

<<老年人家庭自救互救手册>>

图书基本信息

书名：<<老年人家庭自救互救手册>>

13位ISBN编号：9787509150610

10位ISBN编号：7509150612

出版时间：2011-8

出版时间：人民军医

作者：张秉琪

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<老年人家庭自救互救手册>>

### 前言

在现实生活中，意外的发生总是难免的，小至割伤手指，大至车祸、烧伤、骨折等。尤其是老年人，由于年老体衰，加之其特殊的生理情况，即便待在家中，仍有可能发生各种各样的意外。

老年人的平安是晚辈的福分，维护老年人的健康、平安更是晚辈的责任。

老年人发生意外是生命进程中的高概率事件。

因此，老年人自己、晚辈都应当注意学习和掌握相关的急救知识和技能，以便发生意外情况时，能够沉着应对，妥善处理，为医疗机构及专业人员抢救生命赢得宝贵的时间。

通常掌握的知识越丰富、越正确，技能越熟练，在出现意外时，处理结果就会越好，付出的代价也会越小。

本书系统介绍了老年人遇到各种意外时的急救知识，包括各种心脑血管的意外、出血、外伤、骨折、烫伤、急性尿潴留、各种伤害或中毒等，以及一些常见小病的家庭处理。

对老年人的急救知识和技能的学习与掌握，要做到未雨绸缪，不能等到需要时才学习，而是应该在平时生活中适当地学习和演练。

本书条理明晰，内容扼要，便于查阅，既可作为平时阅读学习的参考，又可在紧急意外发生时迅速查找相关处理办法，可作为老年任家庭生活的保健参考书。

主编 2011年4月

## <<老年人家庭自救互救手册>>

### 内容概要

张秉琪等的《老年人家庭自救互救手册》从老年人的生理、生活特点出发，系统介绍了老年人遇到各种意外时的家庭急救知识，包括各种心脑血管意外、出血、外伤、骨折、烫伤、急性尿潴留、各种伤害或中毒等，并从急救的基础知识和基本技能入手，进一步扩展到一些常见小病的家庭处理，可以作为家庭保健参考。

《老年人家庭自救互救手册》内容简明，易于掌握，适合广大老年人及其家属阅读参考。

## <<老年人家庭自救互救手册>>

### 书籍目录

- 一、急救的基础知识
- 二、怎样认识生命体征
- 三、怎样拨打120呼救电话
- 四、需要预先练习掌握的急救措施
- 五、心绞痛的急救
- 六、心肌梗死的急救
- 七、心搏骤停的急救
- 八、心律失常的急救
- 九、哮喘的急救
- 十、咯血的急救
- 十一、呕血的急救
- 十二、便血的急救
- 十三、头痛的急救
- 十四、眩晕的急救
- 十五、晕厥的急救
- 十六、休克的急救
- 十七、血压突然飚高的急救
- 十八、脑血管意外的急救
- 十九、发热的急救
- 二十、中暑的急救
- 二十一、身体温度过低的急救
- 二十二、急性痛风发作的急救
- 二十三、恶心与呕吐的急救
- 二十四、食物中毒的急救
- 二十五、煤气中毒的急救
- 二十六、天然气中毒的急救
- 二十七、农药中毒的急救
- 二十八、卤水中毒的急救
- 二十九、药物中毒的急救
- 三十、腹痛的急救
- 三十一、急性尿潴留的急救
- 三十二、尿频、尿急、尿痛的急救
- 三十三、血尿的急救
- 三十四、背痛的急救
- 三十五、一般骨折的急救
- 三十六、股骨颈骨折的急救，
- 三十七、软组织损伤的急救门
- 三十八、衣服着火烧伤的急救
- 三十九、烧伤与烫伤的急救
- 四十、轻微灼伤的处理，
- 四十一、化学药物灼伤的急救
- 四十二、电灼伤的急救
- 四十三、阳光灼伤的急救
- 四十四、冻伤的急救
- 四十五、昆虫叮伤的急救，

<<老年人家庭自救互救手册>>

- 四十六、昆虫蜇伤的急救，
  - 四十七、毒蛇咬伤的急救门
  - 四十八、狗或猫咬伤的急救
  - 四十九、青光眼的急救门
  - 五十、眼睛进了异物的急救
  - 五十一、眼部化学药物灼伤的急救
  - 五十二、嗓子痛的急救，
  - 五十三、牙痛的急救
  - 五十四、鼻出血的急救
  - 五十五、气管异物的急救
- 附录 老年人急救卡

## &lt;&lt;老年人家庭自救互救手册&gt;&gt;

## 章节摘录

(7)高锰酸钾：0.1%溶液洗伤口、消毒等；洗伤口或消毒皮肤用时，可取少量药粉，用温开水化成0.1%~0.5%的粉红色溶液；用于水果等食物消毒时，溶液颜色应稍深。

应现配现用，久放会失效，不宜过浓。

(8)烫伤软膏：为烫伤外用良药，涂抹创面，几分钟后疼痛感即消失。

使用前要清洗创面，如果有水疱不要刺穿，可直接以烫伤软膏敷裹伤口，然后用纱布包扎即可。

(9)冰硼散：用于咽喉肿痛、口舌生疮。

一日数次，吹敷患处。

注意不要吞服。

(10)清凉油：用于轻度中暑、头晕、头痛、皮肤瘙痒、蚊虫叮咬等；搽于患处，头痛搽太阳穴。

注意不要进入眼睛里。

(11)伤湿止痛膏：用于跌打扭伤，软组织疼痛。

外贴。

(12)正红花油：用于软组织挫伤的消肿止痛。

(13)金霉素眼膏、可的松滴眼液：用于结膜炎症。

(14)抗感冒药：如复方感冒胶囊、复方感冒冲剂。

用抗感冒药治疗感冒的原则是对症疗法，感冒的治疗旨在解除鼻黏膜充血，缓解鼻腔中毛细血管的扩张、减轻鼻塞感、减少鼻分泌物。

此外，还有助于保持咽鼓管和鼻窦口畅通，从而防止继发感染。

(15)止泻药：腹泻的常见原因有肠易激综合征和病毒感染，如着凉腹泻、紧张腹泻、考试腹泻、旅游腹泻等症状，前往医院看病，一般仅给予控制症状治疗，如给予解痉和止泻药，或者给予心理治疗和催眠治疗。

解痉药，如莨菪片、阿托品片；止泻药，如鞣酸蛋白、泻痢停、矽炭银等。

只有很少数是肠道细菌感染引起的腹泻，可给予抗菌药，如小檗碱片(黄连素)、诺氟沙星等。

(16)退热药和消炎药：发热是人的体温超过正常高限的现象，又称发烧。

每个人的正常体温略有不同，而且受许多因素(时间、季节、环境、月经等)的影响。

因此，判定是否发热，最好是与自己平时同样条件下的体温相比较。

如不知自己原来的体温，则腋窝体温(检测10分钟)超过37.4 可定为发热。

退热药有很多，常用的有扑热息痛(对乙酰氨基酚)、去痛片(索米痛片)、复方阿司匹林片(APC)。

关于对消炎药的理解，许多人都错误地认为，是各种抗菌药，这是由于人们对炎症的概念不清楚。

所谓炎症是指炎症因子的释放，局部产生毛细血管扩张，血液成分渗出，于是局部出现“红、肿、热、痛”的现象，细菌感染只是炎症发生的因素之一，所以把抗菌药作为消炎药是错误的。

消炎药是指抑制炎症因子产生或释放的药物，通过抑制炎症因子的产生，使炎症得以减轻至消退，同时使炎症引起的疼痛得以缓解。

消炎药主要有非甾体和甾体两大类。

非甾体药包括阿司匹林、对乙酰氨基酚、双氯芬酸、吲哚美辛(消炎痛)、布洛芬等。

(17)小檗碱(黄连素)：小檗碱是收录于国家基本药品目录的药物，使用非常安全。

小檗碱对多种细菌，如痢疾杆菌、白喉杆菌等都有抑制作用。

小檗碱最常见的不良反应是便秘，如果过量服用可能会产生恶心、呕吐、皮疹及发热，停药后可消失。

与细菌无关的腹泻，服用小檗碱以后症状也会有所缓解，但是实际上是起不了什么作用的。

所以，一腹泻就吃小檗碱(黄连素)，其实是没有必要的。

(18)吗丁啉(多潘立酮)：为肠胃动力药，不管是吃多了还是消化不良，吗丁啉可算是一款“全效动力药”。

它可以在肠胃表面形成一层保护膜，药效舒缓无刺激，甚至是孕妇和新生儿都可以服用。

P004-005



## <<老年人家庭自救互救手册>>

### 编辑推荐

老年人发生意外是生命进程中的高概率事件。

因此，老年人自己、晚辈都应当注意学习和掌握相关的急救知识和技能，以便发生意外情况时，能够沉着应对，妥善处理，为医疗机构及专业人员抢救生命赢得宝贵的时间。

通常掌握的知识越丰富、越正确，技能越熟练，在出现意外时，处理结果就会越好，付出的代价也会越小。

张秉琪等的《老年人家庭自救互救手册》系统介绍了老年人遇到各种意外时的急救知识，包括各种心脑血管的意外、出血、外伤、骨折、烫伤、急性尿潴留、各种伤害或中毒等，以及一些常见小病的家庭处理。

对老年人的急救知识和技能的学习与掌握，要做到未雨绸缪，不能等到需要时才学习，而是应该在平时生活中适当地学习和演练。

<<老年人家庭自救互救手册>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>