# 急救自救常识(3篇)

来源：网络 作者：夜幕降临 更新时间：2024-07-04

*在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。急救自救常识篇一一、伤者被救出火场后，我们首先要做三件事火场中的被困者...*

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。

**急救自救常识篇一**

一、伤者被救出火场后，我们首先要做三件事

火场中的被困者可能受到的伤害是：吸入浓烟造成中毒，呼吸道和肺部被炽热浓烟灼伤，一些被困者还可能直接被火烧伤。被抬出火场的伤者若已进入昏迷或半昏迷状态，我们道德要做三件事：

1、解开伤者上衣，暴露胸部，松开皮带以散热;

2、急救者把手插入伤者颈后将其向上托起，一手按压伤者前额让其头部后仰，使伤者的呼吸道尽量畅通(做人工呼吸时，务必使呼吸道保持畅通开放);

3、将耳贴近伤者口鼻倾听有无呼吸声，观察胸部是否起伏，瞳孔是否有放大，检查是否有心跳、脉搏，确认有没有出现心跳和呼吸停止。

二、心跳和呼吸停止，马上进行人工呼吸，一秒钟也不能等

在常温下，心跳停止3秒钟病人感到头昏;10-20秒病人发现昏厥;30-40秒瞳孔散大;40秒左右出现抽搐;60秒后呼吸停止。脑组织对血缺氧十分敏感，在呼吸循环停止4分钟-6分钟后，脑组织即可发生不可改变性损害。

复苏开始越早，存活率越高。大量资料证明：在心跳呼吸骤停4分钟内进行心肺复苏者可能有一半人被救活;4分钟-6分钟开始心肺复苏者可能有10%被救活;超过6分钟开始心肺复苏者可能有4%被救活;10分钟以上开始心肺复苏者几乎无存活可能。

心跳呼吸停止，是最紧迫的急症，心肺复苏(人工呼吸和胸外心脏按压)便是对这一急症所采取的急救措施。一旦确认伤者心跳、呼吸停止，必须争分夺秒进行急救，时间就是生命。

三、掌握正确的急救方法，首先要懂心肺复苏术的原理

人的心跳停止后，全身血液循环即停止，脑组织及许多主要器官因得不到新鲜氧气和血液供给而将发生细胞坏死。此时，必须在病人肺内有新鲜氧气进行气体交换的情况下进行胸外心脏按压。因此实施心肺复苏时，首先要做人工呼吸，再进行胸外心脏按压。

人工呼吸的原理：正常人吸入的空气含氧量为21%，二氧化碳为0.04%;肺脏只吸收所吸入氧气的20%，其余80%的氧从肺脏呼出。因此，当正常人给病人吹气时，只要有较大的气量，则进入病人心跳肺内的氧气量是足够的。在病人心跳呼吸停止后，肺处于半萎缩状态，给病人做人工呼吸能在呼吸道畅通的情况下将新鲜空气吹入病人肺内以扩张肺组织，有利于气体交换。

胸外心脏按压的原理：胸外心脏按压是利用人体胸腔及心血管系统的特点来起作用的。当做胸外心脏按压时，由于是用外界的压力将心脏压在胸骨与脊柱之间，心脏内的血液自然向动脉流去，放松时，心脏恢复原状，静脉血被吸回心脏。

**急救自救常识篇二**

家庭是一个温暖的港湾，可随时也会有各种小的意外情况发生，如何准确判断并在第一时间内实施急救，成为我们必须掌握的一门学问。

一、急性腹痛忌服用止痛药：以免掩盖病情，延误诊断，应尽快去医院查诊。

二、腹部受伤内脏脱出后忌立即复位：脱出的内脏须经医生彻底消毒处理后再复位。防止感染造成严重后果。

三、使用止血带结扎忌时间过长：止血带应每隔1小时放松1刻钟，并作好记录，防止因结扎肢体过长造成远端肢体缺血坏死。

四、昏迷病人忌仰卧：应使其侧卧，防止口腔分泌物、呕吐物吸入呼吸道引起窒息。更不能给昏迷病人进食、进水。

五、心源性哮喘病人忌平卧：因为平卧会增加肺脏瘀血及心脏负担，使气喘加重，危及生命。应取半卧位使下肢下垂。

六、脑出血病人忌随意搬动：如有在活动中突然跌倒昏迷或患过脑出血的瘫痪者，很可能有脑出血，随意搬动会使出血更加严重，应平卧，抬高头部，即刻送医院。

七、小而深的伤口忌马虎包扎：若被锐器刺伤后马虎包扎，会使伤口缺氧，导致破伤风杆菌等厌氧菌生长，应清创消毒后再包扎，并注射破伤风抗毒素。

八、腹泻病人忌乱服止泻药：在未消炎之前乱用止泻药，会使毒素难以排出，肠道炎症加剧。应在使用消炎药痢特灵、黄连素、氟哌酸之后再用止泻药，如易蒙停等。

九、触电者忌徒手拉救：发发现有人触电后立刻切断电源，并马上用干木棍、竹竽等绝缘体排开电线。

**急救自救常识篇三**

汽车自燃的防范与紧急应对

追根溯源：注意油、电路改装

改外包装、改排气、改音响甚至是改发动机，为了提升爱车某方面的性能，车主往往会自作主张，到一些不正规的改装店里改装爱车。据了解，在没有任何征兆的情况下，汽车突然自燃，大多是由线路故障引起的，而人为对线路的随意改装，占了汽车着火的相当一部分。

“因为改装导致自燃的车辆，大多数发生在电路和油路改装上。电路改装比较容易导致汽车自燃的通常发生在音响、倒车雷达、防盗器和灯光等方面的改装，比如音响电路改装，如果线头包不好，很容易在用车过程中导致正负极起火，比较稳妥的办法是，在线头连接部位除了包上绝缘胶布之外，再加上能够阻燃的热缩管。”

不管是什么品牌和型号的车，厂家都有定期保养的规定，但是，例行的保养内容只有更换机油、三滤等，对于电路、油路等容易导致汽车自燃方面却疏于防范：例如，汽油滤清器的连接油管有时候就会因为受热变形，导致汽油泄漏，从而引起自燃。孙宇告诉记者，他就曾经在郑州一家汽车赛车场见过一起因为油路问题差点导致汽车自燃的事件：“当时改装后的赛车从赛道上下来之后，排气管温度特别高，导致渗下的机油起火，幸亏及时发现扑灭了，如果是在高速公路上行车，很可能会导致汽车烧毁的事情发生!

未雨绸缪：车上配备灭火器

除了改装车容易导致汽车自燃外，在日常用车过程中，因为没有配备灭火器、找不到灭火器、不会使用灭火器等原因，汽车发生自燃时不能控制火势而导致汽车烧毁。

一般汽车出厂的时候，都会配置一瓶灭火器，但是，因为没有对司机进行相应的防火培训，一旦发生汽车自燃，很多司机还是不会用灭火器，最让人不可理解的是，有的新手甚至都不知道灭火器的存放位置。花园路上一家汽车4s店的售后服务总监李先生告诉记者：“正确的灭火器放置位置应该是在司机座位底下，如果汽车发生自燃，取用都比较方便及时。另外，车主需要注意的是，灭火器也有保质期，超过使用保质期的应及时更换：出厂满5年的，即使未开启使用过也必须送专业维修单位检修，以确保灭火器安全可靠，以后每隔两年为检修周期;从出厂日期起满20xx年的灭火器一定要强制报废。”

危急时刻：了解救火的正确方法

汽车自燃一般都是发生在几分钟之内，这短短的几分钟往往对爱车的命运起着决定性的作用，郑州市消防支队郑东新区大队的邵辉告诉记者：“应对汽车自燃一般以司机先期扑救为主，因为一旦汽车自燃，火势就会在短时间内烧起来。”那么，司机如何先期扑救把损失降到最低程度呢?以下是消防专家总结出来的扑救方案。

如果发现车头部分冒出火苗或者黑烟时，应立即靠边停车，然后熄火;司机离开车厢，应该马上拿灭火器去查看火情;在查看火情时，不要贸然打开汽车引擎盖，而应先将开条小缝，等氧气进入一会儿后，再慢慢全部打开，用灭火器进行扑救，因为一旦猛地打开，氧气会迅速进入，汽车火焰将突然变大，容易烧伤自己(如果车上没有灭火器，不如不打开引擎盖);用灭火器扑救时，应对准燃烧的部位降温灭火，避免爆炸;在灭火的同时别忘记拨打119求救;如果爱车投保了汽车自燃险，应保护好汽车自燃现场，拨打119的同时要求对方派火灾调查人员一同到现场，因为到保险公司进行理赔时，必须以火灾调查人员出具的调查文书作为依据。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找