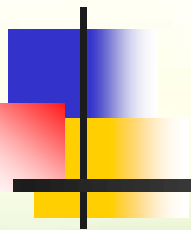




意外伤害的预防与急救





一、外伤后止血、包扎、固定与搬运

二、自然灾害的预防与急救

三、溺水的预防与急救

四、中暑的预防与急救

五、烧烫伤的预防与急救



外伤后止血、包扎、固定与搬运的目的



- 保护伤口，减少感染机会
- 封闭伤口，抢救开放性气胸
- 固定敷料，局部压迫止血
- 固定夹板，减轻伤员痛苦
- 正确搬运，避免再次损伤



外伤的现场急救四大技术与步骤

- | | |
|-------|----|
| ❖ 第一步 | 止血 |
| ❖ 第二步 | 包扎 |
| ❖ 第三步 | 固定 |
| ❖ 第四步 | 搬运 |



第一步 止血



- ❖ 止血的重要性
- ❖ 失血性休克的表现
- ❖ 出血的分类
- ❖ 现场止血的方法



止血的重要性



- ❖ 血液非常宝贵，是生命的源泉
- ❖ 血液占体重的8%，在成年人，全身血液总量为4000~5000ml
- ❖ 失血量小于血液总量的10%（低于500ml），人体可以生理代偿，不会发生休克，义务献血对身体无碍



止血的重要性



- ❖ 短期内失血量大于血液总量的20%
(超过800ml)，则失代偿发生休克，
血压开始下降
- ❖ 短期内失血量大于血液总量的40%
(超过1600ml)，出现明显的失血性
休克，血压可能下降为0
- ❖ 短期内失血量大于血液总量的50%
(超过2000ml)， “难治性休克”，
可以引起死亡，死亡率60%左右



失血性休克的表现



❖ 一般休克:

- 血压下降 (低于90mmHg)
- 脉搏细速 (大于100次/分)
- 神志模糊
- 皮肤苍白
- 四肢湿冷
- 口干尿少



严重休克的表现



- 血压降至“0”
- 脉搏微弱测不出
- 神志昏迷
- 呼吸急促
- 皮肤发绀，冷汗淋漓
- 四肢厥冷，寒战颤动
- 尿闭无尿



出血的分类



❖ 根据出血部位分：

- 外出血—— 体表有伤口，血液流出体外，肉眼可见，很易引起重视
- 内出血—— 体表无伤口，血液流入体腔内，肉眼不可见，容易忽略而造成误诊



出血的分类



❖ 根据破损血管分：

- 动脉出血—— 像喷泉，高出皮表往外喷射；最凶险，几分钟即可危及生命
- 静脉出血—— 像绢绢细流，不断线地往外流；可引起失血性休克
- 毛细血管出血—— 像露珠渗血，一滴一滴地往下滴；可在家里自行处理



四、现场止血的方法



- ❖ 之一 徒手指压法
- ❖ 之二 止血带结扎法
- ❖ 之三 加压包扎法
- ❖ 之四 填塞止血法

※现场止血法只适用于外出血



现场止血法之一：**徒手指压法**

❖ 直接指压法：

直接压迫伤口，适用于静脉和毛细血管出血，但对动脉出血效果不是很好

❖ 间接指压法：

间接压迫动脉，使血管腔闭塞阻断血流达到止血目的，适用于动脉出血



❖ “间接指压法” 必须遵循三原则：

- 在出血伤口的**近心端**压迫
- 触摸**动脉搏动**，压迫搏动点
- 使劲把动脉压在下方的**骨头上**

❖ “间接指压法” 从头到脚练习一遍
如图所示：



指压颞浅动脉：用于一侧头顶、额部的大出血，如图6-15所示。在伤侧耳前，一只手的拇指对准下颌关节压迫颞浅动脉，



另一只手固定。

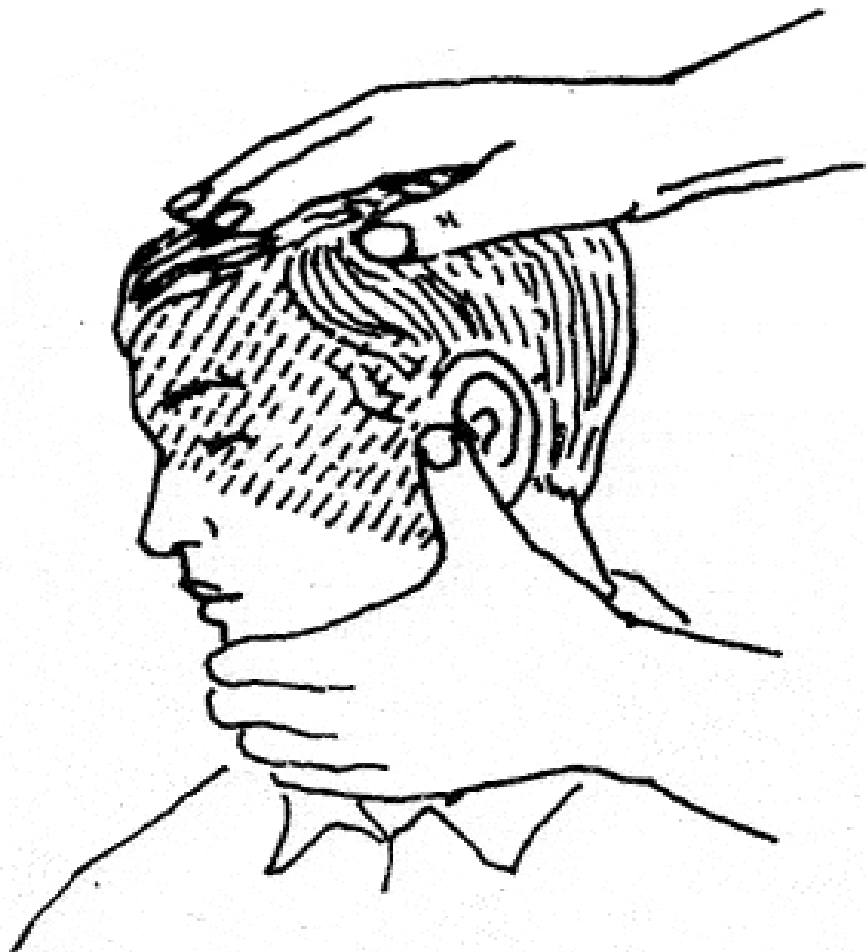


图 6-15 指压颞浅动脉



指压面动脉：用于颜面部大出血，如图6-16。用一只手的拇指和示指或拇指和中指分别压迫双侧下额角前约1cm的凹陷



处，阻断面动脉血流。

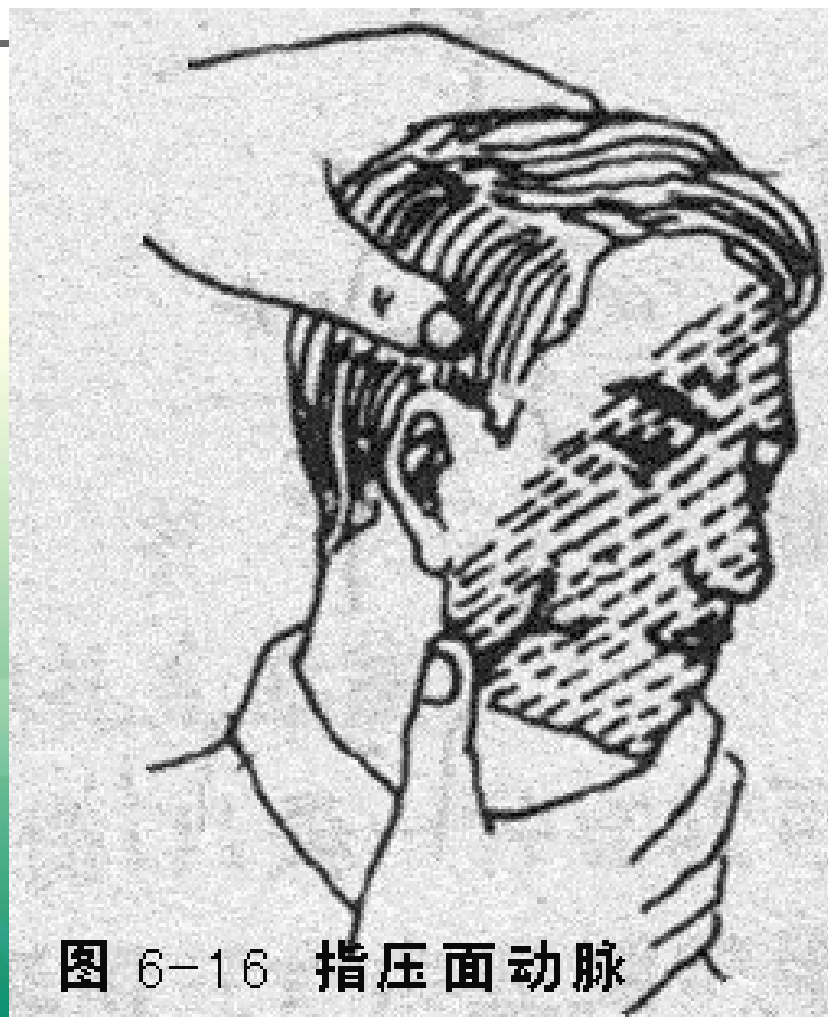


图 6-16 指压面动脉



一指压耳后动脉：用于一侧耳后外伤大出血，如图6-17。
用一只手的拇指压迫伤侧耳后乳突下凹陷处，另一只手固



定伤员头部。

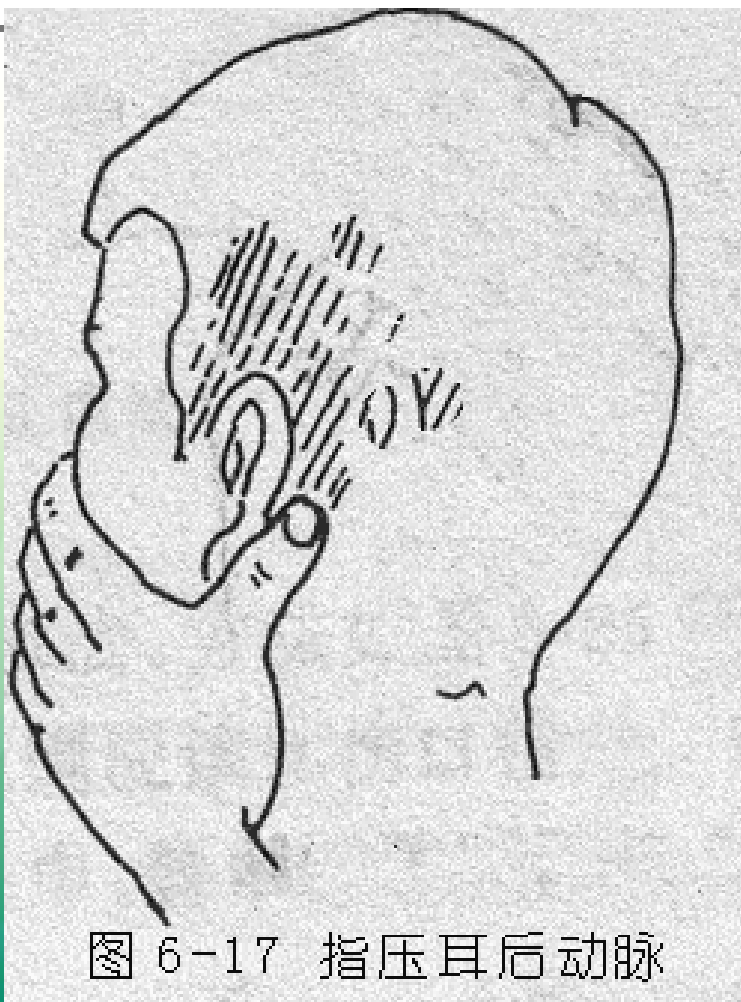


图 6-17 指压耳后动脉



指压**肱动脉**：用于一侧肘关节以下部位的外伤大出血，图6-19用一只手的拇指压迫**上臂中段内侧**，



阻断肱动脉血流，另一只手固 定伤员手臂。

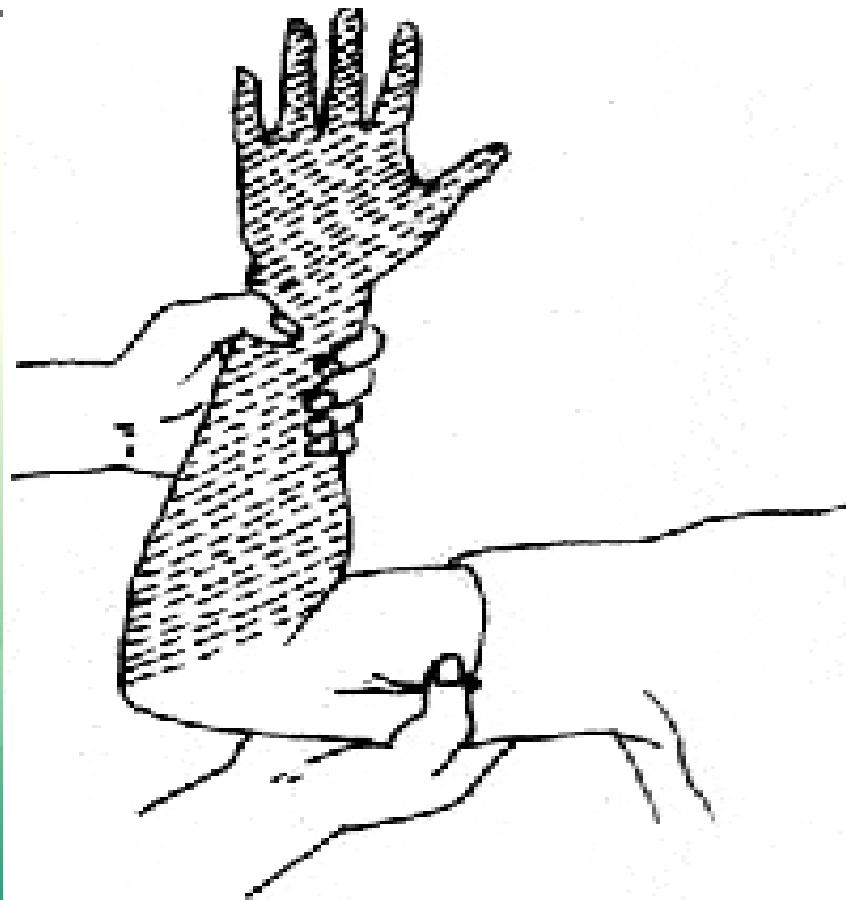


图 6-19 指压肱动脉



指压**桡、尺动脉**：用于手部大出血。如图6-20。用两手的拇指和示指分别压迫伤侧**手腕两侧**的桡动脉和尺动脉，阻断血流。



图 6-20 指压桡、尺动脉



指压**指（趾）动脉**：用于手指（脚趾）大出血，如图6-21。用拇指和示指分别压迫手指（脚趾）**两侧**的**指（趾）**动脉，



阻断血流。



图 6-21 手指出血指压止血法



指压**股动脉**：用于一侧下肢的大出血，如图6-22用两手的拇指用力压迫伤肢**腹股沟中点稍下方**的股动脉，阻断股动脉血流。

伤员应该处于坐位或卧位。



图 6-22 指压股动脉



指压**胫前、后动脉**：用于一侧足部的大出血，如图6-23用两手的拇指和示指分别压迫伤脚足背中部搏动的**胫前动脉**及足



跟与内踝之间的**胫后动脉**。



图 6-23 指压胫前后动脉



徒手指压法的优缺点

- 简单，不需要借助任何工具物品
- 快速，看见出血即可条件反射立即压上去，很快取得止血效果
- 指压坚持不了多久，止血不彻底
- 因此，徒手指压法仅作为首先采用的、临时性的止血过渡措施
- 迅速呼救，过渡到其他止血方法



现场止血法之二：止血带结扎法



- ❖ 适用于四肢的动脉出血，是快速、彻底而且最有效的止血方法
- ❖ 橡皮止血带
 - 将止血带扎在伤员的上臂或大腿中上1/3交界处，缠绕肢体2~3圈后固定，借助橡皮管的弹性回缩而扎紧动脉



使用止血带的注意事项

- (1) 部位：上臂外伤大出血应扎在上臂上1 / 3处，前臂或手大出血应扎在上臂下1 / 3处，**不能扎在上臂的中1 / 3处**，因该处神经走行贴近肱骨，易被损伤。下肢外伤大出血应扎在股骨中下1 / 3交界处。
- (2) 衬垫：使用止血带的部位应该有衬垫，否则会损伤皮肤。止血带可扎在衣服外面，把衣服当衬垫。
- (3) 松紧度：应以出血停止、远端摸不到脉搏为合适。过松就不到止血目的，过紧会损伤组织。
- (4) 时间：**30分钟放松1次，放松时间为1~3分钟。**
- (5) 标记：使用止血带者应有明显标记贴在前额或胸前易发现部位，写明时间。如立即送往医院，可以不写标记，但必须当面向值班人员说明扎止血带的时间和部位。



布条绞扎替代

- 如现场没有橡皮止血带，可用布条绞扎法代替
- 只能选用布条代替，绝对不可以用金属丝或细绳索代替，以免扎伤局部神经而造成肢体瘫痪
- 注意事项同橡皮止血带



现场止血法之三 加压包扎法

❖ 加压包扎伤口法

- 用干净的纱布、棉垫等敷料覆盖住伤口，再用绷带加压包扎起来
- 其松紧程度以伤口不出血为宜
- 适用于静脉出血和毛细血管出血



现场止血法之四：伤口填塞止血法



- 先用消毒的纱布、棉垫等敷料填塞在伤口内
- 再用加压包扎法将伤口表面包扎起来
- 适用于颈部、臀部、大腿等处的较深大伤口



第二步 包扎

绷带包扎法



包扎的材料

- 敷料及绷带

- 三角巾

(现场急救时可用衣、裤、巾、单等裁开包扎用)



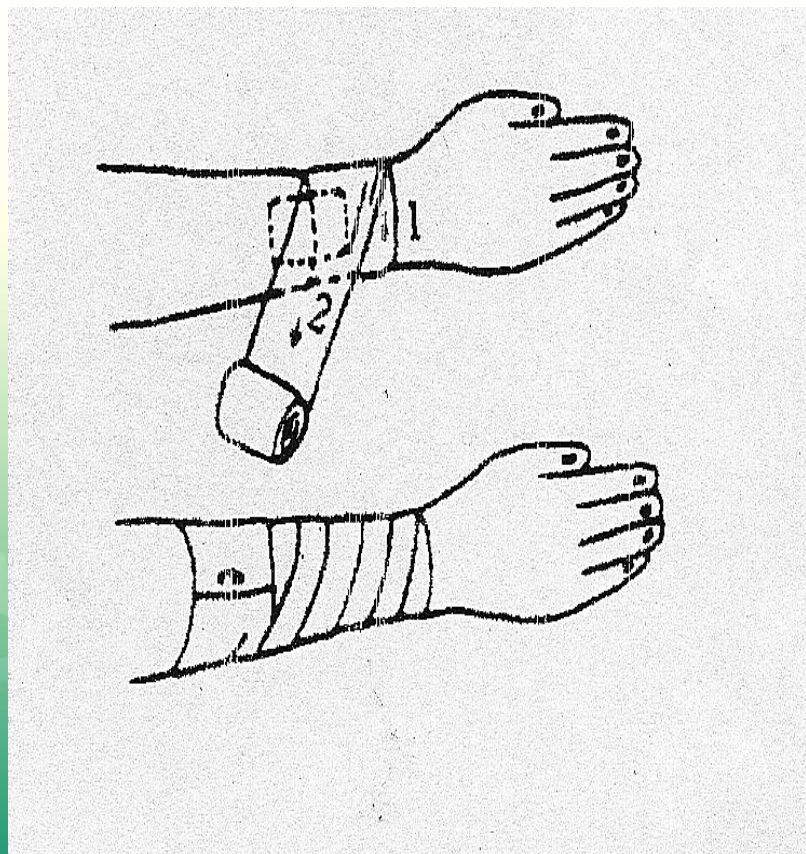
敷料的使用原则

- 1、所用敷料一定要足以完全覆盖伤口，并超过伤口的边缘
- 2、敷料要直接盖在伤口上，而不要从伤口的一侧拖上去
- 3、如果有血液渗出敷料，不要换掉，而是另加一块敷料盖在上面



螺旋包扎法

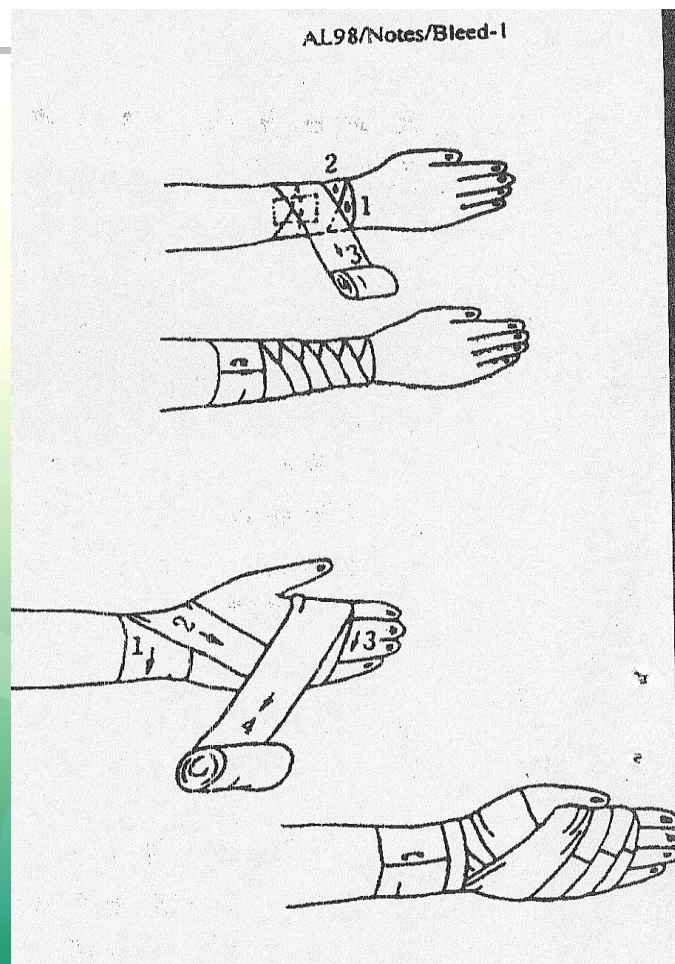
- 由受伤部位之开始，向上包扎；
- 缠绕时应用力均匀，由内而外缠绕，
- 每绕一转时，绷带应遮盖上一转的 $\frac{2}{3}$ ；
- 包扎部位完全盖过整块敷料。





8字形包扎法

- 多用于包扎四肢，将绷带斜绕肢体，环成8字形，每次遮盖下面绷带的 $\frac{2}{3}$ 。





第三步 骨折之固定法

基本原则：

- 1、院前如果无夹板，推荐使用三角巾自体固定的方法
- 2、置伤者于适当位置，就地施救；
- 3、不可随便移动骨折处，除非现场环境对伤者或急救员之生命有威胁；
- 4、先处理严重出血或用环形垫处理开放性骨折；



5、伤肢需于适当位置放置足够软垫：

▲ 夹板与肌肉间

▲ 关节间

▲ 骨隆突处

▲ 骨折处

6、足够之承托及利用健肢作固定；



7、包扎时力度均匀，动作轻快；

▲ 当伤者平卧时，应从躯体下自然凹陷部位穿过三角巾：颈、腰、膝、足踝；

▲ 下肢包扎次序应为：足踝，膝盖，骨折之上，骨折之下、其他部位

▲ 包扎完成后应检查血液循环、感觉及活动能力（CSM）。



上臂（肘能屈）

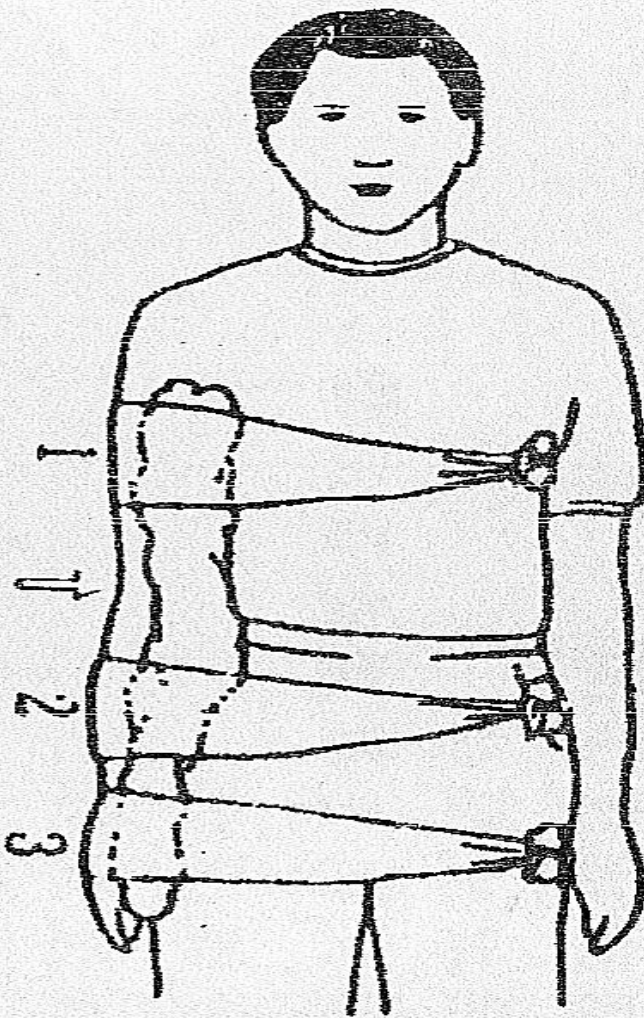


上臂骨折



上肢（肘不能屈）

上臂骨折
(肘部不能屈曲)





桡、尺骨骨折固定：如图6-46。用一块合适的夹板置于伤肢下面，用布或绳把伤肢和夹板固定，再悬吊伤肢。

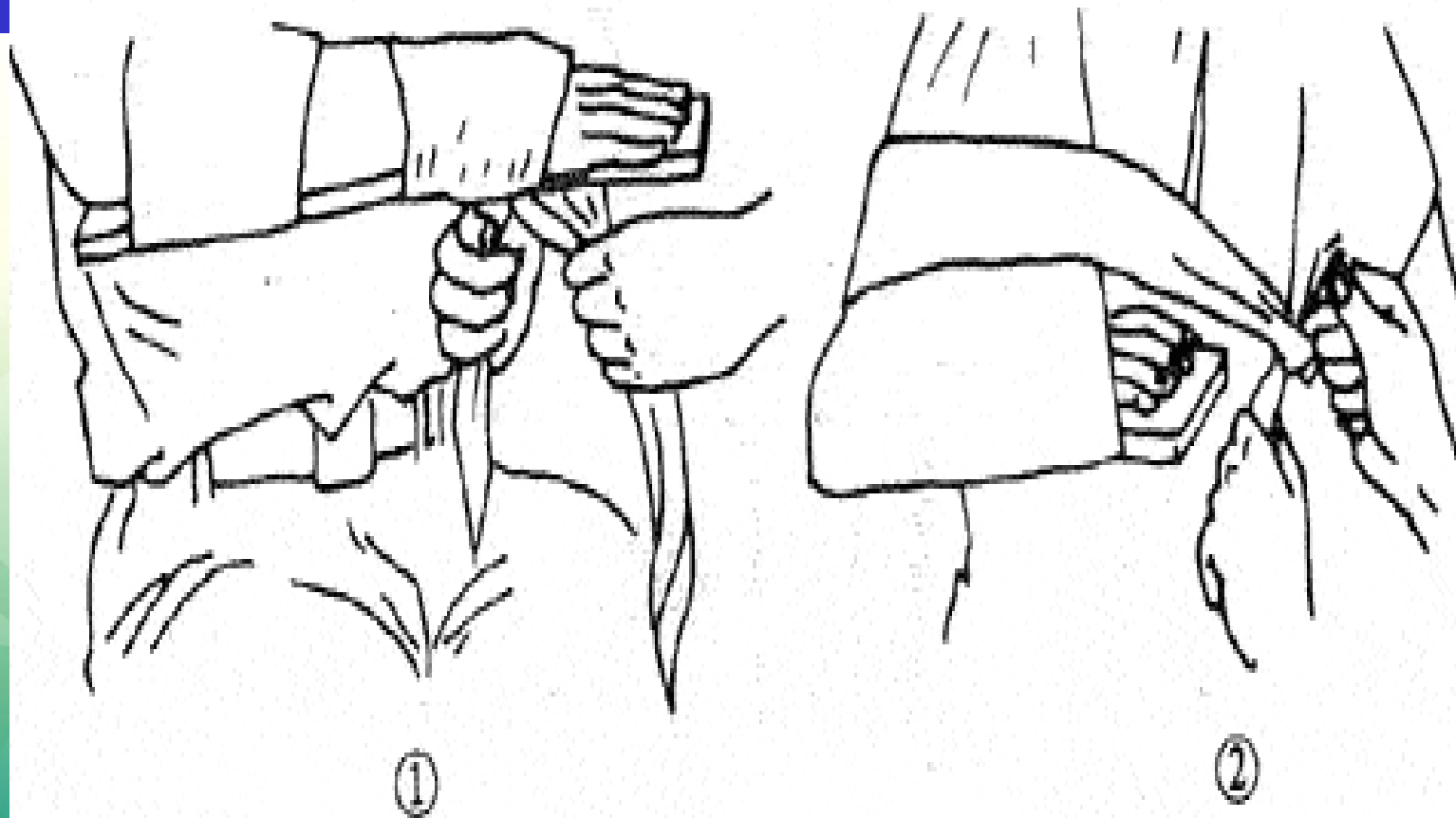


图 6-46 桡、尺骨骨折固定法



手指骨折固定法

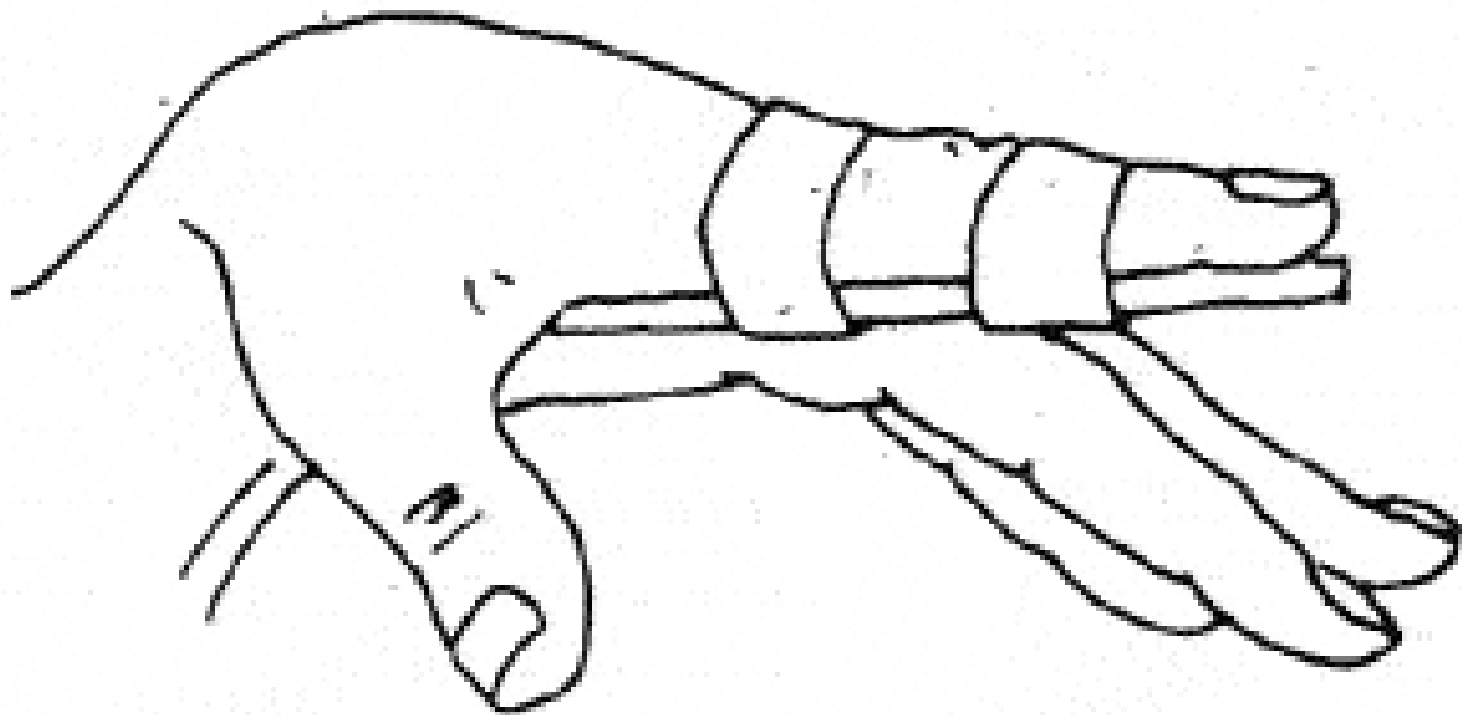


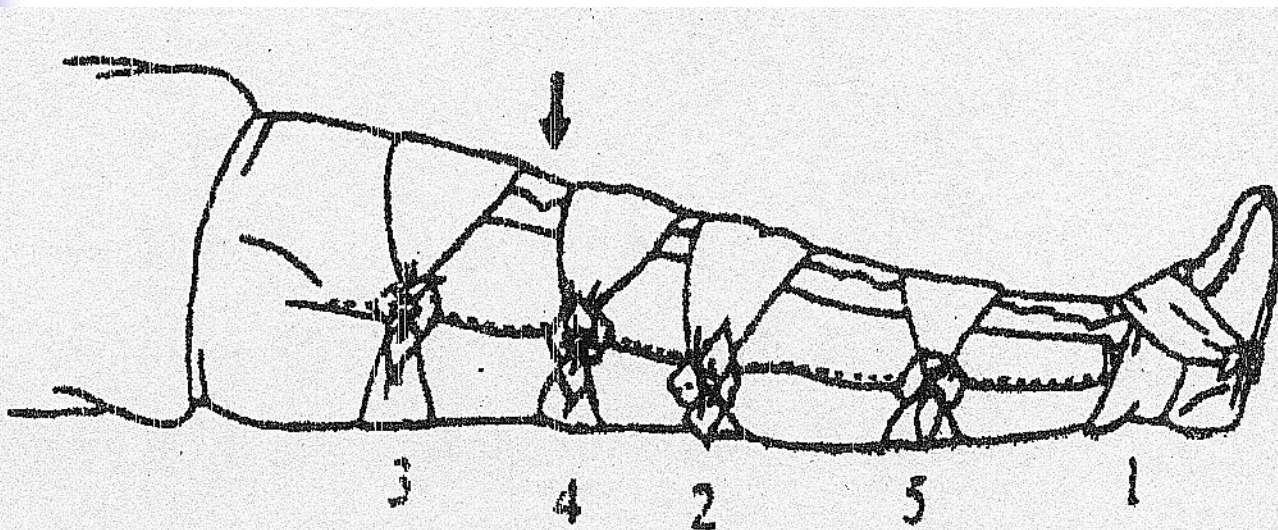
图 6-47 手指骨折固定法



大腿固定法



- 于两腿间放置足够软垫
- 包扎次序： 1、踝关节→2、膝盖→3、骨折上 →4、骨折下→5、小腿（除八字带外，全是宽带）



大腿骨折



脊柱骨折之搬运



脊柱骨折搬运注意事项



脊柱骨折不正确的搬运方法

延庆县红十字会



总结外伤急救的标准步骤



- 1、首先观察评估现场环境是否安全
- 2、抢救者主动表明身份、安慰伤员
- 3、检查局部伤势、出血和外科情况
- 4、立即用徒手指压法减缓出血势头
- 5、抬高伤肢，高声呼救，过渡到其它止血方法



总结外伤急救的标准步骤



- 6、如果是动脉出血，马上采用止血带结扎法或钳夹法妥善止血
- 7、在伤口局部加压包扎或填塞止血
- 8、彻底止血后包扎伤口并固定骨折
- 9、检查伤员的局部与全身情况、重要生命体征，必要时抗休克治疗
- 10、在医疗监护条件下，迅速将伤员转送到医院进一步确定性治疗



自然灾害的预防与急救



一、预防雷电伤害：

- 1、雷电天气不要看电视，要拔掉电源及信号插头，更不要打手机
- 2、不要站在大树下和高楼平台，不要倚靠外墙，柱。不触摸金属门窗和栏杆及水管。
- 3、雷雨前尽快离开水面，水陆交界地，山顶，高地。



自然灾害的预防与急救



一、预防雷电伤害：

- 4、不拿金属手柄的雨伞，不扛金属物品
- 5、不进没有防雷设施的岗亭，离开电线杆。
- 6、无处躲避时，尽量选择低洼没有积水的地方蹲下躲避。
- 7、人遭雷击时会出现假死的现象，要立即给予人工呼吸和胸外按压等急救并打120急救



自然灾害的预防与急救

■ 二、洪水与冰雹

- 1、洪水来临时要往山坡等高处转移，
- 2、被洪水包围时尽量用船只，门板，木板等做水上转移，注意山石滚落，山体滑坡等危险现象。
- 3、远离倒塌的电线，电杆。
- 4、在外遇到冰雹时用书包或者其他物品遮挡头部，并立即到安全地方躲避。



自然灾害的预防与急救



■ 三、台风的预防

- 1、关注天气预防，在台风来临时尽量减少外出。
- 2、不要呆在危险的建筑物内，远离大树，广告牌，电线杆等危险物处。
- 3、楼房居民应将摆放在阳台上容易掉落的花盆等物品收好，避免掉落，砸伤居民。



溺水的预防与急救



■ 一、防止溺水

- 1、不要独自外出游泳，更不要到非游泳区游泳。
- 2、游泳前要做一些适当的肢体运动，防止腿抽筋。
- 3、对自己的水性要有自知之明，不要贸然跳水或者潜水。
- 4、突然感觉身体不舒服，要马上上岸休息或者大声呼救。



溺水的预防与急救



■ 二、溺水的急救

1、落水后要镇静不慌。举手挣扎时，会使人下沉。应仰卧，头向后，口鼻向上露出水面呼吸要浅，吸气要深，这样可以勉强浮起，等人来救，腿抽筋尽快呼救，并仰上水面，好转后，应迅速上岸。



溺水的预防与急救



- 2、急救者应游到溺水者后方，用左手从其左臂和上半身中间握对方的右手，或拖住溺水者的头，用仰泳方式将其拖到岸边，急救者要防止溺水者抱住不放，影响急救。万一被抱住，急救者应松手下沉，先与溺水者脱离，然后急救。或者向后推溺水者的脸，紧捏其鼻，使其松手，接着再救。
- 3、急救者如果不会游泳时应该立即用绳索，竹竿、木板或者就生圈，使溺水者握住后拖上岸来。如果无材料就只能高声呼叫他人。



溺水的预防与急救

4、保持呼吸道通畅。立即清除口，鼻内的泥沙，呕吐物等。松解衣领、纽扣、乳罩、内衣、腰带、背带等，但要注意保暖，必要时将舌头用手巾，纱布包裹拉出，保持呼吸道通畅。

5、控水:急救者一腿在地，另一腿屈膝，将溺水者腹部横放在其大腿上，使其头下垂，接着按压其背部，使胃内积水倒出。或者急救者从后，抱起溺者的腰部，使其背向上，头向下，也能使水倒出来。



溺水的预防与急救



- 6、人工呼吸及胸外按压。
- 7、用手按压人中，涌泉穴。
- 8、溺水者苏醒后要禁食，用抗生素防止感染。



中暑的预防与急救



一、常见中暑的表现

1、发热，乏力，皮肤灼热，头晕，恶心，呕吐，胸闷。

2、烦躁不安，脉搏细速，血压下降，严重时头痛剧烈，晕厥，昏迷，痉挛等。



中暑的预防与急救



■ 二、中暑的救助与预防

- 1、迅速到阴凉通风处休息，身体平躺，解开衣扣，头部稍抬高。
- 2、补充水分，没有恶心呕吐的可饮用含盐的清凉饮料，茶水，绿豆汤等。
- 3、用电风扇等给予人工散热，可在头部，腋下，腹股沟等处放冰袋。
- 4、高温高湿天气应避免长时间暴晒和激烈运动。平时多喝绿豆汤和含盐饮料。



烧烫伤的预防与急救



- 生活中，以火焰烧伤和热水，热油等热液烫伤最常见，许多患者在受伤之后直接在创面上抹上香油、酱油、黄酱、牙膏等物品后便急急忙忙到医院就医，但这些日用品并无任何治疗烧烫伤的作用，而且会增加医生治疗的困难，若涂抹紫药水，因其着色重，不易洗净而影响医生判断伤情。



烧烫伤的预防与急救

- 发生烧烫伤后的最佳治疗方案是局部降温，凉水冲洗是最切实际，最可行的方法。冲洗时间越早越好，即使烧烫伤当时已经造成表皮脱落，也同样要以凉水冲洗，冲洗时间可以持续半小时左右，可以脱离冷源后疼痛已经显著减轻为准。



烧烫伤的预防与急救



- 对于酸、碱造成的化学性烧伤，早期处理也是以清水冲洗，且应以大量的流动水冲洗。而不一定要找到这种化学物质的中和剂。



赠人玫瑰

手留余香