

# 妈妈会急救，孩子更安全

马桂林 著  
——儿童家庭急救手册



家是我们的港湾  
但同样隐藏着潜在的危險  
献给2~6岁幼儿家长的家庭急救手册

急救视频扫码免费看  
教妈妈们解锁新技能

附赠“儿童急救卡”  
随身携带 防患未然




人民卫生出版社

# 妈妈会急救， 孩子更安全

——儿童家庭急救手册



马桂林  
著

 人民卫生出版社

## 图书在版编目 ( CIP ) 数据

妈妈会急救, 孩子更安全: 儿童家庭急救手册 / 马桂林著. — 北京: 人民卫生出版社, 2018

ISBN 978-7-117-27866-9

I. ①妈… II. ①马… III. ①儿童-急救-手册  
IV. ①R720.597-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字 ( 2018 ) 第 293243 号

人卫智网	<a href="http://www.ipmph.com">www.ipmph.com</a>	医学教育、学术、考试、健康, 购书智慧智能综合服务平台
人卫官网	<a href="http://www.pmph.com">www.pmph.com</a>	人卫官方资讯发布平台

版权所有, 侵权必究!

### 妈妈会急救, 孩子更安全 ——儿童家庭急救手册

著 者: 马桂林

出版发行: 人民卫生出版社 ( 中继线 010-59780011 )

地 址: 北京市朝阳区潘家园南里 19 号

邮 编: 100021

E - mail: [pmph@pmph.com](mailto:pmph@pmph.com)

购书热线: 010-59787592 010-59787584 010-65264830

印 刷: 北京顶佳世纪印刷有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 889 × 1194 1/32 印张: 6.5

字 数: 130 千字

版 次: 2019 年 1 月第 1 版 2019 年 1 月第 1 版第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-117-27866-9

定 价: 39.80 元

打击盗版举报电话: 010-59787491 E-mail: [WQ@pmph.com](mailto:WQ@pmph.com)

( 凡属印装质量问题请与本社市场营销中心联系退换 )

# 送给妈妈们的急救技能秘籍

扫二维码免费看视频

打开秘籍第 1 步

扫描下方二维码下载“约健康”APP



第 2 步

注册登录“约健康”



第 3 步

点击扫一扫



第 4 步

扫描文中二维码打开秘籍免费看视频



# 序

孩子是祖国的未来，保证孩子的健康成长是全社会的责任。每年都会有儿童因意外伤害而导致伤残甚至死亡，交通事故、溺水、烧烫伤、中毒……一例例触目惊心的事件背后带给我们的是深刻的反思，识别危险、能在危险发生后做出正确的急救是一件多么重要的事情！

作为一名长期从事急救工作的医生，我曾目睹了无数意外的发生，曾为成功挽救濒危生命而欣慰，也曾为一个鲜活生命的逝去而伤感。在这些逝去的生命中，不乏因为猝不及防的意外与人们的无知所造成的遗憾。在我们沉浸于恬适生活的时候，往往会忽略在平静的表面泛起的阵阵涟漪。意外伤害正是在不经意间吞噬了无辜的生命，令人扼腕叹息，也给我们的亲人和朋友带来终生的痛苦。健康中国，科普先行。提高全民急救自救能力是我们义不容辞的责任。

很高兴看到有越来越多的专业人士投身到科普事业中，为大众提供安全的医学知识，惠及更多的人。《妈妈会急救，孩子更安全——儿童家庭急救手册》一书以场景呈现的方式，向读者描述了隐藏在家中的

危险，增加家长们的安全意识。此外书中还介绍了一旦出现伤害第一时间如何正确地进行施救，为救治争取时间。希望家长们通过阅读该书能够给孩子更多的呵护与爱，希望所有孩子健康快乐地成长！

中华医学会科学普及分会主任委员

**王立祥**

2018年12月

献给读这本书的爸爸妈妈：

亲爱的读者您好！感谢您选择了这本书。相信您一定希望学习一些自救互救的知识，为宝宝的成长保驾护航。

孩子是父母的杰作，是家庭的希望，是祖国未来的建设者和承载者。他们的健康成长是每位家长最关心的，也是最重要的。这本书是献给2~6岁幼儿家长的家庭急救手册。

希望通过本书告诉家长孩子生活的环境中有哪些潜在的危险，应该怎样避免，一旦受到伤害应该怎样及时有效地处理，确保从家到医院的这段时间给予孩子正确的处理方法，不会因为错误的处理方法增加二次伤害，尽最大努力避免悲剧的发生。

希望在读了这本书后，急救技能成为我们的第二本能。当您用所学知识和技能挽救了一个生命，就是挽救了一个家庭。

对孩子们我们要说，世界在你眼前，我们在你身后。



马桂林

2018年12月

# 目录



了解孩子的特点 1

教孩子如何拨打急救电话 5

## 厨房里的危险

- 隐患 1 敞口的垃圾袋 10
- 隐患 2 明火、开水和热粥 15
- 隐患 3 刀、剪刀、破碎的盘子等尖锐物品 19
- 隐患 4 香香甜甜的清洁剂 28
- 隐患 5 火灾 31
- 隐患 6 天然气泄漏 34

## 餐厅中的危险

- 隐患 1 吃饭烫伤 40
- 隐患 2 干燥剂引起的失明 42
- 隐患 3 气道异物阻塞 45
- 隐患 4 淘气的筷子 51
- 隐患 5 花花绿绿的小药片 54
- 隐患 6 卡鱼刺 56



## 客厅里的危险

- 隐患 1 电视柜上的桌布 62
- 隐患 2 有毒的植物 63
- 隐患 3 尖利的桌角 65
- 隐患 4 玻璃茶几 67
- 隐患 5 裸露的电插销板 70
- 隐患 6 阳台、窗户的危险 73



## 卧室里的危险

- 隐患 1 低温烫伤 80
- 隐患 2 热水袋引发的意外 82
- 隐患 3 电热毯、取暖器惹的祸 84
- 隐患 4 煤气中毒 88

## 厕所中的危险

- 隐患 1 家庭溺水 92
- 隐患 2 燃气热水器引发的悲剧 99
- 隐患 3 糊涂的爸爸 100
- 隐患 4 外婆的错误 102





## 致命的游戏

- 隐患 1 骑马奔跑 108
- 隐患 2 空中抛豆 110
- 隐患 3 向上抛起 112
- 隐患 4 转圈子 115

## 藏在衣服、鞋子中的危险

- 隐患 1 危险的衣服 120
- 隐患 2 危险的鞋子 123

## 化学物质中毒

- 隐患 1 有机磷农药中毒 130
- 隐患 2 毒鼠强中毒 133
- 隐患 3 亚硝酸盐中毒 136



## 交通事故

- 隐患 1 乘车时的悲剧——被家长忽视的安全座椅 142
- 隐患 2 乘车时的悲剧——“挥鞭样损伤” 146
- 隐患 3 倒车造成的惨剧 148
- 隐患 4 开车门导致的损伤 150
- 隐患 5 汽车行驶中孩子的危险动作 151
- 隐患 6 孩子留在车内的遗憾 153
- 隐患 7 横穿马路留下的遗憾 154
- 隐患 8 骑车带孩子要当心 156

## 遭遇恶劣天气

- 隐患 1 中暑 162
- 隐患 2 冻伤 165
- 隐患 3 遭遇雷电 167
- 隐患 4 溺水 170

## 出行防咬伤

- 隐患 1 蛇咬伤 176
- 隐患 2 狗咬伤 180
- 隐患 3 蜂类蜇伤 185
- 隐患 4 蚂蟥咬伤 189
- 隐患 5 小虫飞进耳朵里 192



## 急救速查

1. 拨打急救电话 5
2. 心肺复苏 11
3. 烧烫伤 15
4. 止血 20
5. 包扎 21
6. 断肢的处理 25
7. 做饭起火 31
8. 天然气泄漏 34
9. 气道异物阻塞 45
10. 尖锐物品插入身体 51
11. 误食药片 54
12. 卡鱼刺 56
13. 下颌损伤 65
14. 头部损伤 67, 112
15. 触电 70
16. 高空坠落 73
17. 低温烫伤 80
18. 煤气中毒 88
19. 溺水 92, 170
20. 硫酸中毒 100
21. 骨折 108
22. 有机磷农药中毒 130
23. 毒鼠强中毒 133
24. 亚硝酸盐中毒 136
25. 交通事故 141
26. 中暑 162
27. 冻伤 165
28. 雷击 167
29. 蛇咬伤 176
30. 狗咬伤 180
31. 蜂类蜇伤 185
32. 小虫飞入耳朵 192



# 了解孩子的特点

2~6岁的孩子正是长身体、认识世界的阶段，  
此阶段也是发生意外伤害最多的时期。  
意外伤害除了可能会导致孩子身体的残疾，  
还可能影响孩子身体和心理的成长，  
同时也会给家庭留下阴影。  
家长要想避免孩子受到伤害，  
首先要了解他（她）们的特点。

## 身体特点



2~6岁的儿童，身高一般在70~120cm。越小的孩子越会头重脚轻，动作不协调，容易摔倒，自己爬起来比较困难。

## 心智特点

心智发育还不成熟。三岁之前，孩子在心理上更依赖父母；三岁以后，他们能区分自己与环境的不同，产生了独立行动的愿望。当他感到自己受到限制的时候，就会出现反抗倾向。同时，当受到伤害后，对身体的不适和感受不会描述或者描述不准确，这给现场救助造成困难。



## 行为能力特点

天性好动，具有旺盛的精力及冒险性。好奇心强，特别爱爬高，或者垫脚够高处的物品。在活动过程中往往不知道周围环境的危险性，行动常常是突发的，让看管的监护人措手不及，难免发生伤害。



### 事件回顾

曾经有一个5岁的男孩，幼儿园放学时突然发现妈妈站在马路对面，猛然挣脱了爷爷的手朝着妈妈跑过去。这时恰巧过来一辆汽车，大家来不及反应，眼看着孩子倒在血泊之中，一个小小的生命就此终结。一个美满的家庭顷刻倒塌，让这个家庭中两代人的懊悔永远无法挥去。

## 没有自救、互救的能力

遭遇意外伤害时，他们不具备自救互救的能力，需要依靠成年人来帮助解除危险。



# 教孩子如何拨打 急救电话

意外发生，需要医生尽快介入，  
学会拨打急救电话尤为重要。

当孩子能够连贯说话并可以表达自己想法的时候，妈妈就应该教会其记住急救电话号码，学会拨打急救电话，在关键时刻解救危急。

