

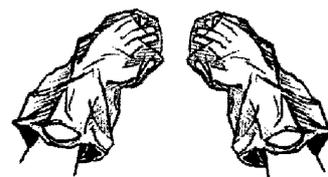
10. 急救

基礎清潔及保護

在第一時間作急救時，一定要先用肥皂及水清潔你的手，以預防病毒傳播。

當一個人受傷時，最重要的事是救助，但你也必須保護你自己不要感染了 HIV 或是其他由血液傳染的疾病。當有人受傷出血時：

1. 在可能的情況下，教導受傷的人直接加壓在傷口上來幫自己止血。
2. 如果受傷的人無法自己止血，就儘可能地帶上手套或是用乾淨的塑膠袋罩在手上，防止直接觸摸血液，並且用乾淨而厚的衣布，直接覆蓋在傷口上加壓止血。



避免直接拿取在你所幫助的患者周遭的針頭、其他尖銳物或受到血液污染的物品。要用乾燥、乾淨的繃帶來固定受傷部位。

當你急救的人因意外或是打架而遍體鱗傷時，要特別注意。如果你被血液或體液噴到時，趕快用肥皂及水洗淨；如果你身上任一部位（特別是眼睛）噴到受傷病人的體液時，整個部位要用大量水清洗。

一、發燒

體溫太高稱為發燒。發燒本身不是病，只是許多疾病常見的徵候。不過，**對小小孩來說，高燒也可能造成危險。**

病人發燒時：

1. 不要蓋被子：除去小孩全部的衣物，保持室內空氣流通，直到燒退為止。

切勿用衣服或毯子把孩子包起來
把發燒的小孩包起來非常危險

新鮮空氣或微風不會對發燒的人造成任何傷害，卻有助於退燒。

2. 大人也可用阿斯匹靈（Aspirin，GP-2 379 頁）退燒。小小孩可用 Acetaminophen（Paracetamol）比較安全，但不要給的太多。



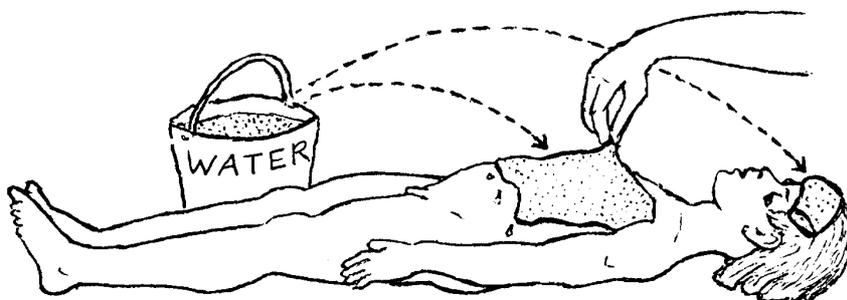
3. 發燒的人都要多喝水、果汁或別的飲料。小小孩（尤其嬰兒）的飲用水應煮開。確定其尿量正常，如果尿量很少或顏色很深，就要喝更多的水。
4. 可能的話，找出發燒原因加以治療。

二、發高燒

高燒時，若不立刻退燒，是很危險的。會引起抽筋，甚至造成永久性的腦損傷（即麻痺、智力遲緩、癲癇等）。高燒對小小孩特別危險。

高燒時（40 度以上）要馬上退燒：

1. 使病患躺在陰涼處。
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，或用冷水浸過的衣服，蓋在胸前或額頭，用扇子搨，且時常更換，直到體溫降到 38 度以下。



5. 多喝水。
6. 吃退燒藥 Acetaminophen 或 Aspirin，或使用退燒栓劑。

劑量（用 300mg 一片的成人用藥片）：

- 12 歲以上：每四小時服兩片。
 - 6-12 歲：每四小時一片。
 - 3-6 歲：每四小時服半片。
 - 3 歲以下：每四小時服 1/4 片。
7. 若發燒病人吃不下藥丸，就把它磨碎，加水混和後灌腸，或用針筒（拿掉針頭）打進肛門內。對 12 歲以下的小孩來說，當感染流行性感冒，感冒與水痘時，Acetaminophen 要比阿斯匹靈安全（379 頁）。

若高燒不退，或已開始抽筋，
應該繼續冷敷退燒，並立即找醫生。

三、休克

休克是一種致命的急症，其成因有劇痛、大面積燒傷、失血過多、重病、脫水，或嚴重過敏反應。內出血（雖然由外表看不見）也會造成休克。

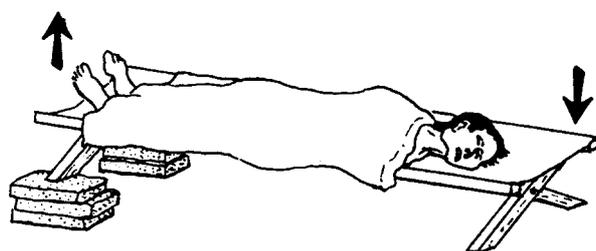
休克徵候：

- 脈搏弱而快（每分鐘 100 次以上）。
- 出冷汗、臉色蒼白，全身冰冷，皮膚潮濕。
- 血壓降到很低時，神智模糊，無力或昏迷。

休克的預防與治療：

剛出現休克或有休克危險時：

- 若休克者有繫腰帶或任何緊身衣物，要幫他卸下、放鬆。
- 讓病人躺下，腳比頭高，如圖：



但有嚴重頭部外傷者須讓他半坐臥（10 章 91 頁）。

- 止住任何的出血，戴手套或塑膠套避免手接觸血液。
- 若病人覺得冷，給他蓋上毯子。
- 若病人清醒，能夠喝水，給他熱水或一些熱飲料喝，如果有脫水的現象，就要補充大量水份（13 章 152 頁）。
- 治療傷口。
- 若有疼痛，給他服用阿斯匹靈或別的鎮痛劑，但不要給有鎮定作用的藥物如可待因（codeine）。
- 保持鎮靜並給病人安全感。

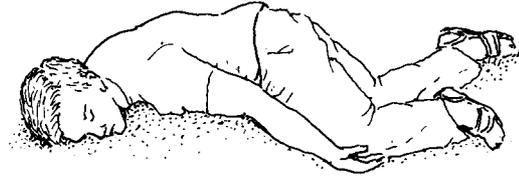
若病人昏迷：

- 讓病人側睡，頭放低，背斜向一邊（參看圖）。若病人好像窒息了，用手指把他的舌頭往前拉。
- 若病人吐過，要馬上清潔其口腔。把背傾斜並側向一方，免得把嘔吐物吸入肺部。
- 病人不清醒時，絕不要給他吃東西。
- 若現場有人懂得如何靜脈注射，趕快注射生理食鹽水（急速點滴）。
- 趕快尋求醫療協助。

四、昏迷

常見昏迷原因：

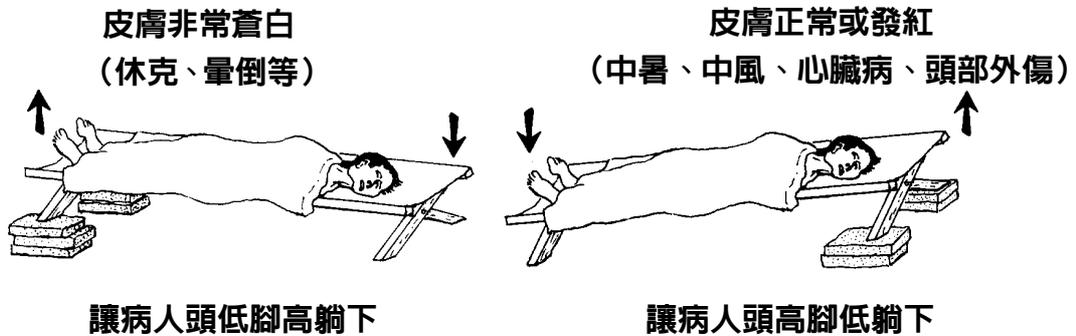
- 酒醉。
- 撞到頭（撞昏了）
- 暈倒（受驚、體弱、低血糖等）。
- 休克（10章77頁）。
- 中毒（10章103頁）。
- 中風（22章327頁）。
- 中暑（10章81頁）。
- 心臟病發作（22章325頁）。
- 抽筋（13章178頁）。



若病人昏迷卻找不出原因，應趕緊看看下列各項：

1. 呼吸順暢嗎？若不順暢，把病人的頭部往後仰，並將舌頭和下頷往前拉。若有東西哽在喉中，要清除掉。若呼吸停止，馬上做口對口人工呼吸（10章80頁）。
2. 是否**失血過多**？應趕緊止血（10章82頁）。
3. 是否**休克**（皮膚濕冷、臉色蒼白、虛弱、脈搏快）？可讓病人頭低腳高躺下，並解開衣物（10章77頁）。
4. 是**中暑**嗎？（無汗、高燒、皮膚發燙而紅？）若真的中暑，將其移到蔭涼處，頭高腳低躺下，全身灑上冷水（最好用冰水）、吹電風扇。

昏迷病人的臥姿：



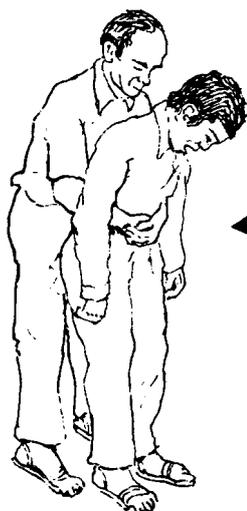
若昏迷的病人可能受了重傷：

在病人恢復神智前，最好不要搬動他。若非搬動不可，也要特別小心，因頸椎或腰椎骨折的病人，可能會因改變姿勢而加重傷勢（10章100頁）。

找出傷口和骨折的部位，但應儘量少移動病人。特別是不可彎曲其頸、背。

絕不可給昏迷病人吃喝東西

五、異物哽塞



若有食物或其他東西哽在喉中不能呼吸，應盡速如下處置（哈姆立克急救法）：

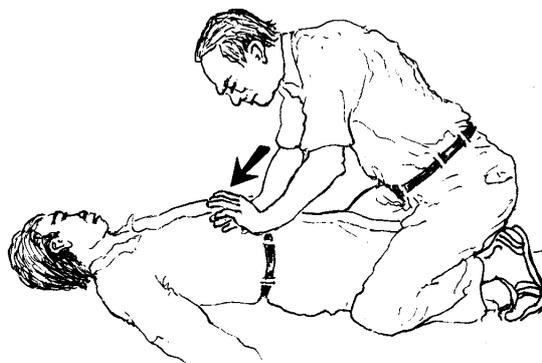


呼吸道哽塞

- 站在病人後面，用兩手抱住其腰部。
- 把拳頭緊緊頂在病人臍上與肋下之間。
- 突然用力的往上方施壓。這樣可壓縮肺內空氣、接著把喉中異物擠出。必要時，可連做數次。

若病人比你重得多，且已昏迷，盡快如下處置：

- 讓他仰臥。
- 把頭側一邊
- 如下圖坐在病人身上，把下面的手掌根部放在病人臍上與肋下之間（如果是肥胖，懷孕、坐輪椅的人或小孩，則把手放在胸部，而非腹部）。
- 快速用力往上推。
- 必要時，可連做數次。
- 若病人還是不能呼吸，即做口對口人工呼吸（見下頁）。

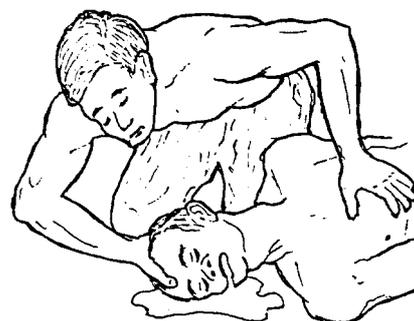


六、溺水

一個人不能呼吸，只能再活四分鐘！所以要**趕快緊採取行動！**

馬上做口對口人工呼吸--儘快將病人拉到淺水處，頭一出水面便立即開始。

上岸後，若是仍無法把氣吹入肺中，要趕快讓他頭低腳高側躺，用前述方法壓擠腹部，仍繼續口對口人工呼吸。



別忙著趕出溺水者肺裡的水，趕緊先做口對口人工呼吸

七、呼吸停止時處理法：口對口人工呼吸

常見呼吸停止的原因：

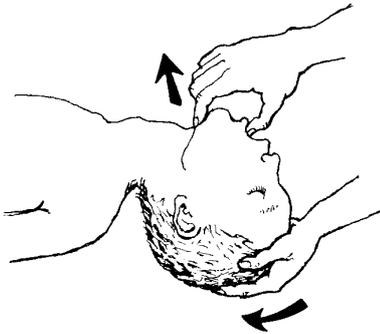
- 有東西哽在喉中。
- 昏迷病人舌頭或濃痰堵住喉部。
- 溺水、濃煙嗆住了或中毒。
- 頭部或胸部受重擊。
- 心臟病發作。

病人停止呼吸四分鐘內就會死掉。

病人呼吸停止時，應趕緊做
口對口人工呼吸

趕緊作下列處置：

第一步：趕快清除塞在口中或喉中的東西，把舌頭往前拉，若喉中有痰，趕快清除掉它。



第二步：快速但輕輕的讓病人平躺，把頭往後推，並將下頷往前拉。

第三步：用手指捏住他的鼻子，張開他的口，把你的嘴湊上去蓋住他的口用力吹氣，讓他胸部膨脹起來，停一下，蓋住他的口，讓肺中的氣出來後再吹，每五秒一次。如果是新生兒與小孩，用口蓋住其口鼻，輕輕的吹氣，約3秒鐘一次。



口對口人工呼吸要做到病人會自動呼吸或確定死亡為止。有時要做上一小時或一小時以上。

注意：除非人有開放性傷口或口中有傷口，否則做的人、或被口對口人工呼吸的人，是不可能感染 HIV 的。

八、暑熱造成的急病

熱痙攣

天氣炎熱時，如果工作又重，流汗又多，就會感到手腳或胃部有疼痛性痙攣，這是因為體內缺乏鹽份。

治療：在一公升冷開水中加入一茶匙鹽，每小時喝一次，直到改善為止。讓病人坐下或躺在蔭涼處，輕輕按摩疼痛處。



熱衰竭

大熱天工作，出汗過多，導致臉色蒼白，四肢無力、甚至噁心要暈倒，皮膚濕冷，脈搏快且弱。體溫多為正常（3 章 31 頁）。

治療：讓病人躺在蔭涼處，兩腳墊高，並擦拭兩腿，給他喝如上調配的鹽水（昏迷病人禁止吃喝）。

中暑

中暑不常見，卻很危險。特別容易在天熱時，發生在老人、極肥胖者和酒徒。

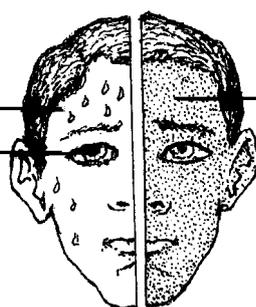
徵候：皮膚紅、燙、且乾（甚至腋窩）。高燒可超過 42°C 以及心跳瞬間加速。往往會昏迷。

治療：要馬上退燒。把病人放到蔭涼處，全身灑上冷水（最好是冰水），再用電風扇吹，吹到燒退。馬上尋求醫療協助。

「熱衰竭」和「中暑」的不同：

熱衰竭

- 皮膚濕、冷、蒼白
- 瞳孔放大
- 沒有發燒
- 虛弱



中暑

- 皮膚乾、紅、發熱
- 發燒
- 病重或昏迷

酷寒造成的急症，參看 408、409 頁

九、止血法

1. 抬高患部。
2. 用乾淨的布（沒有布則用手，手要戴手套或塑膠袋）直接壓迫傷口，直到止血。通常要 15 分鐘，有時須要壓一小時以上，**直接加壓法**幾乎對所有的傷口（甚至在截肢時）都有效。



若直接
臨死
·)



截肢時)，且病人因失血過多瀕

- 儘量抬高傷部。
- 在最靠近傷口的近心端（如大腿或上臂），綁上止血帶。如圖用棍子轉緊帶子，才能止血。
- 用摺疊起來的布，或寬皮帶皆可。但不可用細繩，鐵絲或電線。

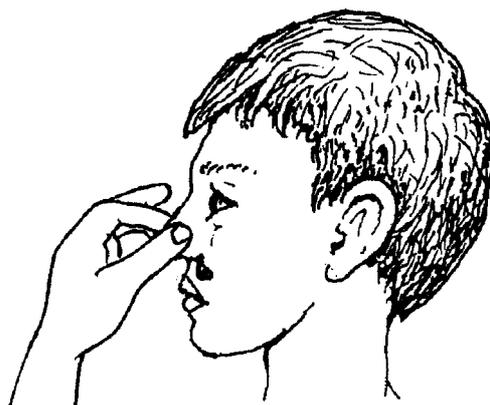


注意事項：

- 只有在出血很厲害或直接加壓無效的病人才需要上止血帶。
- 每半小時鬆開止血帶一次，看看是否仍在出血，並讓血液暫時流通。因止血帶綁太久了，腿或手臂會壞死，甚至必須截肢。
- 切勿把香灰、煤油、石灰，或咖啡灑在傷口上止血。
- 若有嚴重出血或損傷外，應把腳抬高、頭放低，以防休克（10 章 77 頁）。
- 避免你皮膚上的傷口接觸血液。

十、如何止住流鼻血

1. 挺直靜靜地坐著。
2. 輕輕用鼻子呼氣，以清除黏液和血液。
3. 用手捏住鼻子 10 分鐘，或直到不再出血為止。



若仍出血不止 . . .



用小塊棉花把鼻孔塞起來，留點尾巴在外面。可能的話，先用雙氧水、凡士林、仙人掌汁（1 章 13 頁），或加有腎上腺素的局部麻藥 Lidocaine 的濕棉花填塞鼻腔（381 頁）。

然後再捏住鼻子，至少 10 分鐘。頭不可向後仰。血止住數小時後，再小心地把棉花拔出來。



較年老的病人，容易從後鼻部出血，無法直接壓迫止血，可讓他口含軟木塞、玉米梗或類似之物，身體前傾，靜坐試著不要做吞嚥動作，直到血止才能進食（口中含物可以防止病人吞嚥，使血液能凝結）。



預防：

容易流鼻血的人，可在鼻孔裡塗點凡士林，一天兩次或吸點稀薄的鹽水（13 章 164 頁）。吃些橘子、蕃茄等水果，可強化靜脈，減少流鼻血次數。

十一、割傷、擦傷、和小傷口

主要靠清潔來預防感染
及促進傷口癒合

治療傷口：

首先用肥皂和水洗淨你的手。再用肥皂和冷開水洗淨傷口旁皮膚。

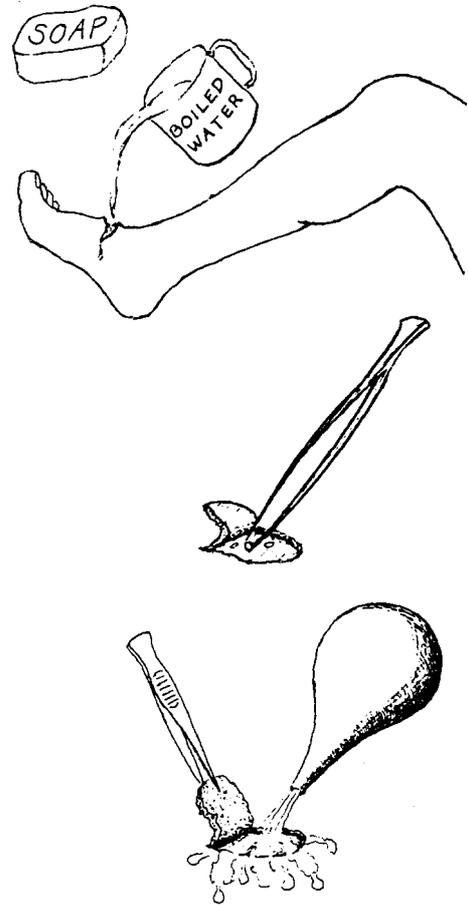
如果傷口尚在流血或有分泌物，戴上手套或塑膠袋，用肥皂、煮沸過的冷水清洗傷口周邊的皮膚。

接著仔細清洗傷口。如果傷口很髒，用肥皂清洗，肥皂能清潔，但也能傷害組織。注意把傷口內髒東西都洗掉，可把皮膚掀起來好好洗乾淨，並用煮過的鑷子或乾淨的布、紗布把髒東西挾出來，但器械要先煮沸過以確保無菌。

可能的話，用空針或唧球裝冷開水沖。只要有一點髒東西留在傷口內就容易發炎。

如果你的傷口很髒或被刺的傷口，而你從未打過破傷風疫苗（389 頁），請盡快於兩日內施打。

傷口清潔後，用一塊清潔的紗布或布輕輕地覆蓋，確保空氣流通才有利傷口癒合，之後每天換藥且注意傷口有否感染現象。



切勿把人、畜的糞便或泥土敷到傷口上，
否則會引起破傷風等嚴重感染。
切勿將酒精、碘酒，或紅汞直接塗入傷口，
否則會損害組織，延遲傷口的癒合。

大的割傷：如何縫合

剛割傷清潔的傷口，若能立即縫合，就會癒合得快些。

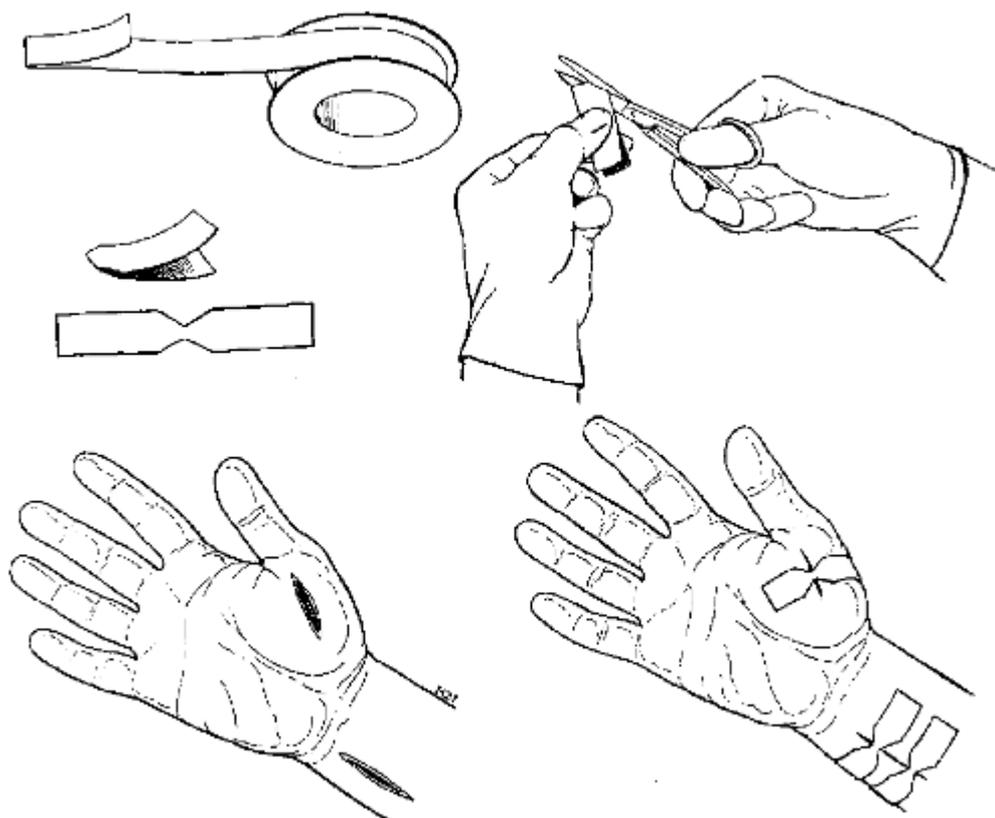
較深的割傷，當完全合乎下列條件時才可以縫合：

- 割傷未滿 12 小時者。
- 傷口非常乾淨。
- 當天找不到醫護人員來做這事。

縫合前，一定要先用肥皂和冷開水洗淨傷口。可能的話，用空針裝水沖洗。一定要確實把裡面髒東西清洗，把肥皂沖洗乾淨。

縫合割傷的方法有二：

一、用蝴蝶形膠布

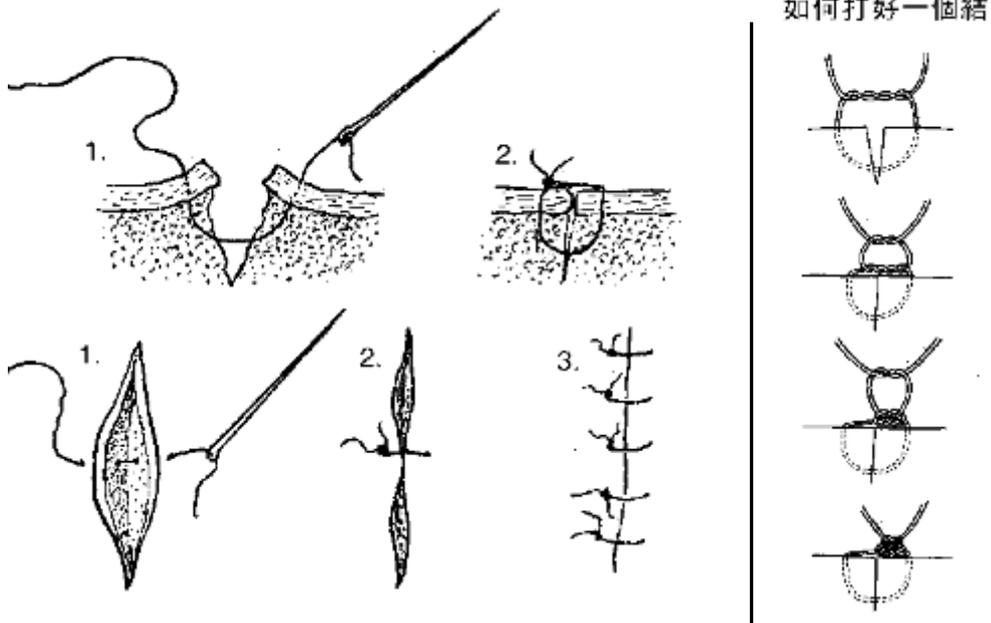


二、用線縫合

先看看傷口是否能自行癒合。若是能，則用不著縫合。

縫合法：

- 將縫針和細線（最好用尼龍線或絲線）煮沸 20 分鐘。
- 如前所述，用冷開水洗淨傷口。
- 用肥皂和冷開水把你的手洗乾淨。
- 如圖縫合傷口：



傷口中央先縫一針，紮起來（圖 1 和圖 2）。

如果皮膚較硬，用一把煮沸過的鉗子（即持針器）夾針再縫幾針，把傷口完全縫起來（圖 3）。

過 5 到 14 天再拆線（臉上 5 天，軀幹 10 天，手腳 14 天），拆線時將線結一邊剪斷，然後拉出。

警告：只有 12 小時內非常乾淨的傷口才可縫起來，時間久的、髒的，或已發炎的傷口均應讓其敞開。人、狗、豬或其他動物咬傷的傷口也應該敞開，這些傷口縫起來都會發生危險的感染。

傷口封起來後，發現有感染現象，應立即拆線，讓傷口敞開（10 章 88 頁）。

十二、繃帶

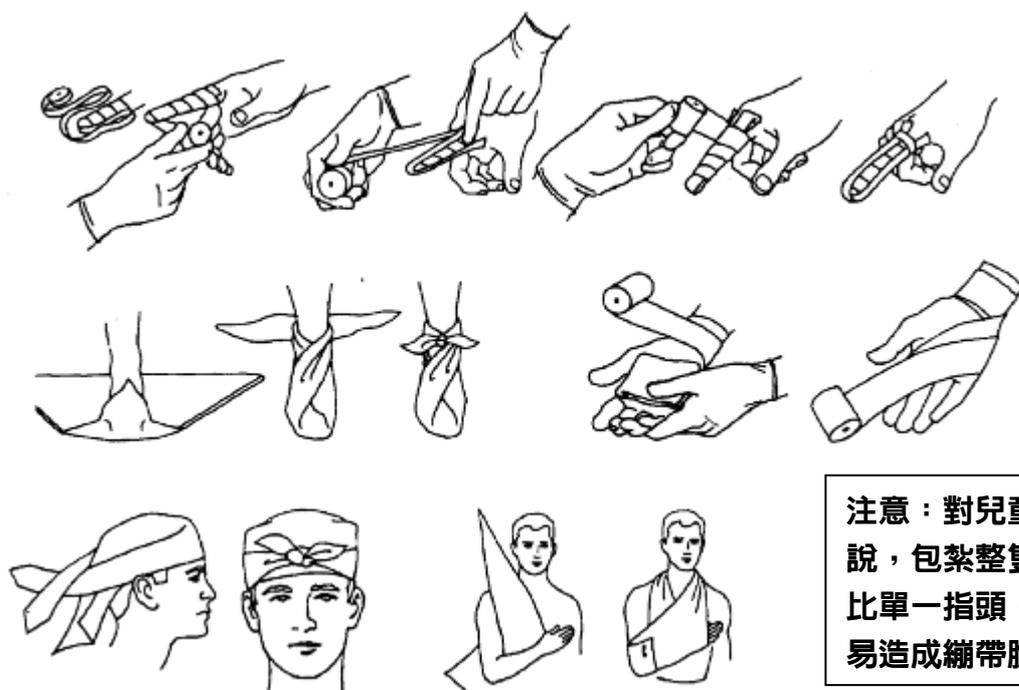
繃帶用於保持傷口清潔，因此，用來包傷口的繃帶或布塊一定要乾淨。用來做繃帶的布須先洗乾淨，再用熨斗熨乾，或用太陽曬乾，放在無塵清潔處備用。

確定傷口已洗淨後（如 10 章 84 頁所述），可能的話，在綁上繃帶前先蓋上無菌紗布。無菌紗布在藥房可整包的買到。

也可以自己做無菌紗布或布塊。把紗布或布塊用厚紙包好膠帶密封，再放在烤箱中烤 20 分鐘。最好放一盤水到烤箱中，放在布的下方免得布被烤焦了。

用髒或濕的繃帶倒不如不用。

若繃帶濕了或裡面髒了，應解開，把傷口洗乾淨再重新用乾淨的繃帶包紮，且每天更換。例如：



注意：對兒童來說，包紮整隻手腳比單一指頭，更不易造成繃帶脫落。

當心，四肢的繃帶不可上得太緊，免得血流不通。

很多小擦傷或割傷用不著上繃帶，用肥皂和水把它洗淨後，露在空氣中最容易好。最主要是**保持傷口清潔**。

十三、傷口感染

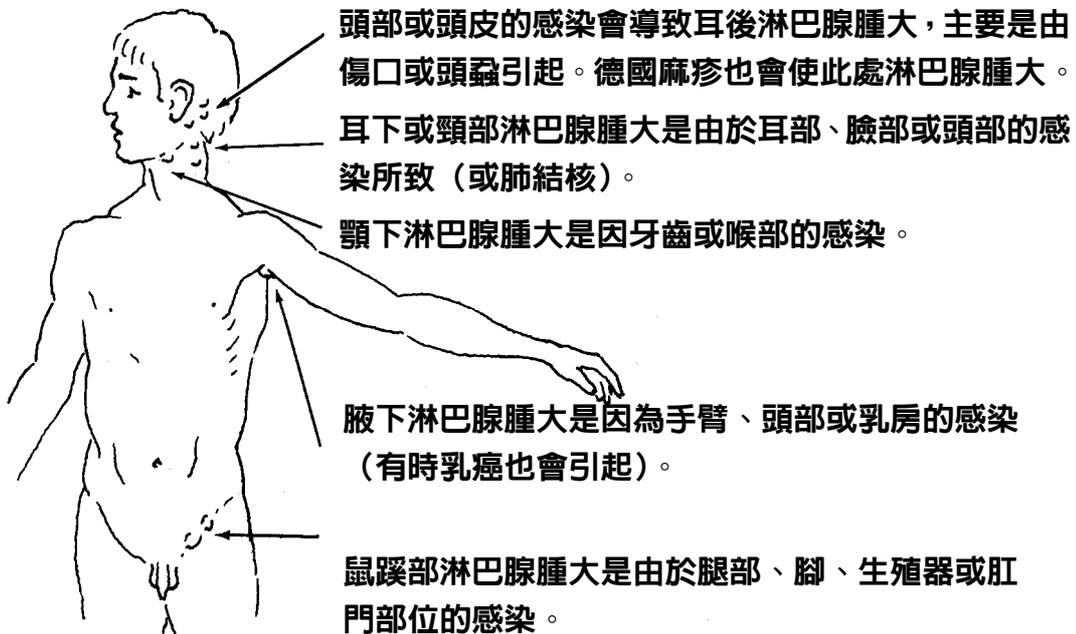
如何辨認和治療法：

傷口感染會有下列情形：

- 紅、腫、熱、痛。
- 有膿。
- 味道變壞。

有下列情形表示細菌已跑到身體別處：

- 發燒。
- 在傷口的上方有一條紅線。
- **淋巴腺腫大有壓痛**。淋巴腺是皮下攔截細菌的腺體，受感染後會形成皮下的腫大。



傷口感染的治療：

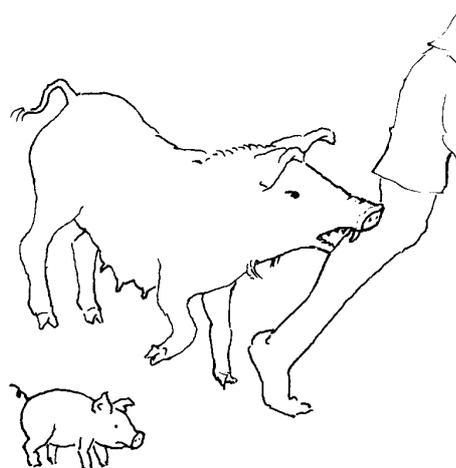
- 熱敷傷口，每次 20 分鐘，每天四次。手腳傷口感染可用一桶熱水來泡。
- 患部要休息並抬高（抬到比心臟高）。
- 若嚴重感染或病人沒有接受破傷風預防注射，即須用盤尼西林一類的抗生素（見 351、352 頁）。

警告：若傷口味道不好，有棕色或灰色液體滲出，或傷口週圍皮膚發黑而有水泡、或皮下有氣泡，就要想到發生氣壞疽，趕快找醫生，同時處理壞疽的傷口（壞疽處理見 15 章 213 頁指引）。

十四、易發生危險性感染的傷口

最易發生危險性感染的傷口：

- 髒的傷口或髒東西造成的傷口。
- 刺傷及流血不多，但很深的傷口。
- 在飼養動物的場所受傷：畜欄、豬舍等。
- 有嚴重的碎裂與淤傷的大傷口。
- 人、豬、狗等咬傷。
- 槍傷。



對這種高危險性傷口的特別照顧法：

1. 用肥皂和冷開水洗淨傷口。**清除傷口內的髒東西、血塊和壞死或嚴重受傷的組織**，並用空針或唧球沖掉髒東西。
2. 若傷口很深，或被咬傷，或可能仍有髒東西留在裡面，就要用像是 Ceftriaxone 或其他 Cephalosporin（頭孢子類）的抗生素 3-7 天（附錄一 359 頁）。若無上述藥物，可改用 erythromycin（附錄一 355 頁）及含有 trimethoprim（附錄一 358 頁）的磺氨類藥物（附錄一 358 頁）。
3. **切勿**用蝴蝶形膠布或縫線把這種傷口封起來，**應讓傷口敞開**。如果傷口很大，之後再由醫護人員縫合。

沒有接受破傷風預防注射的病人，得到破傷風致死的機會很大。未接受預防注射病人有了這類傷口，縱使傷口很小，也應馬上用盤尼西林或 Ampicillin 以減少危險。

若這類傷口情況嚴重，病人又沒有接受過破傷風預防注射，那就要大量用盤尼西林或 Ampicillin 一週以上，還要考慮注射破傷風抗毒素（附錄一 389 頁）---如果用的是來自馬血清的抗毒素就要採取一切必要預防措施（9 章 70 頁）。

如果是被動物咬傷的傷口，且又懷疑動物有狂犬病，請立即施打狂犬疫苗！

十五、刀槍傷及其他嚴重傷口



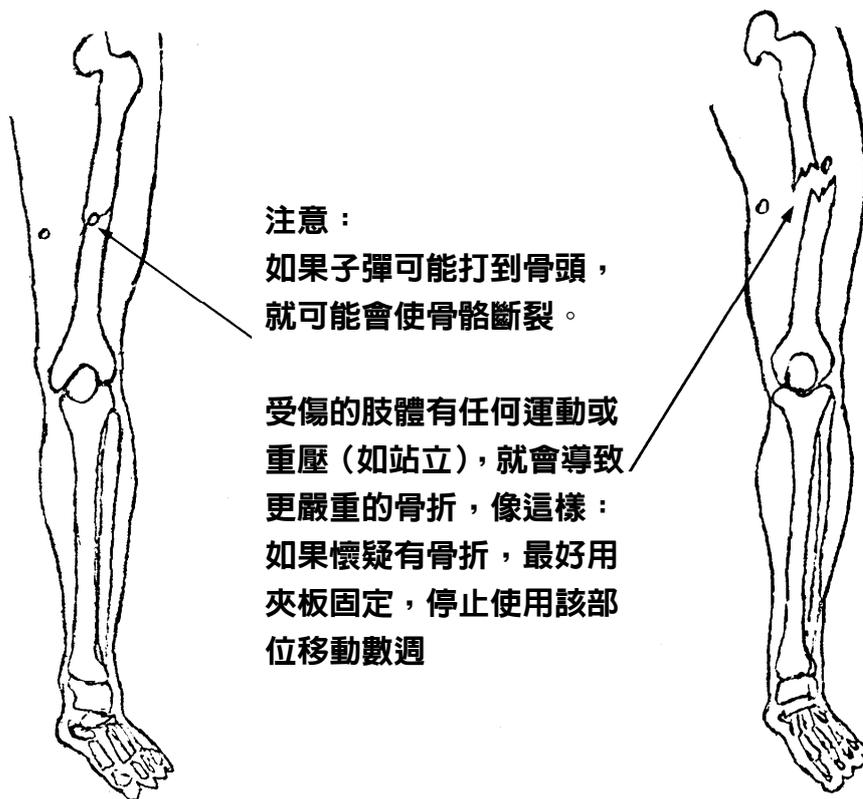
感染的危險：深的刀槍傷口都易發生危險性的感染，因此要用抗生素，最好馬上用盤尼西林（351 頁）或 Ampicillin（353 頁）。

若病人未接受過破傷風預防注射，應注射一針破傷風抗毒素（附件三 389 頁），並作破傷風預防接種。可能的話，該找醫生看。

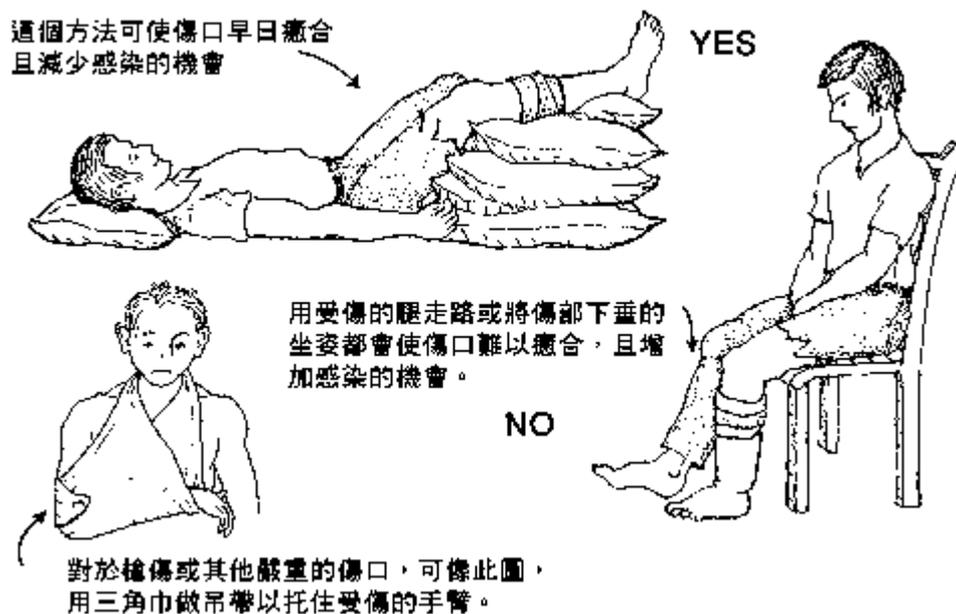


手臂或腿部槍傷

- 若傷口大量出血，就先用前述的止血法止血。
- 若傷口出血不厲害，就讓它流一會兒，以清潔傷口。
- 傷口用冷開水清洗，而槍傷只洗外面，最好不要用任何東西探入傷口深處，清洗之後，用乾淨繃帶包起來。
- 給予抗生素。



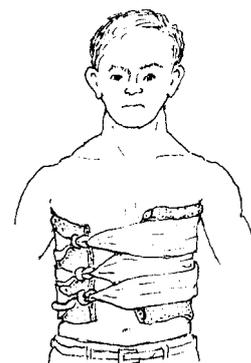
若傷口嚴重，抬高傷部，使它高於心臟，並讓傷者安靜。



胸部的深傷口：

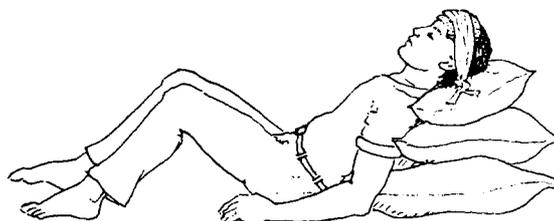
胸部的傷口可能很危險，要馬上找醫生看。

- 若傷口已到了肺，並有空氣自傷口吸入，應立即蓋住傷口，免得再有空氣進去。用塗上凡士林或植物油的紗布或乾淨繃帶，把傷口綁緊，如圖（若造成呼吸困難，則鬆開或去除）
- 將傷者擺放在舒服的位置。
- 若有休克症候，應給予適當治療（10章77頁）。
- 給抗生素和止痛劑。



頭部槍彈傷

- 將傷者擺成半坐姿。
- 用乾淨繃帶包住傷口。
- 給抗生素（盤尼西林）。
- 請醫生看。



腹部傷口

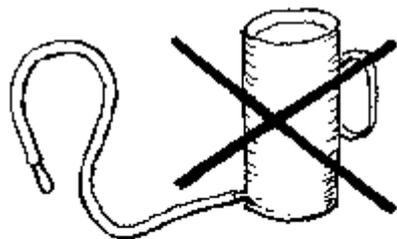
穿透肚皮或腸子的傷口都很危險，**要馬上就醫**，但同時要：用乾淨繃帶覆蓋傷口。

若有腸子跑到傷口外，就用煮過的冷稀鹽水浸濕乾淨布，把腸子蓋起來，別嘗試把腸子推回腹內，但要確定覆蓋的布保持濕潤。



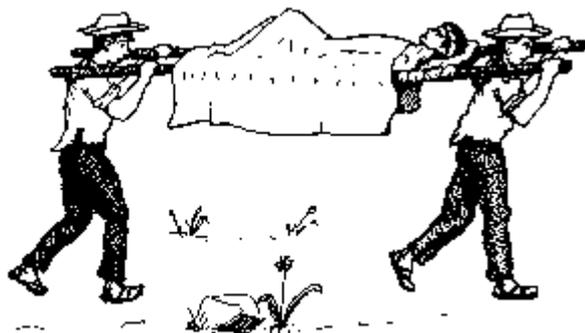
若傷者休克，應將其兩腳抬到比心臟高。

絕不可吃喝：不吃東西，不喝飲料，也不喝水。但如果須花二天以上才能就醫，可以只喝點水，但要少量。若傷者清醒且口渴，把布浸濕後，給傷者吸吮。



絕不可灌腸，就是肚子脹或已數天不解大便，也不可灌腸。若腸子破了，灌一次腸或給他一劑瀉藥，可能使病人因此而死亡。

注射抗生素



別等著保健員來。

馬上把傷者抬到附近衛生單位或醫院去，他一定需要手術。

穿破腸子的傷口所用的藥 (亦可用在闌尾炎及腹膜炎)

找到醫護人員前可做下列步驟：

Ampicillin (353 頁) 2gm (250mg 裝，共 8 支)，每 6 小時注射一次，同時每 6 小時施打 500mg metronidazole 抗生素。

若無 Ampicillin：立即注射 penicillin (最好水劑，353 頁) 五百萬單位，以後每 4 小時注射一百萬單位，同時施打 metronidazole 抗生素。或是每 12 個小給予 500mg 的 ciprofloxacin 及施打 metronidazole 抗生素

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

十六、腸病急症（腹部急症）

腹部急症係指突然發作的嚴重腹痛，要馬上手術才能救命，如闌尾炎、腹膜炎和腸阻塞等。女性的骨盤腔炎與子宮外孕亦可造成腹部急症。往往不經剖腹探查，則找不出原因來。

病人一直肚子很痛且嘔吐，但無腹瀉，
就要想到腹部急症。

腹部急症 帶到醫院，可能須手術

- 一直劇痛且越來越嚴重
- 便秘且嘔吐
- 腹部脹而硬，不讓人摸
- 病得很重

較輕微的病 大概門診或在家治療即可

- 間歇性腹痛（絞痛）
- 中等或嚴重的腹瀉
- 偶有如感冒或喉痛等感染的徵候
- 以前也曾有類似的疼痛
- 只有中等的嚴重度

腹部急症病人應迅速轉送醫院

腸阻塞

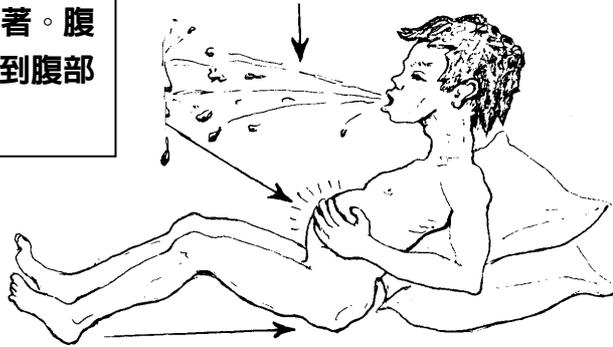
腹部急症可能因腸阻塞造成食物與糞便無法通過。

常見的原因包括：

- 一團圓蟲（如蛔蟲，12 章 140 頁）
- 腸道疝氣被夾住（嵌塞，13 章 177 頁）
- 腸道與腸道間發生套疊現象（即腸套疊）
- 幾乎所有的腹部急症都有腸阻塞的一些症狀，因為生病的腸子蠕動會造成疼痛，因此腸子就乾脆不動了。

腹部一直劇痛。孩子腹脹而硬，有厲害的疼痛，摸下去更痛。他會用手掩住腹部，兩腿彎著。腹部聽起蠕動無聲（用耳貼到腹部聽不到蠕動音）。

突然大力嘔吐！可以把東西吐到一公尺外，吐出物中有膽汁。看起來或聞起來像大便。



往往便秘（大便少或沒有），如有腹瀉，大便也只有一點，有時只拉一點帶血的黏液。

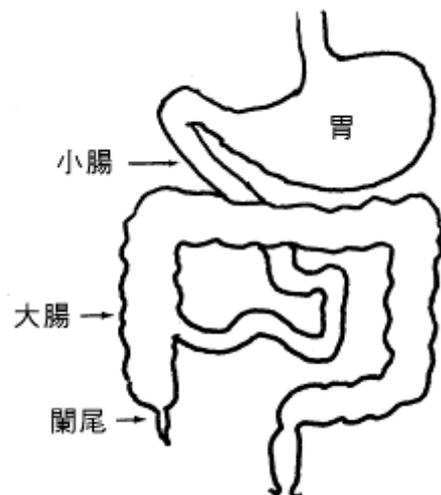
立即送醫，因有生命危險，可能需要動手術。

十七、闌尾炎、腹膜炎

這些危險的病需要手術，趕快找醫生。

闌尾是附屬於大腸的一個指狀囊，位於右下腹部，感染的闌尾有時會破裂，造成腹膜炎。

腹膜炎為急性嚴重的腹膜腔（包住腹部袋狀的"腔室"）感染，因闌尾或其他部份的腸子穿孔或破裂而引起。

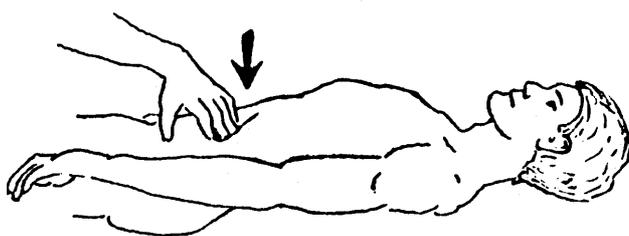


急性闌尾炎症候：

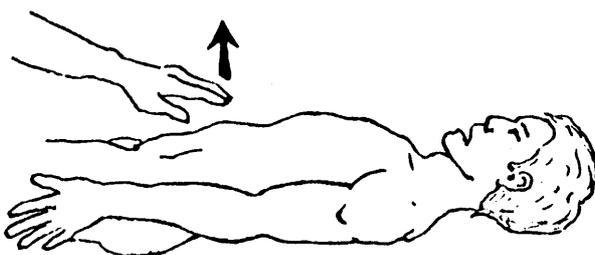
- 主要是持續的腹痛，且越來越嚴重。
- 往往自臍部周圍開始痛，但不久便移到右下腹部。
- 可能食慾不振、吐、便秘或微燒。



闌尾炎或腹膜炎的檢查方法：



讓病人咳嗽，看是否引起腹部劇烈的疼痛，用力慢慢按左鼠蹊韌帶上側，直到病人覺得痛。然後很快把手拿開。



手一拿開便有劇痛（反彈痛），那就很可能有闌尾炎或腹膜炎。若左邊無反彈，可用同法檢查右邊看看。

若病人像是患闌尾炎或腹膜炎：



- **馬上找醫生看**，最好送到能手術的醫院。
- **禁止吃喝**，也不可灌腸。只有當病人出現脫水現象時才可喝點加些糖及鹽的水或補充水份的飲料（13章 152頁）——但不可再吃喝別的東西。
- 病人應以半坐臥姿勢靜靜休息。

註：腹膜炎久了以後，腹壁會硬如木板，輕輕碰一下就會疼痛得很嚴重。有生命危險，應馬上送醫。在路上可給他第3頁上方所寫的「腸子穿孔所用的藥」。

十八、燒傷

預防：

多數燒傷可以預防，應特別注意小孩：

- 不可讓小孩靠近火。
- 燈和火柴要放在小孩拿不到的地方。
- 把爐上平底鍋的柄向內放，讓小孩拿不到。

沒有起泡的輕度燒傷（第一度）

立即將燒傷部份浸入冷水中，可以降低燒傷的痛和破壞程度。不需作別的治療。痛的話，可吃點阿斯匹靈或乙醯胺酚（acetaminophen，普拿疼），不要給小孩子服用阿斯匹靈。

已經起泡的中度燒傷（第二度）

不要把水泡弄破，不要冰敷。

若水泡破了，可用肥皂和冷開水輕輕沖洗。將凡士林煮沸消毒後，塗在無菌紗布上，紗布冷卻後，把凡士林紗布輕輕地蓋在燒傷的傷口上，不要用力壓傷口。

要是沒有凡士林，就讓傷口敞開。切勿擦油或牛油到傷口上。

儘量保持燒傷傷口乾淨非常重要。
不要碰到髒東西、塵埃或蒼蠅。

若出現感染現象---流膿、惡臭、發燒或淋巴腺腫大---立即用溫鹽水敷（一升水加一茶匙鹽），一天三次（如果可以，加二茶匙漂白水到鹽水中）。布和水要先煮開過才可以用。小心將死皮和死肉清除掉。可塗上一點 Neosporin 等抗生素藥膏（371 頁）。嚴重的病人更可服盤尼西林或安比西林（Ampicillin）。

深部燒傷（第三度）

皮膚燒壞，暴露出深層甚至被燒焦的肉，病情屬危急，一如任何大面積的燒傷，該馬上送病人到醫院，送醫前先用水潤濕乾淨的布包住燒傷部。

若無法找到醫院，可按上述方法治療。如果連凡士林也沒有，可讓傷口敞開，只用棉布或被單蓋起來，免得塵埃或蒼蠅落到上面。保持布的乾淨，有了髒東西或血就要換掉。給盤尼西林。

傷口上絕不可塗油或脂肪，或用獸皮、咖啡、草藥或大便去敷。

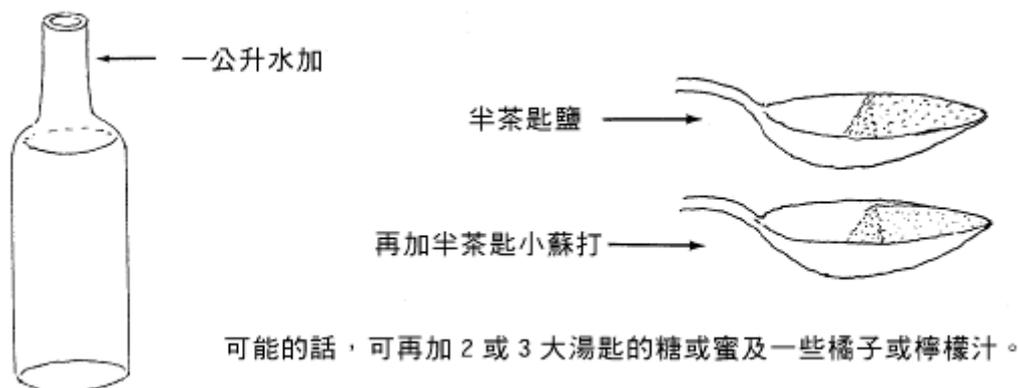
傷口敷**蜜**有助於預防與控制感染，並加速痊癒，一天至少二次，敷前務要先洗淨傷口。

對嚴重燒傷的特別注意事項

嚴重燒傷的病人，因痛、恐懼加上燒傷面滲出體液，很容易發生休克（10章 77 頁）。

安慰病人，並給予信心。給他阿斯匹靈或乙醯胺酚止痛，若找得到可待因（Codeine），會更有效。用淡鹽水洗傷口，病人也會安靜一些。可加一茶匙食鹽到一升冷開水中配成淡鹽水。

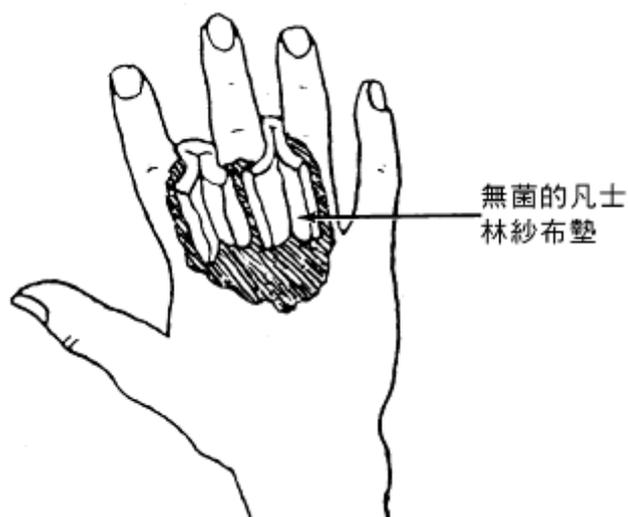
讓燒傷病人大量喝水。若燒傷面積已超過其兩掌大，應給下面飲料：



燒傷病人應盡量多喝這種飲料，最好喝到常解小便。大的傷口一天要喝 4 公升，很大的傷口甚至要 12 公升。要讓嚴重燒傷的病人多吃富含蛋白質的食物（11 章 110 頁）。沒有任何要忌口的食物。

關節周圍燒傷

凡是指間、腋窩、或其他關節部燒傷，均應用凡士林紗布隔開，以免癒合後黏在一起。手指、臂部和腿部則每天要拉直數次，拉起來很痛，但可防止疤痕收縮，影響關節運動範圍，如果是手部燒傷，要維持手指在輕微彎曲的姿勢以防止疤痕的收縮與變形。



十九、骨折

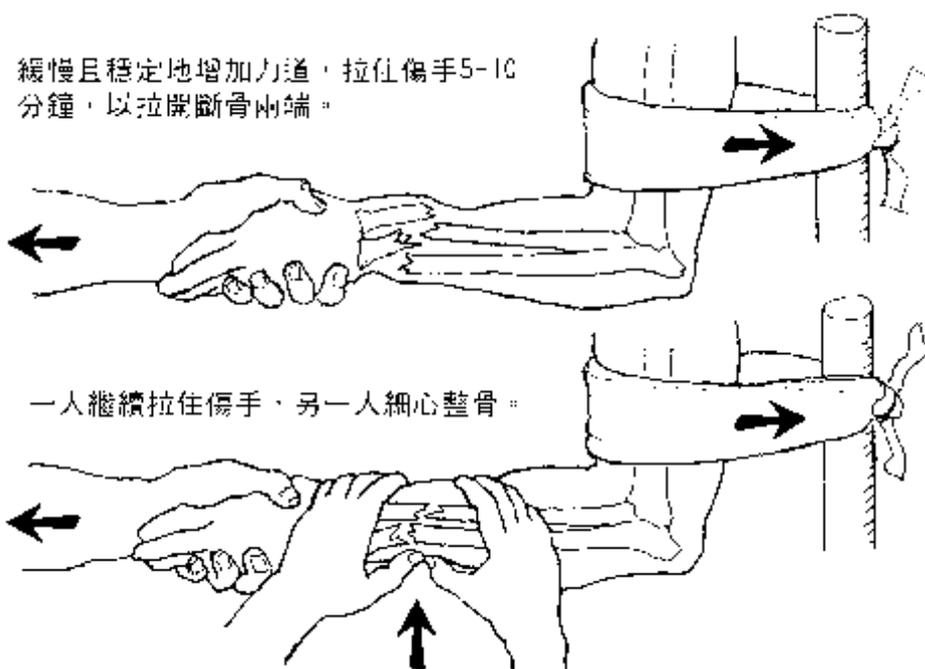
骨折時，首要之事是**固定斷骨**，以免造成進一步傷害，也好讓斷骨癒合。

搬動骨折病人，先要用護木、樹皮、或硬紙板固定斷骨。到了醫院再打石膏，或按地方的習慣打石膏筒（1章14頁）。

斷骨復位：若骨折以後，不論是否在正確位置上，最好不要動它，否則有害而無益。

若為新近骨折且移位很明顯，可想辦法將其復位再上石膏。越早做越容易接上。復位前，可以給 Diazepam（口服或注射）以放鬆肌肉，緩解疼痛（390頁），給 codeine 亦可（384頁）。

腕部骨折復位：



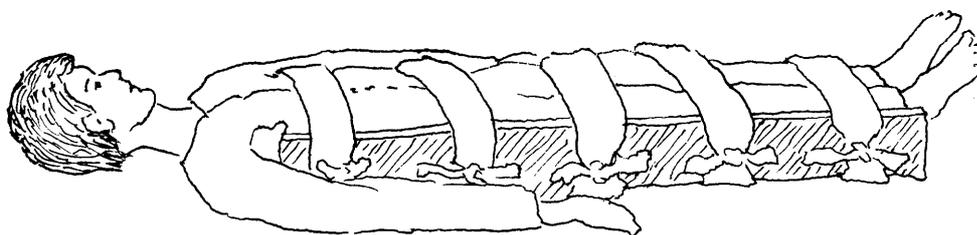
警告：復位過程中可能造成很多損傷，最好請一位有經驗的人幫忙，不可用力過猛。

斷骨要多久才會復原？

骨折情況越嚴重或年紀越大，癒合所需時間越長。小孩骨折容易癒合，老人骨折則可能一輩子也癒合不了。手臂骨折約須打一個月的石膏，外加一個月不能用力。腿骨斷了約須打石膏兩個月。

股骨骨折

股骨或髖骨骨折要特別當心，最好如下圖把病人全身固定起來，再立即送醫。



頸和背部骨折

懷疑頸或背部骨折的病人，**搬動時一定要小心**，盡量避免改變姿勢。若可能先請醫療人員評估。若一定要搬動，切勿彎曲其頸背。搬運傷者辦法請參看「重傷病人搬運法」。

肋骨骨折

會很痛，但大多自己會癒合。最好不要用夾板或束縛固定胸部。服用服阿斯匹靈或乙醯胺酚（不要給小孩阿斯匹靈）和休息即可。要維持正常肺功能，可每二小時深呼吸 4 到 5 次。每天這樣做，直到呼吸正常為止。開始時會很痛，須數個月才能完全不痛。

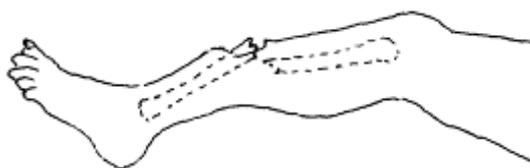
斷了的肋骨很少刺到肺臟，但如果斷骨穿到皮膚外或有咳血或呼吸困難現象，須使用抗生素（盤尼西林或安比西林），並馬上送醫院。

斷骨穿到皮外者（開放性骨折）

受感染機會非常高，最好要送醫。急救者先戴上手套或塑膠袋，小心的用冷開水把傷口與斷骨徹底洗乾淨，再用乾淨的布覆蓋傷口，**沒有完全洗乾淨前絕不可把骨頭拉回傷口內。**

固定患肢，以防更進一步損傷。

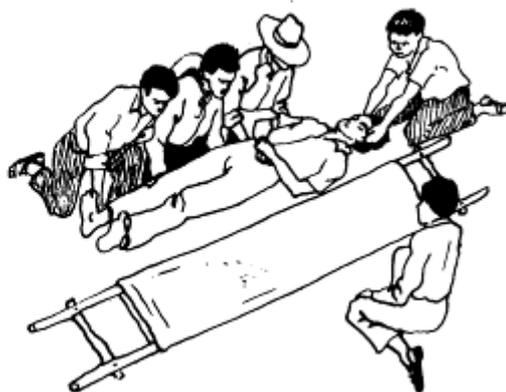
若斷骨已穿到皮外，馬上用抗生素以防感染：使用盤尼西林、安比西林或四環黴素（351、353 及 356 頁）。



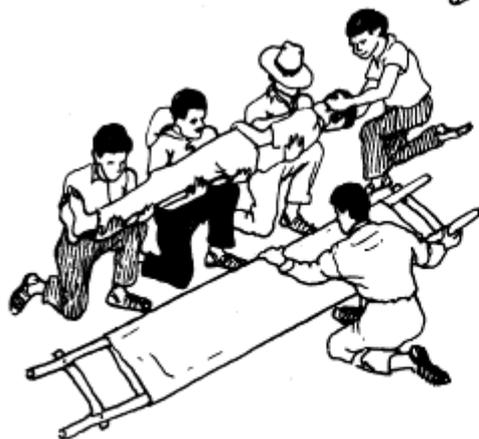
當心：四肢有骨折的可能時，
切勿擦拭或按摩傷肢。

重傷病人搬運法

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。

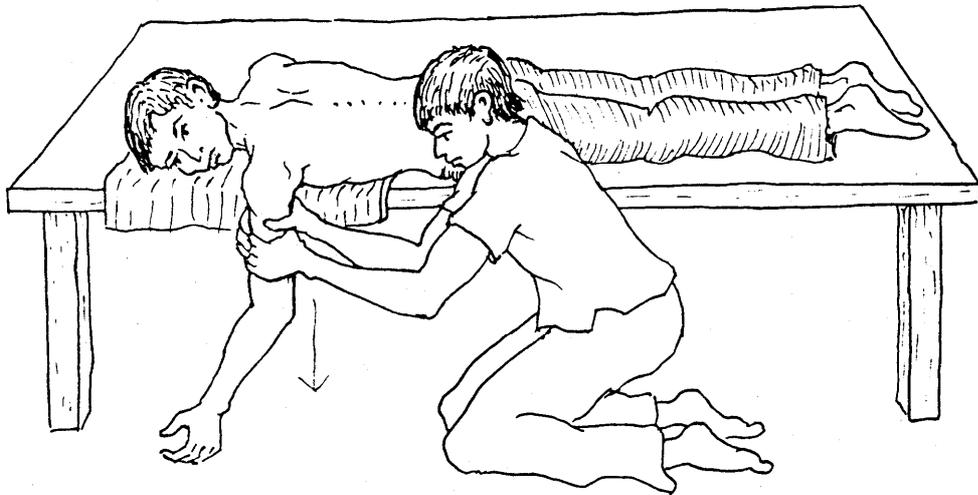
廿、脫臼

治療三要點：

- 設法使骨歸位，**越快越好！**
- 用繃帶牢牢固定，免得再滑脫出來（約固定一個月）。
- 避免傷肢用力，直到受傷關節完全好了為止（2-3 個月）。

肩關節脫臼復位法：

令傷者面朝下趴在桌子或其他較堅硬的平面上，手臂於桌緣自然下垂。對手臂施以強而穩定向下的力量，約 15 至 20 分鐘，然後慢慢鬆開，應可以聽到關節復位「啪」的一聲。



或者把 10-20 磅的重物綁在手臂上（先由 10 磅開始，最重不要超出 20 磅），且留置約 15 至 20 分鐘。



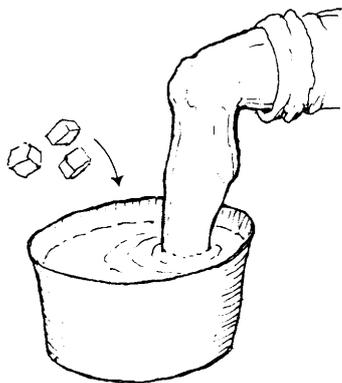
肩關節復位後，用繃帶把臂膊牢牢地綁在身上，要固定一個月，為防止受傷關節僵硬，老年人每天要解開繃帶三次，每次數分鐘讓病人手部自然下垂，慢慢做畫圈圈的動作。

要是你無法使脫臼復位，盡速找尋醫療協助，否則，等越久越難復位。

廿一、挫傷和扭傷

手腳受傷後，往往不知道是挫傷、扭傷、還是骨折，只要照 X 光片來鑑定。

通常骨折和扭傷的療法相若，主要是不讓關節動，只要用點東西把他包牢就可以，用支架支撐扭傷的腳並盡可能地休息。嚴重扭傷至少要三、四個星期才會好，骨折復原的時間更久。



第一天用冷水泡扭傷關節



一到二天後用熱水泡

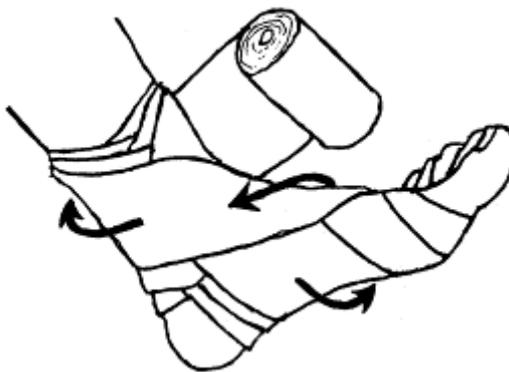
墊高扭傷部位以止痛消腫。前 1-2 天，用布或塑膠袋包著的冰或濕冷手巾，敷受傷關節，每小時一次，每次 20-30 分鐘，有鎮痛消腫作用。

受傷 24 至 48 小時後，當腫脹不再惡化，每天用熱水泡扭傷關節數次。

可用自製石膏筒（1 章 14 頁）或彈性繃帶把扭傷關節固定在正確位置，讓他慢慢好。

包紮扭傷踝關節的方法如右圖：

用彈性繃帶包紮腳與足踝，可防止或減少腫漲，由腳趾向上包，注意不要太緊，每 1-2 小時，鬆開一下，同時使用阿斯匹靈或乙醯胺酚。若疼痛腫漲 48 小時仍無改善跡象，就要就醫。



注意：絕不可摩擦或按摩扭傷或骨折的部位，那只有有害而無益。

若覺得傷腳鬆弛的或下垂，或腳趾移動困難，那就要找醫生，可能要開刀。

廿二、中毒

許多小孩因誤食毒藥而死亡。爲了保護你的孩子，請採取下列措施：

**有毒的東西要放在
小孩拿不到的地方。**



**絕不可把煤油、汽油或其他
毒品裝在可口可樂或汽水瓶
中，免得小孩誤食。**



一些需注意的常見有毒物：

- 老鼠藥。
- 滴滴涕 (DDT)、lindane 及別的殺蟲劑，除草劑。
- 藥品 (任何藥物吃多了都危險，特別注意鐵劑)。
- 碘酒。
- 漂白粉和清潔劑。
- 香煙。
- 甲醇、外用酒精。
- 有毒葉子、種子、漿果和蘑菇。
- 蓖麻子。
- 火柴。
- 煤油、汽油、柴油、油漆的溶劑 (松節油或松香油)。
- 洗滌用鹼水或灰汁。
- 鹽--勿過量使用，特別針對嬰兒與小孩。
- 腐壞了的食物 (12 章 135 頁)。

治療：

疑有中毒，**立即**照下法處理：

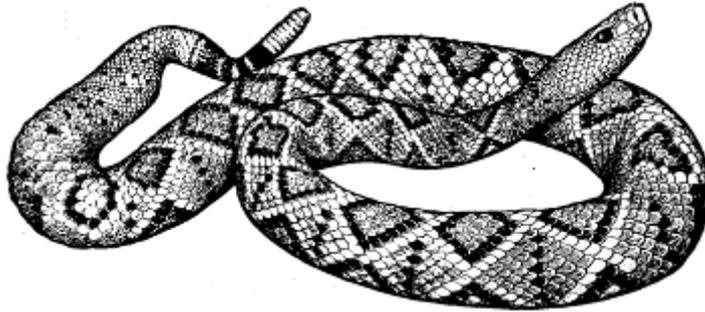
- 若小孩仍清醒，可以催吐，把手指放到咽喉，或給一湯匙的 ipecac (催吐劑，389 頁)
- 如果有可給他一杯活性碳 (389 頁)，或一杯加一匙碳粉的水。(大人要給雙倍劑量)。

小心：如果誤食煤油、汽油或柴油，強酸或腐蝕鹼，或病人失去意識時，不可催吐。如果意識清楚，則給予多量的水或牛奶來稀釋毒藥 (小孩每 15 分鐘給一杯水)。若病人覺得冷，可蓋毯子，但不要蓋太多。**中毒厲害者該找醫生看。**

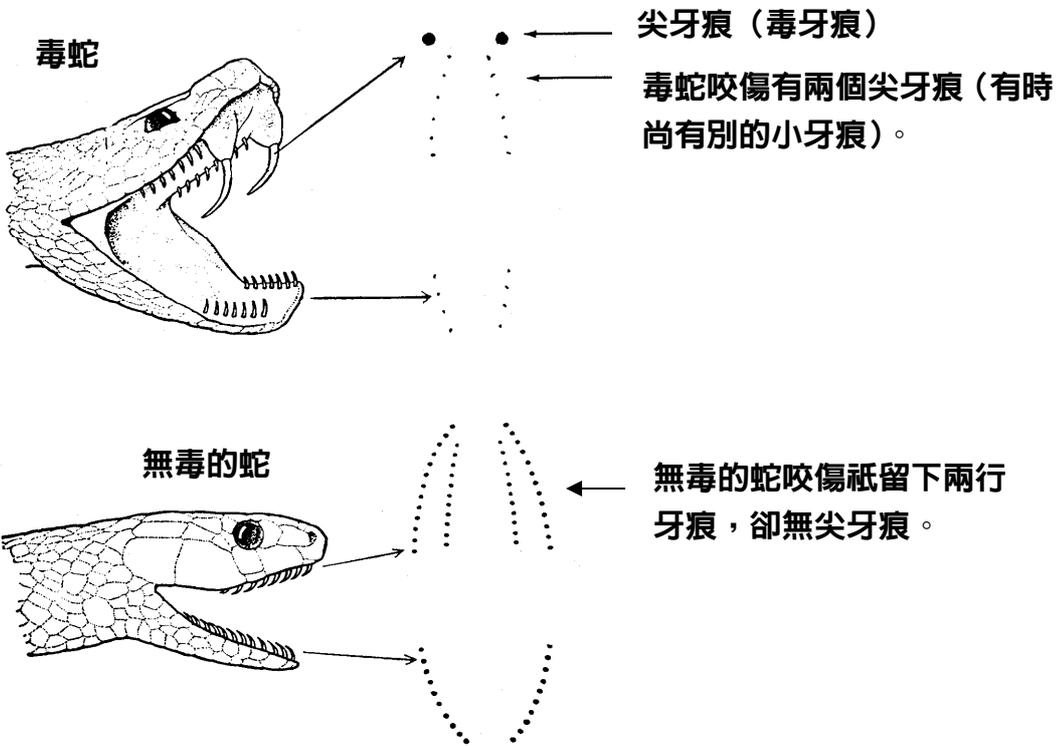
廿三、毒蛇咬傷

注意：找出本地蛇的種類，標示在此頁。

響尾蛇——北美，墨西哥及中美州



有人被蛇咬傷時，應鑑定蛇是否有毒。由齒痕可以分別出來。

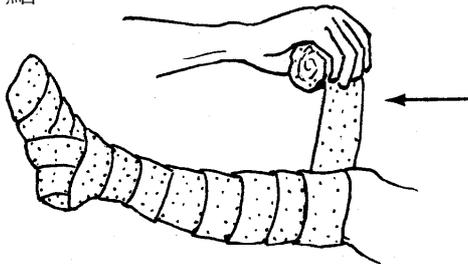


人們常誤把無毒的蛇當成有毒。請找出當地那些蛇有毒和那些蛇無毒。可能會出乎大多數人的意料之外，蟒蛇與 python（巨蟒）就沒有毒。不要打死無毒的蛇，把它們留下來吃老鼠等有害動物，甚至還會吃毒蛇。

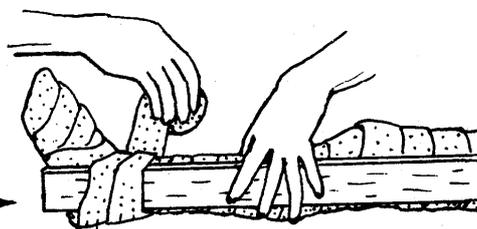
毒蛇咬傷之治療：

1. **保持鎮靜，不要移動咬傷的部位**，動得越厲害，蛇毒就越快散佈到全身。腳上被咬傷的人，最好一步都不要走，**快找醫生**。
2. 脫掉穿戴的首飾等，因為可能會快速的腫脹。

3. 在咬傷處用寬的彈性繃帶或乾淨的布包紮以減緩蛇毒散佈的速度。不要移動患肢，綁緊，但不要太緊，以免阻斷手腕與足背的脈搏。如果摸不到脈搏就要鬆開一點。



4. 把繃帶從手腳末稍向近心端包紮，但要確定仍能摸到脈搏。



5. 用護木加以固定。



6. 若可能，用擔架送到最近的健康中心，最好把蛇一起帶過去，不同的蛇可能需要不同的抗血清。如果需要抗血清，等到血清預備妥當後才可解開繃帶（注射後需注意過敏性休克的副作用，9章70頁）。如果沒有抗血清，還是得解開繃帶。

預先準備好當地的毒蛇血清，並要知道如何使用。

毒蛇咬傷非常危險，一定要送醫，但先要**迅速**做完上述急救事項。民間治蛇咬傷的偏方靠不住（1章3頁）。

有些治療會造成感染或是增加蛇毒效力，因此**絕不可以**：

- 切開毒蛇咬傷的皮膚或組織
- 傷口周圍或整個身體緊緊綁住
- 在傷口上或周圍放冰塊
- 電擊被咬的人
- 試著從傷口吸出血液或毒素

蛇咬傷後絕不可喝酒，喝了酒會更糟。

廿四、蜥蜴、蝎子、黑蜘蛛等咬傷

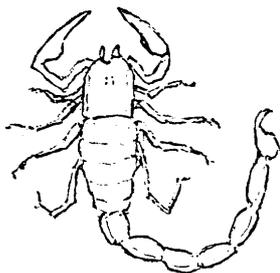
美國南部、墨西哥
北部的大毒蜥蜴。

蜥蜴咬傷

治療方法與毒蛇咬傷類似，只是沒有好的抗毒素，所以可能很危險。清洗傷口避免移動，且保持傷口低於心臟高度。



蝎子咬傷



有的蝎子含劇毒，有的毒性較低。成人被咬了，多半沒有關係。吃點阿斯匹靈或乙醯胺酚

(acetaminophen)，並冰敷咬傷處以降低疼痛。經數週或數月還痛或麻木的話，熱敷很有效（15 章 193 頁）。

五歲以下的小孩被咬傷了很危險，咬傷頭部或軀幹更危險。有的地方可找到抗毒素（388 頁）。咬傷後兩小時內就要注射，效果才會好，可用乙醯胺酚（acetaminophen）止痛。若呼吸停止時，即做口對口人工呼吸。要是很小的孩子被咬傷或咬到要害部份，或知道咬傷的蝎子有致命的危險，請速送醫。

黑寡婦等蜘蛛咬傷

多數蜘蛛，包括 tarantula（毒蜘蛛），咬了人都只是痛，沒有什麼危險。可是，少數幾種如黑寡婦或同種的蜘蛛咬了人，就是成人也會很嚴重，小孩更可能死亡。會造成全身肌肉疼痛痙攣，胃部的肌肉極痛且僵硬（有時會與闌尾炎相混）。

吃點阿斯匹靈或 Acetaminophen 後送醫。鄉下的藥局沒有特效藥（花 10 分鐘**極緩慢**靜脈注射 10% 葡萄糖鈣 10cc 可減輕肌肉痙攣。用 Diazepam 也很好（390 頁）。有休克徵候者，採治療過敏性休克方式治療（9 章 70 頁）。小孩可能要注射 cortisone（可體松），雖有抗血清但不易取得。

