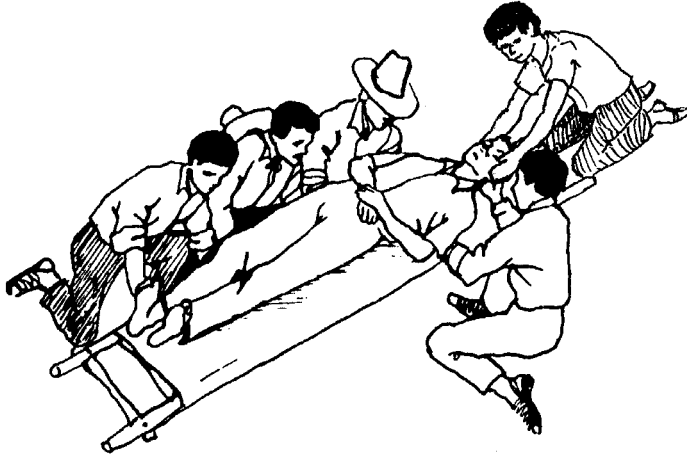


附录A： 安全与突发事件



当你在工作场所、社区或家里接触或直接暴露于各种危险物品时，尽可能地保证安全并做好防御意外的准备是很重要的。本附录涵盖以下专题信息：

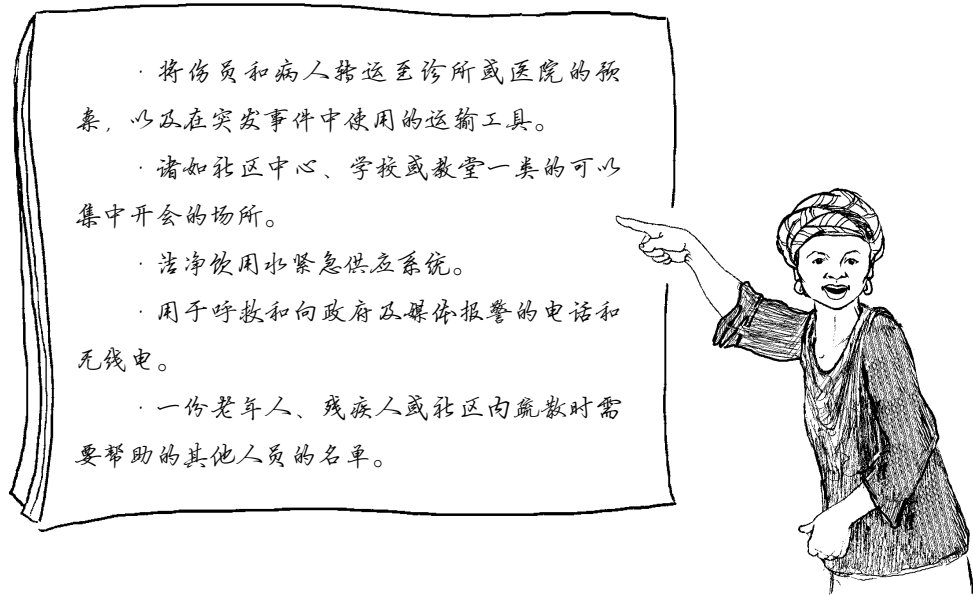
- 建立突发事件的安全预案
- 急救箱
- 防护装备
- 化学物质溢出
- 处理化学物损伤
- 处理烧伤
- 休克
- 呼吸急救

本附录提供的材料有助于应对突发事件，但这不是一本完整的急救手册。为了更好地应对，应参加急救培训和化学物质处置培训，获得急救手册并弄懂其中的内容，以及提示社区卫生工作者在建立安全预案时给予帮助。

建立突发事件的安全预案

除了防护设备及急救用品外，必须知道一旦发生突发事件或意外事件时该做什么。每一个社区及工作场所都应建立应对毒物泄漏、火灾、水灾、风暴或其他突发事件的安全预案。

要将最近的诊所或医院的地址和电话号码张贴在中心地带。应确保每个人都知道急救用品和应急设备的位置，并且能使用这些设备。安全预案还应包括：



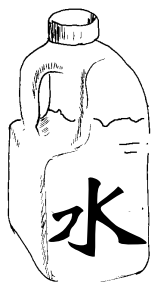
针对不同类型的突发事件应有不同的预案。

弄清楚你所在社区最可能受到的威胁并有所防备是任何安全预案的一个重要内容。

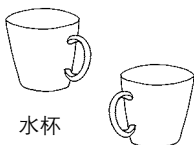
急救箱

每一个工作场所、卫生站和社区中心都应有为处理突发事件准备的急救箱。做急救箱的器具应有相配的密封盖，这样，水、灰尘或化学物质就不会漏进箱子里。应确保社区或工作场所的每一个人，包括新来的，都知道急救箱存放在哪里以及如何使用。

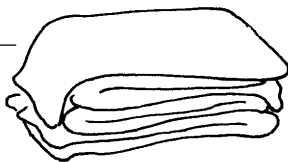
急救箱内应放置的物品



两升饮用水



水杯



遮盖伤员或病人的毯子。



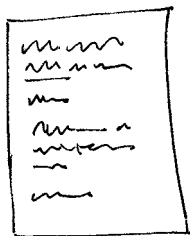
一瓶活性炭或炭粉。



发生污染或暴露时可替换的备用衣物。

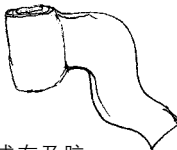
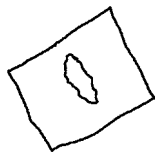


盐
(有人吞服毒物时掺入水中催吐)。



当地或工作场所使用的化学物品及其对健康产生影响的清单。若是农药应列出所适用的作物。

一包口罩、中心剪开口的布片或薄塑料布，用于进行口对口人工呼吸。

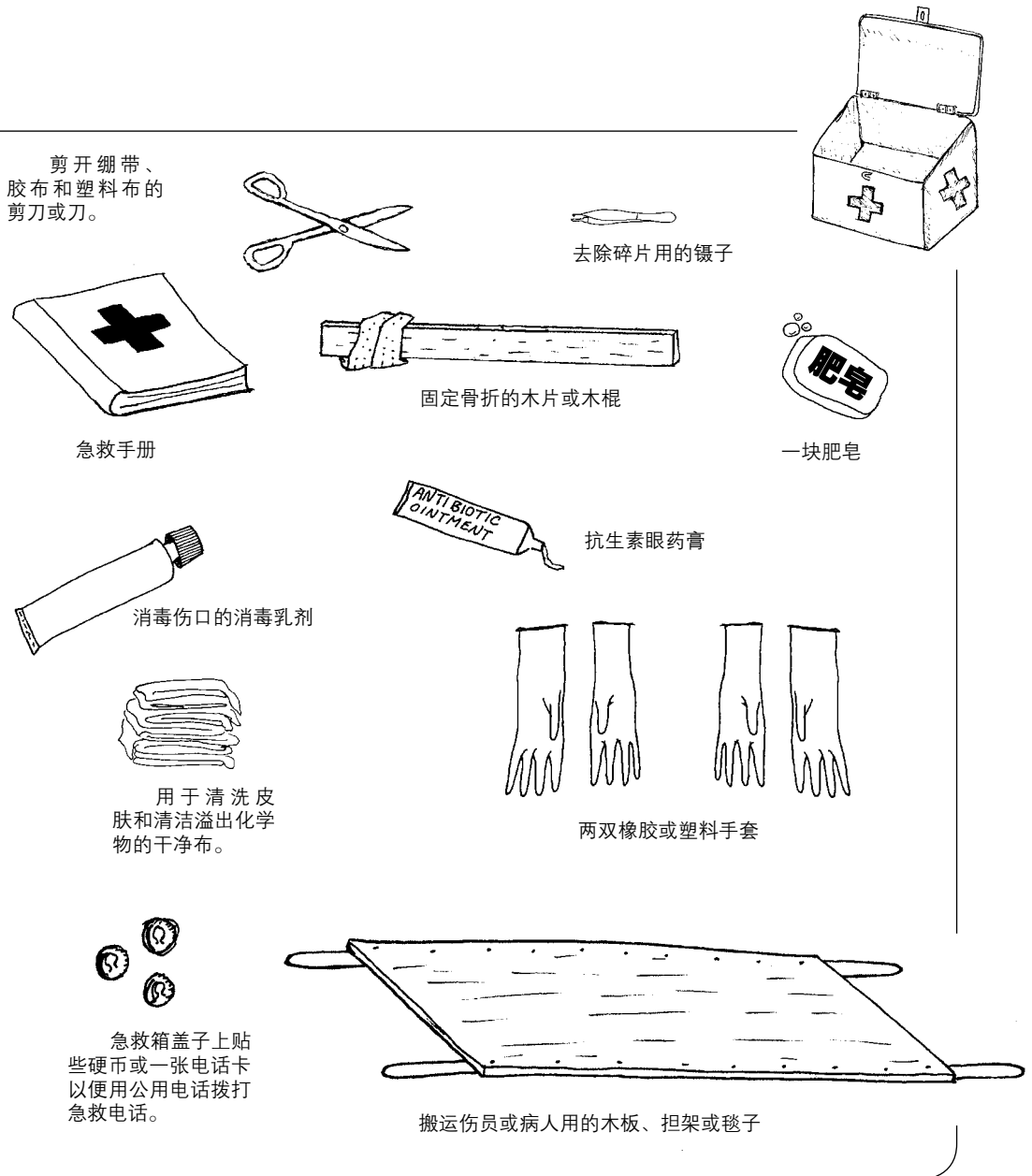


干净绷带、纱布或布及胶布，以遮盖伤口和擦伤口。



列出农药或其他可能使用的化学物质中毒时用作解毒的药品。

不同的社区和工作场所需要的急救物品是不同的。考虑所在区域可能发生的突发事件的种类，据此准备好急救箱。如果你在工作中使用农药或其他化学物品，要阅读容器上贴的标签，以明白中毒时应该使用的药物。



防护装备

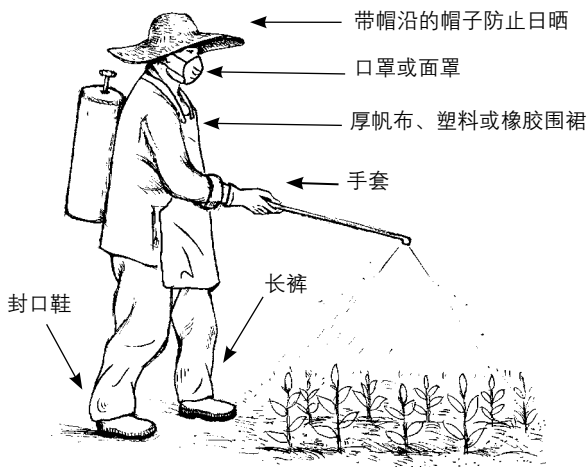
每一个在工作中接触或暴露于有害化学物质中的人都应该穿防护服，亦称个人防护设备。雇主有责任为工作人员提供防护装备。工作人员应该要求雇主通过提供防护装备并保持其良好状态以保证他们的健康和安。

为了起到保护作用，防护服必须大小合适、保持良好状态。贫穷国家只有三种类型的防护服：太大、太小和破损的防护服。如果没有防护服，可以用雨衣或用塑料袋做的防护服来保护自己。剪出头和手的出口，臂和腿、手和脚穿上另外的塑料袋。

图中显示了防护大多数有害物质所需的所有防护装备。并非所有的职业或物品都要求具有这些装备，而有些工作还需要特殊的衣服和装备。

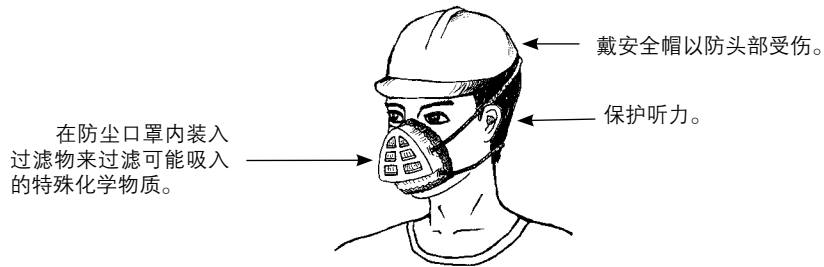


暴露于农药的农场工人应穿戴：



如果没有口罩或面罩，通常可以用一块大手帕或围巾来代替。但是，农药会沾在湿的围巾或手帕上，用这样的湿东西比根本没有口部防护还要危险。如果你用了围巾或大手帕，应该经常冲洗并保持干燥，还要知道这样并不能提供更多的防护。

石油和采矿工人这样穿戴可以更好地防护：



医院、卫生所和其他卫生保健部门收集垃圾的人员，以及卫生工作者应穿戴：



防护装备只有在打扫清洁时才起作用。每次用后或移交后，都要清洗手套、口罩、眼镜和其他衣物及设备，以防止下一个使用的人被污染。

防护口罩

防止吸入有毒化学物质和灰尘侵害的最佳方法，是有良好的通风并戴防护口罩。如果你戴着口罩时还觉得某种化学物质让你不舒服，则表明口罩没有起到作用，或者是某种有毒化学物质正在通过其他途径伤害着你。

宽松的布/纸口罩

这种口罩可以防尘，但不能防止你吸入化学烟气。烟气可通过纸或布，渗入松散的口罩周边。

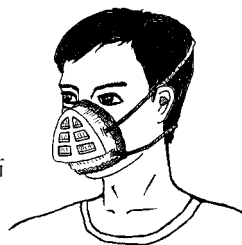


紧密的纸口罩

这种口罩可以防尘。口罩应一直紧贴面部。这种口罩不能防止吸入化学烟气。这种口罩很快会粘成一块或用破，如果不再能紧贴面部就必须更换。

塑料防尘口罩

这种口罩比松的或紧的布/纸口罩的防尘效果好。口罩应一直贴住面部。这种口罩不能防止吸入化学烟气。



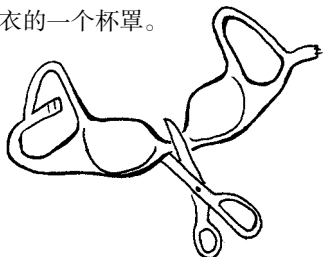
橡胶口罩

这种有过滤器的橡胶口罩可能会使你免于吸入化学烟气。口罩必须紧贴面部，这样空气才不会从皮肤和口罩之间渗入。各种化学物质需要不同的过滤器并应经常更换。使用者需要特殊培训来学会安装、使用和清洗这种口罩。戴这种口罩会觉得闷热不舒服。工作中接触化学物质时，应经常到通风良好的地方取下口罩来休息一下。

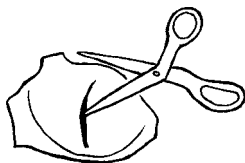
如何用布制作活性炭口罩

这种自制口罩是由菲律宾的马兰巴博士设计的，可以防护化学物质和灰尘的侵害。

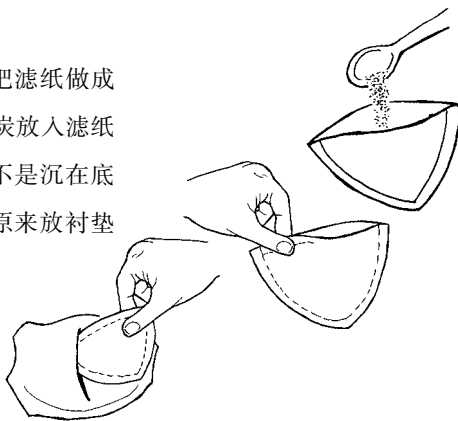
- ① 剪下布胸衣的一个杯罩。



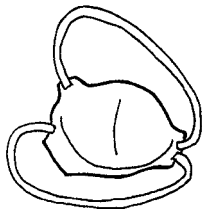
- ② 把胸衣杯罩内的填塞物拿掉。



- ③ 将滤纸剪成可以塞进胸衣里的大小，把滤纸做成小袋以放入新的填塞物。将100克活性炭放入滤纸垫中，应确保炭粉铺在整个滤纸上而不是沉在底部。将滤纸包严密封口后放进胸衣里原来放衬垫的位置。



- ④ 把松紧带缝到杯罩上使其能够紧贴面部。



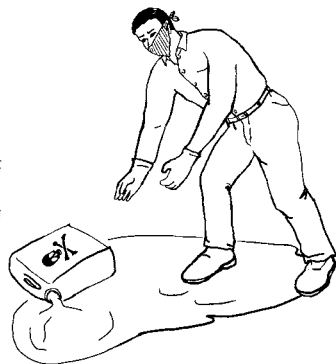
在两次使用过滤器之间应将其通气。如果使用过程中遇到大量有毒化学物质飞溅，这种面罩只能用两次，每次四小时。根据暴露的化学物质的类型以及使用的时间，1周之内必须更换活性炭。

化学物质溢出

在清除溢出的化学物质之前，要先保护好你自己、周围的人员以及水源。如果有人清除溢出物的防护比你做得好（接受过专业培训的人），应请求他们的帮助。清除化学物质时始终要穿防护服！

小量化学物质溢出

如果是小量化学物质溢出，重要的是在其对人造成伤害及进入水体或渗入土地之前控制、回收和清理溢出的化学物质。



控制溢出

最重要的是防止更多的溢出。关闭泄漏的设备，将倒掉的容器放正或将漏的容器放进不漏的容器中。



如果可能会被风吹散，可用布或塑料布遮盖。

回收泄漏的化学物质

用土、沙、锯木屑、黏土或其他材料覆盖在溢出的化学物质上。



清理溢出物

将溢出物舀进桶或厚塑料容器中。不要用水冲，因为水会使化学物质扩散开，使问题更加严重。然后再安全地处置溢出的化学物质。（见第410~411页）

大量化学物质溢出

在采油区、工作场所以及工业区，都会使用或转运大量的化学物质，因此对大量化学物质溢出有所防备是很重要的。

- 与工人、雇主及附近居民共同制定突发事件应急预案。
- 张贴万一发生泄漏时联系人的姓名和电话号码，包括雇主、诊所和医院、安全部门官员、政府当局、卫生工作者和受过清除泄漏培训的人员。
- 现场应配备清除泄漏所需的警示标志、器材和防护设备。
- 设计并标记好从现场逃生的路线。
- 备好第二水源，一旦发生石油或其他化学物质污染社区用水时可供应急。

处理化学物伤害

化学物质可能流到皮肤和衣服上、溅入眼睛或被吞服、吸入。如果有人受伤，应尽快给予医疗救治。

吸入化学物质

将伤者带离其吸入毒物的地方，特别是封闭的环境。如果泄漏发生在室内，应打开门窗。

- 将伤者带到有新鲜空气的地方。
- 解开伤员的衣服。
- 让伤者坐或躺着，使其头、肩上抬。
- 如果伤者丧失意识，应让其侧卧并确保没有东西堵塞其呼吸道。
- 如果伤者没有呼吸，做口对口人工呼吸。（见第557页）



- 如果有任何健康问题的迹象，如头痛、鼻或喉受刺激、眩晕、困倦或胸闷，应立即寻求医疗帮助并带上化学物质的标签或名称。

吞服化学物质

- 如果伤者意识丧失，将其侧卧并确保其呼吸。
- 如果伤者没有呼吸，立即做口对口人工呼吸。（见第557页）这也可能使救护者暴露于这种化学物质中，所以应该在开始做口对口人工呼吸前戴上口罩或是用布、中间剪开口的薄塑料隔开。
- 如果伤者能喝水，就让其饮大量清洁水。
- 找到化学物质的包装并立即看清标签。标签会明示出急救要点。（见第257页）

化学物质溅到身体或衣服上

- 在保证安全的前提下，首先将伤者搬离化学物质泄漏处。
- 脱去溅有化学物质的衣服、鞋或首饰。在脱去套头衬衣或毛衣时要小心防止化学物质进入眼睛。最好是剪开衣服。
- 用冷水冲洗受伤区域，至少15分钟。
- 如果化学物质进入眼睛，用清水冲洗15分钟。翻开眼皮并转动眼球一圈以便冲洗到整个眼球。
- 如果伤者呼吸停止，采用口对口人工呼吸。
- 用抹布吸掉化学物质，注意不要把化学物质扩散到周围。
- 如果身体被化学物质烧伤，应像处理普通烧伤那样处理。（见第555页）



处理烧伤

应对任何烧伤：

- 立即将烧伤部位放入冷水中阻止烧伤，烧伤部位至少应降温20分钟。
- 用阿司匹林或其他止痛药缓解疼痛。
- 防止休克。（见第556页）
- 较小的烧伤，不需其他处理。



应对化学性烧伤、放射性烧伤、电击烧伤以及导致水泡的烧伤（二度烧伤）：

- **不要**去除粘在受伤处的任何东西。
- **不要**涂擦任何洗剂、油脂或黄油。
- **不要**弄破水泡。
- **不要**撕破疏松的皮肤。
- **不要**在化学烧伤处涂擦任何东西。
- **要立即**用清水冲走烧伤处的化学物质。
- **如果可能的话**，要用湿的无菌织物（如干净的纱布绷带）覆盖烧伤处。
- **如果水泡已破**，要用冷的干净水和中性肥皂水轻柔地冲洗。只有当周围环境很干净且没有昆虫、灰尘或化学烟雾时才能将烧伤处敞开。
- **要除去可能被化学物质污染的衣服**，并与其他衣物分开洗涤。
- **要用蜂蜜覆盖小的烧伤处**。蜂蜜可预防和控制感染并加速愈合。每天至少两次轻柔地将旧的蜂蜜冲洗掉、涂上新的蜂蜜。

然后，尽快将伤者送到保健医生处或医院。

如果觉得伤者呼吸道被烧伤，应将其送到医院。症状包括：

- 口、鼻周围烧伤，或口腔内的烧伤。
- 意识模糊、意识丧失，或吸入烟气后剧烈地咳嗽。

同样，面部、眼睛、手、足或生殖器有严重烧伤的也要送到医院。

严重烧伤者因为复合疼痛、恐惧及烧伤处有渗出物而有体液流失，所以很容易陷入休克状态（见下页）。应给予安慰并消除其顾虑，止痛，治疗休克并补充足够的体液。

休克

休克是一种致命的症状，其原因可以是大面积烧伤、大量失血、严重疾病、脱水、严重过敏反应、急性中毒及其他紧急情况。

休克的症状

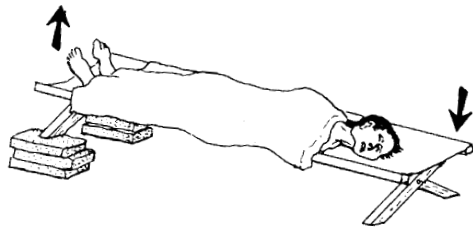
- 意识模糊、虚弱、眩晕或意识丧失
- 脉搏弱、快
- 出冷汗、皮肤苍白、发冷
- 血压急剧降低

预防或治疗休克

休克症状初期，或有休克危险：

- 将病人置于足高头低

的平卧位，如图所示： →



- 止血、处理伤口。
- 如果病人感觉冷，给他盖上毯子。
- 如果病人可以喝水，给他喝水。如果病人出现脱水，给他大量饮水和口服补液。

（见第53页）

- 如果病人有疼痛，给予阿司匹林或其他止痛药；但是不要给镇静剂如可待因。
- 留下来安慰病人使其消除顾虑。

如果病人意识丧失：

- 将其置于头低卧位，背部稍向前倾斜（见上图）。如果有窒息症状，用手将其舌头拉出来。
- 如果有呕吐，马上清理口腔。
- 在病人恢复意识前，不要给他口服任何东西（喝水除外）。
- 寻求医疗帮助。

呼吸急救

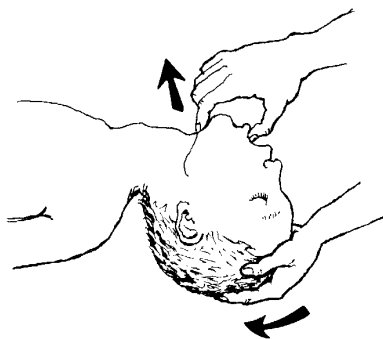
人停止呼吸4分钟之内就会死亡。无论何种原因造成呼吸停止，立即实施口对口人工呼吸！如果伤者吞服了化学物质，为了避免接触到这种化学物质，在你开始做口对口人工呼吸之前，你应戴上口罩或一片布，或一片中间剪开口的薄塑料布。



第一步：迅速用一个手指头去除堵在嘴或喉咙里的东西，拉出舌头。如果喉咙里有粘液，应迅速清理干净。

第二步：迅速而轻柔地将伤者脸朝上放平。轻轻将其头部后仰并向前提下颌。

第三步：用手指捏紧伤者的鼻孔，打开伤者的嘴，将你的嘴包住伤者的嘴，用力将气吹入伤者肺内使其胸部抬起。停止吹气让气出来，然后再吹气，大约每5秒钟重复一次。对于婴儿和小儿，你的嘴要包住其鼻和口，吹气要轻柔，大约每3秒钟重复



一次。急救应持续到伤者恢复自主呼吸，或确认其死亡。有时你必须持续一小时或更长时间。

注：除非口腔有开放伤口或出血，口对口人工呼吸不会传播或感染艾滋病病毒。

