

the
powerof
humanity



基本急救指南

您的 急救指南

基本急救指南	3
蛇咬伤	9
蜘蛛咬伤	12
水母蜇伤	13
蜱虫叮咬	17
哮喘发作	19
在红十字会学习急救	21

有用的电话号码



救护车
000



毒药
13 11 26



急救包和培训
1800 733 276

基本急救指南



基本生命维持

D 危-检查危险

R 应-检查反应

S 求- 致电000求助

A 畅- 畅通呼吸道

B 呼-检查呼吸是否正常

C C-开始CPR心肺复苏术
(30个胸部按压:吹两口气)

D 器-连接除颤器



出血（如果出血严重）



拨打 000

- 1 尽可能用力压按伤口。
- 2 让人躺下并保持休息状态。
（如需，进行休克治疗）。
- 3 继续保持压力。



烧伤和烫伤

- 1 使用凉自来水冷却伤口至少20分钟。
- 2 如果烧伤范围广或伤口处于敏感部位，就医或致电000。



窒息（完全阻塞）



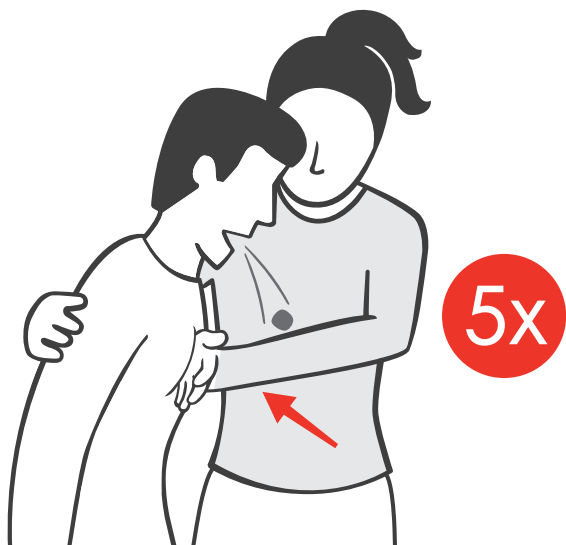
拨打 000.

1

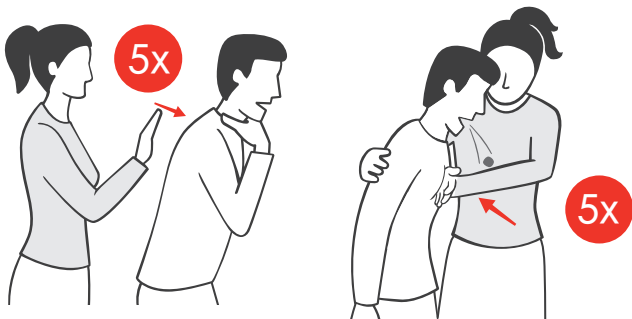
用一只手的掌底在两肩胛骨之间击打最多5下。



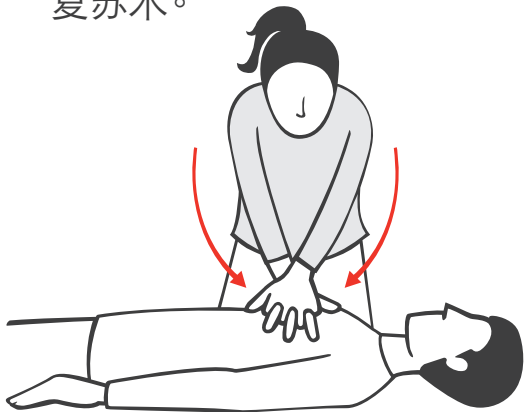
- 2 如果不成功，用掌底推压胸骨下部的方式猛推胸部最多5下- 确保在猛推期间支撑背部。
每下猛推后，检查堵塞物是否已清除。



- 3 如果阻塞没有缓解，继续交替进行5下背部击打和5下胸部猛推。



- 4 如果伤者失去意识，实行心肺复苏术。



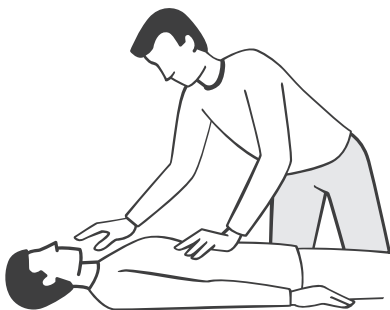


休克

- 1 安抚伤者。



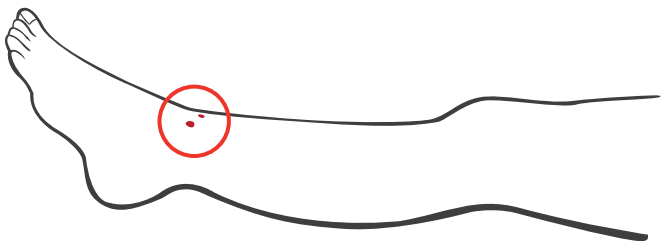
- 2 扶他们躺下并保持体温。不要让他们饮食。





蛇咬伤

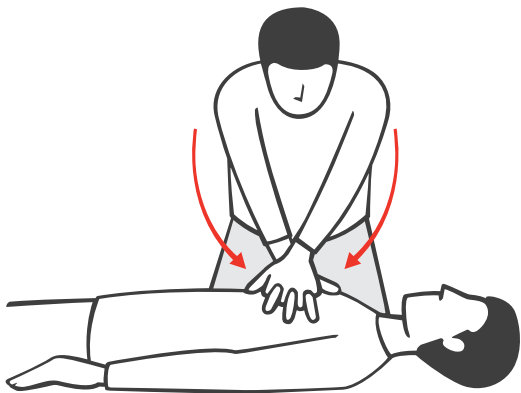
- 1 让伤者休息，安抚和观察他们。



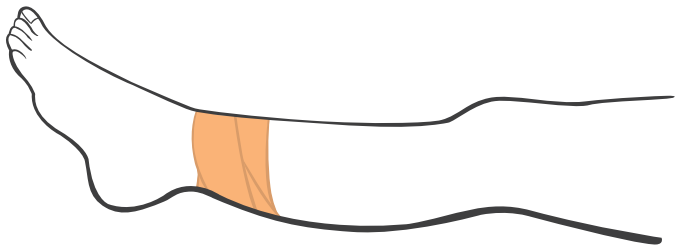
- 2 拨打 000.



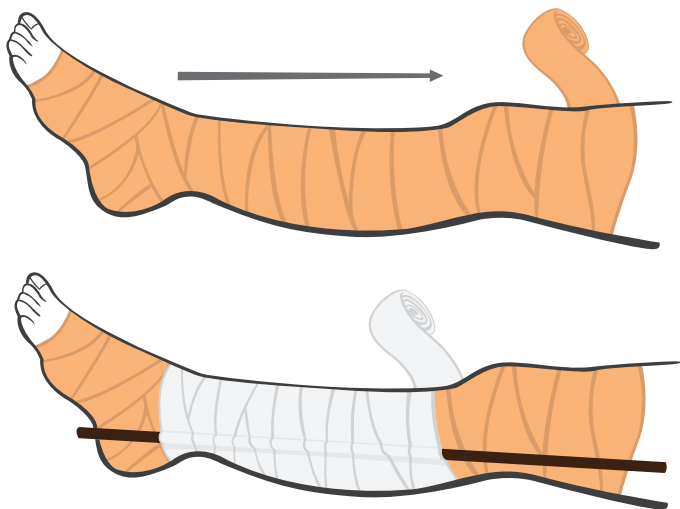
3 必要时开始心肺复苏术。



4 如果肢体被咬伤，请在咬伤部位紧缠绷带。确保受伤的肢体被固定，嘱伤者静止不动。



- 5 从受伤的肢体朝心脏向上缠绕绷带，尽可能地覆盖受伤的肢体。如果可能，使用夹板固定受伤的肢体。



- 6 在救护车到达前让伤者保持不动。



蜘蛛咬伤

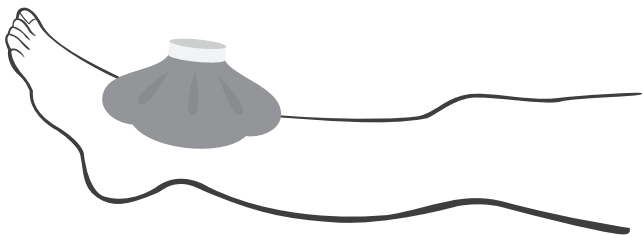
1

处理像悉尼漏斗网蜘蛛这类的巨毒蜘蛛的叮咬，应该像对待蛇咬一样。

2

其他蜘蛛的咬伤应该用冷敷处理，并立即就医。

不要将冰直接敷在未受保护的皮肤上。





水母蜇伤

1

急救取决于什么类型的水母。如果出现呼吸困难，请拨打000。

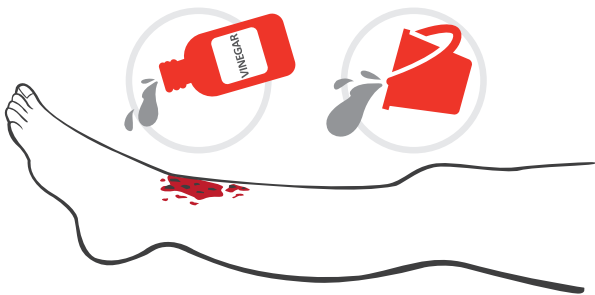


2

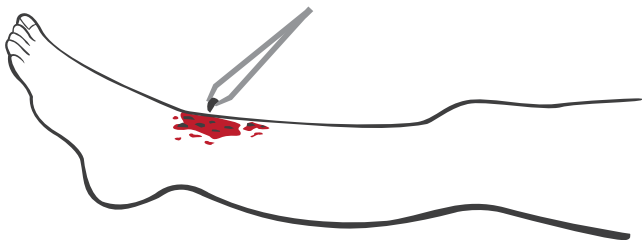
对于巨毒的水母，如箱形水母：拨打000，并向蜇伤处倒醋。借用海水来帮助清除触手。如被蓝瓶僧帽水母蜇伤，请参阅下文。

3

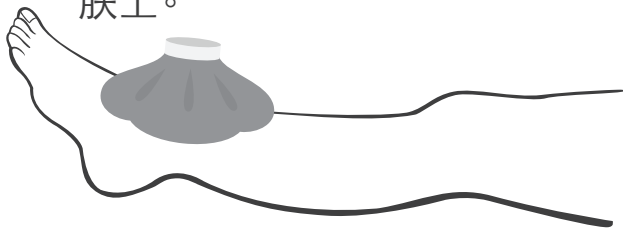
为了控制疼痛，将热水倒在蜇伤处 - 水温不应超过您能忍受的热度。



4 摘除剩余的触手。



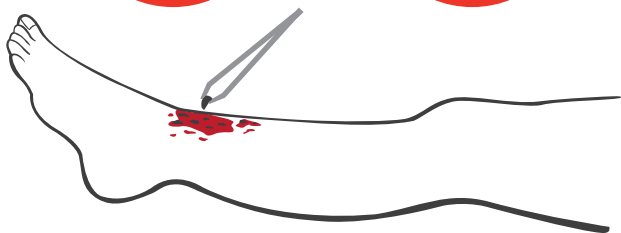
5 如果没有热水，请使用冷敷袋以帮助缓解疼痛。
不要将冰直接敷在未受保护的皮肤上。



6 观察伤情并在需要时启动心肺复苏术。

7

对于像蓝瓶僧帽水母这样的水母蜇伤：摘除任何触手，但不要用毛巾擦拭伤口或让伤口沾到沙子。



- 8 用海水（不是淡水）冲洗。
将热水倒在蜇伤处。
水温不应超过您能忍受的热度。



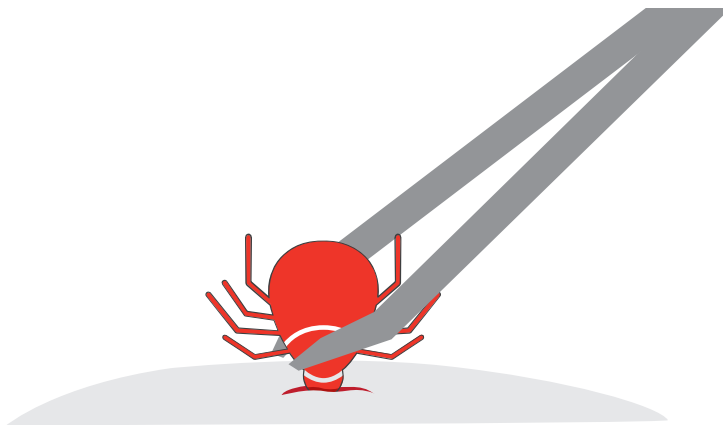
- 9 求医。



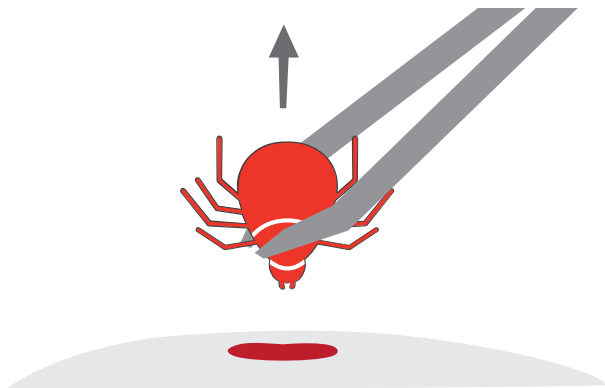
蜱虫叮咬

1

使用细镊子在尽可能靠近皮肤处捏住蜱虫。



2 把它轻轻向上和向外拉起。



3 用盐水或清水冲洗该处。



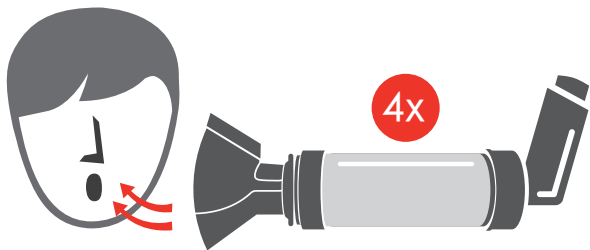


哮喘发作

- 1 让伤者舒适坐立。
- 2 安抚他们并保持冷静。



- 3 按照他们的哮喘计划。或帮助他们通过间隔器（如有）吸入缓解药物，然后通过间隔器呼吸4口气。这样做4次后，如果没有改善，每4分钟重复一次。



4

如果哮喘严重，或没有缓解
药物可用，拨打000。



在红十字会学习急救

作为世界上最大的急救培训机构之一，红十字会致力于改善民众的健康、安全和福祉。

红十字会为个人、俱乐部、学校和企业团体提供可预订的急救、专科急救和心理健康急救培训。

如果需要更多资讯，预定培训课或购买急救产品：

访问网站 <https://www.redcross.org.au/get-involved/learn/first-aid>，或

致电 **1800 733 276**

红十字会培训服务获取的收入将用于持续支持我们在本地、国内和国际上的人道主义工作。

本指南是为宣传教育而制作，其中的任何内容均不构成医疗意见，也不能取代求医或紧急救护。您不得依赖本指南中的信息来替代医生的医疗意见。您不应该由于本指南中的信息而推迟寻求医疗意见、无视医疗建议或停止医疗。如果您对本指南中提供的信息的适当性或其使用有任何疑问，您必须向您的医生寻求医疗意见。本指南中提供的信息是出于善意，但没有明示或暗示的保证。在法律允许的范围内，澳大利亚红十字对由使用该指南引起的或与指南使用相关的伤害或损失不负任何责任，无论是合同还是疏忽的责任，包括但不限于非直接或间接损失，或任何其他损失。