

应急急救手册

目 录

1.心肺复苏.....	1
1.1 呼救.....	1
1.2 心肺复苏实施.....	1
2.触电急救.....	3
2.1 触电类型.....	3
2.2 急救方法.....	4
2.3 触电预防	5
3.包扎止血.....	6
3.1 少量出血.....	6
3.2 严重出血.....	6
4.突发骨折急救	10
4.1 骨折固定	10
4.2 搬运伤员	12
5.中暑急救.....	14
5.1 急救措施.....	15
5.2 预防方法.....	15
6.火灾逃生.....	16
7.地震逃生	17
7.1 在室内.....	17
7.2 在室外	17
7.3 在开动的汽车上	18
7.4 被困在废墟下	18
8.泥石流逃生	18

1. 心肺复苏

心肺复苏是指各种原因引起的心跳、呼吸骤停后的抢救。

1.1 呼救

遇到危及生命的创伤、疾病或意外伤害时，应尽快拨打 120 急救电话。



1.2 心肺复苏实施

心肺复苏：在黄金四分钟内抢救伤员，使骤停的心脏恢复跳动，维持大脑的供血供氧。



成人呼吸心脏骤停的急救程序：

- (1) 评估环境，确保自身安全，做好安全防护方能施救。



(2) 判断意识，一拍、二叫、三观察，判断伤员是否失去意识。



一拍：救护员双手同时轻拍伤病员双肩。

二叫：以适量的音量呼叫伤病员的名字。

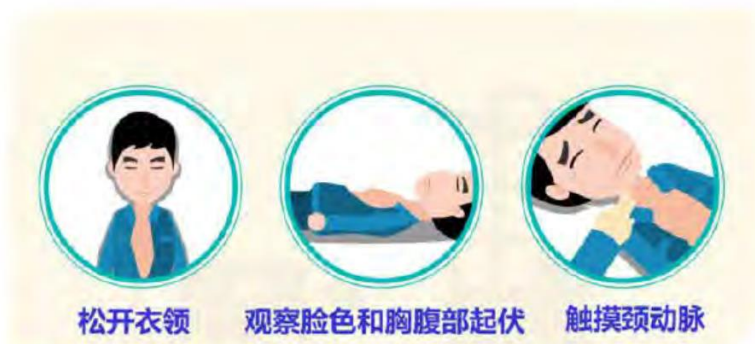
三观察：观看伤病员脸色是否异常，如脸色苍白、发绀等。

(3) 高声呼救，指定一名群众拨打 120，一名去取急救药箱。



(4) 摆放体位，让伤病员平躺、仰卧于平硬处。

(5) 判断呼吸、心跳。



(6) 胸外心脏按压：对呼吸心跳骤停者，以不小于 100 次/分钟的速度进行胸外按压 30 次，深度 5cm~6cm。

注意事项

按压手势：双掌根重叠，十指紧扣。

按压位置：两乳头连线中点。

按压要点：利用上半身重力，垂直、匀速下压30次，约16秒，深度5~6cm。

打开气道：检查口腔异物并清除，仰头举颏，使下颌角于耳垂连线于地面成90°

(7) 人工呼吸：口对口人工呼吸吹起两次。

注意事项

吹时捏鼻，吹完松鼻，吹气2次；

吹气量（成人）：看到胸廓起伏；

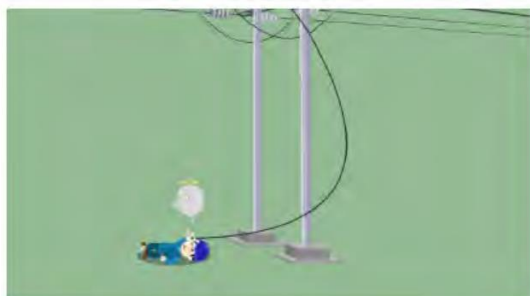
吹气时间≥1秒；

侧头换气，并观察病人呼吸情况。

2. 触电急救

2.1 触电类型

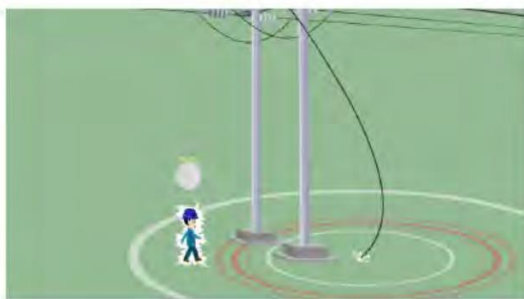
触电类型分为单线触电、电弧触电、跨步触电。



单线触电



电弧触电



跨步触电

人触电以后，会出现神经麻痹，呼吸中断、心脏停止跳动等征象，外表上呈现昏迷不醒的状态。

2.2 急救方法

(1) 触电后，首先要切断电源

低压电触电断电方法：做好绝缘保护措施或使用绝缘工具断开电源。



高压电触电断电方法：拉闸断电法。



注意事项

高压触电不能直接用竹竿、木棍挑开高压电线，应立即通知相关部门断电。

在高压电范围内，清醒人员应单脚或双脚并紧跳跃式转移至安全范围。

(2) 判断伤员情况，及时拨打 120，并采取急救措施。

- ✧ 如果触电者伤势不重、神志清醒，但有些心慌、四肢麻木、全身无力，或触电者曾一度昏迷，但已清醒过来，应让触电者安静休息，注意观察。
- ✧ 如果触电者伤势较重，已经失去知觉，但心脏跳动和呼吸尚未中断，应让触电者安静地平卧，解开其紧身衣服以利呼吸；保持空气流通，若天气寒冷，则注意保温。严密观察，速请医生治疗或送往医院。
- ✧ 如果呼吸、心跳停止，应立即实施人工呼吸和胸外心脏按压，并拨打急救电话或送往附近医院。



2.3 触电预防

预防触电的措施

- ✧ 有金属外壳的用电器，金属外壳必须接地；
- ✧ 线路敷设要符合规范，损坏的电器、电线要及时调换；
- ✧ 电气设备检修前应切断电源，并在电源开关处挂警示牌，检修时要使用专用工具；
- ✧ 保护电力线路，不准刺破电线、不准在线路上挂东西、不准在输电线周围放风筝；
- ✧ 防止线路、用电器受潮；
- ✧ 用电器使用完毕应及时切断电源；
- ✧ 供电导线的截面积应符合安全载流量的要求；
- ✧ 不乱拉电线，不准一线一地安装；
- ✧ 不许用生产设备设施（如白炽灯）作取暖器；
- ✧ 发现高压线断裂落地，应远离高压线落地处，及时报警，做好保卫工作。

3. 包扎止血

3.1 少量出血

伤口处理流程：清洗伤口→消毒伤口→敷料覆盖伤口→包扎伤口。



清洗伤口



消毒伤口



敷料覆盖伤口



包扎伤口

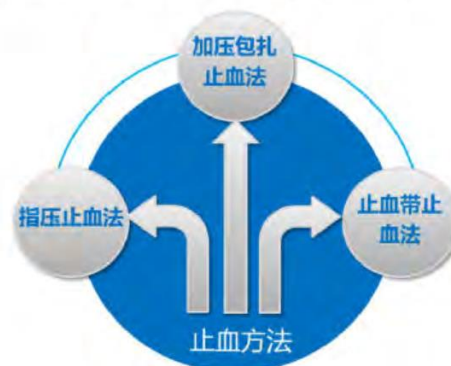
- 用清水、肥皂水或双氧水把伤口周围冲洗干净，如伤口有沙土应冲洗出来，再用干净纸巾、毛巾擦干
- 用创可贴或干净的敷料、绷带包扎伤口。

3.2 严重出血

救护员戴上防护手套，用干净的敷料、毛巾盖在伤口上，按压伤口。



(1) 止血方法包括指压止血法、加压包扎止血法、止血带止血法等。



✧ 指压止血法——若动脉出血，直接按压伤口，同时采取压迫动脉近心

端止血。



按压面动脉



按压肱动脉



按压颞动脉



按压指尖动脉



按压桡动脉、尺动脉



按压肱动脉



按压胫后动脉



按压足背动脉

✧ 加压包扎止血法——若伤口血液渗透敷料，应再加敷料再包扎固定。

