

儿童意外伤害高发

掌握这些急救知识

关键时刻能救命

儿童天生好奇爱动,是各种意外伤害的高发群体,如烧烫伤、气管异物、消化道异物、跌落伤、溺水、宠物伤等。当意外伤害发生时,家长若不能采取及时有效的急救措施,往往容易导致难以挽回的严重后果。因此,学习和掌握一些急救方法是非常必要的。



意外伤害一

烧烫伤

由于孩子的皮肤比较嫩,一旦发生烧烫伤,程度往往比成人严重。因此,孩子发生烧烫伤后,家长要做的是第一件事是尽快让孩子脱离热源,对于小面积的烧烫伤,应立即把烫伤部位浸入冷水中10~20分钟,或在水龙头下冲10~20分钟,以及及时散热和减轻疼痛;然后涂上烧烫伤膏,用无菌纱布予以包扎,以防创面感染;已形成水泡的,注意不要弄破;面积较大的烧烫伤,简单处理后应尽快送医院治疗。

意外伤害二

气管异物

3岁以内的孩子最容易发生气管异物,严重者可引起窒息。此时,家长千万不要试图用手抠出吞入的异物,否则有可能会加重堵塞。那么该如何处理呢?

若孩子发生气管异物,应先观察,若孩子还能说话、呼吸或咳嗽,应引导他把吞入物咳出;如果孩子无法说话,且面色发青,应立即采用“海姆立克”法急救。

对于1岁以上的孩子,大人应站在孩子后面,一手握拳,放在孩子肚脐与胸骨之间,另一只手握住该手,然后快速向上、向内推压孩子的腹部,直至异物排出;对于1岁以内的孩子,应把患儿放于抢救者的大腿上,面朝前,以两手的中指或食指在患儿脐上的腹部快速向上冲击压迫,直至异物排出。

意外伤害三

消化道异物

年幼的孩子常喜欢把硬币、钮扣、戒指等异物放进嘴里玩弄,一不小心就可能吞入胃肠道或滞留在食道。若误吞为小的、光滑的、圆形的异物,一般不会出现特别症状,也无需特殊治疗,可多吃些富含粗纤维的蔬菜,让其随大便排出;若异物体积较大或为尖锐的异物,如大头针、鸡骨头、鱼骨头,或是有毒、有腐蚀性的物质,如小电池等,则应急送医院,切勿使用吞饭团或食醋的办法,以免异物进入深部,损伤黏膜和血管。

意外伤害四

跌落伤

儿童从高处跌落,除了皮肉伤痛外,还容易引起颅脑外伤、骨折、内脏损伤出血等意外。因此,一旦儿童发生跌落伤,家长应首先检查是否有外伤,碰撞的部位是否有红肿、破裂、出血或瘀血等情况;同时观察患儿是否有恶心或呕吐的症状发生,有无意识障碍,有无面色苍白、出冷汗等,如果有以上症状,要尽快送医院治疗。另外,高空坠落时常可造成脊柱损伤,禁随意搬动,搬运时一定要用木板作担架运送,采取平卧位,保护好头颈、胸及腰椎。

意外伤害五

溺水

溺水不仅会发生在江、河、湖、海、水井、游泳池等

室外场所,对于年龄较小的孩子来说,家中的澡盆、浴缸、水桶中也是发生溺水的常见地方。一旦孩子发生溺水后,首先应立即把孩子口鼻中残留的积水或污物排出,以确保气道畅通;同时观察孩子的意识反应,有无哭声,有无呼吸、心跳;若呼吸心跳停止,应立即做口对口人工呼吸和心脏按压,并联系“120”急救电话,尽快送往医院。

意外伤害六

宠物咬抓伤

养宠物的越来越多,而因宠物咬抓伤的事件也越来越多,最常见的就是狗咬伤,或被猫抓伤或鼠类咬伤等。一旦孩子被宠物咬抓伤,应迅速用肥皂水清洗伤口,然后用双氧水消毒,伤口一般不作缝合;若伤口较大者要注射破伤风,并酌情服用消炎药以防伤口化脓;最重要的是,尽快到当地疾病预防控制中心(CDC)打狂犬病疫苗。

意外伤害七

误服药物

若误服的为一般性无毒副作用的药物,如普通中成药或维生素类药物,且剂量不大时,可鼓励儿童多喝水,使药物迅速从尿液中排出;若误服的为毒副作用较大的药品,如避孕药、安眠药、癫痫药、精神病药、抗心率失常药物等,应尽快送往医院治疗,并将误服药物的名称、时间、剂量详细告知医生,以便给医生救治时提供可靠的诊断依据。

江西省中医院急诊科主任中医师 廖为民

穿纸尿裤会引起宝宝“罗圈腿”吗?

细心的妈妈们可能会发现,大部分宝宝的腿好像都不是很直,而是弯弯的,有点像罗圈腿,是不是尿不湿引起的?长期穿尿不湿会不会影响宝宝的骨骼发育呢?

的确,很多宝宝躺着时,腿和脚都是向内弯曲的,用手轻轻将其拉直后,一会儿又弯了,但这并不代表宝宝就是“罗圈腿”。这主要是因为宝宝在母亲体内发育过程中,由于母体子宫内的空间有限,宝宝未出生前都是以双腿交叉蜷曲、臀部和膝盖拉伸的姿势为主,腿和脚时向内弯曲的;而出生后,随着宝宝的运动发展,臀部和腿部肌肉力量的加强,宝宝的双腿和脚就会慢慢变直。通常情况下,当宝宝自然发育到两岁左右时,腿就会自行矫正,逐步恢复成正常的腿型了。

目前还没有任何研究证明,使用纸尿裤可造成婴幼儿罗圈腿,也就是说,罗圈腿与纸尿裤无关。当然,如果纸尿裤的尺码不合适,或长期包裹方式不正确,如有些宝爸宝妈在换纸尿裤时,将宝宝的双腿拉得很直,尿裤裹得很紧,让宝宝的大腿肌肉长期处于紧张状态,这样就很容易造成宝宝髋关节脱臼而引起肢体畸形。因此,父母在帮宝宝换尿布时,应让宝宝的两腿保持自然弯曲姿势,而不应施加任何影响骨关节自然发育的外力。

湖南省儿童医院新生儿二科 吴红妹

按顺序给宝宝抚触按摩

大家都知道抚触按摩对宝宝有很多好处,可究竟该如何具体操作呢?现在让我们一起来学习一下吧。

抚触前,应让宝宝身处温暖的环境中,室温以28℃左右为宜,再选择一个你和宝宝都觉得舒适的地方,如床上、沙发上、地毯上,播放一些舒缓的、有助于放松的音乐,在宝宝安静不烦躁的情况下开始。具体操作前,应先在手中涂些润肤露,以起到润滑作用,减少摩擦,然后用语言或眼神与宝宝“交流”,告诉他要开始按摩了。

抚触一般是从双腿开始,一手抓住宝宝的脚,另一手从宝宝的脚踝按到大腿;接着把宝宝的大腿分开,从大腿温柔地搓按到脚,同时转动宝宝的脚踝。按摩脚踝时,可以用你的拇指围绕着脚踝做旋转按压。

按摩宝宝的腹部时,要让你的双手交叠,从胸腔往下做圆形的滑动,接着围绕宝宝做顺时针方向的圆形移动,最后,用你的手指头“走”过宝宝的腹部。按摩胸部时,可以将两手从中间滑向两边,再返回,就像抚平书里的页纸一样。

手臂和手的按摩与腿脚大致相同,只是到腋窝处要停下来,以按摩腋窝的淋巴结;面部的按摩可以用拇指画圆圈,最好以手指轻轻地从额头梳到脸颊部分作为收尾;最后是背部,这是宝宝最喜欢的部分,可以用你的手指在整个背部轻轻地画小圆圈,然后用手指头轻轻地从宝宝的背梳理到臀部、大腿,一直到脚踝。

湖南省儿童医院新生儿二科 吴倩