

学习自救互救技能

学习目标

- ☑懂得一些简单快速的止血方法；
- ☑学会正确的包扎方法。
- ☑提高自我防护能力，知道自救与互救。



安全故事



在一场交通事故中，一名青年因下肢外伤流血不止，现场群众见状赶紧用干净衣物为他包扎止血，由于效果并不好，于是又加用了橡皮筋捆扎止血，直到救护车赶到才松开。



交流



请说一说在上面的交通事故中，
为伤员止血的方法是否正确？

一、常见的止血方法

轻微的出血(如皮肤擦伤、浅小的切割伤等)通常会自行止血，清洁伤口后，简单消毒即可，不需要特殊处理。但对于大量的外出血则需要紧急处理。



直接加压止血法



- 先检查伤口内有无异物，如果有小的异物需要先将异物取出。
- 将敷料(干净的纱布块、手帕或其他布料)覆盖到伤口上，用手直接压迫止血，压迫必须是持续的。
- 如果敷料被血液浸透，不要更换，再取敷料在原有敷料上覆盖，继续压迫止血。



注意

在直接加压止血的同时，可以将受伤的肢体抬高(如果肢体允许活动)，一般应高于心脏的水平，这样做可以减少出血。



想一想



包扎不仅能够压迫止血、保护伤口、防止感染、减轻疼痛，还能在发生骨折、脱臼或扭伤的时候，固定受伤部位，所以包扎在救护患者时经常用到。你会正确包扎吗？

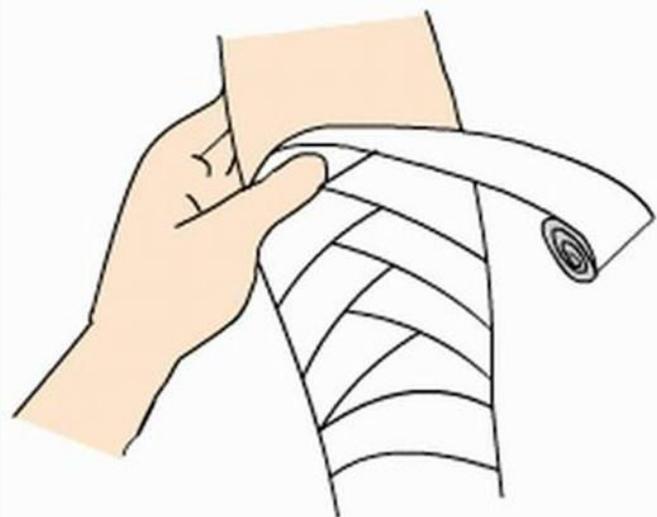
二、包扎的常用方法



常用的包扎用品有三角巾、绷带、纱布垫等。包扎用品应该清洁、柔软、易吸水。在没有专门的包扎用品时，可以就地取材，找到干净的毛巾、手绢、衣物、口罩、领巾等临时代替。



绷带螺旋包扎法

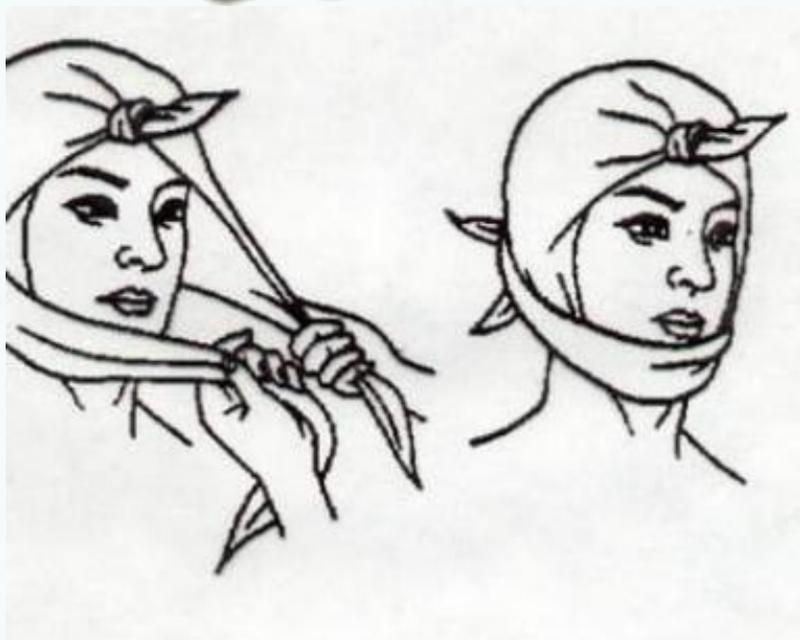


适合于包扎患者的四肢

- 在受伤处盖一块敷料(纱布垫或布垫)。
- 将绷带在敷料的下方由内向外缠绕两圈，把绷带固定住。
- 从第三圈开始将绷带从下向上螺旋包扎，每向上绕一圈时，遮盖前一圈绷带的 $\frac{2}{3}$ 。
- 把敷料完全遮盖后，将绷带重复绕一圈，在肢体外侧(上肢大拇指为外侧，下肢小脚趾为外侧)打结或用别针固定绷带。



三角巾包扎法



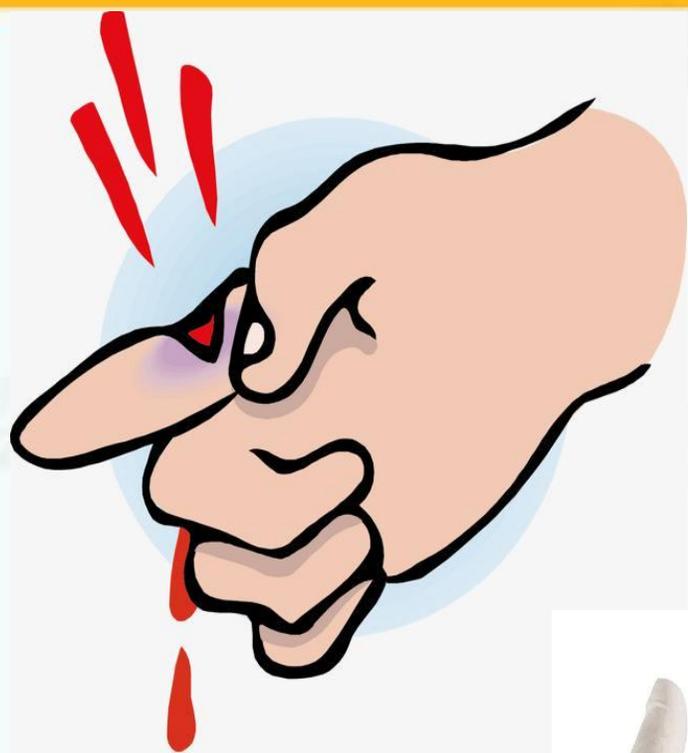
适合于手部、足部包扎，还可对脚挫伤进行包扎固定，对不便上绷带的伤口进行包扎和止血。

- 普通头部包扎：先将三角巾底边折叠，把三角巾底边放于前额拉到脑后，相交后先打一半结，再绕至前额打结。
- 风帽式头部包扎：将三角巾顶角和底边中央各打一结成风帽状。顶角放于额前，底边结放在后脑勺下方，包住头部，两角往面部拉紧向外反折包绕下颌。



包扎的注意事项





- ◆不可用手触摸伤口，也不可触摸包扎用品与伤口接触的一面。
- ◆不可对着伤口说话或咳嗽。
- ◆为患者包扎时要做好自我防护，应戴塑料或橡胶手套。





- ◆ 肢体包扎完成后，要按压一下受伤一侧的手指甲或脚趾甲，检查血液循环是否正常，如果按压后指(趾)甲不能很快恢复红润，仍然苍白，就说明包扎得过紧，需要重新包扎，以既能止血又不影响血液循环为宜。

安全小广播

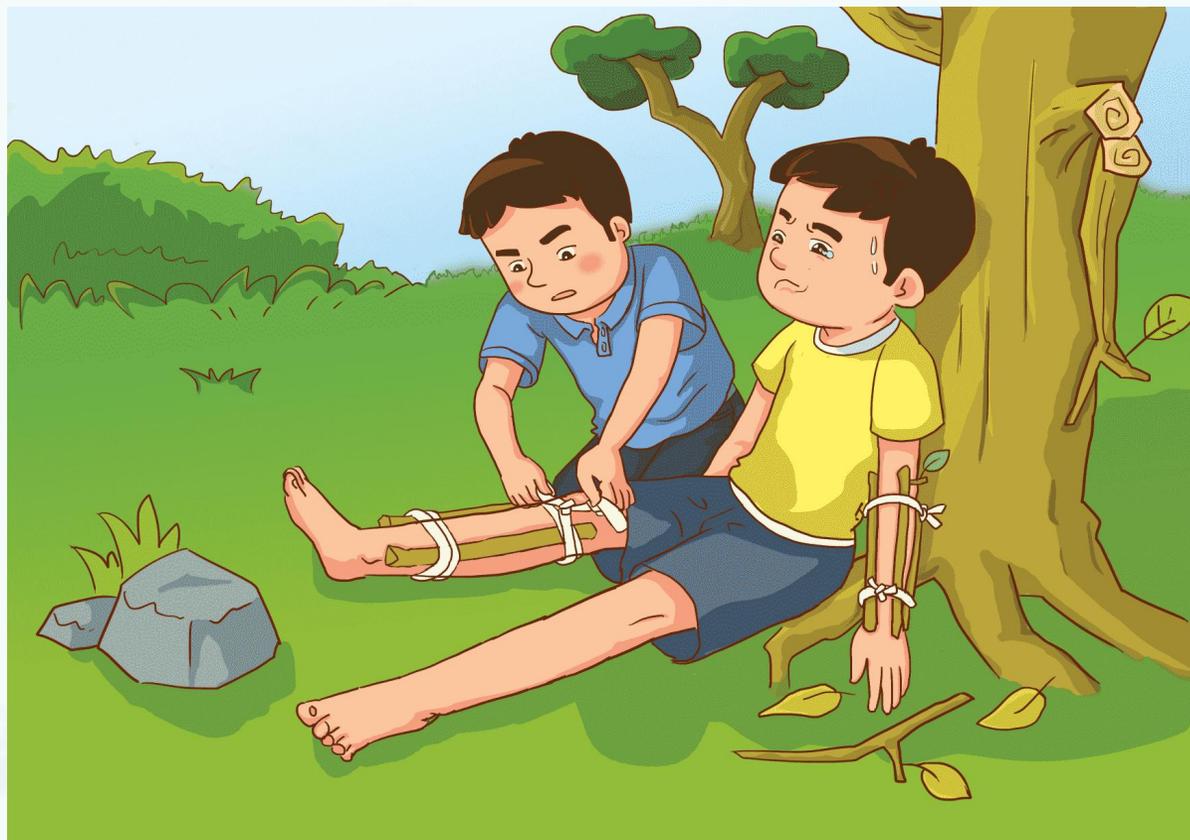


当没有绷带、消毒纱布等专用的包扎材料时，也可以用干净的毛巾、布块等简易材料包扎伤口。



三、骨折了，怎么办

如果手足部骨折，可用小夹板、树枝等支撑好，然后用绷带或布条捆绑固定。



如果颈部、脊柱和腰部骨折，尽量让伤者原地不动，等待医生救助。



一旦发生严重的摔伤，尤其是无法动弹时，最好让伤者安静躺着，并马上联系急救车，送医院就诊。





**同学们，今天学的
内容都记住了吗？**



随堂测评

1.包扎伤口时，下列做法正确的是：

- A.应先用水清洗伤口
- B.不用手和脏物触摸伤口
- C.为了止血，包扎得越紧越好

2.发生骨折时，下列做法正确的是：

- A.不轻易搬动伤者
- B.立即将骨折处复位
- C.马上背起伤员送往医院

3.将纱布直接置于伤口，用手按压的止血法叫：

- A.包扎止血法
- B.止血点止血法
- C.直接加压止血法

参考答案：
1.B 2.A 3.C





随堂测评



4.小李和同学们周末去海边游玩时，不小心被生锈的铁钉扎破了脚底，究竟应该怎么处理，同学们纷纷出主意。请你帮小李判断，他应该听谁的建议？

- A.小周：铁钉生锈了，赶紧去医院打破伤风吧。
- B.小健：别大惊小怪的，只是一个小小的钉子，拔出来到海水里洗洗就好了。
- C.小王：拔出来吧，我带了创可贴，贴一个

5.当意外发生时，我们要：（多选）

- A.及时求助
- B.运用科学的方法进行紧急救助
- C.没有科学的方法，不要贸然行动
- D.及时送医

参考答案：
4.A 5.ABCD

谢谢观看

