

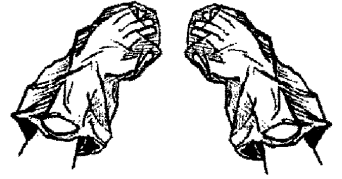
10. 急救

基础清洁及保护

在第一时间作急救时，一定要先用肥皂及水清洁你的手，以预防病毒传播。

当一个人受伤时，最重要的事是救助，但你也必须保护你自己不要感染了 HIV 或是其它由血液传染的疾病。当有人受伤出血时：

1. 在可能的情况下，教导受伤的人直接加压在伤口上来帮自己止血。
2. 如果受伤的人无法自己止血，就尽可能地戴上手套或是用干净的塑料袋罩在手上，防止直接接触血液，并且用干净而厚的衣布，直接覆盖在伤口上加压止血。



避免直接拿取在你所帮助的患者周遭的针头、其它尖锐物或受到血液污染的物品。要用干燥、干净的绷带来固定受伤部位。

当你急救的人因意外或是打架而遍体鳞伤时，要特别注意。如果你被血液或体液喷到时，赶快用肥皂及水洗净；如果你身上任一部位（特别是眼睛）喷到受伤病人的体液时，整个部位要用大量水清洗。

一、发烧

体温太高称为发烧。发烧本身不是病，只是许多疾病常见的征候。不过，对小孩来说，高烧也可能造成危险。

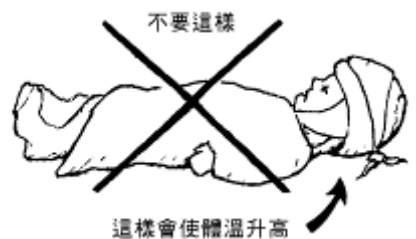
病人发烧时：

1. 不要盖被子：除去小孩全部的衣物，保持室内空气流通，直到烧退为止。

**切勿用衣服或毯子把孩子包起来
把发烧的小孩包起来非常危险**

新鲜空气或微风不会对发烧的人造成任何伤害，却有助于退烧。

2. 大人也可用阿司匹林（Aspirin，GP-2 379 页）退烧。小小孩可用 Acetaminophen（Paracetamol）比较安全，但不要给的太多。



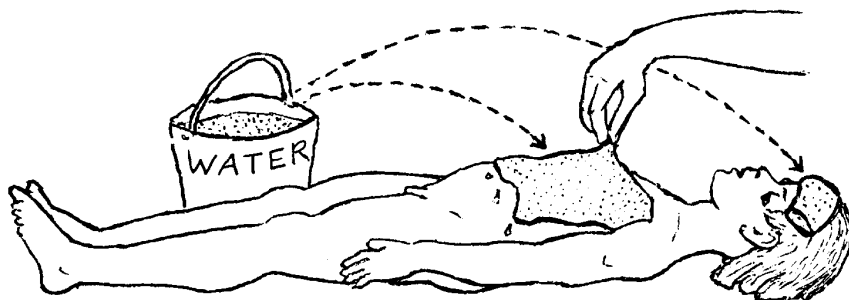
3. 发烧的人都要多喝水、果汁或别的饮料。小小孩（尤其婴儿）的饮用水应煮开。确定其尿量正常，如果尿量很少或颜色很深，就要喝更多的水。
4. 可能的话，找出发烧原因加以治疗。

二、发高烧

高烧时，若不立刻退烧，是很危险的。会引起抽筋，甚至造成永久性的脑损伤（即麻痹、智力迟缓、癫痫等）。高烧对小小孩特别危险。

高烧时（40 度以上）要马上退烧：

1. 使病患躺在阴凉处。
2. 除去所有衣物。
3. 用扇子扇。
4. 用冷水（不要用冰水）擦拭全身，或用冷水浸过的衣服，盖在胸前或额头，用扇子扇，且时常更换，直到体温降到 38 度以下。



5. 多喝水。
6. 吃退烧药 Acetaminophen 或 Aspirin，或使用退烧栓剂。

剂量（用 300mg 一片的成人用药片）：

- 12 岁以上：每四小时服两片。
- 6-12 岁：每四小时一片。
- 3-6 岁：每四小时服半片。
- 3 岁以下：每四小时服 1 / 4 片。

7. 若发烧病人吃不下药丸，就把它磨碎，加水混和后灌肠，或用针筒（拿掉针头）打进肛门内。对 12 岁以下的小孩来说，当感染流行性感冒，感冒与水痘时，Acetaminophen 要比阿司匹林安全（379 页）。

**若高烧不退，或已开始抽筋，
应该继续冷敷退烧，并立即找医生。**

三、休克

休克是一种致命的急症，其成因有剧痛、大面积烧伤、失血过多、重病、脱水，或严重过敏反应。内出血（虽然由外表看不见）也会造成休克。

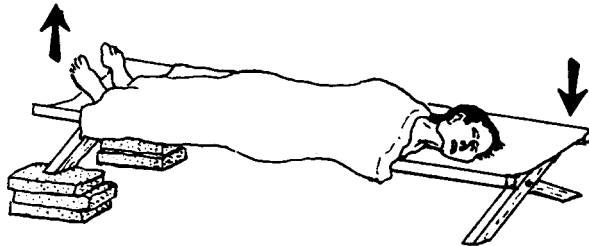
休克征候：

- 脉搏弱而快（每分钟 100 次以上）。
- 出冷汗、脸色苍白，全身冰冷，皮肤潮湿。
- 血压降到很低时，神智模糊，无力或昏迷。

休克的预防与治疗：

刚出现休克或有休克危险时：

- 若休克者有系腰带或任何紧身衣物，要帮他卸下、放松。
- 让病人躺下，脚比头高，如图：



但有严重头部外伤者须让他半坐卧（10 章 91 页）。

- 止住任何的出血，戴手套或塑料套避免手接触血液。
- 若病人觉得冷，给他盖上毯子。
- 若病人清醒，能够喝水，给他热水或一些热饮料喝，如果有脱水的现象，就要补充大量水份（13 章 152 页）。
- 治疗伤口。
- 若有疼痛，给他服用阿司匹林或别的镇痛剂，但不要给有镇定作用的药物如可待因（codeine）。
- 保持镇静并给病人安全感。

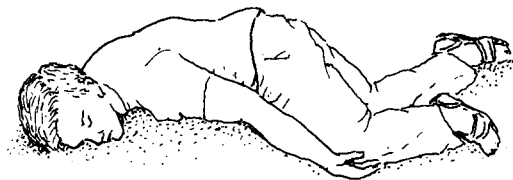
若病人昏迷：

- 让病人侧睡，头放低，背斜向一边（参看图）。若病人好像窒息了，用手指把他的舌头往前拉。
- 若病人吐过，要马上清洁其口腔。把背倾斜并侧向一方，免得把呕吐物吸入肺部。
- 病人不清醒时，绝不要给他吃东西。
- 若现场有人懂得如何静脉注射，赶快注射生理食盐水（急速点滴）。
- 赶快寻求医疗协助。

四、昏迷

常见昏迷原因：

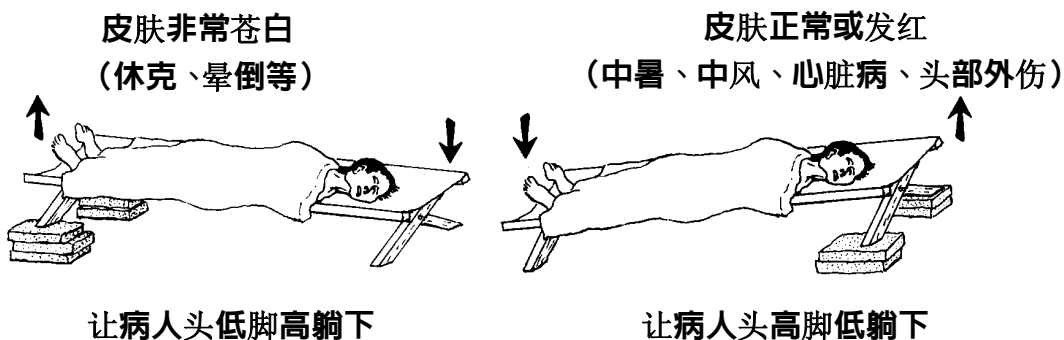
- 酒醉。
- 撞到头（撞昏了）
- 晕倒（受惊、体弱、低血糖等）。
- 休克（10章77页）。
- 中毒（10章103页）。
- 中风（22章327页）。
- 中暑（10章81页）。
- 心脏病发作（22章325页）。
- 抽筋（13章178页）。



若病人昏迷却找不出原因，应赶紧看看下列各项：

1. 呼吸顺畅吗？若不顺畅，把病人的头部往后仰，并将舌头和下颌往前拉。若有东西哽在喉中，要清除掉。若呼吸停止，马上做口对口人工呼吸（10章80页）。
2. 是否**失血过多**？应赶紧止血（10章82页）。
3. 是否**休克**（皮肤湿冷、脸色苍白、虚弱、脉搏快）？可让病人头低脚高躺下，并解开衣物（10章77页）。
4. 是**中暑**吗？（无汗、高烧、皮肤发烫而红？）若真的中暑，将其移到阴凉处，头高脚低躺下，全身洒上冷水（最好用冰水）、吹电风扇。

昏迷病人的卧姿：



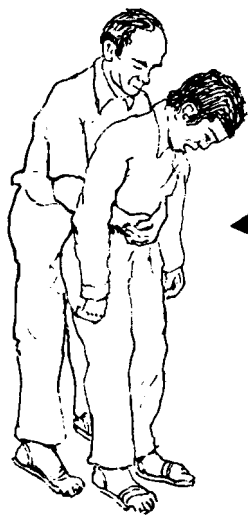
若昏迷的病人可能受了重伤：

在病人恢复神智前，最好不要搬动他。若非搬动不可，也要特别小心，因颈椎或腰椎骨折的病人，可能会因改变姿势而加重伤势（10章100页）。

找出伤口和骨折的部位，但应尽量少移动病人。特别是不可弯曲其颈、背。

绝不可给昏迷病人吃喝东西

五、异物哽塞



若有食物或其它东西哽在喉中不能呼吸，应尽快如下处置（哈姆立克急救法）：

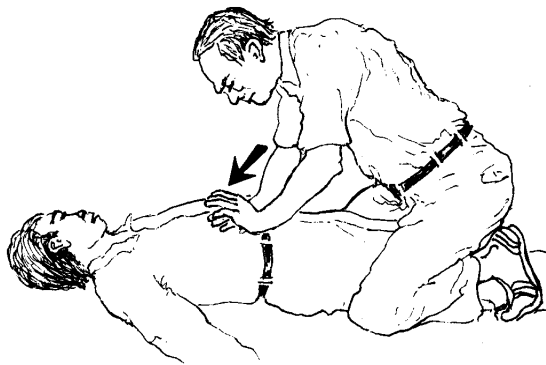


呼吸道哽塞

- 站在病人后面，用两手抱住其腰部。
- 把拳头紧紧顶在病人脐上与肋下之间。
- 突然用力的往上方施压。这样可压缩肺内空气、接着把喉中异物挤出。必要时，可连做数次。

若病人比你重得多，且已昏迷，尽快如下处置：

- 让他仰卧。
- 把头侧一边
- 如下图坐在病人身上，把下面的手掌根部放在病人脐上与肋下之间（如果是肥胖，怀孕、坐轮椅的人或小孩，则把手放在胸部，而非腹部）。
- 快速用力往上推。
- 必要时，可连做数次。
- 若病人还是不能呼吸，即做口对口人工呼吸（见下页）。

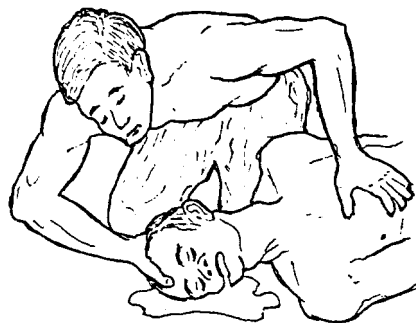


六、溺水

一个人不能呼吸，只能再活四分钟！所以要**赶快采取行动**！

马上做口对口人工呼吸--尽快将病人拉到浅水处，头一出水面便立即开始。

上岸后，若是仍无法把气吹入肺中，要赶快让他头低脚高侧躺，用前述方法压挤腹部，仍继续口对口人工呼吸。



别忙着赶出溺水者肺里的水，赶紧先做口对口人工呼吸

七、呼吸停止时处理法：口对口人工呼吸

常见呼吸停止的原因：

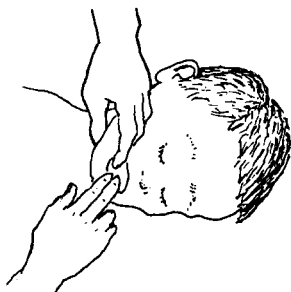
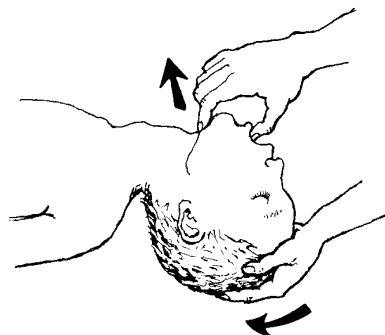
- 有东西哽在喉中。
- 昏迷病人舌头或浓痰堵住喉部。
- 溺水、浓烟呛住了或中毒。
- 头部或胸部受重击。
- 心脏病发作。

病人停止呼吸四分钟内就会死掉。

**病人呼吸停止时，应赶紧做
口对口人工呼吸**

赶紧作下列处置：

第一步：赶快清除塞在口中或喉中的东西，把舌头往前拉，若喉中有痰，赶快清除掉它。



第二步：快速但轻轻的让病人平躺，把头往后推，并将下颌往前拉。

第三步：用手指捏住他的鼻子，张开他的口，把你的嘴凑上去盖住他的口用力吹气，让他胸部膨胀起来，停一下，盖住他的口，让肺中的气出来后再吹，每五秒一次。如果是新生儿与小孩，用口盖住其口鼻，轻轻的吹气，约3秒钟一次。



口对口人工呼吸要做到病人会自动呼吸或确定死亡为止。有时要做上一小时或一小时以上。

注意：除非人有开放性伤口或口中有伤口，否则做的人、或被口对口人口呼吸的人，是不可能感染 HIV 的。

八、暑热造成的急病

热痉挛

天气炎热时，如果工作又重，流汗又多，就会感到手脚或胃部有疼痛性痉挛，这是因为体内缺乏盐份。

治疗：在一公升冷开水中加入一茶匙盐，每小时喝一次，直到改善为止。让病人坐下或躺在阴凉处，轻轻按摩疼痛处。



热衰竭

大热天工作，出汗过多，导致脸色苍白，四肢无力、甚至恶心要晕倒，皮肤湿冷，脉搏快且弱。体温多为正常（3章 31 页）。

治疗：让病人躺在阴凉处，两脚垫高，并擦拭两腿，给他喝如上调配的盐水（昏迷病人禁止吃喝）。

中暑

中暑不常见，却很危险。特别容易在天热时，发生在老人、极肥胖者和酒徒。

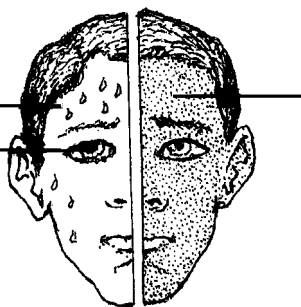
征候：皮肤红、烫、且干（甚至腋窝）。高烧可超过 42℃ 以及心跳瞬间加速。往往会昏迷。

治疗：要马上退烧。把病人放到阴凉处，全身洒上冷水（最好是冰水），再用电风扇吹，吹到烧退。马上寻求医疗协助。

「热衰竭」和「中暑」的不同：

热衰竭

- 皮肤湿、冷、苍白
- 瞳孔放大
- 没有发烧
- 虚弱



中暑

- 皮肤干、红、发热
- 发烧
- 病重或昏迷

酷寒造成的急症，参看 408、409 页

九、止血法

1. 抬高患部。
2. 用干净的布（没有布则用手，手要戴上手套或塑料袋）直接压迫伤口，直到止血。通常要 15 分钟，有时须要压一小时以上，**直接加压法**几乎对所有的伤口（甚至在截肢时）都有效。



若直接加压还是无法止血（特别是伤口很大或截肢时），且病人因失血过多濒临死亡时，赶紧采取下列步骤：

- 压住伤口。
- 尽量抬高伤部。
- 在最靠近伤口的近心端（如大腿或上臂），绑上止血带。如图用棍子转紧带子，才能止血。
- 用折迭起来的布，或宽皮带皆可。但不可用细绳，铁丝或电线。

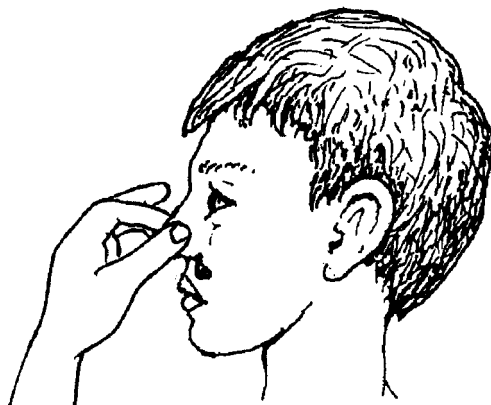


注意事项：

- 只有在出血很厉害或直接加压无效的病人才需要上止血带。
- 每半小时松开止血带一次，看看是否仍在出血，并让血液暂时流通。因止血带绑太久了，腿或手臂会坏死，甚至必须截肢。
- 切勿把香灰、煤油、石灰，或咖啡洒在伤口上止血。
- 若有严重出血或损伤外，应把脚抬高、头放低，以防休克（10 章 77 页）。
- 避免你皮肤上的伤口接触血液。

十、如何止住流鼻血

1. 挺直静静地坐着。
2. 轻轻用鼻子呼气，以清除黏液和血液。
3. 用手捏住鼻子 10 分钟，或直到不再出血为止。



若仍出血不止 …

用小块棉花把鼻孔塞起来，留点尾巴在外面。可能的话，先用双氧水、凡士林、仙人掌汁（1 章 13 页），或加有肾上腺素的局部麻药 Lidocaine 的湿棉花填塞鼻腔（381 页）。



然后再捏住鼻子，至少 10 分钟。头不可向后仰。血止住数小时后，再小心地把棉花拔出来。



较年老的病人，容易从后鼻部出血，无法直接压迫止血，可让他口含软木塞、玉米梗或类似之物，身体前倾，静坐试着不要做吞咽动作，直到血止才能进食（口中含物可以防止病人吞咽，使血液能凝结）。



预防：

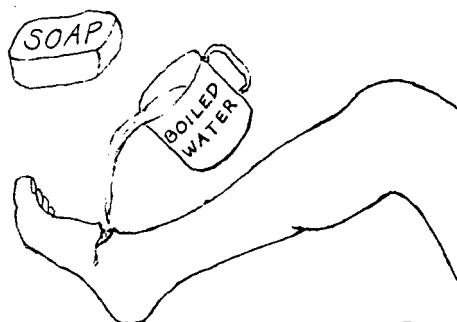
容易流鼻血的人，可在鼻孔里涂点凡士林，一天两次或吸点稀薄的盐水（13 章 164 页）。吃些橘子、蕃茄等水果，可强化静脉，减少流鼻血次数。

十一、割伤、擦伤、和小伤口

主要靠清洁来预防感染
及促进伤口愈合

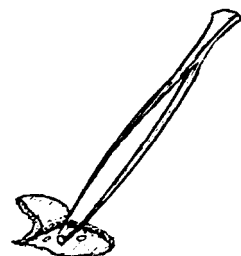
治疗伤口：

首先用肥皂和水洗净你的手。再用肥皂和冷开水洗净伤口旁皮肤。



如果伤口尚在流血或有分泌物，戴上手套或塑料袋，用肥皂、煮沸过的冷水清洗伤口周边的皮肤。

接着仔细清洗伤口。如果伤口很脏，用肥皂清洗，肥皂能清洁，但也能伤害组织。注意把伤口内脏东西都洗掉，可把皮肤掀起来好好洗干净，并用煮过的镊子或干净的布、纱布把脏东西挟出来，但器械要先煮沸过以确保无菌。



可能的话，用空针或唧球装冷开水冲。

只要有一点脏东西留在伤口内就容易发炎。

如果你的伤口很脏或被刺的伤口，而你从未打过破伤风疫苗（389页），请尽快于两日内施打。



伤口清洁后，用一块清洁的纱布或布轻轻地覆盖，确保空气流通才有利伤口愈合，之后每天换药且注意伤口有否感染现象。

切勿把人、畜的粪便或泥土敷到伤口上，
否则会引起破伤风等严重感染。
切勿将酒精、碘酒，或红汞直接涂入伤口，
否则会损害组织，延迟伤口的愈合。

大的割伤：如何缝合

刚割伤清洁的伤口，若能立即缝合，就会愈合得快些。

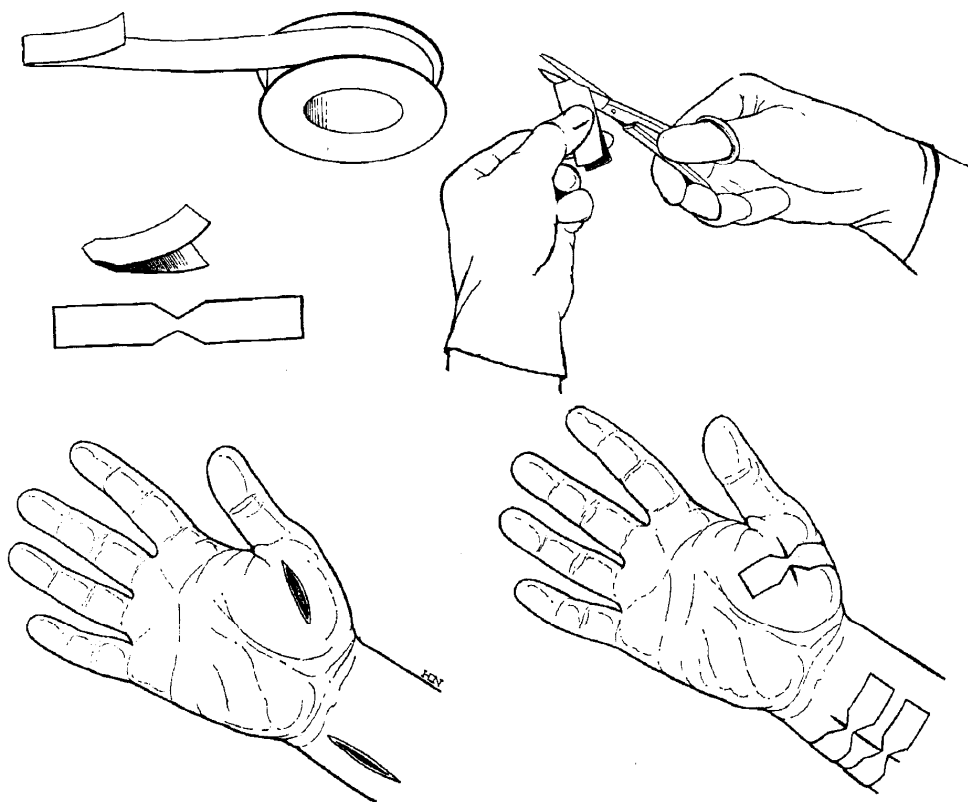
较深的割伤，当完全合乎下列条件时才可以缝合：

- 割伤未满 12 小时者。
- 伤口非常干净。
- 当天找不到医护人员来做这事。

缝合前，一定要先用肥皂和冷开水洗净伤口。可能的话，用空针装水冲洗。一定要确实把里面脏东西清洗，把肥皂冲洗干净。

缝合割伤的方法有二：

一、用蝴蝶形胶布

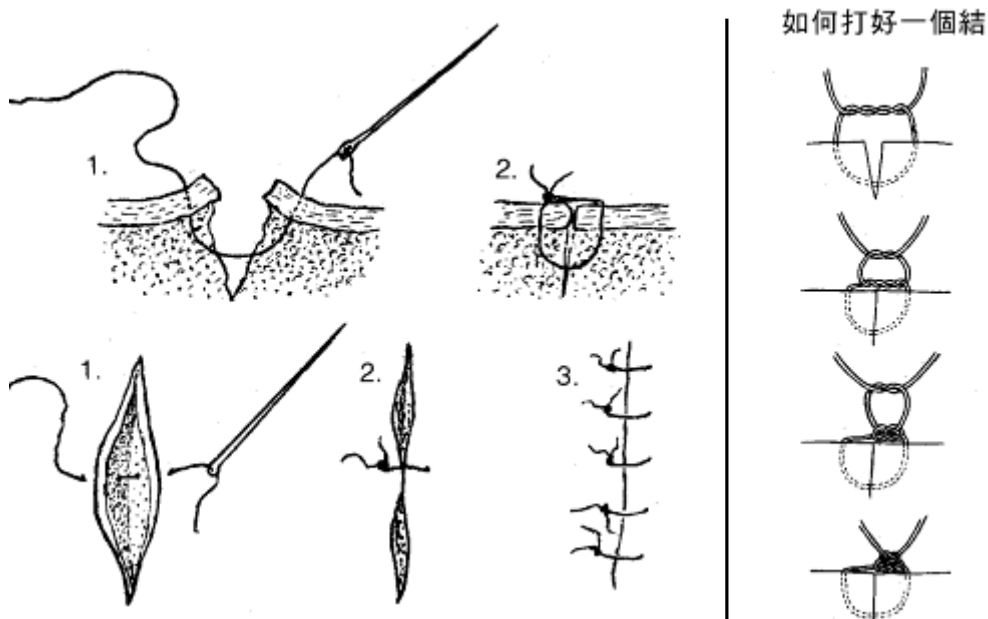


二、用线缝合

先看看伤口是否能自行愈合。若是能，则用不着缝合。

缝合法：

- 将缝针和细线（最好用尼龙线或丝线）煮沸 20 分钟。
- 如前所述，用冷开水洗净伤口。
- 用肥皂和冷开水把你的手洗干净。
- 如图缝合伤口：



伤口中央先缝一针，扎起来（图 1 和图 2）。

如果皮肤较硬，用一把煮沸过的钳子（即持针器）夹针再缝几针，把伤口完全缝起来（图 3）。

过 5 到 14 天再拆线（脸上 5 天，躯干 10 天，手脚 14 天），拆线时将线结一边剪断，然后拉出。

警告：只有 12 小时内非常干净的伤口才可缝起来，时间久的、脏的，或已发炎的伤口均应让其敞开。人、狗、猪或其它动物咬伤的伤口也应该敞开，这些伤口缝起来都会发生危险的感染。

伤口封起来后，发现有感染现象，应立即拆线，让伤口敞开（10 章 88 页）。

十二、绷带

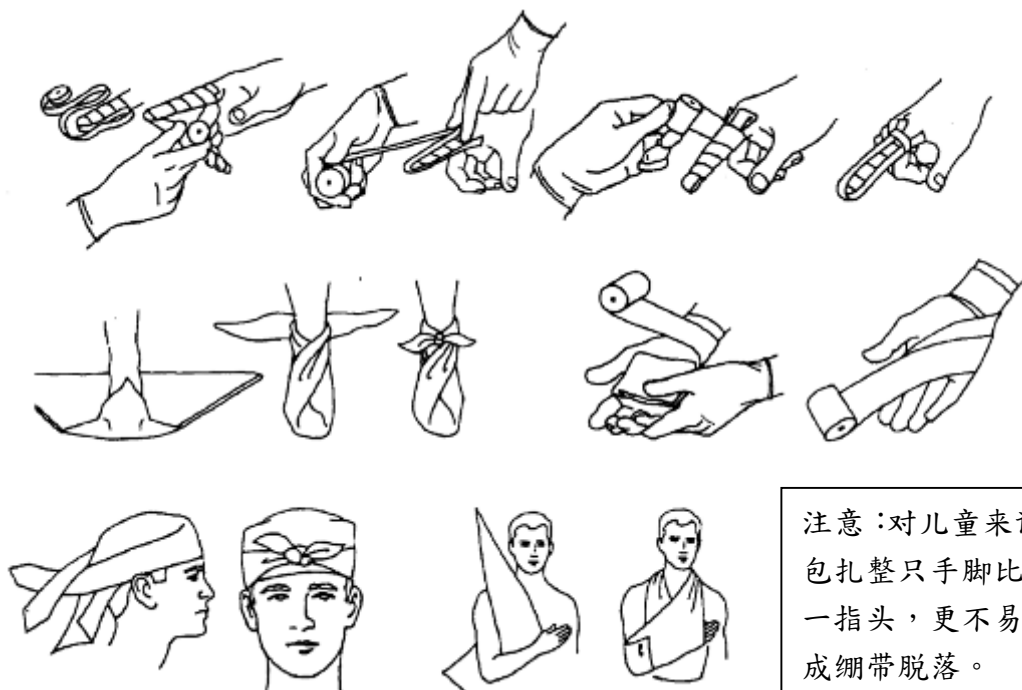
绷带用于保持伤口清洁，因此，用来包伤口的绷带或布块一定要干净。用来做绷带的布须先洗干净，再用熨斗熨干，或用太阳晒干，放在无尘清洁处备用。

确定伤口已洗净后（如 10 章 84 页所述），可能的话，在绑上绷带前先盖上无菌纱布。无菌纱布在药房可整包的买到。

也可以自己做无菌纱布或布块。把纱布或布块用厚纸包好胶带密封，再放在烤箱中烤 20 分钟。最好放一盘水到烤箱中，放在布的下方免得布被烤焦了。

用脏或湿的绷带倒不如不用。

若绷带湿了或里面脏了，应解开，把伤口洗干净再重新用干净的绷带包扎，且每天更换。例如：



当心，四肢的绷带不可上得太紧，免得血流不通。

很多小擦伤或割伤用不着上绷带，用肥皂和水把它洗净后，露在空气中最容易好。最主要是**保持伤口清洁**。

十三、伤口感染

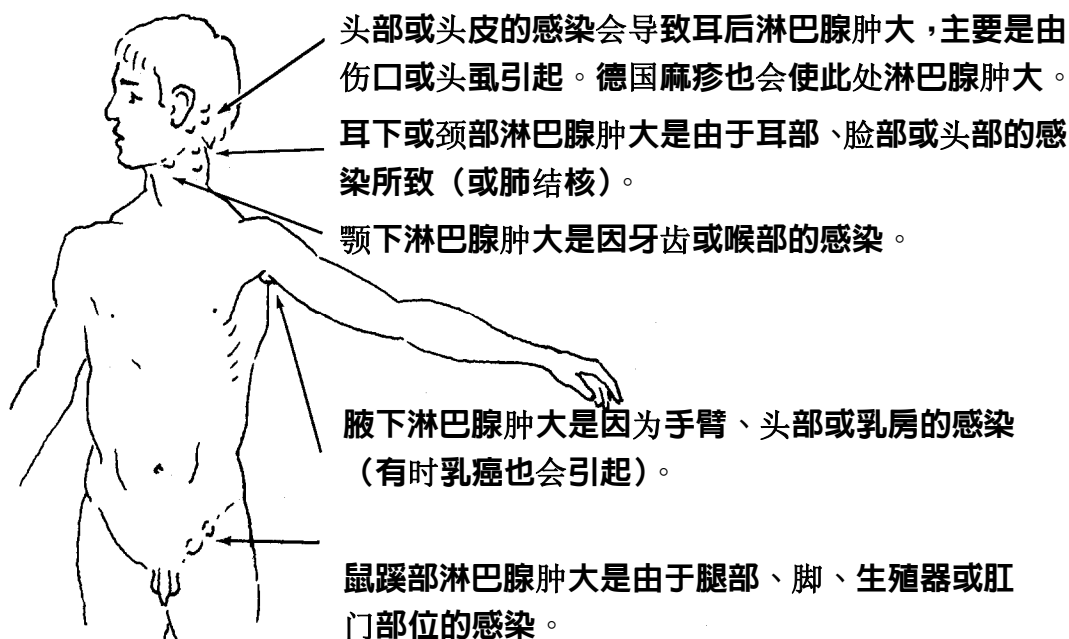
如何辨认和治法：

伤口感染会有下列情形：

- 红、肿、热、痛。
- 有脓。
- 味道变坏。

有下列情形表示细菌已跑到身体别处：

- 发烧。
- 在伤口的上方有一条红线。
- **淋巴腺肿大有压痛**。淋巴腺是皮下拦截细菌的腺体，受感染后会形成皮下的肿大。



伤口感染的治疗：

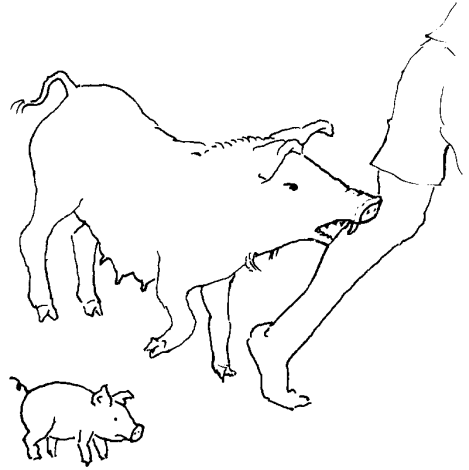
- 热敷伤口，每次 20 分钟，每天四次。手脚伤口感染可用一桶热水来泡。
- 患部要休息并抬高（抬到比心脏高）。
- 若严重感染或病人没有接受破伤风预防注射，即须用盘尼西林一类的抗生素（见 351、352 页）。

警告：若伤口味道不好，有棕色或灰色液体渗出，或伤口周围皮肤发黑而有水泡、或皮下有气泡，就要想到发生气坏疽，赶快找医生，同时处理坏疽的伤口（坏疽处理见 15 章 213 页指引）。

十四、易发生危险性感染的伤口

最易发生危险性感染的伤口：

- 脏的伤口或脏东西造成的伤口。
- 刺伤及流血不多，但很深的伤口。
- 在饲养动物的场所受伤：畜栏、猪舍等。
- 有严重的碎裂与淤伤的大伤口。
- 人、猪、狗等咬伤。
- 枪伤。



对这种高危险性伤口的特别照顾法：

1. 用肥皂和冷开水洗净伤口。**清除伤口内的脏东西、血块和坏死或严重受伤的组织**，并用空针或唧球冲掉脏东西。
2. 若伤口很深，或被咬伤，或可能仍有脏东西留在里面，就要用像是 Ceftriaxone 或其它 Cephalosporin（头孢子类）的抗生素 3-7 天（附录一 359 页）。若无上述药物，可改用 erythromycin（附录一 355 页）及含有 trimethoprim（附录一 358 页）的磺氨类药物（附录一 358 页）。
3. **切勿**用蝴蝶形胶布或缝线把这种伤口封起来，**应让伤口敞开**。如果伤口很大，之后再由医护人员缝合。

没有接受破伤风预防注射的病人，得到破伤风致死的机会很大。未接受预防注射病人有了这类伤口，纵使伤口很小，也应马上用盘尼西林或 Ampicillin 以减少危险。

若这类伤口情况严重，病人又没有接受过破伤风预防注射，那就要大量用盘尼西林或 Ampicillin 一周以上，还要考虑注射破伤风抗毒素（附录一 389 页）---如果用的是来自马血清的抗毒素就要采取一切必要预防措施（9 章 70 页）。

如果是被动物咬伤的伤口，且又怀疑动物有狂犬病，请立即施打狂犬疫苗！

十五、刀枪伤及其它严重伤口



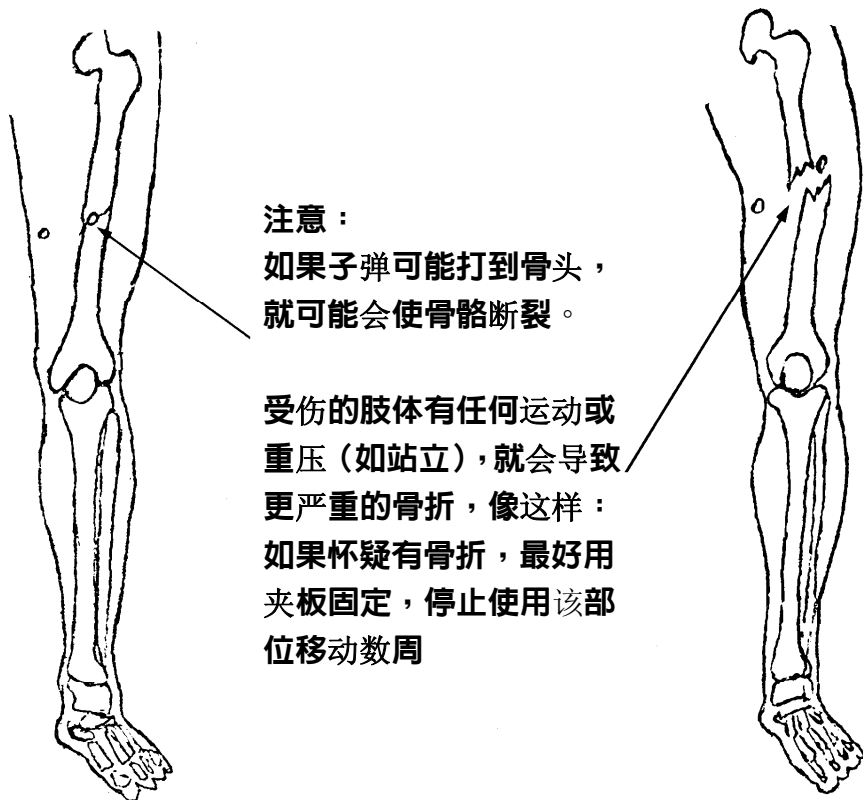
感染的危险：深的刀枪伤口都易发生危险性的感染，因此要用抗生素，最好马上用盘尼西林（351 页）或 Ampicillin（353 页）。

若病人未接受过破伤风预防注射，应注射一针破伤风抗毒素（附件三 389 页），并作破伤风预防接种。可能的话，该找医生看。

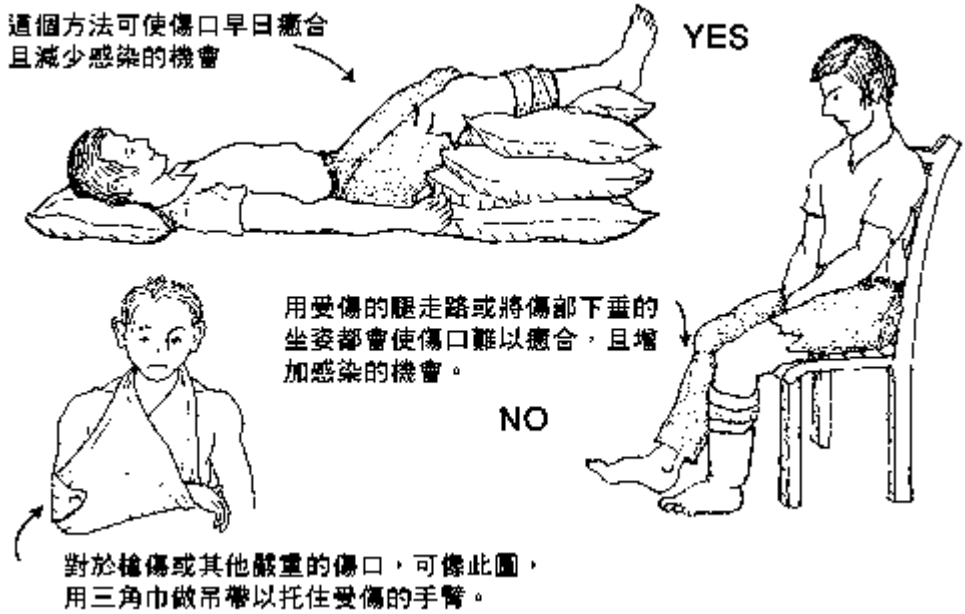


手臂或腿部枪伤

- 若伤口大量出血，就先用前述的止血法止血。
- 若伤口出血不厉害，就让它流一会儿，以清洁伤口。
- 伤口用冷开水清洗，而枪伤只洗外面，最好不要用任何东西探入伤口深处，清洗之后，用干净绷带包起来。
- 给予抗生素。



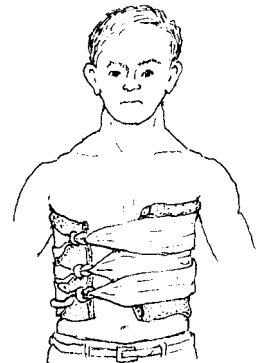
若伤口严重，抬高伤部，使它高于心脏，并让伤者安静。



胸部的深伤口：

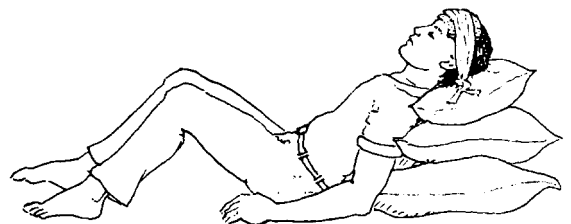
胸部的伤口可能很危险，要马上找医生看。

- 若伤口已到了肺，并有空气自伤口吸入，应立即盖住伤口，免得再有空气进去。用涂上凡士林或植物油的纱布或干净绷带，把伤口绑紧，如图（若造成呼吸困难，则松开或去除）
- 将伤者摆放在舒服的位置。
- 若有休克症候，应给予适当治疗（10章77页）。
- 给抗生素和止痛剂。



头部枪弹伤

- 将伤者摆成半坐姿。
- 用干净绷带包住伤口。
- 给抗生素（盘尼西林）。
- 请医生看。



腹部伤口

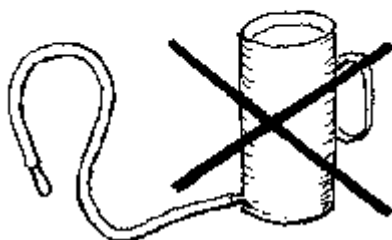
穿透肚皮或肠子的伤口都很危险，要马上就医，但同时要：用干净绷带覆盖伤口。

若有肠子跑到伤口外，就用煮过的冷稀盐水浸湿干净布，把肠子盖起来，别尝试把肠子推回腹内，但要确定覆盖的布保持湿润。



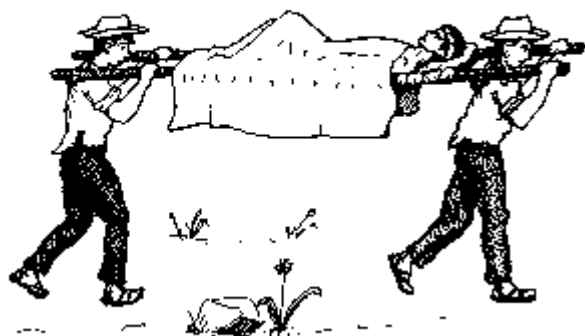
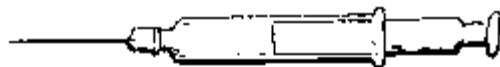
若伤者休克，应将其两脚抬到比心脏高。

绝不可吃喝：不吃东西，不喝饮料，也不喝水。但如果须花二天以上才能就医，可以只喝点水，但要少量。若伤者清醒且口渴，把布浸湿后，给伤者吸吮。



绝不可灌肠，就是肚子胀或已数天不解大便，也不可灌肠。若肠子破了，灌一次肠或给他一剂泻药，可能使病人因此而死亡。

注射抗生素



别等著保健员来。

马上把伤者抬到附近卫生单位或医院去，他一定需要手术。

穿破肠子的伤口所用的药 (亦可用在阑尾炎及腹膜炎)

找到医护人员前可做下列步骤：

Ampicillin (353 页) 2gm (250mg 装，共 8 支)，每 6 小时注射一次，同时每 6 小时施打 500mg metronidazole 抗生素。

若无 Ampicillin：立即注射 penicillin (最好水剂，353 页) 五百万单位，以后每 4 小时注射一百万单位，同时施打 metronidazole 抗生素。或是每 12 个小时给予 500mg 的 ciprofloxacin 及施打 metronidazole 抗生素

若找不到注射剂，可口服 ampicillin 或 penicillin，再加服 metronidazole 抗生素，但只可喝很少的水。

十六、肠病急症（腹部急症）

腹部急症系指突然发作的严重腹痛，要马上手术才能救命，如阑尾炎、腹膜炎和肠阻塞等。女性的盆腔炎与子宫外孕亦可造成腹部急症。往往不经剖腹探查，则找不出原因来。

病人一直肚子很痛且呕吐，但无腹泻，
就要想到腹部急症。

腹部急症 带到医院，可能须手术

- 一直剧痛且越来越严重
- 便秘且呕吐
- 腹部胀而硬，不让人摸
- 病得很重

较轻微的病 大概门诊或在家治疗即可

- 间歇性腹痛（绞痛）
- 中等或严重的腹泻
- 偶有如感冒或喉痛等感染的征候
- 以前也曾有类似的疼痛
- 只有中等的严重度

腹部急症病人应迅速转送医院

肠阻塞

腹部急症可能因肠阻塞造成食物与粪便无法通过。

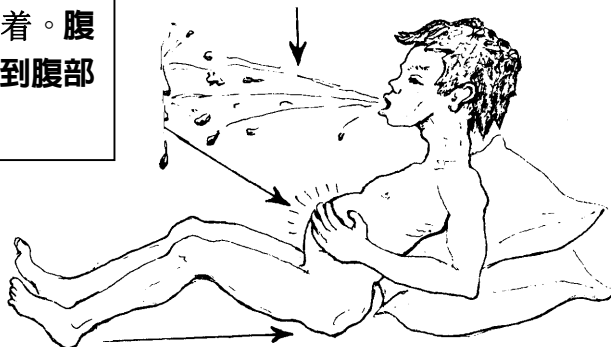
常见的原因包括：

- 一团圆虫（如蛔虫，12章140页）
- 肠道疝气被夹住（嵌塞，13章177页）
- 肠道与肠道间发生套迭现象（即肠套迭）
- 几乎所有的腹部急症都有肠阻塞的一些症状，因为生病的肠子蠕动会造成疼痛，因此肠子就干脆不动了。

腹部一直剧痛。孩子腹胀而硬，有厉害的疼痛，摸下去更痛。他会用手掩住腹部，两腿弯着。腹部听起蠕动无声（用耳贴到腹部听不到蠕动音）。

突然大力呕吐！可以把东西吐到一公尺外，吐出物中有胆汁。看起来或闻起来像大便。

往往便秘（大便少或没有），如有腹泻，大便也只有一点，有时只拉一点带血的黏液。



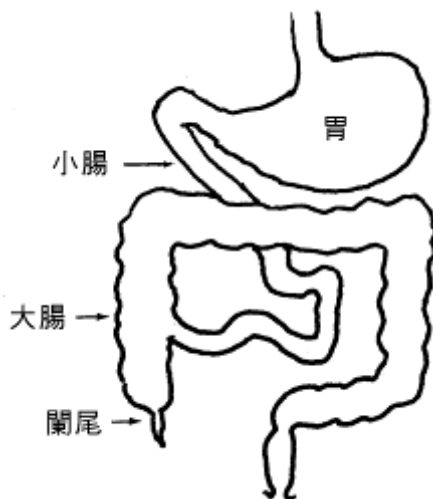
立即送医，因有生命危险，可能需要动手术。

十七、阑尾炎、腹膜炎

这些危险的病需要手术，赶快找医生。

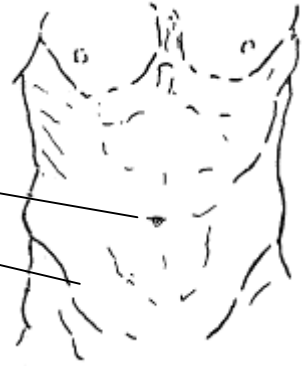
阑尾是附属於大肠的一个指状囊，位于右下腹部，感染的阑尾有时会破裂，造成腹膜炎。

腹膜炎为急性严重的腹膜腔（包住腹部袋状的“腔室”）感染，因阑尾或其它部份的肠子穿孔或破裂而引起。

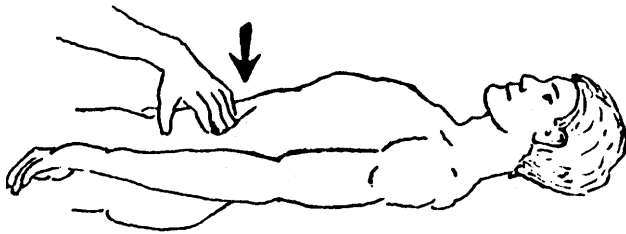


急性阑尾炎症候：

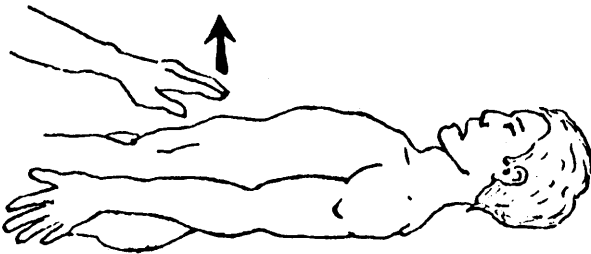
- 主要是持续的腹痛，且越来越严重。
- 往往自脐部周围开始痛，但不久便移到右下腹部。
- 可能食欲不振、吐、便秘或微烧。



阑尾炎或腹膜炎的检查方法：



让病人咳嗽，看是否引起腹部剧烈的疼痛，用力慢慢按左鼠蹊韧带上侧，直到病人觉得痛。然后很快把手拿开。



手一拿开便有剧痛（反弹痛），那就很可能有阑尾炎或腹膜炎。若左边无反弹，可用同法检查右边看看。

若病人像是患阑尾炎或腹膜炎：



- **马上找医生看**，最好送到能手术的医院。
- **禁止吃喝**，也不可灌肠。只有当病人出现脱水现象时才可喝点加些糖及盐的水或补充水份的饮料（13章152页）——但不可再吃喝别的东西。
- 病人应以半坐卧姿势静静休息。

注：腹膜炎久了以后，腹壁会硬如木板，轻轻碰一下就会疼痛得很严重。有生命危险，应马上送医。在路上可给他第3页上方所写的「肠子穿孔所用的药」。

十八、烧伤

预防:

多数烧伤可以预防，应特别注意小孩:

- 不可让小孩靠近火。
- 灯和火柴要放在小孩拿不到的地方。
- 把炉上平底锅的柄向内放，让小孩拿不到。

没有起泡的轻度烧伤（第一度）

立即将烧伤部份浸入冷水中，可以降低烧伤的痛和破坏程度。不需作别的治疗。痛的话，可吃点阿司匹林或乙酰胺酚（acetaminophen，普拿疼），不要给小孩子服用阿司匹林。

已经起泡的中度烧伤（第二度）

不要把水泡弄破，不要冰敷。

若水泡破了，可用肥皂和冷开水轻轻冲洗。将凡士林煮沸消毒后，涂在无菌纱布上，纱布冷却后，把凡士林纱布轻轻地盖在烧伤的伤口上，不要用力压伤口。

要是没有凡士林，就让伤口敞开。切勿擦油或牛油到伤口上。

**尽量保持烧伤伤口干净非常重要。
不要碰到脏东西、尘埃或苍蝇。**

若出现感染现象---流脓、恶臭、发烧或淋巴腺肿大---立即用温盐水敷（一升水加一茶匙盐），一天三次（如果可以，加二茶匙漂白水到盐水中）。布和水要先煮开过才可以用。小心将死皮和死肉清除掉。可涂上一点 Neosporin 等抗生素药膏（371 页）。严重的病人更可服盘尼西林或安比西林（Ampicillin）。

深部烧伤（第三度）

皮肤烧坏，暴露出深层甚至被烧焦的肉，病情属危急，一如任何大面积的烧伤，该马上送病人到医院，送医前先用水润湿干净的布包住烧伤部。

若无法找到医院，可按上述方法治疗。如果连凡士林也没有，可让伤口敞开，只用棉布或被单盖起来，免得尘埃或苍蝇落到上面。保持布的干净，有了脏东西或血就要换掉。给盘尼西林。

伤口上绝不可涂油或脂肪，或用兽皮、咖啡、草药或大便去敷。

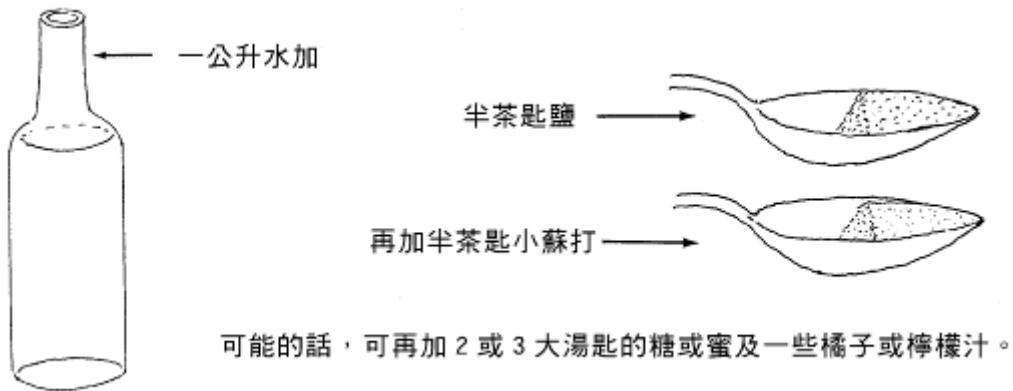
伤口敷蜜有助于预防与控制感染，并加速痊愈，一天至少二次，敷前务要先洗净伤口。

对严重烧伤的特别注意事项

严重烧伤的病人，因痛、恐惧加上烧伤面渗出体液，很容易发生休克（10章 77 页）。

安慰病人，并给予信心。给他阿司匹林或乙酰胺酚止痛，若找得到可待因（Codeine），会更有效。用淡盐水洗伤口，病人也会安静一些。可加一茶匙食盐到一升冷开水中配成淡盐水。

让烧伤病人大量喝水。若烧伤面积已超过其两掌大，应给下面饮料：



烧伤病人应尽量多喝这种饮料，最好喝到常解小便。大的伤口一天要喝 4 公升，很大的伤口甚至要 12 公升。要让严重烧伤的病人多吃富含蛋白质的食物（11 章 110 页）。没有任何要忌口的食物。

关节周围烧伤

凡是指间、腋窝、或其它关节部烧伤，均应用凡士林纱布隔开，以免愈合后黏在一起。手指、臂部和腿部则每天要拉直数次，拉起来很痛，但可防止疤痕收缩，影响关节运动范围，如果是手部烧伤，要维持手指在轻微弯曲的姿势以防止疤痕的收缩与变形。



十九、骨折

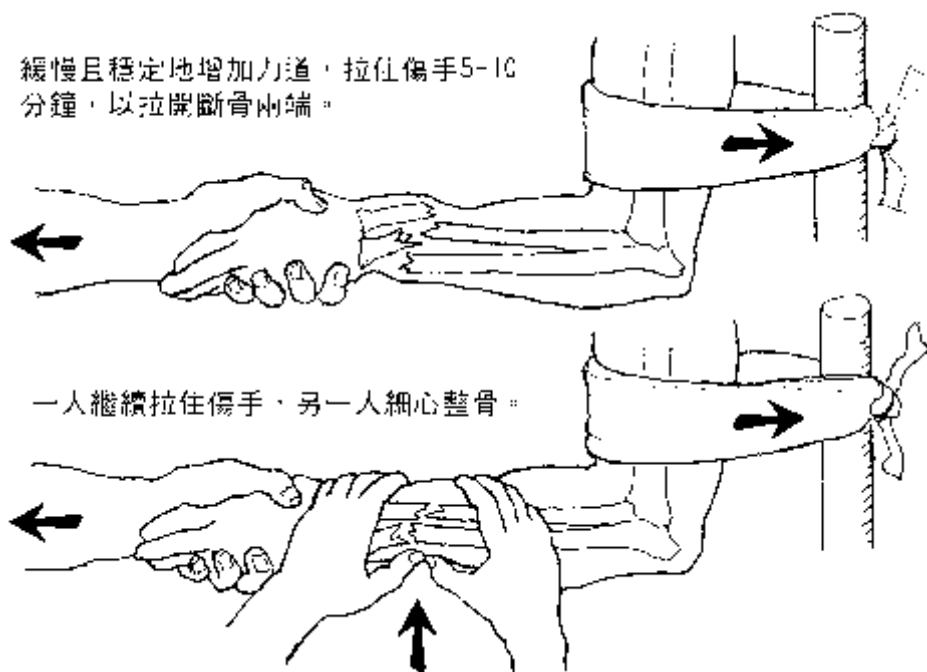
骨折时，首要之事是**固定断骨**，以免造成进一步伤害，也为了让断骨愈合。

搬动骨折病人，先要用护木、树皮、或硬纸板固定断骨。到了医院再打石膏，或按地方的习惯打石膏筒（1章 14 页）。

断骨复位：若骨折以后，不论是否在正确位置上，最好不要动它，否则有害而无益。

若为新近骨折且移位很明显，可想办法将其复位再上石膏。越早做越容易接上。复位前，可以给 Diazepam（口服或注射）以放松肌肉，缓解疼痛（390 页），给 codeine 亦可（384 页）。

腕部骨折复位：



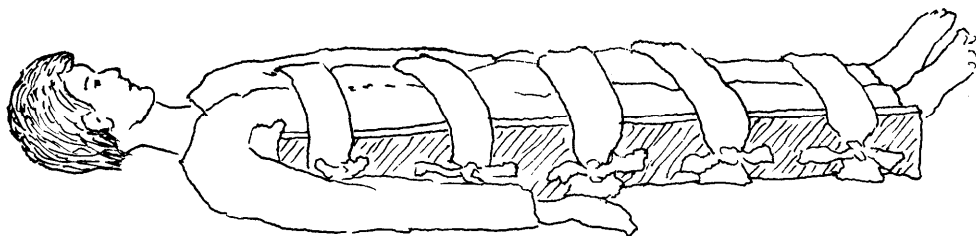
警告：复位过程中可能造成很多损伤，最好请一位有经验的人帮忙，不可用力过猛。

断骨要多久才会复原？

骨折情况越严重或年纪越大，愈合所需时间越长。小孩骨折容易愈合，老人骨折则可能一辈子也愈合不了。手臂骨折约须打一个月的石膏，外加一个月不能用力。腿骨断了约须打石膏两个月。

股骨骨折

股骨或髌骨骨折要特别当心，最好如下图把病人全身固定起来，再立即送医。



颈和背部骨折

怀疑颈或背部骨折的病人，**搬动时一定要小心**，尽量避免改变姿势。若可能先请医疗人员评估。若一定要搬动，切勿弯曲其颈背。搬运伤者办法请参看「重伤病人搬运法」。

肋骨骨折

会很痛，但大多自己会愈合。最好不要用夹板或束缚固定胸部。服用服阿司匹林或乙酰胺酚（不要给小孩阿司匹林）和休息即可。要维持正常肺功能，可每二小时深呼吸4到5次。每天这样做，直到呼吸正常为止。开始时会很痛，须数月才能完全不痛。

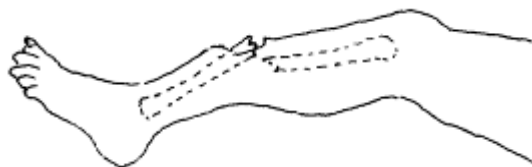
断了的肋骨很少刺到肺脏，但如果断骨穿到皮肤外或有咳血或呼吸困难现象，须使用抗生素（盘尼西林或安比西林），并马上送医院。

断骨穿到皮外者（开放性骨折）

受感染机会非常高，最好要送医。急救者先戴上手套或塑料袋，小心的用冷开水把伤口与断骨彻底洗干净，再用干净的布覆盖伤口，**没有完全洗干净前绝不可把骨头拉回伤口内。**

固定患肢，以防更进一步损伤。

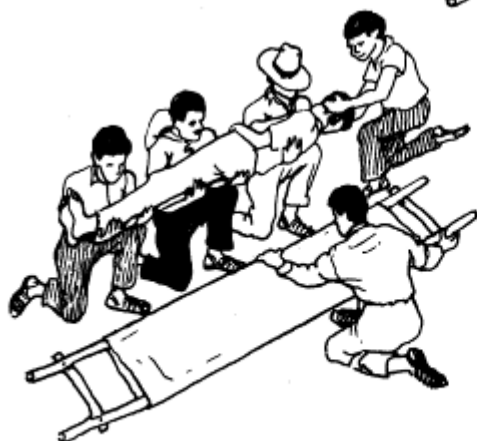
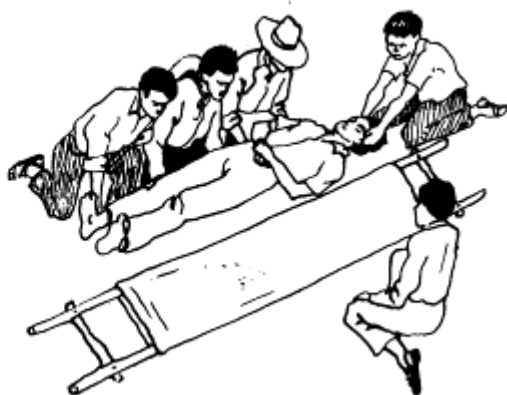
若断骨已穿到皮外，马上用抗生素以防感染：使用盘尼西林、安比西林或四环霉素（351、353及356页）。



当心：四肢有骨折的可能时，切勿擦拭或按摩伤肢。

重伤病人搬运法

小心合力把病人抬起，不要彎曲全身任何部位，特別是頭頸部。



由另一人把擔架推進來。

大家合力把傷患
小心地放到擔架上。



捲緊的布墊

若頸部受傷或骨折，用沙袋或捲緊的布墊住頭的兩側，以防頭部移動。

搬運時儘量把腳抬高，甚至在山坡上亦然。

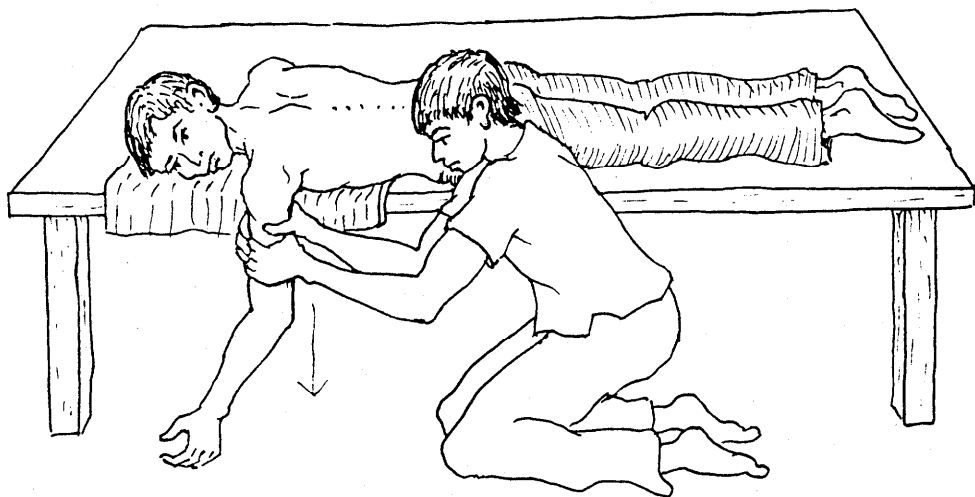
廿、脱臼

治疗三要点：

- 设法使骨归位，**越快越好！**
- 用绷带牢牢固定，免得再滑脱出来（约固定一个月）。
- 避免伤肢用力，直到受伤关节完全好了为止（2-3个月）。

肩关节脱臼复位法：

令伤者面朝下趴在桌子或其它较坚硬的平面上，手臂于桌缘自然下垂。对手臂施以强而稳定向下的力量，约 15 至 20 分钟，然后慢慢松开，应可以听到关节复位「啪」的一声。



或者把 10-20 磅的重物绑在手臂上（先由 10 磅开始，最重不要超出 20 磅），且留置约 15 至 20 分钟。



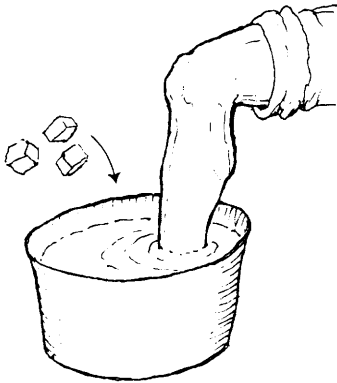
肩关节复位后，用绷带把臂膊牢牢地绑在身上，要固定一个月，为防止受伤关节僵硬，老年人每天要解开绷带三次，每次数分钟让病人手部自然下垂，慢慢做画圈圈的動作。

要是你无法使脱臼复位，尽速找寻医疗协助，否则，等越久越难复位。

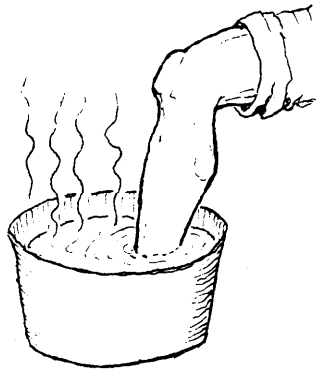
廿一、挫伤和扭伤

手脚受伤后，往往不知道是挫伤、扭伤、还是骨折，只要照 X 光片来鉴定。

通常骨折和扭伤的疗法相若，主要是不让关节动，只要用点东西把他包牢就可以，用支架支撑扭伤的脚并尽可能地休息。严重扭伤至少要三、四个星期才会好，骨折复原的时间更久。



第一天用冷水泡扭伤关节



一到二天后用热水泡

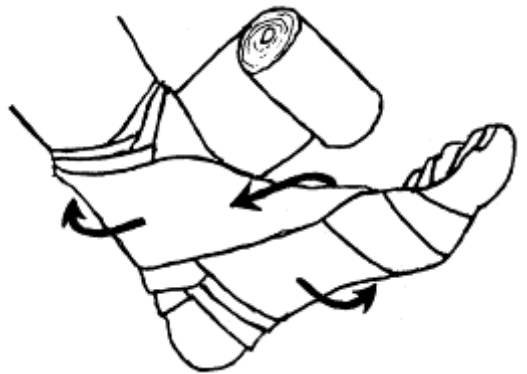
垫高扭伤部位以止痛消肿。前 1-2 天，用布或塑料袋包着的冰或湿冷手巾，敷受伤关节，每小时一次，每次 20-30 分钟，有镇痛消肿作用。

受伤 24 至 48 小时后，当肿胀不再恶化，每天用热水泡扭伤关节数次。

可用自制石膏筒（1 章 14 页）或弹性绷带把扭伤关节固定在正确位置，让他慢慢好。

包扎扭伤踝关节的方法如右图：

用弹性绷带包扎脚与足踝，可防止或减少肿胀，由脚趾向上包，注意不要太紧，每 1-2 小时，松开一下，同时使用阿司匹林或乙酰胺酚。若疼痛肿胀 48 小时仍无改善迹象，就要就医。



注意：绝不可摩擦或按摩扭伤或骨折的部位，那只会有害而无益。

若觉得伤脚松弛的或下垂，或脚趾移动困难，那就要找医生，可能要开刀。

廿二、中毒

许多小孩因误食毒药而死亡。为了保护你的孩子，请采取下列措施：

有毒的东西要放在小孩拿不到的地方。



绝不可把煤油、汽油或其它毒品装在可口可乐或汽水瓶中，免得小孩误食。



一些需注意的常见有毒物：

- 老鼠药。
- 滴滴涕 (DDT)、lindane 及别的杀虫剂，除草剂。
- 药品 (任何药物吃多了都危险，特别注意铁剂)。
- 碘酒。
- 漂白粉和清洁剂。
- 香烟。
- 甲醇、外用酒精。
- 有毒叶子、种子、浆果和蘑菇。
- 蓖麻子。
- 火柴。
- 煤油、汽油、柴油、油漆的溶剂 (松节油或松香油)。
- 洗涤用碱水或灰汁。
- 盐--勿过量使用，特别针对婴儿与小孩。
- 腐坏了的食物 (12 章 135 页)。

治疗：

疑有中毒，**立即**照下法处理：

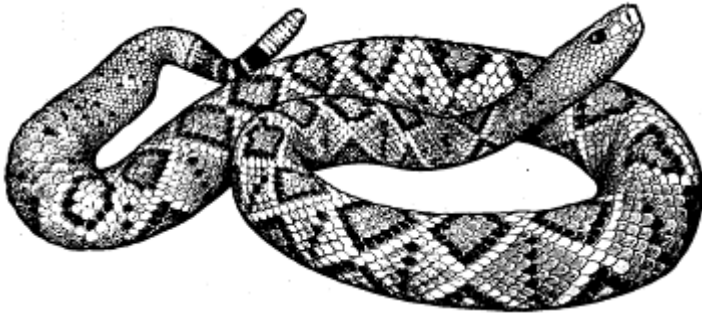
- 若小孩仍清醒，可以催吐，把手指放到咽喉，或给一汤匙的 ipecac (催吐剂，389 页)
- 如果有可给他一杯活性碳 (389 页)，或一杯加一匙碳粉的水。(大人要给双倍剂量)。

小心：如果误食煤油、汽油或柴油，强酸或腐蚀碱，或病人失去意识时，不可催吐。如果意识清楚，则给予多量的水或牛奶来稀释毒药 (小孩每 15 分钟给一杯水)。若病人觉得冷，可盖毯子，但不要盖太多。**中毒厉害者该找医生看。**

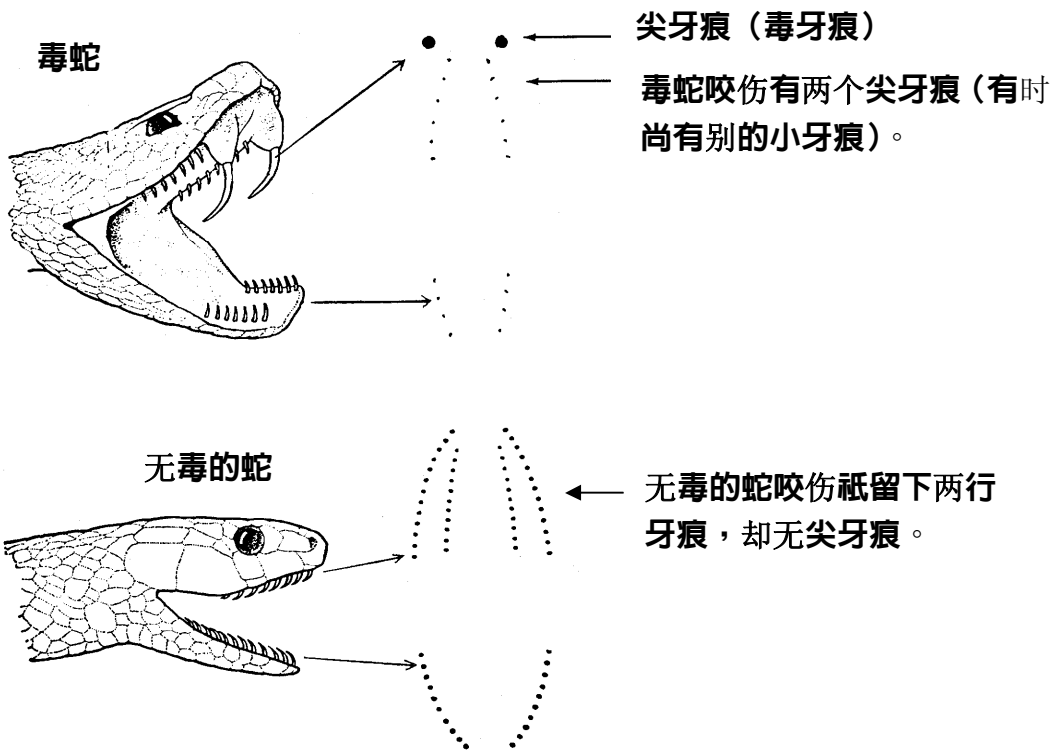
廿三、毒蛇咬伤

注意：找出本地蛇的种类，
标示在此页。

响尾蛇——北美，墨西哥及中美州



有人被蛇咬伤时，应鉴定蛇是否有毒。由齿痕可以分别出来。

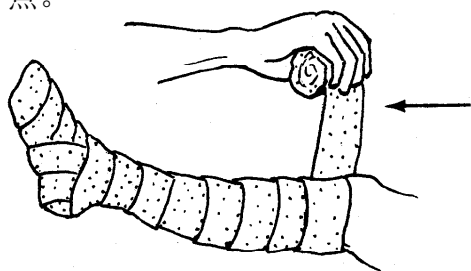


人们常误把无毒的蛇当成有毒。请找出当地那些蛇有毒和那些蛇无毒。可能会出乎大多数人的意料之外，蟒蛇与 python（巨蟒）就没有毒。不要打死无毒的蛇，把它们留下来吃老鼠等有害动物，甚至还会吃毒蛇。

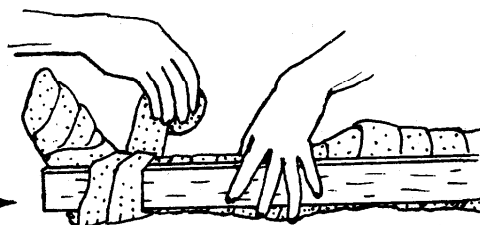
毒蛇咬伤之治疗：

1. **保持镇静，不要移动咬伤的部位**，动得越厉害，蛇毒就越快散布到全身。脚上被咬伤的人，最好一步都不要走，**快找医生**。
2. 脱掉穿戴的首饰等，因为可能会快速的肿胀。

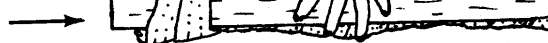
3. 在咬伤处用宽的弹性绷带或干净的布包扎以减缓蛇毒散布的速度。不要移动患肢，绑紧，但不要太紧，以免阻断手腕与足背的脉搏。如果摸不到脉搏就要松开一点。



4. 把绷带从手脚末稍向近心端包扎，但要确定仍能摸到脉搏。



5. 用护木加以固定。



6. 若可能，用担架送到最近的健康中心，最好把蛇一起带过去，不同的蛇可能需要不同的抗血清。如果需要抗血清，等到血清预备妥当后才可解开绷带（注射后需注意过敏性休克的副作用，9章70页）。如果没有抗血清，还是得解开绷带。

预先准备好当地的毒蛇血清，并要知道如何使用。

毒蛇咬伤非常危险，一定要送医，但先要**迅速**做完上述急救事项。民间治蛇咬伤的偏方靠不住（1章3页）。

有些治疗会造成感染或是增加蛇毒效力，因此**绝不可以**：

- 切开毒蛇咬伤的皮肤或组织
- 伤口周围或整个身体紧紧绑住
- 在伤口上或周围放冰块
- 电击被咬的人
- 试着从伤口吸出血液或毒素

蛇咬伤后绝不可喝酒，喝了酒会更糟。

廿四、蜥蜴、蝎子、黑蜘蛛等咬伤

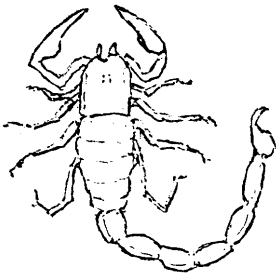
美国南部、墨西哥
北部的大毒蜥蜴。

蜥蜴咬伤

治疗方法与毒蛇咬伤类似，只是没有好的抗毒素，所以可能很危险。清洗伤口避免移动，且保持伤口低于心脏高度。



蝎子咬伤



有的蝎子含剧毒，有的毒性较低。成人被咬了，多半没有关系。吃点阿司匹林或乙酰胺酚（acetaminophen），并冰敷咬伤处以降低疼痛。经数周或数月还痛或麻木的话，热敷很有效（15章193页）。

五岁以下的小孩被咬伤了很危险，咬伤头部或躯干更危险。有的地方可找到抗毒素（388页）。咬伤后两小时内就要注射，效果才会好，可用乙酰胺酚（acetaminophen）止痛。若呼吸停止时，即做口对口人工呼吸。要是很小的孩子被咬伤或咬到要害部份，或知道咬伤的蝎子有致命的危险，请速送医。

黑寡妇等蜘蛛咬伤

多数蜘蛛，包括 tarantula（毒蜘蛛），咬了人都只是痛，没有什么危险。可是，少数几种如黑寡妇或同种的蜘蛛咬了人，就是成人也会很严重，小孩更可能死亡。会造成全身肌肉疼痛痉挛，胃部的肌肉极痛且僵硬（有时会与阑尾炎相混）。

吃点阿司匹林或 Acetaminophen 后送医。乡下的药局没有特效药（花10分钟**极缓慢**静脉注射10%葡萄糖钙10cc可减轻肌肉痉挛。用 Diazepam 也很好（390页）。有休克征候者，采治疗过敏性休克方式治疗（9章70页）。小孩可能要注射 cortisone（可体松），虽有抗血清但不易取得。

