

家庭急救手册

王国干 编译



煤炭工业出版社

家庭急救手册

王 国 干 编 译

煤炭工业出版社

内 容 提 要

本书主要根据英国红十字会等三个急救权威机构合著的《FIRST AID MANUAL》一书,并参阅其他一些中外资料编译而成的。全书包括三大部分,第一部分介绍急救技术,包括口对口人工呼吸、胸外心脏挤压术,止血法及各种手法人工呼吸等。第二部分系统介绍各种急症的现场急救,包括窒息、出血、休克、心绞痛、心肌梗塞、中风、骨折、烧伤和烫伤、各种中毒、异物等。第三部分是绷带包扎法和伤病员搬运和运送法。内容涉及内、外、妇产、儿、神经、眼、耳鼻喉、口腔各科,所以除家庭以外也适用于机关、学校、工厂、矿山和农村,也可作为城乡红十字会员的训练教材。

责任编辑:刘庆韶 顾建中

版式设计:芮 光

家 庭 急 救 手 册

王 国 干 编 译

*

煤炭工业出版社 出版

(北京安定门外和平里北街21号)

煤炭工业出版社印刷厂 印刷

新华书店北京发行所 发行

*

开本 850×1168mm^{1/32} 印张 7^{7/8}

字数 203 千字 印数 1—7, 200

1990年9月第1版 1990年9月第1次印刷

ISBN 7-5020-0421-1/R·3

书号 3211 定价 4.10 元

前 言

在日常生活中，疾病和外伤是经常发生的，其中不少是重病、重伤，需要去医院或由医务人员来抢救和处理，但入院前或医务人员到来之前的现场处理至关重要。在某些情况下，迅速而恰当的处理，有着挽回生命，避免重度残废的重大作用。一名心脏病人心跳骤停而倒地，仅仅在胸前的几下及时的捶击，就救了他的命。腰部外伤的伤员，只由于用硬板搬运，就可避免终生截瘫。亨利·海利希医师的腹部推挤术在各国推广以来，已经挽救了成千上万名气道哽塞者的生命。人们掌握了一些并不复杂的现场急救知识，在救死扶伤中有着巨大的作用。这种生命攸关，分秒必争的现场抢救任务，不可避免的要由当时在场的人员来承担，这在场的人员可能是孩子的父母，可能是中小学老师，可能是同事，也许是民警，说不定是售货员……，一句话，人人都可能是“目击者”。为此，人人应当学点急救常识。英国红十字会等三个急救权威机构合著的《FIRST AID MANUAL-Emergency Procedures for Everyone at Home, at Work or at Leisure》就是应这个需要而出版的，此书的特点是急救操作步骤都用图解表示，并附有必要的文字说明，简单明了，一目了然，具有初中文化程度的人员都可按图学会操作进行急救。

本书除以《FIRST AID MANUAL》为蓝本外，编译者另外又参阅了一些中外资料，增添少量篇幅，由于编译者水平有限，错误在所难免，诚恳希望读者批评指正。

编译者 王国干

于北京

目 录

前 言

第一章 现场急救主要技术	1
第一节 呼吸	2
第二节 复苏术	5
第三节 口对口人工呼吸	9
第四节 胸外心脏挤压术	12
第五节 双人复苏术	14
第六节 儿童复苏术	15
第七节 恢复体位	16
第八节 血液和循环	18
第九节 止血	21
第十节 手法人工呼吸	23
第二章 意外事故处理步骤	28
第一节 情况估计	28
第二节 诊断	29
第三节 身体检查	30
第四节 治疗	34
第五节 病员安排	35
第六节 病情报告	36
第七节 衣着的处理	36
第三章 窒息	39
第一节 婴幼儿窒息	40
第二节 吊颈、绞颈和掐颈	42
第三节 溺水	43
第四节 烟雾吸入中毒	44
第五节 一氧化碳中毒	45
第六节 哽塞	47

第七节	爆炸伤	52
第八节	触电和雷击	53
第九节	哮喘	56
第十节	呃逆	57
第四章	创伤和出血	58
第一节	人体对损伤的反应	60
第二节	严重外出血	61
第三节	小量外出血	64
第四节	感染性创口	65
第五节	内出血	67
第六节	特殊类型的出血	70
第七节	头皮创伤	70
第八节	耳出血	71
第九节	鼻出血	73
第十节	牙龈出血	74
第十一节	口腔创伤	75
第十二节	眼外伤	76
第十三节	手掌外伤	77
第十四节	腹部创伤	78
第十五节	胸背部穿透伤	79
第十六节	阴道出血	81
第十七节	曲张静脉出血	82
第十八节	挤压伤	84
第十九节	挫伤	85
第二十节	动物咬伤	86
第二十一节	毒蛇咬伤	87
第五章	循环障碍	89
第一节	脉搏	90
第二节	休克	91
第三节	单纯昏厥	94
第四节	冠心病	96
第五节	心绞痛	97
第六节	心肌梗塞	99

第七节	心脏骤停	101
第八节	急性肺水肿	102
第九节	高血压危象	103
第十节	阵发性心动过速	104
第十一节	中风	105
第六章	意识障碍.....	109
第一节	神经系统	109
第二节	神志不清	110
第三节	意识障碍的分级	111
第四节	头部外伤	112
第五节	癫痫	114
第六节	婴儿惊厥	116
第七节	瘧病	117
第八节	糖尿病性昏迷	118
第七章	骨折.....	120
第一节	骨骼	121
第二节	骨折的种类	122
第三节	颅骨骨折	125
第四节	颌骨及面部骨折	127
第五节	脊柱	130
第六节	脊柱骨折	130
第七节	上躯干和四肢	133
第八节	肋骨和胸骨骨折	134
第九节	锁骨骨折	135
第十节	臂骨骨折	136
第十一节	手和手指骨折	138
第十二节	下躯干和下肢	138
第十三节	骨盆骨折	139
第十四节	髌和股骨骨折	140
第十五节	小腿骨骨折	141
第十六节	髌骨骨折	143
第十七节	足部骨折	144

第八章 肌肉、韧带和关节损伤	146
第一节 肌肉	146
第二节 关节	146
第三节 肌肉劳损	147
第四节 扭伤	148
第五节 关节脱位	149
第六节 膝关节半月板损伤	150
第七节 腰椎间盘突出症	150
第八节 肌肉痉挛	151
第九节 疝	152
第九章 烧伤和烫伤	154
第一节 衣服着火的处理	156
第二节 干性烧伤和烫伤	157
第三节 口腔和咽喉烧伤	160
第四节 化学烧伤	161
第五节 眼化学烧伤	162
第六节 电烧伤	163
第七节 日光晒伤	164
第八节 电光性眼炎和雪盲	164
第十章 高温和寒冷引起的急症	166
第一节 体温过低	167
第二节 冻伤	169
第三节 热衰竭	171
第四节 中暑	172
第十一章 中毒	174
第一节 消化系统	174
第二节 家庭毒物	176
第三节 有毒植物	176
第四节 食物中毒	177
第五节 药物中毒	178
第六节 酒精中毒	179
第七节 工业性毒物	180

第八节 过敏性休克	181
第十二章 异物	183
第一节 刺	184
第二节 鼻部异物	185
第三节 耳内异物	185
第四节 眼部异物	186
第五节 昆虫毒虫螫伤	188
第六节 鱼钩刺伤	191
第七节 吞入性异物	191
第十三章 疼痛	193
第一节 头痛	193
第二节 偏头痛	193
第三节 牙痛	194
第四节 耳痛	195
第五节 颈部疼痛	195
第六节 腰痛	196
第七节 腹痛	196
第十四章 流产	198
第十五章 紧急分娩	199
第十六章 敷料和绷带	206
第一节 敷料	206
第二节 创伤膏	207
第三节 无菌不带药的敷料	208
第四节 纱布敷料	209
第五节 橡皮膏	210
第六节 代用敷料	210
第七节 冷敷法	210
第八节 绷带	211
第九节 检查循环	212
第十节 三角巾	213
第十一节 吊带	216
第十二节 手和脚的三角巾包扎法	219

第十三节	头皮包扎法	219
第十四节	卷绷带	220
第十五节	异物或开放性骨折包扎法	222
第十六节	肘及膝关节包扎法	223
第十七节	手和脚的卷绷带包扎法	224
第十八节	管状纱布绷带包扎法	224
第十九节	夹板	225
第二十节	急救箱	226
第十七章	伤病员的搬运和运送.....	227
第一节	伤员的提举	227
第二节	单人搬运法	228
第三节	双人搬运法	230
第四节	担架	232
第五节	装担架	233
第六节	抬担架	239

第一章 现场急救主要技术

现场急救的目的：

- 维持病员的生命；
- 预防病情恶化；
- 促进恢复。

熟练的急救员，能够通过维持病员的生命需要来挽救病员的生命。生命需要可以用英文缩写 ABC 来表示，即：气道（Airway），呼吸（Breathing）及循环（Circulation）。也就是说，必需有畅通的气道，能呼吸，有心跳，人才能生存。为维持生命，人必需把氧气吸入肺部，通过血液循环，把氧气输送到全身各个器官。尽管身体某些部位，即使缺氧也还能存活一定时间，但有的器官对缺氧且极其敏感，中断氧气供应仅几分钟，脑细胞就会死亡。

有三种紧急情况可以干扰生命需要而危及生命，这三种情况（按紧迫程度顺序排列）是：

- 呼吸停止或心跳停止；
- 大出血；
- 神志不清，此时病员的舌后缩，阻塞气道，因而影响呼吸。

本章论述的急救主要技术是：

一、气道

1. 疏通气道，让新鲜空气迅速进入肺部（图 1-1）。



图 1-1

2. 将病员置于一种特殊体位——恢复体位。此种体位有利于保持气道通畅，可以防止神志不清的病员发生窒息（图 1-2）。



图 1-2



二、呼吸

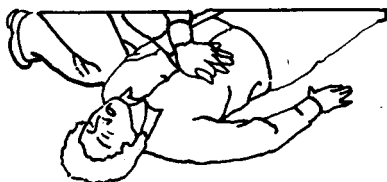
对于呼吸已经停止的病员，要用口对口的人工呼吸法向病员肺部吹气（图 1-3）。

◇图 1-3

三、循环

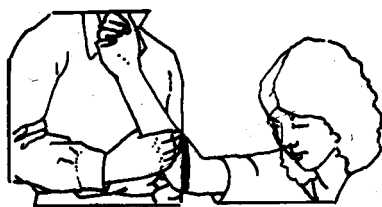
1. 胸外心脏挤压，把血液从心脏挤到通向生命器官的动脉中去（图 1-4）。

图 1-4 ◇



2. 止血，以防止或减轻大出血来保持病员的血液循环（图 1-5）。

◇图 1-5



第一节 呼 吸

氧气是维持生命所必不可少的。人呼吸的目的，是把空气中的氧气输送到肺部，在肺部氧气被血液摄取后运送到全身，同时将废气二氧化碳呼出体外。

呼吸时，空气从鼻或口部进入大小气管，最后到达肺泡，肺泡是气体进行交换的地方。在肺泡中，血液摄取氧气，放出二氧

化碳,二氧化碳随呼吸排出体外。空气是一种混合气体,其中 21% 是氧气。正常呼吸时只消耗 5% 的氧气,所以呼气中除少量二氧化碳外,还有 16% 的氧气,这样的氧气含量足以使别人复苏。

口腔和咽部是食物和空气的共同通道。主气道的顶端是喉,喉是发音的器官,喉的顶部有一会厌软骨,它具有活瓣的作用,在吞咽时会厌软骨将喉口遮盖,从而防止食物进入气道。此种保护作用,在神志不清时减弱,而且随着昏迷的加深而消失(图 1-6)。

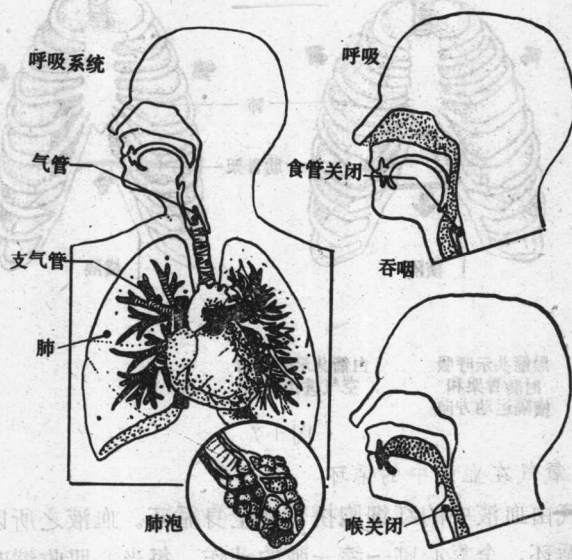


图 1-6

1. 呼吸运动

呼吸运动可分为吸气、呼气及停顿三期。吸气时,胸部肌肉收缩,肋骨上提,胸腔的宽度和高度增加,与此同时,分隔胸腔和腹腔的强有力的横膈肌也收缩,胸腔容积向下扩大,这两种动作联合作用的结果,使空气吸进肺部。呼气时,横膈肌和肋骨肌松弛复位。在下一个呼吸周期开始前有一短暂的停顿期。

平常呼吸时,肺部总有气体残留在肺部,所以循环血液中,总

老是有一定量的氧气。

脑有呼吸中枢，其作用是调节呼吸的次数和深度。正常成人每分钟呼吸 16~18 次，儿童和婴儿每分钟 20~30 次。紧张、运动、外伤及生病时，呼吸次数便会增加（图 1-7）。

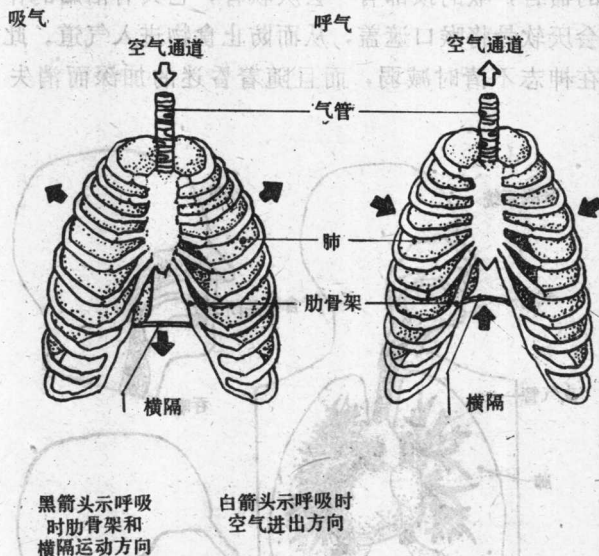


图 1-7

2. 氧气在血液中的循环

氧气由血液中的红细胞携带在全身循环。血液之所以能连续不断的循环，全靠心脏一缩一弛的动作。每当心肌收缩时，血液从泵腔（心室）中挤出，心肌松弛时，血液回流到集血腔（心房）中。正常成人在休息时，心脏跳动每分钟约 72 次。

去氧血液通过两条大静脉从身体各组织流回到右心，然后被挤出心脏进入肺部，在肺部进行气体交换。在肺部摄取了氧气的氧合血液回到左心，然后“泵”出到大动脉中，分布到全身（参阅血液和循环，P. 18）。心脏各房室间的瓣膜保证血液连续不断朝一个方向流动。

氧合红细胞呈鲜红色，当血液的含氧量降低时，血液呈兰色

(发绀)；皮肤缺少血液时呈苍白色。这些色泽的改变，在口唇、耳垂和指甲床最容易看到（图 1-8）。

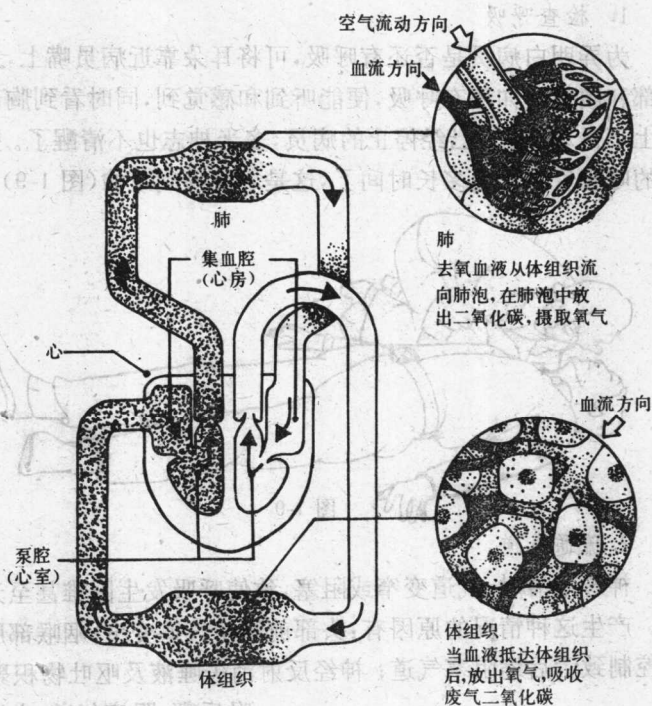


图 1-8

第二节 复 苏 术

病员如果呼吸停止和心跳停止，最重要的是从速协助其呼吸和循环，以保证脑部有氧气供应，牢记 ABC（生命需要）。首先疏通气道；第二经口或鼻向肺部吹气，让血液摄取氧气（人工呼吸）；第三胸外挤压，建立循环。

迅速而有效的进行人工呼吸，必要时再加胸外挤压，能防止病情进一步恶化，维持生命，直到医生到来，即使病员不一定能救活，也要毫不犹豫的进行复苏。要持续进行，直到出现自主呼吸和脉搏恢复跳动为止。一个人连续操作过于疲劳可以轮换。

1. 检查呼吸

为弄明白病员是否还有呼吸，可将耳朵靠近病员嘴上，并观看胸部和腹部。如还有呼吸，便能听到和感觉到，同时看到胸部和腹部上下活动。呼吸已经停止的病员，多半神志也不清醒了。至于病员的呼吸究竟停止多长时间了，这是不容易判断的(图 1-9)。

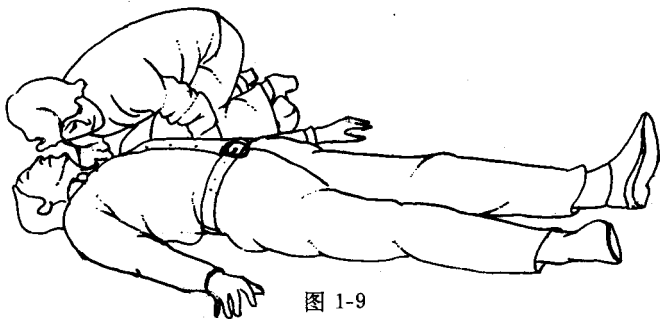


图 1-9

2. 疏通气道

神志不清时，气道变窄或阻塞，致使呼吸发生困难甚至无法呼吸。产生这种情况的原因有：头部前倾使气道变窄；咽喉部肌肉失去控制致舌后缩阻塞气道；神经反射消失唾液及呕吐物积聚在咽

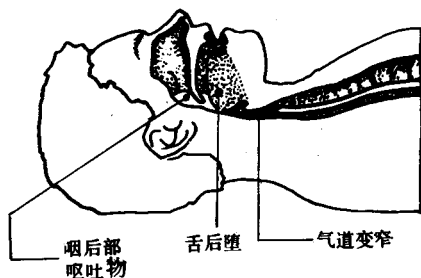


图 1-10

喉后部，阻塞气道。上述情况中任何一种都可导致病员死亡，所以迅速疏通气道至关重要(图 1-10)。

气道疏通后，病员可能出现自主呼吸，如果确有自主呼吸，则将病员置于恢复体位(见 P. 16)。如果还是没有呼吸，则得进行复苏。

疏通气道的方法

1 一只手放在病员颈后，另一只手放在前额，使头部后仰，这样头、颈伸直，可疏通气道（图 1-11）。

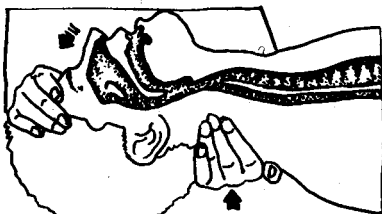


图 1-11

2 将颈后的那只手换到颈前部，托起下颌，这样舌便往前抬，解除其对气道的阻塞（图 1-12）。

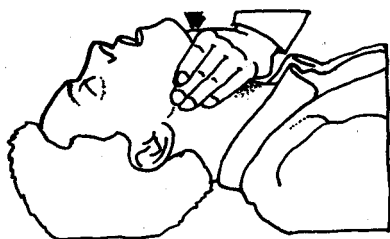


图 1-12

3. 清理气道

凡能在口腔中看到或感到的一切异物如呕吐物，活动假牙或食物，尽可能都要清除。清除时让病员头朝向一侧，急救员用纱布包裹食指，伸入病员口腔内清理，不过，不要为了找寻隐蔽的异物而浪费时间（图 1-13）。



图 1-13

4. 为病员通气

通气的最有效的方法，是对着病员的口吹气（口对口人工呼吸），把自己肺内的空气送到病员的肺内。如无法采用这个方法，则可用手法人工呼吸（参阅 P. 23~27）。

口对口人工呼吸

人呼出的气体中约含 16% 的氧气，足以维持生命（见呼吸