

## 第3章 意外伤害处理常识

保护孩子远离危险，是家长应尽的职责。但意外伤害往往发生在意料之外，猝不及防的一瞬间，意外就危及了孩子的健康与安全。面对这种情况，家长能做的是保持冷静，迅速采取措施，用正确的方法妥善处理，尽可能将伤害降到最低。

这一章介绍了常见的意外伤害情况，并针对何时需要就医、怎样进行处理两个方面对家长予以指导。

### 常见意外伤害



#### ● 磕碰到头部

孩子出生后，尤其是学会翻身、爬行后，很容易磕碰到头部。大多数情况下，轻微的磕碰不会给孩子造成损伤，家长安抚后，孩子就会安静下来。但是，如果头部受到严

重撞击，比如头向下坠床或头重重地磕在桌角上，家长就要引起重视。另外，相较于正面或脑后磕碰，侧面撞击给孩子造成的损伤更大。

## 何时需要就医

孩子头部受到撞击后，如果出现以下情况之一，家长应及时带孩子去医院：

- ▶ 头皮擦伤，伤口较大，且出血较多。
- ▶ 哭闹严重，难以再次入睡。
- ▶ 出现呕吐，且不止一次。
- ▶ 嗜睡，且很难唤醒。
- ▶ 受到撞击的部位肿胀严重。
- ▶ 能够看到明显的颅骨凹陷或缺口。
- ▶ 四肢活动受限。
- ▶ 眼睛、耳朵、鼻子出现异常，如颜色变化、出血等。
- ▶ 瞳孔不能自如收缩，即用手电照射时瞳孔不能缩小或移开手电后瞳孔不能放大。
- ▶ 行为出现异常，反应迟钝，眼神涣散、迷茫。

## 怎样妥善处理

孩子磕碰到头部，家长处理时应注意以下几点：

第一，等待 10 秒钟再抱起孩子。在这 10 秒钟内，家长应观察孩子是否有外伤或其他异常情况。注意，千万不要立即抱起孩子，否则一旦孩子骨折或内脏受伤，随意挪动很可能会加重伤情。如果孩子意识清醒，能够大声哭闹，四肢活动如常，可以抱起来安抚。如果孩子意识不清，或无法随意移动肢体，家长应立即拨打急救电话，向医生详细说明孩子摔伤的过程及当前情况，在医生指导下采取急救措施。

第二，如果存在出血情况，家长要第一时间使用干净的纱布或纸巾给孩子按压止血。注意，按压止血的时间至少要坚持 5 分钟。待血止住后，若伤口非常小，可在家中用清

水冲洗；若伤口较大，则需去医院由医生处理。

第三，如果局部出现瘀青，3天内切忌热敷，可以冷敷。之所以不建议热敷，是因为头皮血管丰富，摔伤后小血管破裂，热敷会使血管扩张，导致出血增多。而冷敷则可以起到收缩血管的作用，受伤部位可以逐渐消肿控制出血。

总体来讲，当孩子头部遭到撞击，家长一定要保持冷静，仔细观察孩子的情况。一旦发现任何异常情况，家长不知如何处理时，要及时带孩子就医，请医生检查和治疗。

## ● 眼睛受伤

无论孩子的眼睛受到什么样的伤害，都不要对受伤的眼睛施加压力，也不要用手指触摸眼球，更不要未经就医擅自滴眼药水。正确的做法是，引开孩子的注意力，给他一个玩具拿着，占住他的双手，不要让他揉眼睛。

### 眼睛进异物

如果孩子眼睛里进了异物，并且能够清晰看到，可以让家人抱住孩子，尝试用干净的湿棉签或棉球清理。但是，这种做法仅限于异物在眼角、下眼睑或眼白部分。如果异物在黑眼球上面或附近，就不要去碰触，尤其是瞳孔，一定要避免碰触，以免划伤角膜。

如果不管用，可以用温水冲洗孩子的眼睛，注意不要让水呛进鼻腔。如果孩子仍感到眼睛里有异物，或者仍觉得不舒服，很可能是异物嵌入或划伤了眼睛，应立即就医。即便家长看到有异物嵌入眼球，也不要尝试自己清理。在送医途中，家长可以用无菌纱布、干净的纸巾或手帕盖住孩子的眼睛，以减轻不适。

### 尖锐物体刺伤眼睛

如果孩子意外被尖锐物体刺伤眼睛，家长要保持冷静，让孩子保持半卧姿势，同时寻求周围人帮助或拨打急救电话。如果异物仍在眼睛里，千万不要试图将其清除，也不要对眼睛施加压力，可以用纱布、干净的毛巾或纸巾盖住眼睛，送医途中应尽量减少颠簸。

## 钝器造成眼睛损伤

和尖锐物体刺伤眼睛类似，家长要冷静处理，第一时间让孩子平躺，用冰袋盖住受伤的眼睛冷敷，并尽快送孩子就医，请医生进一步处理。

## ● 耳朵受伤

孩子耳朵受伤，通常包括两种情况：一是耳朵内进入异物；二是耳部出血、红肿、流脓等。

## 怎样妥善处理

针对第一种情况，家长要根据不同的异物采取合适的处理方式：如果是小虫，可以打开手电照射小虫进入的那只耳朵，用灯光引诱小虫爬出来。如果是小螺丝等金属物品，可以用磁铁将其吸出。需要注意的是，不要把磁铁放进孩子的耳朵内，以免再次发生意外。小体积的木制或塑料玩具、配件等进入耳朵，如果用肉眼能看到，可以使用回形针将其取出。具体方法是：先将回形针拉直，在一端滴一滴胶水（要选择不会粘到皮肤的胶水），将其轻轻探入孩子耳内，将异物粘出。需要提醒的是，这种方法稍有不慎就会损伤孩子的耳部皮肤，如果孩子不配合，不要轻易使用。如果通过上述方法仍无法取出异物，一定要尽快带孩子去医院。

针对第二种情况，一旦发现，家长要立即带孩子就医。另外，如果孩子主诉耳朵听不清，家长也要引起重视，及时求助医生。

## ● 鼻子受伤

鼻子受伤包括流鼻血、鼻腔中进入异物、鼻子受到外力击打三种情况。

## 流鼻血

如果孩子流鼻血，应让孩子保持身体直立或稍微前倾略低头，家长用手指轻压流鼻

血侧的鼻翼 10 分钟，让孩子用嘴呼吸。如果孩子因害怕而大声哭闹，家长要注意安抚并让他尽快平静，情绪激动会加快血液循环，导致出血更多。

如果较长时间的按压无法止血，家长应立即带孩子就医，送医途中要让孩子保持上身直立。如果孩子流鼻血时很容易止血，但是频繁流，也要带孩子就医。

## 崔医生特别提醒：

流鼻血时，仰头无益于止血。因为将头仰起来时，血会留在咽部，看上去似乎出血减轻，实际上容易使孩子发生呛咳，血液积存过多甚至可能引起窒息，是非常不可取的做法。



图 3-3-1  
孩子流鼻血时的正确处理方法

## 鼻腔中进入异物

如果孩子的鼻子不通气、鼻腔中有异味、流血或鼻分泌物过多，都可能是鼻腔中进入了异物。如果孩子因此哭闹，家长要安抚孩子的情绪，让他用嘴呼吸。

如果异物很容易看到或有一部分留在鼻腔外，可以尝试用手取出，不要用镊子或其他工具，以免戳伤鼻子或让异物进入鼻腔更深处。

如果孩子会模仿大人，可以教他擤鼻子这个动作，不断用鼻子用力呼气，鼓励他模仿。如果异物还是没有出来，应立即带孩子就医。

## 鼻子受到外力击打

如果孩子因受外力击打或摔倒等使鼻子受伤出血，要让他保持身体稍前倾，以减少因吞咽血液导致的窒息风险。然后用手指给孩子按压止血，并冷敷伤处，缓解肿胀和疼痛。同时，家长应尽快带孩子前往医院检查骨头有没有受伤。

## ● 嘴巴受伤

孩子不小心撞到桌角、门槛，坠床时面部朝下等，都可能导致嘴巴受伤，包括嘴唇裂开或者嘴巴出血。大多数情况下，这些磕碰不会给孩子造成严重的伤害。

## 怎样妥善处理

孩子的嘴唇出现小裂口，且轻微出血，首先要用清水清洗裂口，然后冰敷，既可以缓解疼痛，还可以尽快止血；如果裂口较大，或者10～15分钟后仍出血不止，家长要及时带孩子去医院，由医生处理。如果家长怀疑孩子嘴唇上的伤口与啃咬电线有关，就医时要如实告知医生，以免嘴巴有烫伤延误病情。

如果孩子嘴唇或口腔因磕碰或割伤而轻微肿胀或少量出血，可以让他含冰块或用冰棒缓解疼痛，并及时止血；如果受伤部位是舌头，且有出血，可以用干净的纱布或毛巾捏紧伤口止血；如果是铅笔或细小的木棍等锐利的物品刺伤口腔，并且10～15分钟后依然出血不止，应立即带孩子就医。

## ● 牙齿损伤

孩子不小心磕到牙齿，如果只是轻微的磕碰，大多数情况下不需看牙医。但是，如果孩子的牙齿磕掉了一部分，留下锋利的边缘或尖锐的尖端，需请牙医将锋利的边缘磨平或进行填充，避免对孩子的口腔造成伤害。如果磕碰后牙龈出血，应请医生检查，确定出血位置和原因。

如果孩子牙齿磕伤几天后仍疼痛，或者牙齿出现了明显的位移并伴有牙龈肿胀，或



者在磕伤的牙缝中能够看到粉红色的小点，这可能是牙神经受到损伤的表现，应及时就医治疗，以免影响恒牙的生长。

## ● 脱臼

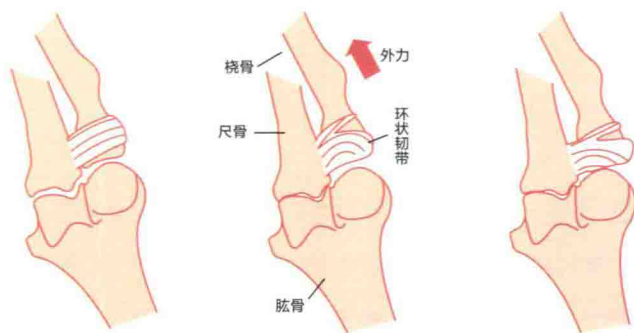
脱臼常见于年龄较大的孩子。当家长拉着孩子的胳膊玩耍或牵拉孩子胳膊时，很容易导致孩子肩部或肘部脱臼。下面提到的牵拉肘，也是脱臼的一种。当孩子发生脱臼后，受伤一侧的手臂无法正常活动，孩子会因疼痛而不停哭闹。

一旦孩子胳膊脱臼，家长要及时带孩子就医，请医生处理。如果孩子疼痛难忍，可以在就医前冷敷患处，并用夹板固定，以缓解疼痛。

## ● 牵拉肘（桡骨小头半脱位）

牵拉肘是指位于前臂的桡骨偏离了正常位置。桡骨是前臂两根骨头中的一根，桡骨的一端是桡骨小头，由环状韧带包围并固定联结肘部。当家长为了防止孩子摔倒而拉拽他的手腕或手肘，或和他玩上举、摇摆的游戏时，如果用力过猛或方向有误，就可能会使桡骨小头脱离环状韧带的控制，发生滑脱，导致发生牵拉肘。

孩子只要出现过一次牵拉肘，就极有可能再次复发。但4岁后，无论是否有过病史，都很少出现。



▲ 图 3-3-2 牵拉肘示意图

## 如何初步判断

当孩子出现牵拉肘后，手臂无法与身体紧密贴合，一直保持悬吊的姿势，肘部会轻微弯曲，手掌与腹部相对。当孩子需要用手拿东西时，会避免使用发生牵拉肘的胳膊。无论是主动还是被动活动，孩子都会因疼痛而大声哭闹。

需要注意的是，与骨折、扭伤不同，出现牵拉肘后手臂从表面上看没有任何异常，也不会出现红肿或青紫。

## 何时需要就医

家长难以区分是骨折还是牵拉肘，尤其是第一次遇到这种情况时，为稳妥起见，应及时就医。另外，当孩子在家长拉拽或其他动作后，出现拒绝活动手臂或活动手臂时哭闹等情况，如果家长怀疑但不能明确是不是牵拉肘，也应尽快带孩子到医院就诊，确诊前最好什么都不要做，保护好有问题的手臂。

## 怎样妥善处理

有经验的医生很容易判断孩子的手臂是不是牵拉肘。如果是，就会用复位的方式使脱位的桡骨小头恢复到正常的位置。如果复位成功，患侧手臂很快就可以自由活动。如果医生认为无法准确判断，会借助 X 光线检查明确。

无论孩子是否发生过牵拉肘，家长在牵拉孩子手臂时都不要用力过猛。对有病史的孩子，家长更要注意。

## ● 骨折

骨折是儿童经常出现的意外伤害。孩子活泼好动，难免磕碰，严重时就会发生骨折。骨折的判断方法简单：一般受伤时会听到断裂的声音，之后局部可能出现形态异常，不能活动或无法承重，并能感觉到非常剧烈的疼痛，孩子会持续哭闹。不过，除了骨折外，以上症状也可能是脱臼导致的。



## 怎样妥善处理

如果孩子疑似骨折，不要移动孩子，以免造成更大的痛苦、更严重的伤害，应等候急救医生到来。如果必须移动孩子，可以先在骨折部位垫上软布，保护皮肤，确保不会使血液循环受到阻碍，再用尺子、杂志、书籍等物品将受伤部位固定好。如果没有合适的物品固定，家长可以尝试用自己的手臂夹住伤肢。

在先行紧急处理后，家长应尽快带孩子就医。经医生妥善处理，骨折经过一段时间的静养就可以愈合。

## ● 手指或脚趾受伤

手指或脚趾受伤通常表现为瘀伤、指（趾）甲内出血、指（趾）甲开裂和指（趾）甲脱落。下面针对不同的情况给出相应的应急处理方法。

### 瘀伤

瘀伤大多是孩子推拉门窗、抽屉时夹伤所致。当出现这种意外时，要先将孩子受伤的手指或脚趾浸泡在冷水中 15 ~ 30 分钟，为防止手指或脚趾冻伤，应每隔 5 ~ 10 分钟间断 1 次，待手指或脚趾温度恢复正常后再继续浸泡。此外，将肿胀的手指或脚趾部位抬高，有助于消退肿胀。

如果孩子的手指或脚趾在短时间内迅速肿胀，出现畸形或影响正常活动，就要考虑是骨折了，处理方式详见第 550 页。

如果因拧伤或被快速旋转的辐条如车轮辐条、电扇扇叶等打到，导致手指或脚趾受伤，家长应立即带孩子就医处理。

### 指（趾）甲内出血

孩子手指或脚趾严重瘀伤很可能会伴随指（趾）甲内出血，家长可以按压指（趾）

甲加快出血，缓解指（趾）甲内的压力，减轻疼痛。如果孩子无法忍受按压的疼痛，可以将孩子受伤的手指或脚趾浸泡在冰水中。如果出血的症状没有缓解，家长应带孩子去医院，由医生处理。

## 指（趾）甲开裂

如果指（趾）甲表面出现裂痕，但是未完全开裂，家长可以在孩子裂痕处贴上创口贴，待指（趾）甲长好后加以修剪；如果裂痕贯穿整个指（趾）甲，需将指（趾）甲边缘撕裂部分剪掉并磨平，然后贴上创口贴，直到指（趾）甲长好。

## 指（趾）甲脱落

不管是指（趾）甲半脱落还是完全脱落，家长都应及时带孩子就医，由医生进行处理，以免自己处理不当造成感染。

需要提醒的是，如果指（趾）甲未完全脱落，切勿刻意将其扯掉，通常情况下，指（趾）甲会自然脱落。另外，当孩子遭遇此种意外时，也不建议采取浸泡冷水的方式进行处理，因为指（趾）甲缺损或缺失使甲床失去保护，容易发生感染。

## ● 被猫、狗等动物抓咬伤

一旦孩子被携带狂犬病毒的猫、狗抓咬伤或者舔舐了开放性伤口，都有感染狂犬病毒的风险。被咬后，应及时处理好伤口，并尽快接种狂犬病疫苗。

狂犬病又叫恐水症，潜伏期短则 5 ~ 6 天，通常为 20 ~ 60 天，1 年以内发病率占 99%，个别的可长达数年到数十年。发作后典型的临床表现有怕水、怕风、怕光、躁狂等，目前医学界仍没有办法治疗这种病，致死率几乎高达 100%。

导致狂犬病的动物，主要是狗，其次为猫。被一些野生动物抓咬伤，也有这种风险。我国 2016 年《狂犬病预防控制技术指南》中指出：主要导致狂犬病的动物是狗，约占