

人手一册学急救!

公众 现场急救

GONGZHONGXIANCHANG
JIJIUSHOUCE

手册

蔚百彦 张世明 主编

实用 ●

易学 ●

易懂 ●

陕西出版集团
陕西科学技术出版社

《中国急救手册》

公众

现场急救

手册

中国急救协会 主编

中国急救协会
中国红十字会
中国疾病预防控制中心

中国急救协会 主编
中国红十字会 中国疾病预防控制中心

人手一册学急救

公众现场急救手册

蔚百彦 张世明 主编

陕西出版集团
陕西科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

公众现场急救手册/蔚百彦,张世明主编. —西安:陕西科学技术出版社,2009.10

ISBN 978 - 7 - 5369 - 4723 - 8

I. 公… II. ①蔚…②张… III. 急救 - 手册 IV. R459.7 - 62

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 181659 号

出版者 陕西出版集团 陕西科学技术出版社
西安北大街 131 号 邮编 710003
电话(029)87211894 传真(029)87218236
<http://www.snstp.com>

发行者 陕西出版集团 陕西科学技术出版社
电话(029)87212206 87260001

印刷 陕西新胜印务有限责任公司

规格 850mm × 1168mm 32 开本

印张 3.75

字数 90 千字

版次 2009 年 10 月第 1 版

2009 年 10 月第 1 次印刷

定价 13.00 元

版权所有 翻印必究

(如有印装质量,请与我社发行部联系调换)

参加编写人员

主 编	编 委	蔚百彦	张世明		
		王雪	李丽君	宋祖军	苏晓贤
		曹义战	彭波	裴红红	谢为
		李强	荣亮	郑菊贤	王润芳
		雷立华			

序

在日常生活中,突发疾病、意外事故和自然灾害都会突如其来地给我们的生命健康造成威胁和损害。虽然我们的“120”院前急救服务有了极大的发展,但是急救人员赶赴救援毕竟要耗费时间。在这种情况下,现场的第一目击者是无所作为地等待,还是利用所学的急救知识和掌握的急救技能施救,决定着患者、伤员的生死存亡。曾经发生过这样一件事,一名工人从十多米高的铁塔上跌落,左腿开放性骨折。断骨刺破了动脉血管,鲜血喷涌。同事们七手八脚地抬起伤员就往医院跑。半个小时后到达医院时,伤员已因失血过多死亡。其实当时只要有人稍有一点急救常识,先为伤员止血,悲剧就不会发生了。我们身边这类例子是很多的,由于不懂急救常识,没有急救技能,许多不该失去的生命失去了,不该致残的躯体致残了。

《公众现场急救手册》针对我们日常生活中常见的各种突发急症、外伤、中暑、淹溺、中毒等,以通俗易懂、便于学习掌握的方式,详细地讲解了公民应当掌握的基本急救常识和应对突发状况时的急救技术、应急措施,如常见急危重症的现场急救技术、各种外伤的现场急救技术、常见中毒的急救处理等。书中的操作示意图更是实用、生动、一目了然。

这本手册图文并茂,科学、实用、简便、通俗,可供普通群众阅

读,也可供城市社区和农村基层医疗卫生工作者和科学知识普及人员用作宣讲材料。

西安市卫生局局长

秦冯学

2009年9月10日

前 言

在日常生活和工作中,人们都有发生急性疾病或意外伤害的可能,例如急性中毒,外伤大出血,脊柱骨折,尤其是心搏骤停的病人,如不能及时地进行心肺复苏将会很快导致死亡。心脏性猝死大多数是一时性的严重心律失常,并非病变已发展到致命的程度。只要抢救及时、正确有效,多数病人是可以被救活的。为了使意外伤害或急危重病人能及时得到救治,必须对公众进行有计划的现场急救知识的培训,因为现场第一目击者不及时或不适当的处置会影响患者的进一步抢救和预后。为提高公众的现场急救知识水平,发挥“第一目击者”的现场救治作用,以提高现场急救的有效性,为急救医生到达现场急救赢得宝贵时间,本书主要针对公众现场急救培训和自学而编写,主要内容包括胸外心脏按压、人工呼吸、止血、包扎、固定、搬运,以及灾难事故发生时应该怎样面对等。如果人人都学会一点急救技能,一旦有人发病,在医生到来之前,就可以立即进行抢救,救治率将会大大提高。

本书图文并茂、文字通俗易懂,便于自学,“人手一册学急救”,是很好的公众培训教材,也可以作为防灾、抗灾及大中专院校学生的参考书籍。

作者

2009年8月1日 于西安

目 录

心肺复苏

心博呼吸骤停的表现	(1)
复苏的步骤	(2)
呼叫救援	(2)
调整体位	(2)
开放呼吸道	(3)
胸外心脏按压和人工呼吸	(4)
现场救助者的更换	(7)
心肺复苏的有效表现	(7)
现场电击除颤	(7)
心前区叩击	(8)

创伤的早期救治

止血	(10)
指压止血	(10)
加压包扎止血	(11)
止血带止血	(12)



包扎	(12)
眼部包扎	(12)
头部包扎	(12)
胸部包扎	(13)
腹部包扎	(13)
肠管溢出包扎	(13)
固定	(14)
上臂骨折的固定	(14)
前臂骨折的固定	(14)
腿骨骨折的固定	(15)
骨盆骨折的固定	(15)
脊柱骨折的固定	(16)
搬运	(16)
单人搬运	(16)
双人搬运	(17)
多人搬运	(17)

灾害现场的自救和互救

灾害事故前的准备工作	(19)
急救箱	(19)
灾害事故发生时的备用品	(20)
灾害发生时的“避祸”方式	(21)
⊙ 地震	(21)
学校人员的避震方法	(21)
在街上行走人员的避震方法	(22)

车间工人的避震方法	(22)
行驶车辆的应急方法	(22)
楼房内人员的避震方法	(23)
在商店遇震时的应急方法	(23)
地震伤害类型	(24)
震后互救	(25)
◎ 水灾	(26)
平原地区遇洪时的应急方案	(27)
水灾时的逃生方式	(27)
泥石流、山体滑坡发生时的逃生方式	(30)
◎ 矿难	(32)
瓦斯爆炸	(32)
顶板事故	(33)
发生冒顶时的处理措施	(34)
工作面顶板事故预防措施	(34)
发生矿难时矿工的自救方法	(35)
◎ 火灾	(36)
发生火灾的原因	(37)
火灾发生时的自我逃生	(37)
火灾现场的抢救	(38)

食物中毒

食物中毒的分类	(41)
细菌性食物中毒	(41)
真菌毒素中毒	(41)



动物性食物中毒	(42)
植物性食物中毒	(42)
化学性食物中毒	(42)
食物中毒的判断标准	(43)
食物中毒现场的急救措施	(43)
食物中毒预防措施	(44)

常见急性中毒

毒蕈中毒	(45)
判断标准	(45)
急救与治疗	(46)
预防措施	(46)
河豚中毒	(47)
判断标准	(47)
急救与治疗	(48)
预防措施	(48)
急性酒精中毒	(48)
判断标准	(48)
急救与治疗	(49)
煤气中毒	(49)
判断标准	(50)
急救与治疗	(51)
预防措施	(51)
急性有机磷杀虫剂中毒	(51)
判断标准	(52)

急救与治疗	(53)
医院治疗原则	(53)
重金属中毒	(54)
判断标准	(54)
急救与治疗	(54)
镇静催眠药物中毒	(56)
判断标准	(56)
急救与治疗	(57)
亚硝酸盐中毒	(58)
判断标准	(58)
急救与治疗	(59)
急性阿片类毒品中毒	(60)
判断标准	(60)
急救与治疗	(60)
氰化物中毒	(62)
判断标准	(62)
急救与治疗	(63)
有机溶剂中毒	(64)
氯气中毒	(65)
毒理作用	(65)
现场急救原则	(65)

上呼吸道异物梗阻的急救

背中部拍打法	(66)
手指挖出异物的方法	(67)

中上腹部加压法 (67)

鼻出血急救

鼻腔前部出血 (70)

鼻腔后部出血 (70)

治疗方法 (70)

鼻腔异物急救

判断 (72)

急救 (72)

预防 (73)

6

毒蛇咬伤救护

毒蛇的种类和分布 (74)

毒蛇咬伤的现场急救 (75)

蜂蜇伤急救法

急救措施 (77)

注意事项 (77)

电 击 伤

- 判断 (79)
现场急救 (80)

淹 溺

- 判断 (82)
现场急救 (82)

中 暑

- 判断 (84)
现场急救 (85)

脑 卒 中

- 现场急救 (88)
预防 (88)

心病发作的急救

- 现场急救 (89)
预防 (90)

晕船、晕车、晕机

- 判断 (91)
防治 (91)

附录

- 人体各年龄段身高体重参考值速查 (94)
常用化验数据正常值 (95)
 血脂的正常值 (95)
 血液一般检查 (96)
 出血性疾病检查 (98)
 肝功五项(两对半) (99)
 登山必备的几种物品 (100)
旅游登山急救包必备物品 (101)
家庭常用药箱 (102)

心肺复苏

心肺复苏简称 CPR (Cardio Pulmonary Resuscitation), 是当心脏停搏、呼吸骤停时, 合并使用胸外心脏按压及人工呼吸来进行急救的一种操作技术。利用人工呼吸吹送空气进入肺内, 再配合胸外心脏按压以促使血液从肺部交换氧气再循环到脑部及全身, 以维持脑细胞及器官组织之存活。引起心脏停搏、呼吸骤停的常见原因有: 各种器质性心血管病, 如冠心病、急性心肌梗塞、脑卒中、心肌炎、肺源性心脏病等; 各种意外事故, 如溺水、触电、电击、严重创伤、大出血、气道梗塞、中毒等。心搏呼吸骤停的危害很大, 心脏停搏 3 秒钟病人就会感到头晕, 10 秒钟就会昏厥, 30 ~ 40 秒钟后瞳孔散大, 60 秒钟后呼吸停止、大小便失禁, 4 ~ 6 分钟后大脑发生不可逆的损伤。因此, 心肺复苏应该在心搏呼吸骤停 4 分钟内进行, 越早成活率越高。

心肺复苏可分为: ①基础生命支持 (Basic Life Support, BLS), 即急救医生到达现场前, 由第一目击者采取的急救措施, 包括口对口人工呼吸和胸外心脏按压; ②进一步生命支持 (Advanced Life Support, ALS); ③复苏后生命支持 (Post-resuscitative Life Support, PLS)。在此我们重点介绍基础生命支持 (又称初级心肺复苏)。

心搏呼吸骤停的表现

病人突然意识丧失, 昏倒在各种场合, 脸色苍白或发青 (绀), 刺激无反应; 瞳孔散大、眼球固定等, 部分病人伴有短暂抽搐, 濒死喘息等。