



JIJIUCHE DAOLAI QIAN
NIGAI ZENMEZUO

《急救车到来前你该怎么做》编委会 编著

人人学急救，急救为人人

急救车到来之前，**自救、他救、互救**的应急手册

中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

北京科学技术出版社



急救车

到来前 你该怎么做



JIJUCHE DAOLAI QIAN
NIGAI ZENMEZUO

《急救车到来前你该怎么做》编委会 编著

中国铁道出版社
CHINA RAILWAY PUBLISHING HOUSE

北京科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

急救车到来前你该怎么做/《急救车到来前你该怎么做》编委会编著. —北京: 中国铁道出版社: 北京科学技术出版社, 2014.2

ISBN 978-7-113-17790-4

I. ①急… II. ①急… III. ①急救—基本知识 IV.
①R459.7

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第292126号

书 名: 急救车到来前你该怎么做

作 者: 《急救车到来前你该怎么做》编委会

策 划: 罗桂英

责任编辑: 罗桂英 郑媛媛 张晓雪 电话: 010-51873698

封面设计: 王 岩

责任校对: 龚长江

责任印制: 赵星辰

出 版: 中国铁道出版社(100054, 北京市西城区右安门西街8号)
北京科学技术出版社

发 行: 中国铁道出版社

网 址: <http://www.tdpress.com>

印 刷: 北京市新魏印刷厂

版 次: 2014年2月第1版 2014年2月第1次印刷

开 本: 700 mm × 1 000 mm 1/16 印张: 12.5 字数: 188千

书 号: ISBN 978-7-113-17790-4

定 价: 36.80元

版权所有 侵权必究

凡购买铁道版的图书, 如有缺页、倒页、脱页者, 请与本社读者服务部调换。

《急救车到来前你该怎么做》编委会

主 编 张 瑶 黄文利

编写人员 王淑华 王 征 何 冰 刘 航

刘亚男 陈世怀 李 靖 张海英

张君芳 张燕华 张靖宇 李 英

李金良 罗桂生 郑文霞 郑玉霜

秦 青 席玉才 曾庆伟 曾晓梅

主 审 邹大华 王志琦

前言

“七分救援在平时”。

“普通民众是救援的主力军”，这是当今社会上新的急救理念。

在日常生活中，人们经常遇到各种突发事件，如急症、外伤、事故等。当意外突然发生的时候，你若能采取正确果断的处置措施，为家人及同事进行及时的施救，不仅可以为医护人员赢得更多的时间，还可以立即排除或减轻患者的病痛，降低伤残的可能性，甚至可以挽救生命。在事发现场，专业人员不可能随时随地在你身旁，他们赶到现场需要一定的时间。所以受害人自己或者现场的人员就是最好的能够施行急救的人选。

“人人学急救，急救为人人”，这本书是为普通人群编写的在医护人员到来之前，对遭遇突发事件的人们进行施救的急救手册。它不同于专业医师的急救和治疗方案。不需要你掌握太多的医学知识，就可以掌握书中的方法。当意外发生时，当医护人员未能赶到时，你只需在第一时间按照书中的方法进行急救，那么发生伤残、死亡的概率就会减少。书中的这些措施是在等待医

护人员到来时必须要做的，掌握了一定的急救知识和急救技能，对伤害的抵御、避险、急救的合力就会大增。

身边如有人心脏病发作导致晕厥，如何施以援手，什么情况下适宜做心肺复苏手术？遭遇意外出血，可以用什么来按压伤口，是否需要冲洗伤口？在紧急情况下，人们的每个选择都关系到自己或他人的生命和健康。当意外事件发生后，如果人们拥有正确的急救知识和技能，及时、正确、有效地应对处置，就能大大减轻灾祸造成的严重后果。

急救知识不能仅限于了解，还要学会实际操作。本书以实用为本，分为常见急症的急救、常见外伤的急救、常见中毒的急救、意外伤害的急救、灾难事故的急救五部分，对每种病痛都有详细的描述，配有进行现场急救的方法，结合多人应急救护的实践，向人们提示实操中的误点，并适当补充一些急救知识的拓展与扩充，深入浅出，简明精炼，体现其新颖性和实用性。

本书在编写过程中，邀请了数名从事急救工作的医师担任主笔，他们自身从事急救工作的经验丰富，把一些突发急症的救治方法用浅显易懂的语言教给人们，以推广和普及应急救护的知识和技能，使更多的人拥有救人、自救的能力，提高大众安全教育与生命教育，促进社会的和谐、文明与进步。

《救护车到来前你该怎么做》编委会

目 录

第一部分

常见急症的急救

鼻出血	2	虚脱	9
鼻出血的救助措施	2	虚脱的救助措施	10
特别注意	3	特别注意	10
牙齿脱落	4	休克	10
牙齿脱落的救助措施	4	休克的救助措施	10
特别注意	4	特别注意	11
梅尼埃病	5	猝死	12
梅尼埃病的救助措施	6	猝死的救助措施	12
特别注意	6	特别注意	12
晕厥	6	癫痫	12
晕厥的救助措施	6	癫痫的救助措施	13
特别注意	7	特别注意	14
脱水	8	心绞痛	14
脱水的救助措施	8	心绞痛的救助措施	14
特别注意	9	特别注意	15

心肌梗死.....	16	急性腹痛.....	26
心肌梗死的救助措施.....	16	急性腹痛的救助措施.....	26
特别注意.....	16	特别注意.....	27
冠心病.....	17	急性腹泻.....	27
冠心病的救助措施.....	18	急性腹泻的救助措施.....	28
特别注意.....	18	特别注意.....	28
脑卒中.....	18	急性胃穿孔.....	28
脑卒中的救助措施.....	19	急性胃穿孔的救助措施.....	28
特别注意.....	20	特别注意.....	29
脑出血.....	20	急性胰腺炎.....	29
脑出血的救助措施.....	21	急性胰腺炎的救助措施.....	30
特别注意.....	22	特别注意.....	31
高血压急症.....	22	中暑.....	31
高血压急症的救助措施.....	22	中暑的救助措施.....	32
特别注意.....	23	特别注意.....	32
低血糖症.....	24	溺水.....	33
低血糖症的救助措施.....	24	溺水的救助措施.....	33
特别注意.....	24	特别注意.....	34
高渗性非酮性糖尿病昏迷.....	25	电击.....	34
高渗透非酮症性糖尿病的 救助措施.....	26	电击的救助措施.....	34
特别注意.....	26	特别注意.....	35

意外分娩.....	36
意外分娩的救助措施.....	36
特别注意.....	36

鼓膜破裂.....	44
鼓膜破裂的救助措施.....	44
特别注意.....	45

第二部分

常见外伤的急救

头部外伤.....	38
头部外伤的救助措施.....	38
特别注意.....	39

下颌关节脱位.....	45
下颌关节脱位的救助措施.....	46
特别注意.....	46

颅脑外伤.....	39
颅脑外伤的救助措施.....	40
特别注意.....	40

手指断离.....	46
手指断离的救助措施.....	47
特别注意.....	48

颈部受伤.....	40
颈部受伤的救助措施.....	41
特别注意.....	42

肌肉拉伤.....	48
肌肉拉伤的救助措施.....	48
特别注意.....	49

眼部化学品灼伤.....	42
眼部化学品灼伤的救助措施.....	42
特别注意.....	42

肘关节脱位.....	50
肘关节脱位的救助措施.....	50
特别注意.....	50

紫外线眼炎.....	43
紫外线眼炎的救助措施.....	44
特别注意.....	44

腓肠肌痉挛.....	50
腓肠肌痉挛的救助措施.....	51
特别注意.....	52

踝关节扭伤.....	52
踝关节扭伤的救助措施.....	52
特别注意.....	53

骨折	54
骨折的救助措施	54
特别注意	55

肋骨骨折	55
肋骨骨折的救助措施	56
特别注意	56

锁骨骨折	56
锁骨骨折的救助措施	57
特别注意	58

腹部开放性损伤	58
腹部开放性损伤的救助措施	58
特别注意	59

烫伤与烧伤	60
烫伤与烧伤的救助措施	60
特别注意	61

刺伤、戳伤	61
刺伤、戳伤的救助措施	62
特别注意	62

割伤	62
割伤的救助措施	63
特别注意	64

扭伤、拉伤	64
扭伤、拉伤的救助措施	64
特别注意	66

第三部分 常见中毒的急救

酒精中毒	68
酒精中毒的救助措施	68
特别注意	68

食物中毒	68
食物中毒的救助措施	69
特别注意	70

生豆浆中毒	70
生豆浆中毒的救助措施	70
特别注意	70

马铃薯中毒	70
马铃薯中毒的救助措施	71
特别注意	72

河豚鱼中毒	72
河豚鱼中毒的救助措施	72
特别注意	73

海洛因中毒.....	73	刺激性气体中毒	82
海洛因中毒的救助措施.....	74	刺激性气体中毒的救助措施	82
特别注意	74	特别注意	83
安眠药中毒.....	74	燃气中毒.....	83
安眠药中毒的救助措施.....	75	燃气中毒的救助措施	84
特别注意	75	特别注意	84
催眠镇静药中毒	76	一氧化碳中毒	84
催眠镇静药中毒的救助措施 ...	76	一氧化碳中毒的救助措施.....	85
特别注意	76	特别注意	86
有机磷农药中毒	76	汽油中毒.....	86
有机磷农药中毒的救助措施	77	汽油中毒的救助措施.....	86
特别注意	78	特别注意	87
毒鼠强中毒.....	78	氨中毒	87
毒鼠强中毒的救助措施.....	78	氨中毒的救助措施	88
特别注意	79	特别注意	88
灭鼠药中毒.....	79	沼气中毒.....	88
灭鼠药中毒的救助措施.....	80	沼气中毒的救助措施	88
特别注意	80	特别注意	89
亚硝酸盐中毒	80	硫化氢中毒.....	89
亚硝酸盐中毒的救助措施.....	81	硫化氢中毒的救助措施.....	90
特别注意	82	特别注意	90

有机溶剂中毒	90
有机溶剂中毒的救助措施	91
特别注意	92
拟除虫菊酯类杀虫剂中毒	92
拟除虫菊酯类杀虫剂中毒 的救助措施	92
特别注意	92
洗涤剂中毒	93
洗涤剂中毒的救助措施	94
特别注意	94
来苏水中毒	94
来苏水中毒的救助措施	94
特别注意	94
汞中毒	95
汞中毒的救助措施	96
特别注意	96
砒霜中毒	96
砒霜中毒的救助措施	96
特别注意	97

苯中毒	97
苯中毒的救助措施	98
特别注意	98
铅中毒	98
铅中毒的救助措施	99
特别注意	99
甲醛中毒	100
甲醛中毒的救助措施	100
特别注意	100

第四部分

意外伤害的急救

气道异物梗塞	102
气道异物梗塞的救助措施	102
特别注意	103
异物梗喉	103
异物梗喉的救助措施	104
特别注意	104

异物入眼.....	104
异物入眼的救助措施.....	104
特别注意.....	105
异物入耳.....	106
异物入耳的救助措施.....	106
特别注意.....	106
冻伤	106
冻伤的救助措施	106
特别注意.....	108
化学品烧伤.....	108
化学品烧伤的救助措施.....	108
特别注意.....	109
磷烧伤	109
磷烧伤的救助措施	110
特别注意.....	110
蛇咬伤	110
蛇咬伤的救助措施	110
特别注意.....	111
犬咬伤	111

犬咬伤的救助措施	112
特别注意.....	112
猫咬伤	112
猫咬伤的救助措施	113
特别注意.....	113
老鼠咬伤	114
老鼠咬伤的救助措施	114
特别注意.....	114
蝎子咬伤.....	114
蝎子咬伤的救助措施.....	114
特别注意.....	115
蜈蚣咬伤.....	116
蜈蚣咬伤的救助措施.....	116
特别注意.....	116
蜂类蛰伤.....	116
蜂类蛰伤的救助措施.....	117
特别注意.....	118
蚂蝗咬伤.....	118
蚂蝗咬伤的救助措施.....	118

特别注意.....	119
蜱蛰伤.....	119
蜱蛰伤的救助措施.....	120
特别注意.....	120
蜘蛛蛰伤.....	120
蜘蛛蛰伤的救助措施.....	120
特别注意.....	121
海蜇蛰伤.....	121
海蜇蛰伤的救助措施.....	122
特别注意.....	122
遭遇街头抢夺、抢劫.....	122
遭遇街头抢夺、抢劫的	
救助措施.....	122
特别注意.....	123
遭遇入室盗窃与抢劫.....	124
遭遇入室盗窃与抢劫的	
救助措施.....	124
特别注意.....	124
遭遇绑架.....	124
遭遇绑架的救助措施.....	125
特别注意.....	126

高空坠落.....	126
高空坠落的救助措施.....	126
特别注意.....	127
电梯事故.....	127
电梯事故的救助措施.....	128
特别注意.....	128
遇轻生者割腕.....	128
遇轻生者割腕的救助措施.....	128
特别注意.....	129
遇轻生者自缢.....	129
遇轻生者自缢的救助措施.....	130
特别注意.....	130
遇轻生者吸入煤气.....	131
遇轻生者吸入煤气的救助措施.....	131
特别注意.....	132

第五分

灾难事故的急救

汽车事故.....	134
汽车事故的救助措施.....	134
特别注意.....	134

地铁事故.....	134	特别注意.....	144
地铁事故的救助措施.....	135		
特别注意.....	136	台风.....	145
		台风的救助措施.....	145
民用航空事故.....	136	特别注意.....	146
民用航空事故的救助措施.....	136		
特别注意.....	137	泥石流.....	146
		泥石流的救助措施.....	146
铁路交通事故.....	137	特别注意.....	146
铁路交通事故的救助措施.....	138		
特别注意.....	138	崩塌.....	146
		崩塌的救助措施.....	147
公众场所险情.....	139	特别注意.....	147
公众场所险情的救助措施.....	139		
特别注意.....	140	雷电.....	148
		雷电的救助措施.....	148
水上交通事故.....	140	特别注意.....	149
水上交通事故的救助措施.....	140		
特别注意.....	142	沙尘暴.....	149
		沙尘暴的救助措施.....	149
地震.....	142	特别注意.....	150
地震的救助措施.....	142		
特别注意.....	143	海啸.....	150
		海啸的救助措施.....	150
火灾.....	144	特别注意.....	150
火灾的救助措施.....	144		

附录

高原反应.....	151
高原反应的救助措施.....	152
特别注意.....	152
洪水灾害.....	152
洪水灾害的救助措施.....	153
特别注意.....	154
迷失沙漠.....	154
迷失沙漠的救助措施.....	154
特别注意.....	155
游乐设施事故.....	155
游乐设施事故的救助措施.....	156
特别注意.....	156
人防工程险情.....	156
人防工程险情的救助措施.....	156
特别注意.....	157

常用急救药物表.....	160
小儿用药简易计算方法.....	170
临床常用检验正常参考值.....	171



第一部分

常见急症的急救