**延安大学西安创新学院**

**学生外出实践应急抢救与处置方法**

**1、人工呼吸法**

（1）拿走伤者面上的障碍物，把伤者头部转向一侧，迅速清除其口腔中的异物。

（2）一手按住伤者前额，一手托着其颈部，让其头部后仰，使气管张开。

（3）抽出放在伤者头下的手，把伤者下巴向上推，两只手指捏紧伤者的鼻孔，迅速向其口用力吹气四次。

（4）吹气四次后，转头看伤者胸部有没有收缩，若见收缩，再次以正常呼吸率给伤吹气。

（5）伤者恢复呼吸后，可置其身体成复原卧式。

**2、触电**

（1）截断电源，关上插座上的开关或拔除插头，如果够不着插座开关，关上总开关。

（2）若无法关上开关，可站在绝缘物体上，诸如一叠厚报纸，橡胶垫子，木箱之类，用扫帚或木椅等物件把伤者拔离电源。

（3）若伤者昏迷，将其身体放置成复原卧式。

（4）若伤者曾经昏迷，身体遭烧伤或感到不适，必须打电话召救护车，或立即送伤者往医院急救。

（5）告诉院方人员伤者触电的时间有多久。

**3、火灾逃生与自救**

（1）用最安全的方法避开熊熊烈火；往事发楼下的门窗逃生。

（2）开门之前，先用手碰一下门把，如果门把烫手，门隙有烟冒进来，切勿开门，用手背去碰是因金属门把传热比门框快，手背一感到热就会马上缩开。不熟悉火场环境可用这方法。

（3）门把不烫手时，打开一道缝以观察可否走出去，用脚抵住门的下方，防止热气流把门冲开，如门外起火，开门会鼓起阵风，助长火势；打开门窗则形同用扇煽火，应尽可能把全部门窗关上。

（4）匍匐而行，浓烟从上往下扩散；越接近地面，浓烟越稀薄，呼吸较容易，视野也较清晰。

（5）试着打开门窗，或走到阳台去。走出阳台时随手关上阳台门窗。

（6）如身在楼下，可打开一个窗门从窗口跳出去。

（7）如身在楼上，而该层楼离地不太高，落点又不是硬地(例如花坛之类)，可抓住窗悬身窗外，伸直双臂以缩短与地面的距离，这样跃下可能扭伤，甚至折断腿骨，但总胜于呆等援救。

（8）跃下前，先松开一只手，用这只手及双脚撑一撑离开墙才跃下。

（9）除非别无他法，否则勿从高处跃下，利用随手拿到的东西(例如被单)，将之连结成长绳并拴紧在家具，沿绳爬到地上，或到尽头才松手跃下。如果破窗逃生，可用椅子砸或用脚踢破玻璃。如果必须用手破窗，先把手厚厚包裹；假如穿的是长袖厚上衣，则可用手肘击破玻璃。

（10）将散落在窗沿的玻璃弄掉，或盖上毯子或衣物，然后爬出去。

（11）如无法可施，应关上房门，开窗挥手大喊求助。

（12）在阳台求救，应先关好后面的门窗。

（13）如没有阳台，一面等候援救，一面设法阻止火势蔓延，极少楼宇会因火灾而倒塌；因此如能阻止火势蔓延，生存机会就极大。

（14）向木板及门窗泼水，遏止火势蔓延。

（15）把布块(最好是湿的)塞进门隙，以阻止浓烟和火焰进入房间。浓烟其实比烈焰更危险，被火烧死的和遭浓烟呛死的，约为二与五之比。

（16）如被困高处，呼救无效，可在窗前挥动被单，枕头套或毛巾，引人注意。

（17）如有电话，应拨电话求援，大楼虽然停电，电话也许仍可接通。

**4、遇到恶犬**

（1）若恶犬低头，垂尾，耸起颈毛，即表示有攻击意图，应该格外小心。

（2）不要看着它的眼睛，这会使它以为快要受到攻击，变得更加凶恶。

（3）不要摆出像要打它或踢它的姿势。

（4）站着不动，用命令的口吻叫它离开，例如“走开!”“站住!”之类；或用平静，温柔，友善的语气安抚它。

（5）必要时轮流采用命令和安抚的语气，看看哪种方法比较有效。

（6）如恶犬仍然逼近，就设法抓住它的颈部，然后向前推；同时留心附近有没有能关紧的门，可把恶犬困在门内。

（7）不要抓狗尾巴，提心它转身咬手部。

（8）如恶犬张口噬来就伸出前臂让它咬，可能的话，先用外衣包着手臂然后使劲把臂捅进它的喉咙，直至它松口为止，不要尝试把手拉出，这样做会咬出几条又深又长的伤痕来。

（9）给狗咬伤了，应该用皂和清水小心洗涤伤口，抹去唾液，然后马上去看医生。

**5、遇到蛇**

（1）看见有蛇，应马上停下，然后迅速走到离蛇二十尺以外的地方。

（2）给蛇咬伤了，应该洗净伤口，紧紧包扎起来。把咬伤的肢体垂下，不要举起来。

（3）若走过有蛇出没的地方，应趟小径，不要穿过草丛，足部和脚踝很易给蛇咬伤，应穿靴子加以保护，不要穿凉鞋。

**6、遇劫或成为人质**

身为人质，随时有丧命之虞，在这种情况下，精神压力可能令人不知所措，陷入惊恐万状中，但一味恐惧，只会更加危险。要记住，匪徒挟持人质的目的不在于伤害人质，只是想藉此要挟，达到他们的目的。

（1）不要反抗，也不要意图逃跑。

（2）照匪徒的吩咐去做。

（3）把匪徒的情况牢记在心，包括年纪、身材、口音、相貌、衣着等等。

（4）获得释放后马上记下事件的经过，立即打电话报警。