

<<家庭急救120快翻手册>>

图书基本信息

书名：<<家庭急救120快翻手册>>

13位ISBN编号：9787510038488

10位ISBN编号：7510038480

出版时间：2011-8

出版公司：世界图书出版公司

作者：哥肯·佛克

页数：192

译者：李振华

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<家庭急救120快翻手册>>

### 内容概要

急救最大的目的，在于维持生命，所以身处事发现场的人，需要急救的常识。

请问，你会哪些急救措施？

如果比不出十根手指头，就要想一想，万一出事的是你的亲友，怎么办？

哥肯·佛克编著的《家庭急救120快翻手册(

畅销版)》由专业的医学团队以全方位的角度指导你如何救人救己，《家庭急救120快翻手册(畅销版)》帮你训练救回生命的能力。

<<家庭急救120快翻手册>>

作者简介

作者: (荷) 佛克

## <<家庭急救120快翻手册>>

### 书籍目录

#### 简介

急救的重要性

什么是急救？

#### 急救的基本原则

紧急情况下应该怎么办

紧急情况下不应该怎么办

#### 第一时间的紧急急救箱

家庭急救箱

旅行用急救箱

汽车中的急救箱

工作场所急救箱

#### 各种突发疾病的急救

##### 发热

胃肠综合征：呕吐、腹泻、便秘以

及腹绞痛

呕吐

化疗与呕吐

腹泻

便秘

腹痛

##### 头痛和偏头痛

头痛的种类

##### 耳痛

##### 食物中毒

食物中毒的种类

##### 皮炎

一般注意事项和家庭处理措施

接触性皮炎

##### 如何识别脑膜炎

在家照顾脑膜炎患者

##### 哮喘发作

什么是哮喘

##### 咳嗽

什么是咳嗽

##### 惊厥和抽搐

什么是癫痫

什么是发热性惊厥

##### 糖尿病的危急状态

什么是糖尿病

##### 眩晕、昏厥和意识丧失

什么是昏厥

##### 心跳骤停（心力衰竭）

什么是心力衰竭

##### 恐慌和焦虑

<<家庭急救120快翻手册>>

家庭急救

眼睛或耳内异物

眼内异物

耳内异物

咽喉部和食管异物

什么是异物

烧伤

什么是烧伤

过敏

什么是过敏原

跌伤

跌打伤

关节脱位

扭伤

骨折

触电事故

电击伤害

碰撞和青肿

碰撞

青肿

刺伤、割伤及划伤

撕裂伤和刺伤

什么是破伤风

出血

出血的类型

中毒

通过消化道的中毒

肌肉疼痛

什么是肌肉

肢体残缺

相关症状

胶水粘连

假日急救

交通事故

叮咬或螫伤

咬伤

不同种类的咬伤

假期中的过敏反应

呼吸道阻塞和呼吸困难

被机械设备夹住或卡住

被机械设备夹住

晕动症

如何避免意外事故和伤害

在海边或山上的短途旅行中，防止肌肉损伤和骨折的建议

在参加冒险项目时要避免意外事故的发生

在山上，使用临时夹板的范例

登山时的急救

## <<家庭急救120快翻手册>>

遭遇的困难

沙滩上的急救

中暑

脱水

晒伤

被海蜇或其他海洋生物螫伤

在游泳时的安全措施

游泳时的安全措施

紧急情况

怀孕期的意外事故

避孕失败

如果避孕套破裂或遗留在阴道内应该怎么办？

如何应对性侵犯？

酒精中毒

药物中毒

严重的可卡因中毒

严重的海洛因中毒

摇头丸类的“迷幻药”引起的严重中毒

大麻中毒

事故预防

预防儿童发生意外事故

预防老年人意外事故和其他问题的发生

帮助老年人预防跌倒

孕妇意外事故的预防

孕妇的恶心

孕妇的饮食

孕妇的睡眠问题

35岁以上的高龄产妇

性和怀孕

避免在家中发生意外事故

在厨房里

预防假期中的意外事故

预防工作中出现意外事故

工作中为什么会发生意外事故？

正确使用清洁产品

清洁产品

救援技术

救生技能

怎样检查患者是否仍有呼吸？

伤口和流血

微小的伤口

严重的伤口

绷带包扎

<<家庭急救120快翻手册>>

包扎绷带的注意事项

绷带包扎的种类

处理受伤者

一般建议

紧急避险

地震

地震时应该怎么办？

火灾

火灾时该怎么办？

强风或暴风雨

一般建议

寒流和热浪

寒流

热浪

## &lt;&lt;家庭急救120快翻手册&gt;&gt;

## 章节摘录

强风或暴风雨 自然灾害,像洪水、狂风暴雨及龙卷风会对人们造成严重的危害,也会给地区的公共设施带来许多问题。

如果能够做一些即使很小的准备,也能够坚持到急救人员的到来,并且更有承受能力。

一般建议 当暴风雨来临时最好不要出门,因为在狂风或暴风雪中,能见度极低,这就会增加跌倒和其他事故的发生率。

打开收音机,听从紧急事故服务机构的建议。

所有家庭成员都要远离家用电器,比如电熨斗、计算机及电视机等。

如果可能,切断所有家用电器的电源。

建议远离房屋的门窗,因为风的力量可能会使玻璃破碎。

被折断的树枝可能会被风吹到屋内造成家庭成员的伤害。

只在紧急状况时使用电话,以免造成线路拥塞。

如果有原因不得不出门时,要穿戴好防御衣帽。

记住连指手套要比分指手套暖和。

穿衣服时为了保温,套上几件薄的衣服比只穿一件厚衣服要更好一些。

如果在外出时遇到了暴风雪,试着在建筑物的出入口或在低矮的建筑物里找寻避难所,不要接近大树或高地,因为在这些地方容易受到雷击。

如果开车外出遇到暴风雪,呆在车里,不要试图在被水淹没的道路上开车。

外出时,在游艇或帆船里而且船帆已张开,要尽快到达港口或放下船帆,因为它容易吸引雷电。

在外面遇到暴风雪,如果感到皮肤有刺痛或头发直立,立即躺倒在地上,因为这是带电的征兆,你可能有被电击的危险。

如果水深已没过了膝盖,不要试图淌过流动的水。

如果暴风雨伴有洪水发生,应该怎么办 如果暴风雨过于猛烈,河床太低不能容纳过多的水,水就会溢出引起洪水。

在决定建造房屋时,首先要找到水源。

不要靠近岸边建造房屋,因为发洪水时可能会淹没房屋。

如果住的地方附近在雨季时经常被淹没,要提前做好准备。

当雨水较大时,打电话给气象服务中心以获得最新的消息。

为全家人储备足够用一周的饮用水,因为发洪水时,输水管道会破裂,水源会被切断。

同时,也要储备不易腐烂的食物,如罐头食品、干果或巧克力等。

准备一个装有常用药品的急救箱,放在家中安全的地方,足够全家人使用一个星期。

将一个收音机、手电筒及备用电池以及一个宿营炉放在一个安全的地方。

也可储备净化水的药片。

洪水之后该做些什么 彻底检查家中的所有设备:自来水、煤气和电器设备。

打电话给保险公司并告知他们暴风雨造成的所有损失。

如果某些食物在暴风雨中被雨水弄湿了,不要再食用它们,否则会有得传染病的危险。

另外,如果家用电器被泡湿了,不要触摸它们,当然更不要使用它们。

如果在暴风雨后没有可饮用的水,不要使用井水或蓄水池中的水,因为那些水可能已被污染。

遇上龙卷风或飓风时应该怎么办 在结构结实的建筑物中寻找避难所。

不要到小木屋或移动房屋中。

如果房子有地下室,到那里去避难可减小危险。

遇上龙卷风或飓风时不要呆在车里,否则会因飓风而减慢行进速度而遇上危险。

不要在有巨大屋顶的建筑物里避难,比如体育中心、大的帐篷、剧院或礼堂,因为房顶有可能会塌下来。

如果在家中,拉下所有的窗帘或百叶窗,打开顺风向那面的窗户。

家庭中所有的成员都要远离门窗。



## <<家庭急救120快翻手册>>

**寒流和热浪** 当气温极低或极高时，必须采取特别的预防措施。

要给予老年人和儿童特殊的照料，以避免出现任何问题。

**寒流** 气温极低或下雪期间，除了会造成伤害和引起紧急状况外，还会使人对细菌和病毒的易感性升高，这主要影响儿童和老人。

如果居住的地区经常会被大雪封锁，估计一周需要多少食物、水和燃料，并将它们储存在一个安全的地方。

同时准备一个宿营气炉。

将家庭成员常用的药物放到急救箱中。

确保壁橱中有足够的衣服可以抵御寒流。

检查房屋所有空气可进出的地方，比如门窗等。

检查房顶和排水管道。

确保房屋的供暖系统不会被冻得不能正常运转。

仅在紧急状况时才使用电话以免导致线路拥塞。

将不必要的家用电器断电。

使家中的一个水龙头持续滴水以防水管被冻住。

任何情况下都不要让孩子和老人到街上去，因为他们是对气温变化最敏感的一个群体。

**在寒流时使用汽车** 在寒流时只有绝对需要时才能使用汽车。

如果开车去旅行，要与其他人同行。

打电话给气象服务中心询问你要开车去的地方的气候情况。

旅行时要带着充满电的移动电话。

离家之前要将汽车的油箱灌满。

不要等到还剩很少油的时候才去加油。

检查汽车的防冻剂、煞车、轮胎压力及电火花插座是否完好。

寒流时开车旅行所需要的物品包括：遇到冰或雪时车子所需的锁链。

清除雪的铁锹。

装有新电池的手电筒及备用电池。

高热量的食物，如巧克力和干果。

在旅行中打开收音机收听有关交通状况的广播。

在暴风雪时不要在夜间开车，否则发生事故的概率会增加。

如果暴风雪太猛烈不能继续行进时，将车停下来并打开暖气。

将一扇窗子稍微打开一点缝隙使空气对流以避免一氧化碳中毒。

将一个明显的标志放在汽车天线上使车更容易被发现。

下车查看车是否被雪覆盖，如果被雪覆盖则将雪清除，小心不要受伤。

**热浪** 热浪会带来许多负面影响，不管是社会性的还是经济性的。

这些问题主要发生在老人、儿童、或有慢性疾病的人群身上，他们必须采取特别的预防措施。

在高温时期，昏倒和脱水的发生率升高，过敏反应和失眠的发生率也较一年中的其他时期更高。

呆在房屋中最凉爽的地方并尽可能找到阴凉地。

如果将要暴露在太阳下，戴上帽子并尽可能减少呆在太阳下的时间。

穿轻的、透气的、白颜色的衣服。

P188-190

## <<家庭急救120快翻手册>>

### 编辑推荐

如何准备家庭、旅游急救箱？

突发疾病如何急救？

如何避免意外事故的发生？

遇到紧急情况该如何应对？

儿童、老人、孕妇应该如何预防意外事故的发生？

常用的救援技术有哪些？

如何进行紧急避险？

哥肯·佛克编著的《家庭急救120快翻手册(畅销版)》由专业的医学团队教你如何应对突发状况救人救己。

<<家庭急救120快翻手册>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介, 请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>