

# 家庭急救 小心六大误区

请在开始阅读以下文字前,先回想几个问题。当你吃饭时,有鱼刺卡在食道,你是不是会用喝醋或者吞馒头等食物的办法?流鼻血了,你是不是会抬起头并把纸巾塞进鼻腔来止血?如果你的答案都选择了是,那么,就请你更加仔细地阅读本文。

日常生活遇到受伤、突发疾病的情况时,免不了会依据自己的经验来处理,但其实日常的经验仍有许多陷阱和误区。如果处理不当,一些所谓的“经验”也会导致病情、伤情的加重,甚至造成生命危险。本报记者采访了安徽省急救中心急救科的四位专家,从他们多年来的急救案例中挑选出最常见、最典型的误区。刘冬梅 记者 董方

## 1、摔伤或出血

**专家支招:**安徽省急救中心急救科科长、副主任医师胡景春表示:老人或者儿童摔伤后家人尽量不要随意移动,24小时内采用冷敷的方法,24小时后帮助伤者活血化淤,配合使用软膏、红花油等。若伤者皮肤擦伤,可以使用冷开水或淡盐水冲洗,出血部位可以用干毛巾止血。处理这种意外伤害最重要的就是不要耽误最佳急救时期。

**误区:**跌倒引起的某些部位出血,切记不要将止血带绑得太紧,以出血停止即可。同时要将止血带的位置暴露或标记。

## 2、烫伤

**专家支招:**安徽省急救中心急救科科长、副主任医师胡景春表示:一旦发生烫伤后,立即将被烫部位放置在流动的水下冲洗或是用凉毛巾冷敷,如果烫伤面积较大,伤者应该将整个身体浸泡在放满冷水的浴缸中。可以将纱布或是绷带松松地缠绕在烫伤处以保护伤口。

**误区:**有人会采用冰敷的方式治疗烫伤,但冰会损伤已经破

损的皮肤导致伤口恶化,因此不能用冰敷的方法。也不要随便将抗生素药膏或油脂涂抹在伤口处,这些黏糊糊的物质很容易沾染脏东西。应当注意的是,烫伤药只能作为后期处理办法,最有效的办法就是用自来水冲洗。

## 3、手指切伤

**专家支招:**安徽省急救中心急救科副科长、主治医师张群表示:如果手指不慎切断,常温下,六个小时内接上的可能性还是很大的。家属必须妥善保管好断指,如果短时间内能到达医院,直接用干净的食品袋包好即可,若路途很长,则需要用保鲜膜包好后再在膜外敷上冰块。

**误区:**切忌不可让断指与冰块直接接触!

## 4、脑溢血、心血管

**专家支招:**安徽省急救中心急救科副科长、主治医师张群表示:及时拨打120,不要自主地将病人送去送医院,这个时候乱动病人只会使病情迅速恶化。若明确病史,有药物的可以舌下含服,但切记禁食禁水。另外家属可用冰袋或冷毛巾敷在病人前额,以利

止血和降低脑压。

**误区:**家属要冷静,切勿为弄醒病人而大声叫喊或猛烈摇动昏迷者。值得注意的是,如果不知道正确急救措施就不要随意抢救。

## 5、鱼刺卡喉

**专家支招:**安徽省急救中心急救科培训组组长、主治医师王二松表示:最好请人在直视下用手或镊子取出。

**误区:**喝醋效果不佳,吃饭和馒头可能导致刺卡得更深。如果仍旧解决不了问题,可以接受120现场指导或者送去送医院拔刺。

## 6、小孩高热惊厥

**专家支招:**安徽省急救中心急救科培训组组长、主治医师王二松表示:小孩子高热惊厥会导致发烧、抽筋,应当采取物理降温的方法退烧。另外可以在小孩子的嘴里塞一把牙刷或一支筷子,以防止抽筋咬伤舌头。

**误区:**这只是一种常见的儿童疾病,要冷静对待。切忌将高热的小孩用衣物、厚被子包裹起来发热,这样形成的高温孩子的身体会受不了。

## 相关链接

## 如何拨打120急救电话?

120急救电话呼救时一定要镇静、准确、清晰地讲;

伤病员现在所处的详细地址以及急救车的地点。家中呼救时,要讲清家庭住址。在室外呼救时,要讲清方向。

伤病员的主要症状或情况,如晕厥、昏迷、呼吸困难、胸痛、吐血、中毒、车祸以及神志是否清楚

等,群体伤要说出大致受伤人数、伤势、性别以及年龄分布等情况;

留下伤病员的联系电话或现场报警人的联系电话,以便再联系。报警人在救护车找到伤病员前不要离开现场;要在对方挂断电话以后才能放下话筒。

在等候救护车达到前,应派专人到路口或小区大门口等候救

护车,看到救护车及时招手呼救或打灯光示意。

移开楼道、院落中可能影响搬运伤病员的障碍物。准备好去医院所必须的物品,如医保卡、现金、老病人要带上以前的门诊病历、检查报告单等。随时保持联系电话通畅,如果救护车没有到达,可再打电话询问情况。

## 网友建议 专家支招 暴雨“倾城”自救攻略

近日,“暴雨来临时如何自救”成为网友们关注的话题。当暴雨把城市变成“海”,人们应如何应对?在微博上,网友们就暴雨事件进行总结,晒出了各种“求生攻略”,专家也为其支招。

冯召娣 记者 王珊珊



### 险情1 水中触电

**网友建议:**发现高压线铁塔倾倒、电线低垂或折断,要远离,不可触摸或接近;若遇到断裂的电线搭在地上的积水中,而你不得不通过积水时,可依靠单脚跳过积水。

**专家支招:**网友的说法基本正确,但需注意的是,若有人在水中触电,周围市民在展开救援时,应提前让电力部门关闭电源,若救援时已经雨停,可用绝缘体将触电者与积水分开。

### 险情2 厂房倒塌

**网友建议:**狂风暴雨来临时,应尽快避开危险建筑,就近迅速向山岗、楼房高层等地转移。

**专家支招:**网友的说法比较正确,现在很多厂房建设都采取钢结构,如遭遇狂风暴雨的冲击,很容易倒塌。但值得注意的是,一些土坯房内部、房顶、墙根及周围经不起水浸,在危险来临之前,市民应及时撤离危险建筑,尽快寻找位置较高的安全地段,等待救援。

### 险情3 雷击身亡

**网友建议:**雷电通常会击中户外最高的物体尖顶,

所以雷雨天气时不要停留在高楼平台上,在户外空旷处不宜进入孤立的棚屋、岗亭等;不宜在大树下避雷雨,万不得已,须与树干保持3米距离,下蹲并双腿靠拢;在户外遭遇雷雨却来不及离开高大物体时,应马上找些干燥的绝缘物放在地上,然后坐在上面,并将双脚并拢放在绝缘体上。

**专家支招:**除了网友所说的这些外,遇到雷雨天气时,要远离建筑物外露的水管、煤气管等金属物体及电力设备。

### 险情4 大水围困

**网友建议:**平时备好应急食品、水、药品、救援绳索等物资;迅速向屋顶、高楼等处转移;如果被洪水围困,寻找门板、洗衣盆、衣柜等作为逃生用具;如果无法逃脱,将手机集中起来,只留一个开机,等待救援,这样能尽可能长时间地寻求外界救援。

**专家支招:**除了平时做好准备,在这种情况下,被困人员要立即找到被困地的制高点站立,等待救援。如果当时通讯工具无法正常使用,应该使用烟火、光照、燃烧衣物等方法,让救援人员知道你的所在地。

# 听格格讲,治胃肠病怎样才能不痛苦?

市民若有任何胃肠不适症状,可通过健康热线 0551-2166999 向阳光格格咨询、预约就诊!

**摘要:**胃肠患者做胃肠镜检查时都会遇到相同的难题,就是检查时伴随的恶心、呕吐、腹痛等不适让人难以忍受。那么,胃肠检查怎样才能轻松、无痛呢?本报特邀合肥阳光消化病医院(位于宿松路79号)阳光格格为大家详细讲解。

就因恐惧而拒绝,做胃镜三个字给人的感觉就是痛苦与恶心。

相关调查显示,在已经接受过胃肠镜检查的人群中,约有半数人不愿意再做检查,三分之一以上的人有恐惧心理。正因很多人害怕痛苦,以致失去最佳治疗时机的现象频发。

肠检查无痛化的新篇章!

阳光格格告诉笔者,该设备采用新一代光导纤维,质地非常柔软,只需浅睡5分钟,不痛不痒可轻松完成检查!检查时,病灶能被精确放大50倍,就连米粒大小的病变也无处藏身,最大限度地满足了患者精确诊断的需求!

能出问题了,需要高度重视!

作为营养组织的源头,胃肠病直接威胁着我们的健康。因此,当胃肠不舒服时要及时检查,这才是健康的有力保障!市民若有任何胃肠不适症状,可通过健康热线 0551-2166999 向阳光格格咨询、预约就诊!

(文/古意 整理/暖狐)



阳光格格

### 传统胃镜痛苦恶心想吐 延误治疗现象频发

我国胃肠患病群体每年都在成倍递增,严重威胁人们的健康。据阳光格格介绍,传统胃镜检查,插管到胃里时的恶心、呕吐、腹痛给检查带来极大困难。患者甚至一听到做检查

### 超细无痛胃肠镜检查一点都不痛

如今,人们对胃肠检查的舒适性要求越来越高,无痛成了患者接受检查的首要条件。合肥阳光消化病医院“富士能超细无痛胃肠镜”终结了传统胃肠镜检查痛苦的局面,开启了胃

### 胃肠警示勿忽略 早查早治最关键

走访最后,阳光格格提醒广大市民朋友:日常生活中,不经意的胃疼、呕吐、恶心、腹胀、腹痛、身体消瘦等细节,其实都在警示我们的胃肠可

**合肥阳光消化病医院**  
SUNSHINE DIGESTIVE TRACT HOSPITAL

健康热线 **0551-2166999**  
(与太湖路交汇处)

地址:合肥市宿松路79号  
市内可乘133、108、117路公交车至南园新村站下,往南100米