否有必要	088
60. 老年人摔倒引起的腰痛是否需要重视	088
61. 为什么高速行驶的汽车急刹车后有些乘客出现了瘫痪	089
62. 脊柱骨折有哪些临床表现	090
63. 脊髓损伤有哪些临床表现	090
64. 脊柱骨折后都需要手术治疗吗	091
65. 已经瘫痪的脊髓损伤患者还有必要手术吗	091
66. 为什么膝关节容易损伤	092
67. 膝关节炎是如何发生的	092
68. 膝关节炎如何治疗和预防	093
69. 什么是肩周炎	093

70. 什么是肩关节粘连	094
71. 什么是“五十肩”	094
72. “冻结肩”有哪些临床表现	095
73. 如何治疗“冻结肩”	095
74. 脚脖子扭伤和脚踝软骨损伤是怎么回事	095
75. 脚踝软骨损伤该如何治疗	096
严重复合伤和多发伤	097
76. 哪些多发伤患者应该接受颈椎影像学检查	097
77. 抢救车祸多发伤,为什么有时要等几个小时才能手术	098
78. 什么是严重复合性创伤	099
79. 严重复合性创伤患者四肢冰冷,为啥医院不给保暖	100
80. 为什么严重创伤的患者会感到极度恐惧、害怕	101
81. 发生严重复合性创伤后的患者需要立即止痛吗	101
82. 严重复合性创伤的患者在术后护理方面需要注意什么	102
83. 什么是创伤性休克	103
84. 人受伤后出血多少会危及生命	103
85. 止血带是干什么用的	103
86. 创伤后为什么会发热,需要处理吗	104
烧伤和动物咬伤等	105
87. 被热水烫了,为什么到医院诊断是烧伤	105
88. 烧伤如何现场急救	105
89. 如何预防儿童烧伤	106
90. 触电后如何急救	107
91. 如何处理手脚冻伤	107
92. 被生锈的铁钉扎到了该怎么办	108
93. 被狗咬伤后的处理步骤有哪些	108
94. 被蜜蜂蜇伤了该怎么办	109
95. 如何应对毒蛇咬伤	109

CHAPTER ONE



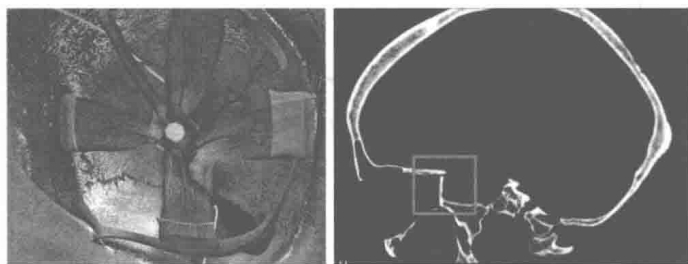
读 经 典

找回丢失的“秋波” ——创伤性眶上裂综合征的手术治疗

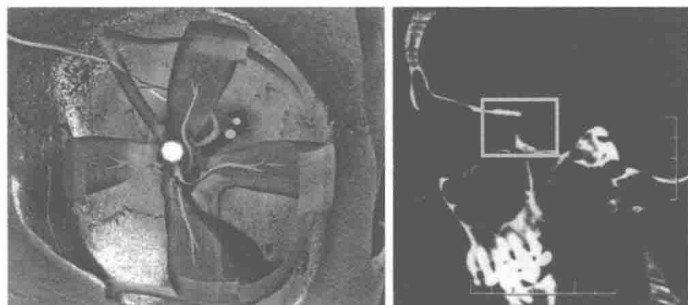
眼睛是五官当中最能够传情达意的一个器官,可以表达丰富的情绪和感触。人们常说的“暗送秋波”就是通过眼睛来传达情感。眼睛传达情感是由它周围的神经和肌肉的协调工作来完成的,首先神经将冲动传到其所支配的肌肉,肌群接收信号后部分收缩、部分舒张从而完成眼球的灵活运动。像“暗送秋波”这个动作,就是由睫毛伸直、眼球由下往上的“S”形运动以及瞳孔扩大这三个环节组成的,这样一组精细的眼部运动能表达出丰富的情绪语言,完成这一系列动作的肌肉群被称为秋波肌。

如果由于某些原因导致神经和肌肉发生了病变,眼睛视物和运动的功能也必将受到影响。我们经常可以见到有人因为病变或者外伤出现视物重影、眼球固定无法转动、眼睑下垂以及瞳孔扩大等现象,也就是医学上所说的眶上裂综合征,其原因主要有外伤、肿瘤、炎症及血管性疾病等。

出现这些症状以后,患者的社会活动及生活质量都将受到非常大的影响。实际上,这些病变只要得到及时有效的治疗,大部分是可以缓解甚至彻底恢复的。这里我们以创伤性眶上裂综合征为例,介绍一下该类疾病的治疗方法和注意事项。



▲眶上裂减压术术前



▲眶上裂减压术后