

● 周赞 编
三环出版社



7-62

危急应变指南

周 赞 编

三环出版社

危 急 应 变 指 南
周 赞 编

责任编辑: 王纪卿 李 静

装帧设计: 廖 铁

三环出版社出版 湖南省新华书店经销

望城县印刷厂印刷

开本: 787×1092 1/32 印张: 12 字数: 250000

1991年6月第1版第1次印刷

印数: 1—12000

ISBN 7-80564-445-4/G·299

定价: 4.80元

前 面 的 话

有备无患 翻开这本书阅读一下，到遇上危急事件的时候，即使未能想出万全之策，也知道一些基本应变办法。古有明训，谓“居安思危，思则有备，有备无患”。到千钧一发之时才去想应付的方法，纵然聪明过人，也为时已晚了。

临危不乱

无论遇到什么事故，首先是保持镇定。张皇失措只会使情况变得更糟，甚至造成悲剧。相反，若能保持镇定，往往能转危为安，挽救自己和别人的生命。

懂得应变之道，自然有助于保持镇定，但更重要的还是意志坚强、临危不惧，遇到危急情况时应反复叮嘱自己，不要惊慌，否则只会把事情越弄越糟。

随机应变

危急事件的情况决不会完全相同。比方说：同是遇到严重的刀伤，在家中和在野外就会大不相同，家中的急救药箱有较齐备的急救用品，又可打电话叫救护车；而在野外则难得有这些方便。

在任何情况下，如果没有现成的急救用品，应设法用周围已有的东西代替，即使一时找不到可用的物品，也不要气馁，应坚持找到为止。

举例说：抢救掉到水里的人，最好当然是救生圈和绳子。即使手头没有救生圈，也可随手抓块木板或一根竹竿，或把两三条毛巾连起来。甚至只用一条长裤也能救人一命。

权衡轻重

有时候，可能没有绝对安全的办法消灾避祸。只能两害相权取其轻。比方说：在陡坡上发现汽车制动器失灵，可能只得故意撞向树木，宁可把车子损坏，也不致于冲下陡坡而造成车毁人亡。在危急关头，只有当事者才能权衡轻重，找出最有利的脱险办法。

要达到这个目的，必须有冷静的头脑，同时必须翻阅本书，熟悉书中所述的一切应变之法。

编者

目 录

伤病的急救与护理

家庭药箱	(1)
腹部损伤	(2)
断肢	(4)
动物咬伤	(5)
足踝扭伤	(6)
阑尾炎	(7)
人工呼吸	(9)
窒息	(14)
哮喘发作	(16)
背部颈部受伤	(18)
眼睛青肿	(19)
大量出血	(20)
失明	(23)
水疱	(25)
疖	(27)
瘀伤	(29)
烧伤和烫伤	(30)
臀部受伤	(33)

急救应案指南 目录

胸痛	(36)
水痘	(37)
紧急接生法	(39)
儿童疾病	(46)
哽塞	(46)
脑震荡	(50)
痉挛	(51)
压伤	(53)
婴儿啼哭	(54)
割伤	(57)
糖尿病昏迷	(58)
脱臼	(59)
溺水	(60)
服药过量	(62)
耳部损伤	(63)
触电	(65)
癫痫发作	(67)
眼部受伤	(69)
昏厥	(71)
流行性感冒	(73)
食物中毒	(75)
骨折	(76)
冻伤	(79)
煤气中毒	(80)
德国麻疹	(81)
擦伤	(83)

危急应变指南 目录

枪伤	(84)
头部面部受伤	(85)
心脏病发作	(89)
热衰竭和中暑	(90)
呃逆	(93)
体温过低	(94)
瘰病	(95)
昆虫蜇伤及咬伤	(96)
麻疹	(99)
流产	(100)
搬动伤者	(102)
腮腺炎	(106)
鼻部损伤	(107)
中毒	(110)
狂犬症	(112)
肋骨骨折	(113)
休克	(114)
悬带	(116)
椎间盘突出	(119)
吸入烟雾	(121)
蛇咬伤	(122)
扎刺	(123)
夹板	(125)
运动引起的损伤	(128)
护理运动引起的损伤	(131)
扭伤和拉伤	(133)

截伤	(136)
中风	(136)
牙齿受伤	(138)
不省人事	(140)
眩晕	(143)
百日咳	(145)

家居及工作安全

被困火场怎么办	(147)
怎样在火场救人	(152)
救火	(154)
家中防火措施	(158)
气体燃料泄漏怎么办	(161)
临时抢修水管法	(162)
家中意外处处提防	(169)
狂风暴雨	(178)
高处干活	(181)
怎样除污	(184)
困在电梯内	(186)
陌生人闯进屋里	(187)
胆囊炎胆石症半夜突发	(191)
吃了螃蟹中毒	(192)
毒草中毒	(193)
吃了发芽的土豆中毒	(194)
一氧化碳中毒	(195)

危险应急预案目录

敌敌畏中毒	(196)
农药引起轻度中毒	(197)
小孩单独在家发生意外	(199)
孩子得了急性肾炎	(201)
小孩得了“猪头风”	(202)
小孩发生抽搐	(203)
小孩发生夜惊	(204)
小孩半夜突然发热	(205)
小孩咬碎口温表吞下水银	(207)
婴儿腹泻	(207)
出生不久的婴儿便血	(208)
婴儿鼻塞	(208)
心绞痛发作	(210)
液化气灶点火器失灵	(211)
液化气灶具开关堵塞	(212)
液化气漏气不知在何处	(213)
喷气电熨斗漏水漏气	(215)
液化气瓶一旦着火	(216)
洗衣机转盘下漏水	(216)
电熨斗使用时麻手	(218)
电冰箱外壳有麻电感觉	(218)
电视机出现焦气或冒烟	(220)

水上意外

掉进江河湖泊里	(221)
---------------	-------

怎样抢救掉进江河湖泊里的人	222
提防儿童溺水	225
游泳避险	226
游泳安全守则	229
困在激浪中怎样脱险	230
怎样抢救张皇失措的溺水者	232
踏破薄冰掉进水中	234
有人掉进冰窟	236
从船上掉进水里	239
在不太冷的水中如何运用防溺水法	241

旅游与郊游意外

(CIS)	
火车或飞机失事	243
怎样保持空中旅程舒适愉快	246
露营	248
扎营须知	250
遇上雷雨	254
接触到喷雾式农药	257
掉进沼泽或流沙里	258
怎样识别危险迹象	259
风寒是无声的杀手	260
怎样避免受风寒	262
迷了路怎么办	263
怎样使用地图和指南针	272
怎样应付滑雪意外	274

地底遇险	(276)
被困在野外的活命之道	(279)
长途驾车应急物品包	(288)
买好火车票, 因故要求退票	(289)
乘错了车或车票丢失	(290)
外出旅行将物品遗忘在火车上	(291)
购买了飞机票因故改变旅行计划	(292)
晕车晕船	(292)
旅游时水土不服	(294)
行车遇到山路坡道	(294)
行车遇到泥路沙路	(296)
行车遇到滑路	(297)
摩托车行驶中发冲	(298)
自行车老是掉链条	(298)
自行车行驶时踏空车	(299)
自行车全链罩有响声	(300)
个人应急物品包	(301)
远行的准备	(302)

自然灾害

雪崩	(304)
在雪地活动的安全守则	(305)
火山喷发	(307)
火山喷发先兆	(309)
台风	(310)

地震	(311)
森林大火	(314)
水灾	(316)

遭受侵扰

街头遇袭	(321)
强奸	(325)
醉汉骚扰	(329)
在激愤的人群中	(331)
猥亵电话	(333)
遭遇匪徒抢劫	(336)
办公室的防盗措施	(338)
遇到劫机	(339)

酗酒与毒品

如何应付酗酒	(343)
喝酒须知	(351)
坚持戒酒的方法	(354)
滥用成瘾药物的危险	(353)
辨别成瘾药物及其过量吸用的急救方法	(356)
成瘾症状分类表	(357)
安非他命及其他兴奋剂	(359)
亚硝酸戊酯	(361)
巴比妥类药物	(362)

危急应变指南：目录

头号毒品海洛因	(364)
大麻	(366)
可卡因	(368)
帮助子女戒毒	(369)

伤病的急救与护理

家庭药箱

设置家庭药箱，目的主要是治疗轻微损伤，但也须备有急救用品，以应付突然发生的严重损伤。急救疗伤用品应放在可紧盖的塑料盒内，置于儿童拿不到的地方，如客厅最高的搁架上。这些用品不要用不能紧盖的容器装，也不可放在浴室或厨房，因为受潮容易变坏。全家外出度假时，最好携带轻便药箱。

把相熟医生的地址和电话号码及附近医院的地址写在纸上，贴在药箱内。过去生病时用剩的药物，不要混放在一起。

请按下列清单准备一个一应俱全的药箱：

清热止痛片 伤湿止痛膏

小儿退热片 高锰酸钾

银翘解毒丸 纱布 胶布

止咳冲剂 药棉 体温表

保和丸 安定片(失眠症)

土霉素片	益母膏 (月经不调)
黄连素片	利血平 (高血压)
扑尔敏	硝酸甘油片 (冠心病)
APC	三九胃泰 (胃病)
人丹	钝头剪刀
十滴水	安全别针
碘酒	消毒水
清凉油	消毒绷带
紫药水	

腹部损伤

遇上车祸、刀伤，或从高处跌下，腹内的重要器官都可能严重受损。腹部是躯干下方部分，内有胃、肠、肝、脾、胰、肾、膀胱或子宫等重要器官，血管密集。不论是血管还是内脏受损，都一样危险。

伤口通常可清楚看到，有时内脏甚至从伤口凸出来。伤口若是纵向的，伤者应平直仰卧，双脚用褥垫或衣物稍微垫高，切勿垫高头部。伤口若是横向的，伤者仰卧后，膝部弯曲，头和肩部垫高。这两种卧式有助伤口闭合。

有些意外事件中，伤者没有表面伤痕，但可能内部出血。如有怀疑，应立即请医生检查。主要征象有：

- 腹痛，有压痛感
- 腹壁绷紧，或有瘀伤、擦伤
- 恶心和呕吐

· 肌肉抽搐

面色苍白，皮肤湿冷，前额冒汗

· 昏厥

伤口的护理

轻轻解开伤口周围的衣服。不要向伤口咳嗽、打喷嚏或喘气，以免伤口感染。

用敷料或叠好的清洁布块，盖在伤口上止血。然后用细带或围巾扎好。

给伤者盖上毯子，上肢露在外面。召救护车，但切勿离开伤者太久。

松开伤者颈部和腰部的衣服，以利于伤者的呼吸和血液循环。

不要让伤者饮食，因为送进医院后可能要施行全身麻醉。如果伤者口干，可用水替他润一润嘴唇。

如果伤者不省人事，小心保护其腹部，轻轻把他放置成复原卧式。

如果伤者咳嗽或呕吐，轻按敷料以保护其伤口，防止内脏凸出。如果内脏已经凸出，不要试图推回腹内。