

安全
教育

安全
教育

2023

校内意外伤害事故 处理方法

江阴市第二中学 章育莹

2023.7

目录

01

意外类型

02

伤情类型

03

急救办法

04

预防措施



01

意外类型

意外伤害的种类



01 交通事故



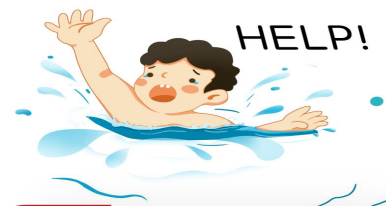
02 运动伤害



03 食物中毒



04 踩踏事故



05 溺水



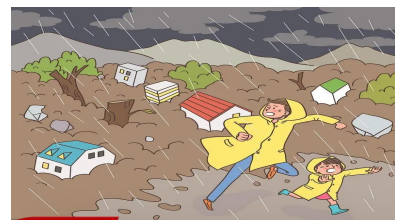
06 用电安全



07 校园暴力



08 特异体质



09 自然灾害



10 设备事故

交通事故



人们在道路上要按照交通法规的规定，安全地行车、走路，避免发生人身伤亡或财物损失。

挫伤、擦伤、骨折、
脑震荡、胸部创伤、腹部脏器损伤

运动损伤



● 肌肉拉伤

肌肉在单一次的强大收缩作用下，或者不正常的肌肉协调、活动，而形成的肌肉受伤情形，最常见的是大腿肌肉拉伤。

● 挫伤

所谓挫伤是指皮下组织受钝力性撞击所造成的创伤，最常见的是被球击中身体

● 韧带损伤

韧带在单一次的关节过度伸展下，形成韧带受伤的情形，最常见的是踝关节外侧韧带扭伤。

● 骨折

骨骼经由外力的冲击而折断或是由于疲劳或训练过度时亦易发生。可分为闭锁性和开放性骨折

食物中毒

Food poisoning →



食物中毒就是指因食材中的有毒物质而造成人体的副作用，一般包含细菌感染(如大肠杆菌)、酸类(如化肥)、动物与植物性(如河豚鱼、荷兰豆)和念珠菌性(毒蘑菇)四种。

食物中毒，有单人中毒，也有人群中毒，其病症以恶心想吐、呕吐、腹痛、腹泻主导，通常伴随发烧。呕吐腹泻比较严重的，还可能产生脱水、代谢性酸中毒，乃至休克、昏迷等病症。



防止食物中毒的关键方法是留意清洁卫生及食品卫生

踩踏事故



是指在聚众集会中，特别是在整个队伍产生拥挤移动时，有人意外跌倒后，后面不明真相的人群依然在前行，对跌倒的人产生踩踏，从而产生惊慌、加剧的拥挤和新的跌倒人数，并恶性循环的群体伤害的意外事件

有人跌倒

受到惊吓、恐慌

过于激动

好奇心驱使

溺水事故



误区警示

- 01 人溺水后不会大声呼救
- 02 自然水域复杂，会游泳也有可能溺水
- 03 只要有水就有可能溺水，如游泳池、浴缸甚至水桶
- 04 不主动下水也有可能溺水，如捡拾物品，甚至路过
- 05 缺乏救援经验，切忌下水救人
- 06 溺水救援成功率不高，因为具备有效救援条件的情况不多

设备事故

因设备老旧或使用不当
引起的事故

在足球门上做引体向上、攀爬

01



02

体育器材维护不当，生锈、脱落、没有固定

意外伤害的种类



06 用电安全



08 特异体质



07 校园暴力



09 自然灾害



02

伤情类型



外伤出血

溺水 烫伤

抽筋 癫痫

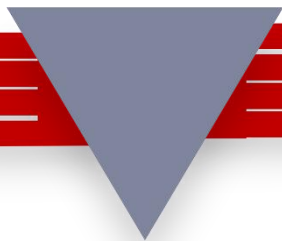
崴脚

骨折、韧带拉伤

异物入眼
异物卡喉

低血糖 中暑

腹痛 胸痛

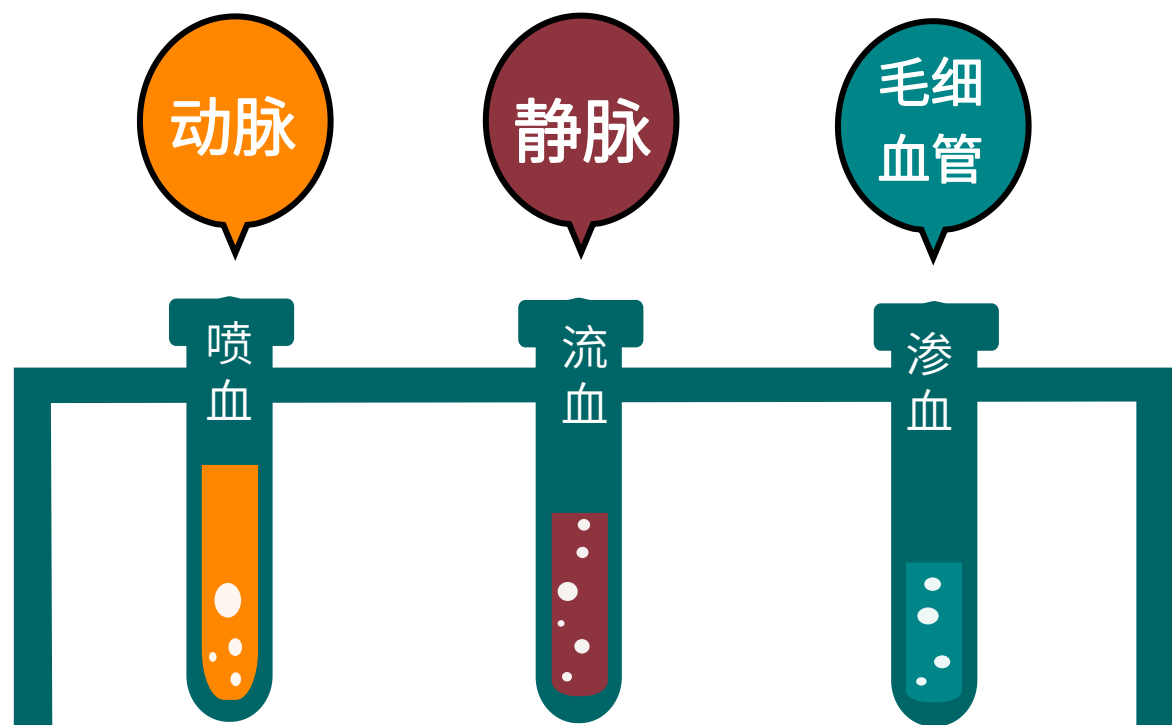




03

急救办法

外伤出血



适当除污消毒

四肢出血可以用止血带

最简单有效的方式：
压迫止血，哪里出血压哪里！

外伤出血——擦伤



- 1、清创止血，当患者出现擦伤后需要首先给予清创，用生理盐水、双氧水、碘酒、碘伏等冲洗创面，使擦伤伤口恢复清洁，然后再给予止血治疗。
- 2、包扎,对伤口处理后还需要用无菌敷料包扎伤口，然后用胶带固定敷料。
- 3、送医缝合，如果擦伤伤口比较深或者擦伤伤口较长，当伤口清创后还需要对伤口进行缝合。

外伤出血——鼻出血



外出血——鼻出血



①

儿童鼻出血的基本处理方法，即“取坐位头前倾，捏鼻孔嘴呼吸，不松手10分钟”。

②

在局部按压止血的同时，还可以用冷水袋或湿毛巾敷前额和颈部，通过冷刺激使血管收缩，从而减少出血。

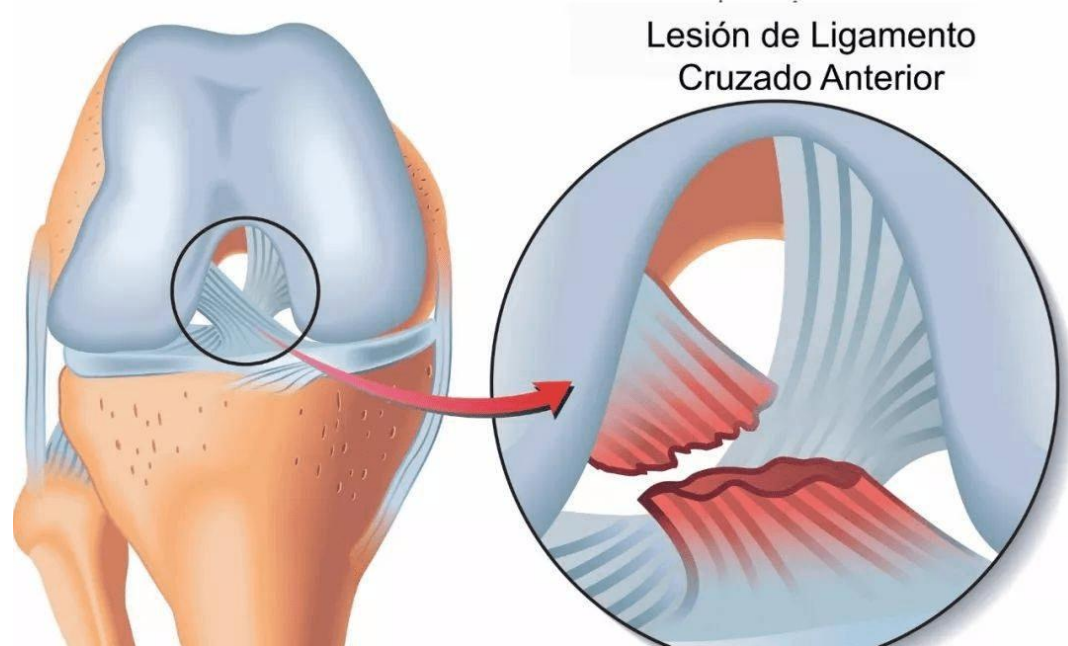
韧带损伤

韧带拉伤多是由于扭伤，或者由于交通事故等暴力伤、摔伤导致，当出现韧带拉伤后，患者可能会出现关节疼痛、局部肿胀淤血以及关节活动受限等症状，需要及时进行治疗。

1、关节疼痛：在韧带拉伤处由于韧带的断裂或者部分撕裂，导致伤处出现明显的疼痛症状，特别是在关节活动时疼痛非常明显

2、局部肿胀淤血：韧带拉伤之后也可能伴有少量的皮下出血，这时就可以出现明显的肿胀，还可以看到皮下的青紫瘀斑

3、关节活动受限：关节不稳定性增加以及局部肌肉痉挛，就可以出现关节活动明显受限症状



韧带损伤——崴脚

脚崴了之后常常会有脚踝部位疼痛、肿胀，脚腕关节活动受到限制等症状。在医学上，踝关节扭伤有很多种，如根据崴脚的方向可分为外侧/内侧踝关节扭伤、下胫腓联合扭伤（高位踝关节扭伤）。通常，踝关节扭伤会伴有韧带损伤，进而导致踝关节的稳定性、平衡协调感觉以及定向活动的能力下降。

其中，外踝扭伤是运动中最常见的踝关节损伤类型，且大部分的踝关节扭伤都涉及距腓前韧带损伤。这个韧带是一个非常重要的韧带，对于维持脚踝关节的基本解剖关系的意义重大。假如该韧带损伤，将会大大降低脚踝关节的运动能力。

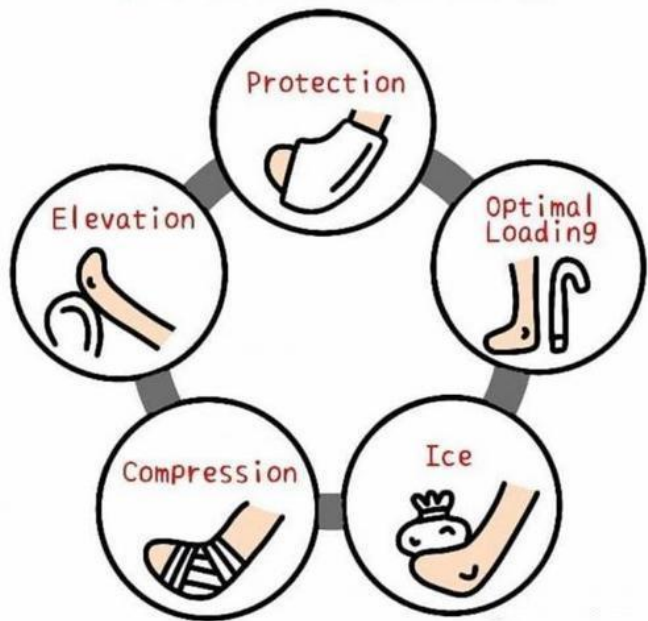
另外，如果反复发生踝关节扭伤，则会导致关节结构不稳定，本体平衡协调感觉丧失，进一步导致习惯性扭伤。对此，有一项针对篮球运动员的研究发现，踝关节重复扭伤的可能性几乎是首次扭伤的5倍。



韧带损伤——崴脚

急性傷害處理原則

P.O.L.I.C.E



马上找“警察” (Police)

一般情况下，踝关节急性扭伤后需要拍X线片，以此排除骨折的可能性。假如是急性的单纯踝关节扭伤且不伴有骨折就大都可以遵循“POLICE”原则进行保守治疗。

Protect: 保护，佩戴护具以保护踝关节

Optimal **L**oading: 适当负荷，适当负重行走

Ice: 冰敷。每2至3小时冰敷15至20分钟，伤后48小时内使用或持续到肿胀缓解为止。

Compression: 加压

尽早使用弹力绷带进行加压包扎，能减轻肿胀。但也要注意不能绑的太紧，不然会影响患侧足部的血液供应。

Elevation: 抬高

不论是坐着还是躺着，都需要保持患侧足部抬高到心脏水平以上，以进一步缓解肿胀。

骨折

骨折是指骨的完整性破坏或连续性中断。



骨折

基本病因

- 直接暴力 —— 小腿被重物直接撞击后，胫腓骨骨折。
- 间接暴力 —— 暴力通过传导、杠杆、旋转作用或肌收缩使肢体受力部位的远处发生骨折。
- 积累性劳损 —— 长期、反复的应力作用于骨骼的某一处，损伤累积也可以引起骨折。
- 骨骼疾病 —— 骨骼疾病(如胃炎、骨质疏松症等)患者受到轻微暴力时就有可能出现骨折。

疾病类型

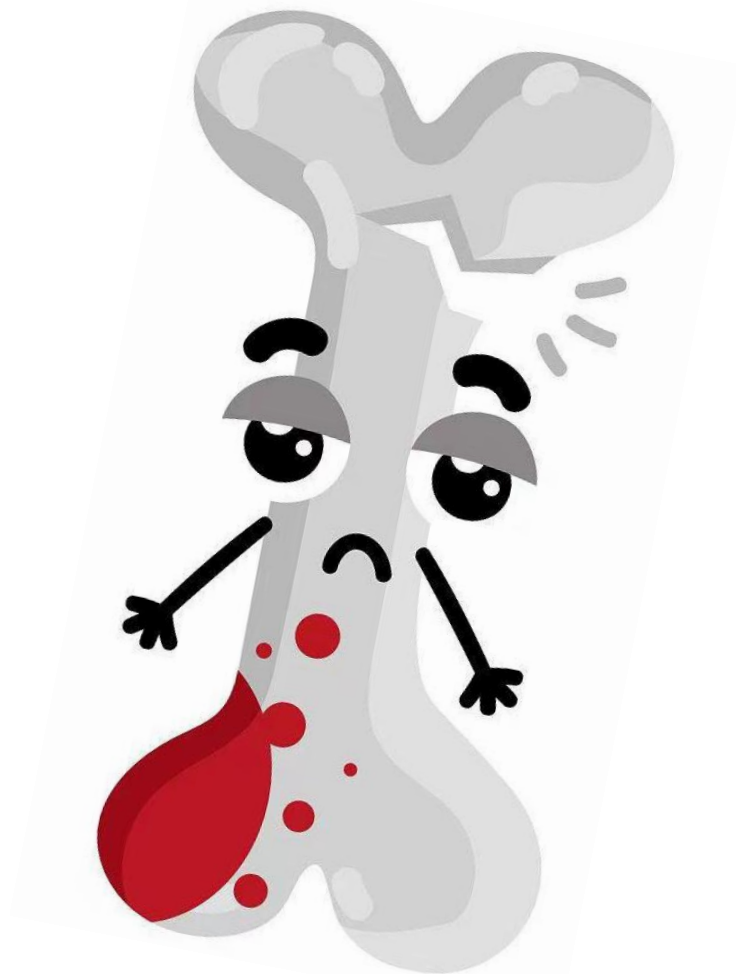
- 是否与外界相通
 - 闭合性骨折
 - 开放性骨折
- 骨折程度与形态
 - 不完全骨折
 - 完全骨折
- 骨折端稳定程度
 - 稳定性骨折
 - 不稳定性骨折

典型症状

- 局部疼痛
- 肿胀
- 局部瘀斑
- 功能障碍
- 畸形
- 骨擦音，骨擦感
- 其它症状

伴随症状

- 休克
- 发热



骨折

1、包扎伤口：开放性伤口、骨折等需要积极进行局部消毒、加压包扎、止血，这样可以减少出血，并且防止引起二次污染，可在近心端进行绑扎，减少出血；

2、妥善固定：固定是骨折急救的重要措施，凡是怀疑存在骨折的都应该按骨折进行处理，进行局部保护制动，通常选用夹板、支具进行固定，也可以就地取材，用木板、木棍、雨伞、书本进行固定。如果没有任何材料的时候，上肢可以固定在胸部，下肢可以将患肢与对侧健肢捆绑固定；

3、迅速转运：经过初步处理妥善、固定以后，尽快转移到当地医院进行后续治疗；



烫伤



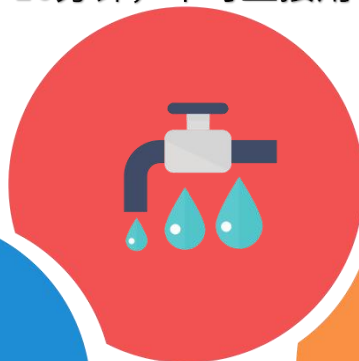
一般指热力，包括热液（水、汤、油等）、蒸气、高温气体、火焰、炽热金属液体或固体（如钢水、钢锭）等所引起的组织损害，主要指皮肤和/或黏膜，严重者可伤及皮下或/和黏膜下组织，如肌肉、骨、关节甚至内脏。

烫伤是由热液、蒸气等所引起的组织损伤，是热力烧伤的一种。

烫伤

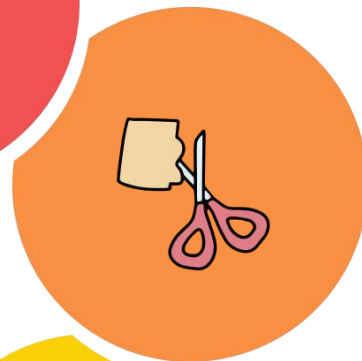
冲

以流动的自来水冲洗或浸泡在冷水中，至少10分钟，不可直接用冰块敷



脱

降温后脱衣物，如有黏连，不可强行撕拉。有水泡不要弄破。



泡

继续浸泡在冷水中30分钟，受伤面积较大的，不要浸泡太久



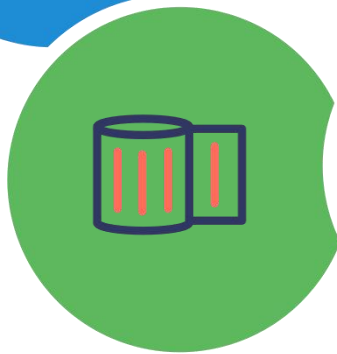
送

如有需要，及时送医院



盖

无菌纱布覆盖，不宜用药水、牙膏和酱油等有色物品涂抹，以免误导医生对病情的判断，也会两次刺激创口引发感染。



化学烧伤

部位：皮肤、胃肠道、眼睛、呼吸道

- 脱离环境，剪除污染衣物
- 流动冷水持续冲洗
- 时间15-30分钟或更长
- 灼热感消失

中和剂



洗胃



蛋清



眼化学伤

- 第一要务不是寻求马上去医院立刻就地取材，寻找最近水源，如自来水、矿泉水、凉白开，或者井水、河水反复冲洗至少30分钟，尽可能翻开眼皮，多角度全方位冲洗眼睛
- 带化学物品包装纸或少量样品前往医院，方便医生迅速判断其酸碱性
- 生石灰之类固体化学物品，用干净棉签或蘸取食用油的干净棉棍把眼内石灰残渣剔掉，再用大量清水冲洗



异物入眼



中暑

请问你是不是想热死我



中暑是在暑热季节、高温和（或）高湿环境下，由于体温调节中枢功能障碍、汗腺功能衰竭和水电解质丢失过多而引起的以中枢神经和(或)心血管功能障碍为主要表现的急性疾病。

先兆中暑：出现大量出汗、口渴、头昏、耳鸣、胸闷、心悸、恶心、体温升高、全身无力。

轻度中暑：除上述病症外，体温 38°C 以上，面色潮红，胸闷，有面色苍白，恶心、呕吐、大汗、皮肤湿冷、血压下降等呼吸循环衰竭的早期症状

重度中暑：除上述症状外，出现昏倒痉挛，皮肤干燥无汗、体温 40°C 以上等症状

中暑

已经中暑



立即将病人移到通风、阴凉、干燥的地方，如走廊、树阴下让病人仰卧，解开衣扣，脱去或松开衣服。

如衣服被汗水湿透，应更换干衣服，同时开电扇或开空调，以尽快散热尽快冷却体温，降至38度以下。

具体做法有用凉湿毛巾冷敷头部、腋下以及腹股沟等处；用温水或酒精擦拭全身；冷水浸浴15至30分钟

意识清醒的病人或经过降温清醒的病人可饮服绿豆汤、淡盐水等解暑

还可服用人丹和藿香正气水。另外，对于重症中暑病人，要立即拨打120电话，请求助医务人员紧急救治

晕厥

突然 短暂 完全的意识丧失

迅速恢复

脑血流灌注不足

安静

平卧

温开水

迅速送医院



昏迷/抽搐

- ✦ 有无脉搏，呼吸是否正常
- ✦ 注意用药物因素：胰岛素、口服降糖药物、中毒
- ✦ 防窒息，侧头
- ✦ 迅速就诊

了解急诊卒中绿色通道：一站式CT，
紧急溶栓/取栓，越早越好



异物入喉——海姆立克



呼吸道异物窒息发生在我们每个人身边！

01

我国每年有大量的呼吸道异物窒息导致死亡的病例，根据中国资料分析，由意外损伤造成的死因中主要为意外窒息，占婴儿意外死亡中的90%，而导致窒息的主要原因就是气道异物阻塞，使孩子的呼吸完全不能进行。因此，意外一旦发生几乎没有入院急救的机会。

02

食物、异物卡喉常见于进食或口含异物时嬉笑、打闹或啼哭而发生，尤其多见于儿童。表现为突然呛咳、不能发音、呼吸急促、皮肤发紫，严重者可迅速出现意识丧失，甚至呼吸心跳停止

异物入喉——海姆立克



判断病人是否呼吸道异物

此时可以询问病人：“你被东西卡了吗？”

- 如病人点头表示“是的”，即立刻施行“海姆立克”手法抢救。
- 如无这一苦恼征象，则应观察以下征象：
 - 1、病人不能说话或呼吸
 - 2、面、唇青紫
 - 3、失去知觉



成人“海姆立克”急救手法（站位）

第一步 施救者站在患者后面，脚成弓步状，前脚置於患者双脚间。

第二步 以大拇指侧与食指侧对准患者剑突与肚脐之间的腹部，具体在肚脐上两横指处。

第三步 用左手将病人背部轻轻推向前，使病人处于前倾位，头部略低，嘴要张开，有利于呼吸道异物被排出。

第四步 另一手置于拳头上并握紧，双手急速冲击性地、向内上方压迫其腹部，反复有节奏、有力地进行，以形成的气流把异物冲出。这一急救法又被称为“余气冲击法”。



成人“海姆立克”急救手法（卧位）



如果发现病人意识不清卧位在地，或是病人在站立不便于操作者进行施救时，取患者于仰卧位，

01

首先开放病人的呼吸道，

02

然后救护者骑跨在病人大腿外侧，一手以掌根按压肚脐与剑突之间的部位，另一手掌覆盖其手掌之上，进行冲击性地、快速地、向前上方压迫，反复至呼吸道异物被冲出。

03

检查口腔，如异物已经被冲出，迅速用手指从口腔一侧钩出。

04

呼吸道异物取出后，应及时检查呼吸心跳，如无，应立即行心肺复苏术。



溺水事故——表现



溺水者面部青紫、肿胀、双眼充血，口腔、鼻孔和气管充满血性泡沫。肢体冰冷，脉细弱，甚至抽搐或呼吸心跳停止

01 人溺水后不会大声呼救

02 溺水者也无法挥手求救

03 头发可能盖在额头或眼睛上

04 眼神呆滞，无法专注或者闭上眼睛

05 溺水者在水中是直立的，没有踢腿的动作，只能挣扎20—30秒，之后就会沉下去

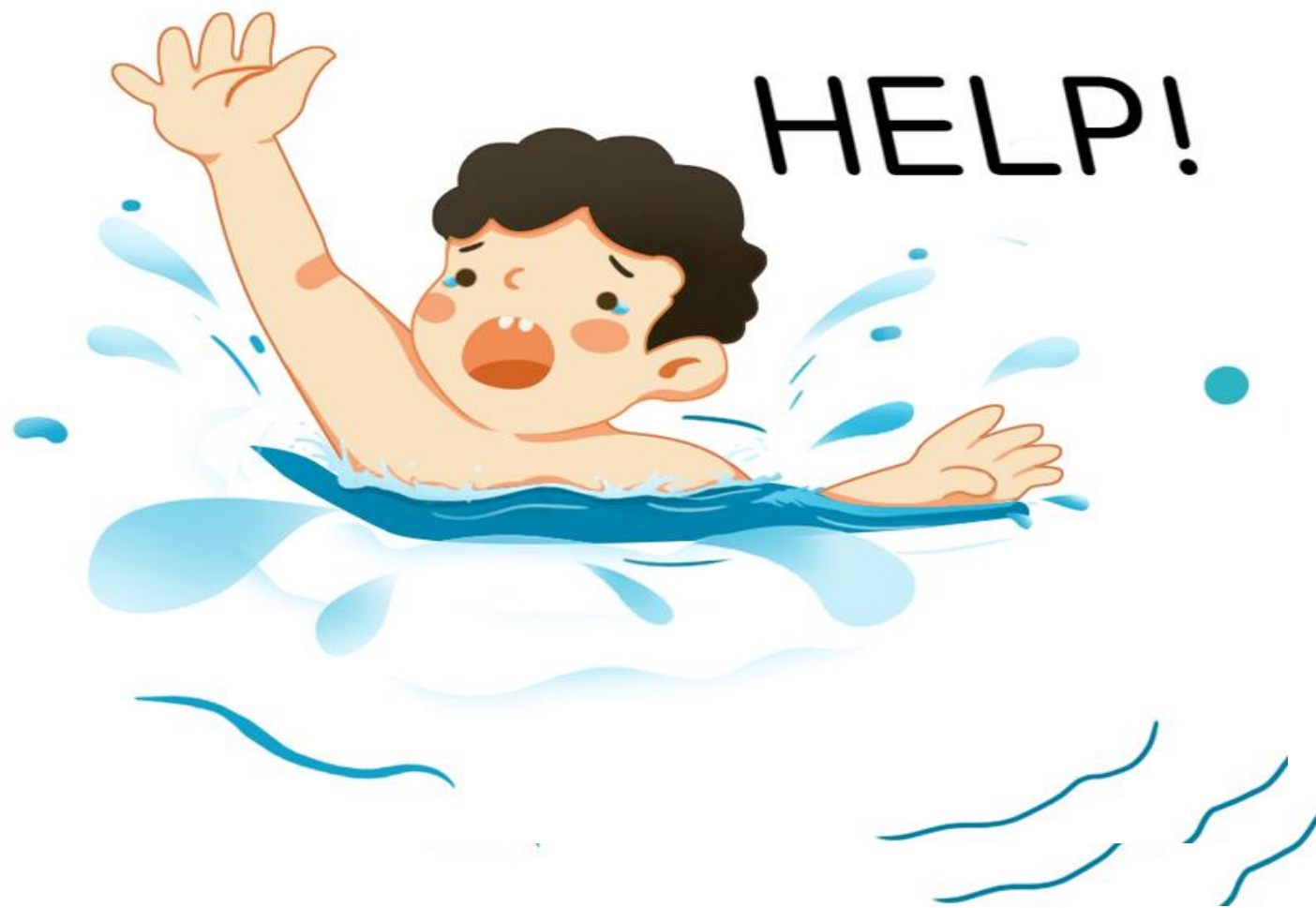
06 头在水中，嘴在水面，头后仰，嘴巴张开。小孩的头可能前倾

07 他们看起来可能只是抬头看天空、岸际、泳池边或码头

08

对孩子来说，一般戏水都很闹腾，一旦安静下来，就要引起注意

溺水事故——救助



心脏骤停

心脏骤停是指心脏射血功能的突然终止，大动脉搏动与心音消失，重要器官（如脑）严重缺血、缺氧，导致生命终止。

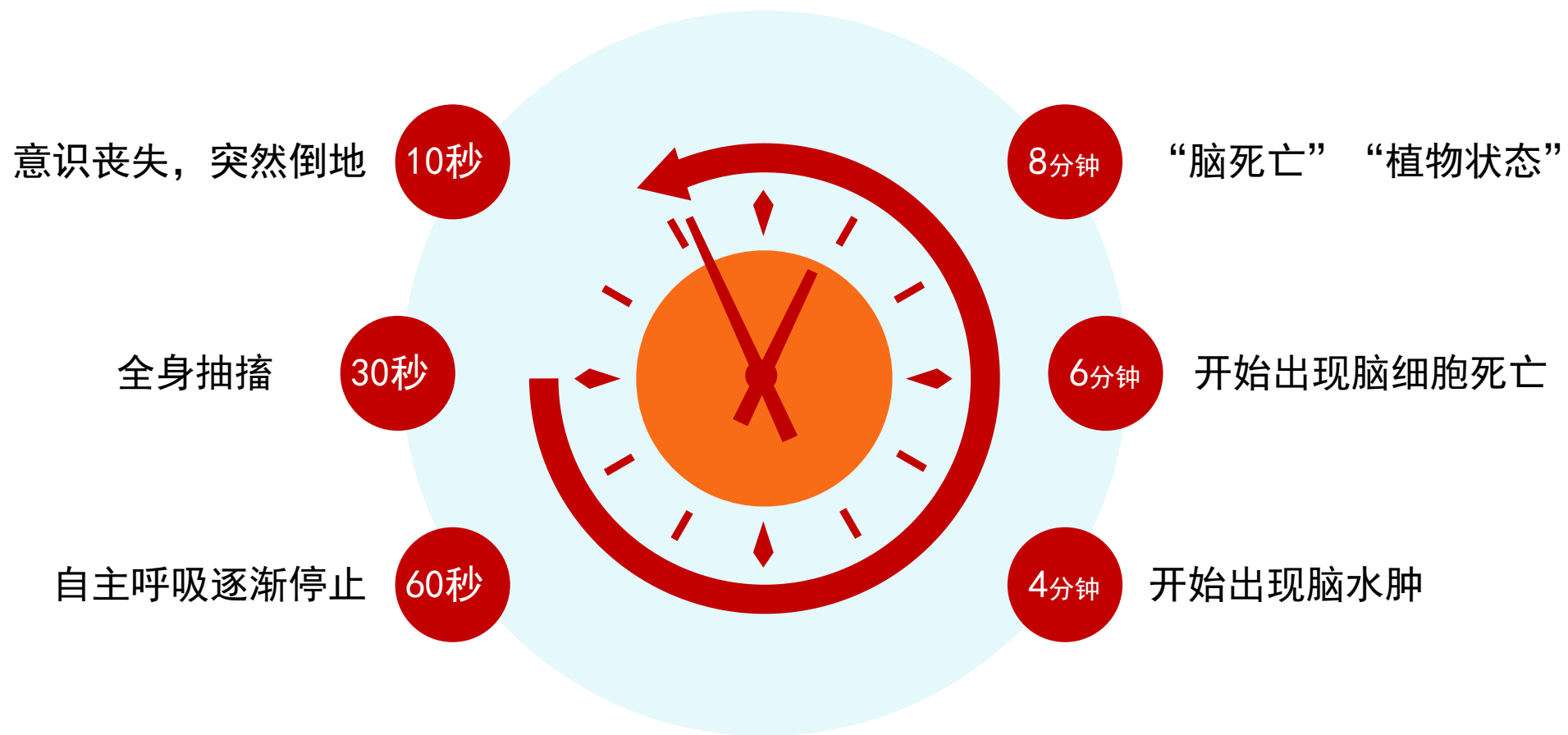
引起心跳骤停最常见的是心室纤维颤动。

若呼唤病人无回应，压迫眶上、眶下无反应，即可确定病人已处于昏迷状态。

再注意观察病人胸腹部有无起伏呼吸运动。如触颈动脉和股动脉无搏动，心前区听不到心跳，可判定病人已有心跳骤停



心脏骤停



心肺复苏术



黄金4分钟

开始抢救时间	心肺复苏成功率
<4分	60%
4分-6分	10%
>6分	4%
>10	0.09%

心肺复苏术

友情提醒

请在专业学习与
实践操作后再进行
心肺复苏术的施救！





04

预防措施

做为班主任，你应该

01



了解调查

全班学生的特异体质、患病情况、既往病史，特别是插班生，做好记录。

02



信息登记

对了解的情况进行详细登记，留存资料

03



及时告知

学校—任课教师—学生三方情况的互通
安全教育

04



查安全隐患

特异体质人员是否采取了必要的措施，
是否有学生不守纪律和活动安排

05



救治保护

发现学生出现疾病或不适症状时，应立即采取应急措施，缓解症状，防止出现新的或更大的危险。校医，家长

做为体育老师，你应该

01



了解调查

全班学生的特异体质、患病情况、既往病史，特别是插班生，做好记录。

02



及时告知

告知学生哪些身体条件不能上课或参加相关活动或需要降低强度的

03



随时关注

课前课后清点人数，了解学生情况（全程关注）；准备活动充分有效；

04



查安全隐患

特异体质人员是否采取了必要的措施，是否有学生不守纪律和安排
保证场地器材无安全隐患

05



救治保护

发现学生出现疾病或不适症状时，应立即采取应急措施，缓解症状，防止出现新的或更大的危险。校医、班主任

请大家批评指正

工作中没有意外，一切尽在掌握中！