

让我们一起来学习一下应急措施吧！

当发生地震等灾害时，一下子会有许多人受伤。所以在这种紧急情况下，不能完全指望救护车马上来急救。那么就让我们来学习一些以防万一的应急措施吧！

止血方法

大量出血时容易使人惊慌失措，越是在这种情况越需要沉着冷静地去止血。一般成人失血 400ml 左右不会有什么危险，但是如果失血量超过全身血液的 1/3（1,500ml 左右）的话就有生命危险。出血时一定要观察出血的部位和状况以及出血量。

- 出血的状况为“喷出” ⇒ 属于动脉出血：需要紧急地进行止血
- 出血的状况为“涌出” ⇒ 属于静脉出血：需要尽早地进行止血
- 出血的状况为“溢出”

<直接压迫止血法>

- 先在伤口上盖一块可以遮住伤口的清洁纱布，然后从上面用力地压。
- 将伤口部位抬得比心脏高一些。



<间接压迫止血法>

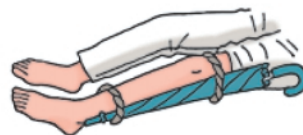
出血的状况为“喷出”的时候，在做好直接压迫止血的准备之前，要向骨头的方向按压出血部位接近心脏的动脉。

- 上臂中间的内侧
- 腋下中间的部位
- 手腕的连接处
- 手指的两侧
- 大腿根



骨折

- 骨折的部位用夹板固定好以后去医院。
- 如果没有适当的夹板、木板、杂志、雨伞、瓦楞纸等周围的物品都可以代用。



烧伤

- 用流水冷却。
- 如果伤口怕刺激的话，可以浸在洗脸盆等容器里进行冷却，避免直接受到水压。
- 衣服着火的烧伤不要勉强脱衣服，应该在穿着衣服的身上慢慢浇凉水冷却。
- 烧伤范围较大的时候可以用水管或水桶浇水，还可以将干净的床单等在水里浸湿后盖在烧伤部位冷却。
- 如果孩子烧伤，而且范围较大的时候，除了冬季以外可以用浴池里的水冷却。



除此以外，也许会遇到需要人工呼吸或心脏按摩的场面。请您积极参加消防队以及市镇村、日本红十字等召开的讲习会，努力掌握心肺复苏法。一些大的潜水公司等团体也举办急救讲座。