

急诊室出院指南

Discharge Instructions

Nicole Green, MD
Andrew D. DePiero, MD
Steven M. Selbst, MD, FAAP, FACEP

Translation by:
Diana J. Lu, Medical Student
Chunmei Wu, MD, FAAP



急诊室名称 _____

急诊室地址 _____

急诊室电话 _____

腹痛 / Abdominal Pain

急诊室的医生检查你后暂时没有发现腹痛的严重病因，即使如此，你也必须仔细观察疾病的变化，因为有些病情，比如阑尾炎早期症状不明显。如果你的病情加重，请立即去看医生或返回急诊室。如果你不知道该怎么做，你也可以打电话给我们。

如果你的病情没有好转，请明天或更早去你的医生诊所复查。

以下情况说明腹痛病因严重，你必须立即给医生打电话或再来急诊室：

1. 行走困难或走路时弯腰。
2. 走路或跳跃时腹痛严重。
3. 右下腹疼痛。
4. 腹部变硬和按压时疼痛。
5. 咳嗽时腹痛剧烈。
6. 反胃或呕吐。
7. 呕吐物带血或呈绿色或咖啡色。
8. 腹部胀气或者肿大。
9. 每 3-20 分钟感觉到严重的腹痛。
10. 大便带血或黑色。
11. 昏睡，虚弱，烦躁或者面色苍白。

急诊室名称 _____

急诊室地址 _____

急诊室电话 _____

动物咬伤 / Animal Bites

动物咬伤会引起感染。动物的牙齿带有细菌。你可以问医生，你是否需要破伤风或者狂犬病疫苗。有的伤口需要缝合（比如脸上），但是大部分伤口让它自然好，以减少感染。

假如病情没有好转，明天或更早去你的医生诊所复查。

破伤风疫苗：

需要每 5-10 年注射一次。

如果你这次在急诊室打了破伤风针，请记住告诉你的医生。

有些疫苗是破伤风与其疾病的混合疫苗，比如破伤风和白喉（Td）或者破伤风，白喉和百日咳（Tdap），告诉你的医生你在急诊室打的是哪种。

如果你不知道你是否打过，明天就给你医生办公室打电话，询问你是否需要补打。

狂犬病：

如果你需要打狂犬疫苗预防狂犬病，你需要打好几针。

你也许要向动物控制中心或当地警察局报告。

家庭处理：用肥皂和水清洗伤口，保持清洁。

如果病情恶化或者出现下列情况，请打电话给你的医生或重返急诊室：

1. 发烧。
2. 伤口红肿。
3. 化脓。
4. 寒颤，恶心呕吐。
5. 伤口更加疼痛。
6. 关节疼痛。

急诊室名称 _____

急诊室地址 _____

急诊室电话 _____

哮喘和喘 / Asthma and Wheezing

喘是由于肺里的小气管变窄，呼吸困难，使得空气进出肺时产生一种的哮鸣音。如果只是一小部分气管变窄，听不到哮鸣音，但会咳嗽得厉害。治疗哮喘，医生会开使支气管扩张的药。很多情况下，医生还会开一种激素药治疗支气管周围的炎性水肿。

哮喘轻重变化很快，即使情况良好，过一阵可能马上呼吸困难。感冒，抽烟，宠物，尘埃，过敏和运动都会使哮喘加重。

常问的问题是“我有哮喘吗？”，哮喘是指经常很厉害的喘或咳嗽，特别是晚上。哮喘一般都有家族史。向你的医生询问有关“哮喘行动计划”。它是一张书面指南告诉你怎样治疗和控制哮喘。

假如病情没有好转，明天或更早去你的医生诊所复查。

家庭护理：

1. 多喝水和量体温。
2. 不要吸烟！非常重要！抽烟的人回家之前应该先洗澡和换衣服。任何烟雾和气味都会伤害肺。

如有下列情况，请打电话给你的医生或返回急诊室：

1. 哮喘没有好转。
2. 呼吸困难或太快。
3. 呼吸时胸部起伏过大。
4. 胸痛。
5. 昏睡。
6. 脸色苍白或者唇指乌青（拨打 911）。

急诊室名称 _____

急诊室地址 _____

急诊室电话 _____

支气管炎 / Bronchiolitis

支气管炎不同于气管炎。支气管炎是常见的肺部感染，引起发烧，咳嗽，哮喘，呼吸困难，吵闹和喂奶困难。它类似于哮喘，因为两者都能听到哮鸣音。它常常是由呼吸道合胞病毒感染引起。具有传染性，在大孩子和成年人中，表现为感冒症状。

支气管炎由病毒引起，所以用抗菌素无效。婴儿生病后的 2-3 天最严重，1-3 周后逐渐变好。支气管炎可以很快恶化，要留心观察，若病情变重，要返回急诊室。

假如病情没有好转，明天或更早去你的医生诊所复查。

家庭处理：

1. 可以用婴儿乘车位椅或推车让婴儿稍微直立睡觉。
2. 最好在喂奶之前，用生理盐水滴鼻清除分泌物。
3. 空气干燥时，可用冷雾气。
4. 测量体温。
5. 禁止抽烟。

如有下列情况，请打电话给你的医生或返回急诊室：

1. 呼吸更加困难。
2. 婴儿呼吸急促。
3. 呼吸时胸部起伏过大。
4. 呼吸时鼻孔一起一伏。
5. 婴儿不吃不喝，小便减少。
6. 脸色苍白，唇指乌青。
7. 婴儿停止呼吸（拨打 911）。

急诊室名称 _____

急诊室地址 _____

急诊室电话 _____

烧伤 / Burns

烧伤很痛，导致大面积皮肤暴露，没有保护。暴露的皮肤会感染，失去大量的液体。起疱的局部会产生疤痕。纱布应该包扎在烧伤处预防感染，帮助愈合。

明天水肿会增加，水疱会比今天大。新的小水疱会出现，有些水疱会破裂。

假如病情没有好转，明天或更早去你的医生诊所复查。

家庭处理：

1. 尽可能不要弄破水疱，新的皮肤在水疱下面生长。
2. 每天换二次纱布，保持清洁，干燥。如果纱布粘在伤口处，可用温水浸湿后再换。
3. 用温肥皂水洗伤口。
4. 轻轻地冲洗并用干净纱布沾干伤口。
5. 涂烧伤药膏。
6. 换新纱布。
7. 服用止痛药止痛。

如有下列情况，请打电话给你的医生或返回急诊室：

1. 痛或肿加重。
2. 伤口周围发红。
3. 流脓性分泌物，有臭味。
4. 发烧。
5. 纱布很快变湿，说明烧伤失去了大量的液体。
6. 小孩看起来虚弱，病态，脸色苍白。

急诊室名称 _____

急诊室地址 _____

急诊室电话 _____

石膏和夹板的护理 / Cast or Splint Care

石膏是一种硬性材料，用来固定受伤和折断的骨头，以免移动，以减少疼痛，促进愈合。夹板是一种临时的固定板，如果需要，再换成硬性石膏。

一到四天后请你到医生诊所或骨科医生那里复查。

家庭护理：

1. 夹板或石膏过一阵才会变硬，几小时内不要压在硬性或锐厉的表面。否则石膏会变形，伤到里面的皮肤。
2. 不要把石膏打湿。洗澡时，可以用个塑料袋，以免进水。
3. 头二天，尽可能抬高受伤部位，减轻水肿。
4. 经常询问有无疼痛，针刺感或者麻目感。
5. 经常检查一下手指，脚指。它们应该活动自如且呈粉红色。如果按下指甲，颜色应该马上变回粉红色。否则，可能有问题。

如有下列情况，请打电话给你的医生或返回急诊室：

1. 疼痛加剧。
2. 麻目或者针刺感。
3. 手脚指不能动。
4. 肿胀加重。
5. 石膏，夹板打湿或破损。
6. 手指苍白，青紫。
7. 石膏里面发出臭味。
8. 石膏周围的皮肤变红或受刺激。

急诊室名称 _____

急诊室地址 _____

急诊室电话 _____

结膜炎 (红眼病) / Conjunctivitis

结膜炎是指覆盖眼睛白色区域的透明薄膜发炎。眼睛看起来显红色或粉红色，所以又叫“红眼病”。它可以由不同的原因引起，比如病毒，细菌感染，或因过敏，受伤，化学物或其它眼病引起。

大部分“红眼病”由病毒，细菌引起，有传染性。可以传到另一只眼或传给其他人。家里每个人都要勤洗手，不要用手揉眼睛。不要共用毛巾，床单，床被和衣服。接触眼睛后，要马上洗手。小孩要等到“红眼”消退后才能上学。

家庭处理：

1. 用湿软的沙布轻轻清理眼睛分泌物。
2. 家里人都要勤洗手，不要共用毛巾。
3. 停用隐形眼镜，除非你的医生告诉你可以带。

如有下列情况，请打电话给你的医生或返回急诊室：

1. 眼痛没有减轻或更加严重。
2. 视力模糊。
3. 2 天后没有好转。
4. 眼皮和脸部红肿。
5. 发烧。

急诊室名称 _____

急诊室地址 _____

急诊室电话 _____

角膜擦伤 / Corneal Abrasion

角膜擦伤是指覆盖在眼中心部位的一层薄膜受到刮伤。这种擦伤仅限于外层，通常 1—2 天就可以愈合。症状表现为眼痛和流泪。消炎药膏或药水可以预防感染。

有时擦伤可以继发感染到深层组织，产生溃疡。这个很严重，会导致永久性的视力下降。

假如病情没有好转，明天或更早去你的医生诊所复查。

如有下列情况，请打电话给你的医生或返回急诊室：

1. 眼睛疼痛加剧。
2. 眼红加重。
3. 发烧。
4. 眼睑周围红肿。

急诊室名称 _____

急诊室地址 _____

急诊室电话 _____

喉炎 / Croup

喉炎由一种叫付流感病毒引起的上呼吸道和喉室水肿。症状为声音沙哑，象狗或海豹叫样的咳嗽。有些小孩子会有呼吸困难，发烧和流鼻水。当孩子哭闹时，咳嗽和哮鸣样呼吸会更加严重。这种情况晚上会更厉害。喉头发炎经常要 5 天，有些孩子还会再次复发。

假如病情没有好转，明天或更早去你的医生诊所复查。

家庭处理：

1. 使用冷雾气机。如果没有，浴室里面的雾气也有帮助。
2. 测体温，多喝水。
3. 直立体位或坐在沙发上，婴儿乘车位椅或推车都会有帮助。
4. 让自己和孩子都保持镇静，因为笑闹会使病情更严重。

如有下列情况，请打电话给你的医生或返回急诊室：

1. 哮鸣声又回来，而且在孩子休息时都有。
2. 呼吸困难。
3. 呼吸时，胸腔起伏加重。
4. 孩子虚弱。
5. 小孩流口水或吞咽困难。
6. 孩子面部青紫，或停止呼吸（拨打 911）。

急诊室名称 _____

急诊室地址 _____

急诊室电话 _____

拐杖 / Crutches

1. 拐杖的高度应该是从地面到腋下 5 厘米(2 英寸)，拐杖的上部不应接触到腋下。
2. 绝对不要侧身负重靠在腋下，这会让腋下神经受损。
3. 调整拐杖中部手握的把手，拐杖的高度应该是从地面到腋下 5 厘米 (2 英寸)。
4. 把受伤的腿向后稍弯，除非你的膝盖已被固定。
5. 身体前倾，把所有的重量放在手上。不要把重量压在你的腋下！！
6. 将受伤的腿抬离地面，依靠拐杖使身体前移，最后以正常腿着地。
7. 离开急诊室之前练习一下。
8. 根据你受伤的类型，决定你下次看医生的时间。

使用拐杖上下楼梯（用你上身的力量）

上楼：

1. 将二个拐杖放在同侧，用楼梯的栏杆支撑你的身体向上。
2. 背向楼梯坐下，用你的健康腿将身体上移。

下楼：

1. 将放在两侧腋下的拐杖放在下一层的楼梯，身体小心前倾。
2. 面向楼梯坐下，双腿向前，用手臂和健康腿小心向下移动身体。

急诊室名称 _____

急诊室地址 _____

急诊室电话 _____

耳朵发炎 / Ear Infection

耳朵发炎有二种，医生或护士会告诉你患有哪一种。

中耳炎：指耳膜后的中耳发炎。常常由于感冒引起。中耳小小的管道肿胀，液体及空气不能流通，中耳积液引起发炎。需要消炎药治疗。

外耳道发炎：外耳道受刺激：比如脏水，抓耳朵或从中耳流出来的脓液引起外耳道发炎。用滴耳的消炎药治疗。

病毒和细菌都可以引起耳朵发炎。消炎药治疗细菌感染。有些孩子可能需要一种从上的消炎药；有的孩子耳朵可以多次发炎。

家庭护理：

1. 有些耳朵发炎很轻微，不需用药。
2. 如果医生开消炎药，一定要吃完，即使症状消退，也要吃完疗程，才能杀死病菌。
3. 服用 Tylenol 或 ibuprofen 止痛和退烧。不要给小孩吃阿斯匹林 (aspirin)。
4. 止痛的滴耳朵药水也有帮助。
5. 7-10 天后到医生那复诊，检查耳朵发炎是否完全消退。
6. 如二天后无改善，或更加严重，要去看医生或返回急诊室。

如果病情加重，请打电话给你的医生或返回急诊室。

急诊室名称 _____

急诊室地址 _____

急诊室电话 _____

发烧惊厥 / Febrile Seizure

发烧惊厥是由发烧引起。在婴幼儿中常见。大部分孩子 4—6 岁后自然消失。发烧惊厥与癫痫不同。它看起来吓人，但不严重。不会产生脑损伤，也不会影响智力。有的孩子会有复发。抗癫痫的药物不用于预防发烧引起的惊厥，下面建议可以用于家庭处理：

1. 根据医生的建议，严格控制体温。
2. 发烧时，不要穿过多的衣服。
3. 多饮流汁。
4. 可将冷毛巾敷在头颈部，不要用酒精降温。

如果惊厥正在发生：

1. **保持冷静。**
2. 将孩子的头和身体侧转，以便口腔内的分泌物流出。
3. 一定不要把任何东方放入孩子的嘴巴里，孩子不可能将自己的舌头吞下。
4. 如果惊厥超过 3 分钟或呼吸困难，请拨打 911。

如有下列情况，请打电话给你的医生或返回急诊室：

1. 你的孩子有颈痛或颈强直。
2. 孩子变得虚弱，昏睡或模糊。
3. 孩子有走路，说话或吃饭障碍。
4. 吃完退烧药体温仍不降。
5. 你很担心，因为孩子病情加重或有新情况。
6. 孩子 24 小时内又发生一次惊厥。

急诊室名称 _____

急诊室地址 _____

急诊室电话 _____

发烧 / Fever

发烧是感染的表现。发烧对身体没有伤害，之所以给孩子退烧是让他舒服些。有不同种类的体温计，查看说明或问你的医生和护士关于它们正确的用法。

正常体温	口温	肛温	腋下/前额	耳温	发烧
华氏 (F)	98.6	99.7	97.6	98.6-99.7	>100.4
摄氏 (C)	36.0	37.6	36.5	37.0-37.6	>38.0

家庭护理：

1. 不要盖或包太多，因为孩子体温已经很高。
2. 多喝流汁，对小的婴儿不要给白水。
3. 给够正确剂量的退烧药，如果需要，acetaminophen 可以每 4 个小时给一次。
4. 6 个月以上的孩子，还可以用Ibuprofen 来退烧，每 6 个小时给一次。
5. 不要给小孩吃阿斯匹林 (Aspirin)

假如病情没有好转，明天或更早去你的医生诊所复查。

如有下列情况，请打电话给你的医生或返回急诊室：

1. 你的孩子不到 2 个月大。
2. 孩子虚弱，昏睡或烦躁。
3. 不吃不喝，尿量或尿布减少。
4. 发烧超过 2 天或看起来病了。
5. 头痛，颈强直，呕吐，红疹或呼吸困难。
6. 你担心孩子的病情。

急诊室名称 _____

急诊室地址 _____

急诊室电话 _____

发烧 二 / Fever, continued

Acetaminophen (paracetamol, Tylenol, APAP) 剂量: 每四小时一次, 每次每 kg 10–15 mg, 剂量按体重算比按年龄算更准确。

年龄	体重	剂量(mg)	注意: 不要用老的婴儿 儿吸管滴剂 (每 0.8 mL 含 80 mg)	水剂 (每 5 mL 160 mg)	咀嚼剂 (80 mg 一片)	片剂 (325 mg 一粒)	加重片剂 (500 mg 一粒)
1–3 个月	9–11 lbs, 或 4–5 kg	50–60	此药在美国已经买不到	2 mL			
3–6 个月	13–16 lbs, 或 6–7 kg	80–100		3 mL	1 粒		
7–16 个月	18–22 lbs, 或 8–10 kg	120		4 mL	1.5 粒		
17–24 个月	23–31 lbs, 或 11–14 kg	160		5 mL	2 粒		
2–3 岁	32–35 lbs, 或 15–16 kg	200		6 mL	2.5 粒		
4–5 岁	35–46 lbs, 或 17–21 kg	240		7.5 mL	3 粒		
6–8 岁	47–62 lbs, 或 21–28 kg	320		10 mL	4 粒	1 粒	
9–10 岁	63–80 lbs, 或 29–36 kg	400		12 mL	5 粒		
11–12 岁	81–95 lbs, 或 37–43 kg	500		15 mL	6 粒	1.5 粒	1 粒
	96–143 lbs, 或 44–65 kg	650		20 mL	8 粒	2 粒	
	145–200 lbs, 或 66–90 kg	1000	30 mL	10 粒	3 粒	2 粒	

另外还有 acetaminophen 的栓剂, 剂量为每粒 80 mg, 120 mg, 325 mg, 650 mg.

Ibuprofen (Motrin, Advil) 退烧药剂量表: 每六小时一次, 每次每 kg 10 mg, 剂量按体重算比按年龄算更准确, 此药会引起出血, 瘀斑和胃不适

年龄	体重	剂量 (mg)	婴儿滴剂 (每 mL 40 mg)	水剂 (每 mL 20 mg)	片剂 (200 mg)
3–6 个月	13 lbs, 6 kg	60	1.5 mL	3 mL	
7–11 个月	18 lbs, 8 kg	80	2 mL	4 mL	
12–15 个月	22 lbs, 10 kg	100	2.5 mL	5 mL	半粒
16–22 个月	26 lbs, 12 kg	120		6 mL	-----
3 岁	35 lbs, 16 kg	160		8 mL	-----
4–5 岁	44 lbs, 20 kg	200		10 mL	一粒
6–7 岁	55 lbs, 25 kg	250		12 mL	-----
8–10 岁	66 lbs, 30 kg	300		15 mL	1.5 粒
	88 lbs, 40 kg	400		20 mL	2 粒
	130 lbs, 60 kg	600		30 mL	3 粒

急诊室名称 _____

急诊室地址 _____

急诊室电话 _____

骨折，扭伤和肌肉劳损 / Fractures, Sprains, and Strains

扭伤和肌肉劳损是指韧带，肌肉，关节或软骨损伤。而骨折是指骨头断裂。两者都产生疼痛和肿胀。骨折和许多扭伤都需要用绷带，支架，夹板和石膏加以固定，直到完全愈合。如果有照X片，放射科医生会在 24 小时内读片。如有不同的发现，就会通知你。但是还是请你打电话到你医生诊所再次确准X片结果。有些骨折第一次拍片看不到，以后再拍才出现。许多时候，扭伤和肌肉伤逐日渐好，而骨折则需较长时间才愈合。

家庭护理：

1. 让受伤的部位休息，并尽量抬高，可用枕头垫在下面。
2. 受伤第一天冷敷以减轻肿胀。婴幼儿如果不喜欢，也不要勉强。
3. 口服止痛药，比如：acetaminophen (paracetamol, Tylenol)。
4. 也可服用 Ibuprofen，但它会在伤害部位使瘀斑 或流血加重。
5. 如果受伤部位上有夹板，绷带，支架，不要太紧以免压迫组织水肿。
6. 对于踝部，脚部受伤、用可伸缩性的绷带，或可以移动的夹板，轻轻移动受伤的肢体，可以加速愈合。如果是打石膏的骨折，至到你的医生告诉你之前最好不要负重。
7. 没有医生的同意，不要参加运动和剧烈活动。

假如病情没有好转，明天或更早去你的医生诊所复查。

如有下列情况，请打电话给你的医生或返回急诊室：

1. 疼痛加剧。
2. 麻木和针刺感。
3. 肿胀增加。
4. 指甲，皮肤颜色改变呈白色，兰色或深色。
5. 三天后症状无改善。

急诊室名称 _____

急诊室地址 _____

急诊室电话 _____

头痛 / Headache

医生刚刚检查了你的头痛。大部分头痛都不严重，可以服用 acetaminophen (paracetamol, Tylenol) 或者 ibuprofen (Motrin, Advil) 减轻疼痛。不要给小孩子吃阿斯匹林(aspirin)。产生头痛的常见病因包括：偏头痛，压力太大，眼肌疲劳，鼻窦炎，牙齿感染。有时头痛在安静，暗光的环境里可以缓解。要避免剧烈运动，躁音，咖啡，兴奋剂和酒精。

极少数的头痛是由严重的疾病产生：比如感染，高血压和大脑出血。头痛常常根据病史和体检诊断。你的医生再决定你是否需要做些测验比如验血，电子扫描和核磁共振来诊断病因。有时即使是严重的疾病，最初的检查结果可能正常。所以，看医生复查和进一步检查很重要。

家庭处理：

1. 看医生复查。
2. 服用医生建议的止痛药。
3. 放松，按摩和休息也有帮助。
4. 试用冰袋放在头颈部可缓解头痛。

假如病情没有好转，明天或更早去你的医生诊所复查。

如有下列情况。请打电话给你的医生或返回急诊室：

1. 头痛加剧。
2. 体温超过 39 度 (华氏 102 度)。
3. 颈直和颈痛。
4. 视觉模糊，双影或眼痛。
5. 行走困难，身体不能平衡。
6. 头晕，虚弱，或不省人事。
7. 昏迷。
8. 呕吐。
9. 2 天后无好转。

急诊室名称 _____

急诊室地址 _____

急诊室电话 _____

头部受伤 / 脑震荡 / Concussion

医生认为你的头部受伤可以安全地回家观察。脑震荡（大脑受伤）可以引起昏睡，头痛，头晕和呕吐。有的还会影响记忆力。

严重的病情需要做电子扫描（CT）和核磁共振（MRI）。CT 快速，但含有较高的放射线，会影响小孩子的大脑发育。MRI 不含放射性，但含较强的磁性，费时长，常常需要给孩子打麻药才能做，

家庭护理：

1. 受伤后 24 小时，需要有一位负责的成人仔细观察病人。
2. 可以让孩子睡觉，但要每三个小时检查一下孩子的讲话，识别力，清醒度和头痛情况。
3. 可服用医生建议的治痛药 acetaminophen (paracetamol, Tylenol)。
4. 不要服用会引起出血，瘀斑的止痛药：Ibuprofen (Motrin, Advil), naproxen (Naprosyn), 和阿斯匹林 (aspirin)。
5. 在家休息，不要玩电子游戏，写短信，看电视，听音乐和做家庭作业。
6. 吃容易消化的食物，每次少量。
7. 问医生你可以做什么样的活动，否则一直休息到医生告诉你为止。

假如病情没有好转，明天或更早去你的医生诊所复查。

如有下列情况，请打电话给你的医生或返回急诊室：

1. 行为改变或异常。
2. 孩子嗜睡，不容易叫醒。
3. 神智模糊，不知道自己的名字和所在的地方。
4. 讲话没有逻辑。
5. 头晕加重，站立不稳，不能正常行走。
6. 呕吐超过三次或受伤后 8 小时还在呕吐。
7. 视力模糊或出现双影。
8. 耳朵或鼻子有血或水状分泌物。
9. 抽筋，手脚、身体颤抖或失去知觉。
10. 头痛加重。
11. 脸，手臂，双腿和身体无力或无感觉。

急诊室名称 _____

急诊室地址 _____

急诊室电话 _____

荨麻疹 / Hives

荨麻疹是指一种瘙痒，粉色突出的皮肤红疹。它们的大小和部位时常改变。常常伴随有脸，手脚红肿。许多时候，荨麻疹是过敏引起的，1-2 天就好。常见的致敏源包括：花生，草莓，贝类海鲜，植物，药物，宠物，蜜蜂叮咬和食品中的防腐剂。

家庭处理：

1. 服用过敏药，比如：diphenhydramine (Benadryl)，loratadine (Claritin)，或者 cetirizine (Zyrtec)。服用后症状常会改善。
2. 如果知道致敏源，要尽量避免。
3. 冷敷或洗冷水澡会减轻瘙痒感觉。

多形性红斑

多形性红斑看起来象荨麻疹，病因也相同。也可以是感染引起。它是一种不同形式的过敏发应。红斑的部位可以改变，所以每天看起来都不同。斑点颜色较深且呈环形，所以也叫“靶子”。也可能与关节炎（手，脚关节肿痛）有关。红斑 2-3 个星期后自动消退。多形性红斑不会因为服用抗组织胺类药物（比如：Benadryl）而消退。所以它不是荨麻疹。

家庭处理：

1. 服用抗组织胺类过敏药（比如：Benadryl）可以止痒，但不会使红疹消退。
2. 涂 Calamine 药可以帮助止痒。
3. 类固醇类药物对此无效。
4. 如果知道致敏源，要尽量避免。
5. 冷敷或洗冷水澡会减轻瘙痒感觉。

假如病情没有好转，明天或更早去你的医生诊所复查。

如有下列情况，请打电话给你的医生或返回急诊室：

1. 发烧。
2. 呼吸困难和哮喘。
3. 感觉胸部或咽喉紧张、沉闷。
4. 嘴唇和舌头肿胀。
5. 吞咽或讲话困难。
6. 呕吐，腹痛。

急诊室名称 _____

急诊室地址 _____

急诊室电话 _____

流鼻血 / Nosebleeds

流鼻血很常见，它常常是由于揉鼻子，抠鼻子或感冒加上鼻子内膜干燥，刺激引起。鼻子流血也可以由于受伤，空气干燥，药物和异物在鼻腔里所致。

流鼻血一般无危害，轻轻捏住鼻孔 10-20 分钟可将止血。有时需要进一步的处理，比如用纱布塞满鼻孔或者用小气球来止血。由凝血疾病引起的长时间流鼻血的情况很少见。

家庭处理：

1. 当鼻子开始流血时，轻轻地捏住鼻子前 1/2 的部位 10-20 分钟。
2. 流鼻血停止后 12 小时，不要擤鼻子。
3. 如果感觉鼻腔干燥，可用凡士林涂在里面。
4. 如果有小气球或沙布在鼻内止血、医生 1-2 天后会将其取出。
5. 不要服用 Ibuprofen (Motrin, Advil), naproxen (Aleve), 或阿斯匹林 (Aspirin), 因为这些药物会使瘀斑和流血更容易。

假如病情没有好转，明天或更早去你的医生诊所复查。

如有下列情况，请打电话给你的医生或返回急诊室：

1. 流鼻血超过 20 分钟。
2. 身体其它部位，比如口腔也有流血或汗斑。
3. 脸色苍白。
4. 发烧。
5. 虚弱，头昏，头晕或失去知觉。
6. 呕血一次以上。

急诊室名称 _____

急诊室地址 _____

急诊室电话 _____

实验室培养：请查询结果 / Lab Cultures

微生物（细菌）培养是由医生开出的一项检查，以检测样本中是否有细菌（微生物）存在。样本（通常是血液，尿液或者咽拭）的培养需要保持在实验室中孵育二，三天（甚至更长）。在此期间，实验人员寻找从样本中生长出的细菌以便确定感染的类型。绝大部分细菌感染需要这类检测，确定患儿需要服用何种药物（抗菌素）。而且它可以帮助选定患儿需要服用何种药物（抗菌素）。

你必须查询实验室培养结果：

1. 假设培养结果显示有细菌繁殖，实验室或急诊科应该与你或你的医生联系。培养结果存于实验室，病历和医院的计算机系统内。因为没有一个是十全十美，我们建议你们通过医生办公室查询培养结果（请多次查询）。
2. 请求你医生办公室的工作人员联系实验室，以查询培养结果。医生办公室可随时通知你培养的情况。
3. 假如你没有自己的医生，你应该明天预约去见你所挑选的医生或者给急诊科打电话查询结果。
4. 如果培养结果是阴性的，那就太好了。然而，如培养出了细菌，那有可能是非常严重的感染。请务必与你的医生查询培养结果。
5. 一旦培养出细菌，通常都会进行第二个试验（药敏试验）以确定何种抗菌素有效杀死该细菌。如果你已经在服用抗菌素，这第二个试验是确定你所服抗菌素是非在药敏范围之列。

假如病情没有好转，明天或者更早去你的医生诊所复查。

假如病情恶化，请及时与你的医生联系或者再来急诊室。

询问急诊科医生或护士做了哪些培养：

- 咽拭培养（链球菌咽炎，需一至二天）
- 血液培养（十分重要。一至三天）
- 尿液培养（一至二天）
- 粪便培养（腹泻）
- 伤口或脓液培养
- 其它：_____

急诊室名称 _____

急诊室地址 _____

急诊室电话 _____

癫痫（惊厥） / Seizure

癫痫发作有好几种类型。有时呈现为毫无表情的凝视或晕倒。有时则是身体僵硬或跛行。有时出现身体反射性跳动和眼部颤搐。发作之后，患儿往往呈现昏睡或者神志不清。

在近水的地方，如游泳池和洗澡盆，千万不要让有癫痫的患儿单独行动。有癫痫的青少年只有经医生允许才可开车。

癫痫患者需要做的检查：

1. 血液检查：可以发现会引起癫痫发作的血糖和盐（钠）的异常水平。
2. 脑部成像：电脑断层扫描(CT)和核磁共振(MRI)均可用于脑内结构的检查。CT 快速和易于操作但是放射性较高。MRI 无放射性但磁场强及操作漫长。对于儿童来说药物镇静是必须的。
3. 脑电图(EEG)：将电极粘到头皮上以检测脑电波因此而得知癫痫发作是否存在。通常在较后的阶段才做此项检查。

癫痫的治疗：假如有多于一次的癫痫发作或者脑电图上显示有癫痫的图像，应给予患儿服用抗癫痫的药物。

请明天或更早些去你的医生办公室复查，寻求更多的检查以便确定是否需要服用抗癫痫的药物。

一旦癫痫发作：

1. 保持镇静。
2. 将患儿头和身体转向一侧以便呕吐物或唾液从口中流出。
3. 在发作时千万不要将硬物塞入口中强迫张口。患儿不可能吞下舌头。
4. 放松紧绷的衣着。
5. 注意发作时情形和持续的时间。
6. 发作后与你的医生联系。

如有以下情况请拨打 911：

1. 癫痫发作长达三分多钟。
2. 肤色泛青或者苍白。
3. 出现呼吸困难或者呼吸乏力。
4. 发作后三十分钟患儿依然相当嗜睡。

假如病情恶化或者有任何担忧请及时与你的医生联系或者再来急诊室。

急诊室名称 _____

急诊室地址 _____

急诊室电话 _____

咽喉疼痛（咽炎） / Sore Throat

咽喉疼痛是由病毒或细菌感染引起的，也可由鼻后分泌物，过敏或者接触烟雾引发。医生有时会用小棉签擦拭咽部以检验链球菌（链球菌性咽炎），这类感染必须用抗菌素治疗。即使患儿在服用抗菌素后二十四到四十八小时感觉好转了，医生还是建议完成整个疗程。病毒性咽炎持续三到四天，抗菌素治疗无效。有一种类型的病毒性咽炎，传染性单核细胞增多症（“传单”）在年长儿童中可持续达三周之久。这种感染是有传染性的，经由咳嗽，共用饮料或饮具而传播。

家庭护理：

1. 多饮液体以防脱水。
2. 试用香草冰淇淋以提高饮食。因为它又凉又滑，味道又好。
3. 可服用对 acetaminophen (Tylenol) 或者 ibuprofen (Motrin, Advil) 以镇热解痛。

假如病情没有好转明天或者更早去你的医生诊所复查。

假如病情恶化或者出现以下情况请及时与你的医生联系或者再来急诊室：

1. 流口水或者吞咽困难。
2. 颈部强直或肿胀。
3. 呼吸困难。
4. 无法服用所开的处方药。
5. 服用新药后出现红疹或者肿胀。
6. 高烧持续多于二天。
7. 患者嗜睡或者衰弱。

急诊室名称 _____

急诊室地址 _____

急诊室电话 _____

上呼吸道感染 (普通感冒) / Common Cold

上呼吸道感染或者感冒指鼻腔和咽部的病毒感染。它可引起咳嗽，鼻塞，流鼻涕，咽喉肿痛和发烧。退热药可以帮助降温和止痛。抗生素无法治愈这类病毒感染，感冒药对此也没有多大益处。我们自身的免疫系统可以清除体内病毒。感冒一般在三到七天内有所好转，但患儿可能会咳嗽几个星期之久。

家庭护理：

1. 饮食不变。
2. 鼓励多喝流质、但不要给半岁内婴儿喝白水
3. 假若患儿房间内空气干燥，可以使用清凉雾化性空气湿化器或者雾化器。
4. 睡觉时，最好是采取抬高头和上半身的身位。婴儿可用乘车婴儿座椅或者婴儿车。幼儿可用大的背垫。
5. 对于婴儿，可以用生理盐水滴鼻并用鼻吸囊吸出以清洗鼻腔。最好在喂奶前进行因为频繁的吸洗鼻腔可引起婴儿不适。
6. 如有发烧或者咽喉痛，你可以服用对 acetaminophen (paracetamol, Tylenol)。

假如病情没有好转明天或者更早去你的医生诊所复查。

假如病情恶化或者出现以下情况，请与你的医生联系或者再来急诊室：

1. 出现呼吸困难。
2. 肤色苍白，泛青或者灰暗。
3. 患儿软弱无力或者嗜睡。
4. 无尿达十二小时之久。
5. 发烧超过二天。

急诊室名称 _____

急诊室地址 _____

急诊室电话 _____

尿感染 (尿道感染) / Urine Infection

尿道感染指膀胱或者肾脏感染。它可引起发烧，腹痛，背部疼痛，呕吐和尿痛或尿频。婴儿尿道感染可能仅仅只有发烧。尿道感染必须用抗菌素治疗。

尿检时常是需要的：

1. 尿常规检验：快速的尿常规检验大多数情形下能显示是否存在着尿道感染。
2. 尿液培养：保存尿液在实验室内两天以观察有无细菌生长。这是个比较慢的试验，但它可以告诉我们是何种细菌引起了感染以及所用抗菌素是否有效。

家庭护理：

1. 确保患儿服用完医生开的抗菌素。
2. 有些患儿可能需要进一步的膀胱和肾脏检查。
3. 鼓励多饮。
4. 假如有尿培养，两天后与医生办公室联系查询结果以确保所服用抗菌素的有效性。
5. 防止尿道感染的措施：
 - a. 多饮。
 - b. 禁用泡泡浴，以免引起尿痛。
 - c. 给女婴清洁时，用便纸从前向后擦拭。

假如病情没有好转，明天或者更早去你的医生诊所复查。

假如病情恶化或者出现以下情况，请及时与你的医生联系或者再来急诊室：

1. 在服用抗菌素的同时，继续发烧超过两天。
2. 患儿无法服下抗菌素。
3. 服用抗菌素后出现皮肤红疹或肿胀。
4. 出现背部疼痛，发烧或畏寒。
5. 患儿病情加重。

急诊室名称 _____

急诊室地址 _____

急诊室电话 _____

呕吐和腹泻 / Vomiting and Diarrhea

呕吐和腹泻是由微生物（病毒或细菌）感染肠道引起的肠道功能紊乱导致体液返流（呕吐）和浸入肠道内（腹泻）。人们常将这种由病毒（如轮状病毒和诺如病毒）引起的呕吐和腹泻称为“胃感冒”。细菌例如沙门氏菌或寄生虫感染也可引起腹泻。食物中毒和药物可引起腹泻和呕吐。抗菌素（用来杀死细菌的药物）不可能杀死病毒，相反可加重腹泻。

止吐药可服用，但是全国儿科组织现在还不主张服用止泻药。

家庭护理：

1. 多饮流质以防脱水。
2. 可给婴儿哺乳，或者喂电解质液体（Pedialyte 和其它商标的）和配方奶。可试用腹泻专用配方奶。可给予年长婴儿谷类和低脂婴儿食品。
3. 为防止脱水，年长儿童可采用低脂饮食外加增量的饮料，如运动饮料，明胶果冻和低脂汤类。
4. 其它建议包括鸡面汤，日本拉面，米饭，面包，饼干，谷类，酸奶，香蕉和苹果泥。
5. 高糖类食物和饮料（如苏打水和果汁）可加重腹泻。高脂和油炸食品也是如此。
6. 除非同时提供其它含有少量盐和糖的食物，不要给患儿白水。

对于呕吐：

关键在于每次少量饮食。因胃不适服用太多则容易引起呕吐。建议一次仅饮用杯中一英寸（三公分）的量。稍等十到十五分钟后再饮。这样有助于保持胃内相对排空，患儿的呕吐机会就少了。假如患儿呕吐中止了，可逐次渐渐增加饮食量。止呕药也有帮助。

假如病情没有好转，明天或者更早去你的医生诊所复查。

假如病情恶化或者出现以下情况，请及时与你的医生联系或者再来急诊室：

1. 出现高烧（体温高于华氏 102 度或摄氏 39 度）。
2. 大便或腹泻物中带血，或者黑便。
3. 出现大量腹泻。
4. 出现大量呕吐，呕吐物中带血，或者呈绿色，或巧克力，咖啡色。
5. 腹部肿胀。
6. 出现脱水症状（如口腔干燥，少尿，虚弱无力，肤色苍白，眼窝凹陷）。
7. 腹痛加剧。

急诊室名称 _____

急诊室地址 _____

急诊室电话 _____

伤口护理 / Wound Care

良好的护理和及时复诊是保证伤口愈合，减少疤痕形成和防止感染的基本原则。伤口感染的最危险因素是：深部穿刺伤及伴有难以发现的穿刺物残留，和糖尿病或免疫力低下的病人。急诊科医生依伤口类型而选择是否给予抗菌素。每天检查伤口及时发现感染迹象。

家庭护理：

1. 日后需要去除缝线或者缝钉的伤口：当天可以轻柔清洗。在此之后应保持伤口清洁和干燥。每天两次给伤口涂上抗菌素膏和绷带（或创可贴）包扎。头脸部的伤口应在术后五到九天一去拆线；而手臂或腿部的则应在术后九到十二天拆线。这些操作可在医生办公室里完成。
2. 使用可吸收缝线的伤口：当天可以清洗。之后则应保持清洁和干燥，每天两次给伤口涂上抗菌素膏和绷带包扎。缝线稍后将会自动脱落。
3. 使用愈合粘胶水的伤口：保持伤口干燥，千万不要涂膏剂。绷带包扎，每天更换一次。一周后，轻轻清洗。胶块将会慢慢脱落。
4. 使用愈合粘胶带的伤口：保持伤口干燥、不要涂膏剂。粘胶带会慢慢从末端自动松落。剪去脱落的末端。通常胶带会保持粘着七天
5. 会自动愈合的伤口：用肥皂和清水每天清洗。但不要使用酒精或者碘液。每天两次给伤口涂上抗菌素膏和绷带包扎。
6. 口腔内伤口：保持日常的口腔护理。香草冰淇淋冰凉而油滑，对伤口愈合有帮助。少量的局麻药如 Anbesol 婴儿胶也有帮助。

假如病情没有好转，明天或者更早去你的医生诊所复查。

假如病情恶化或者出现以下情况，请及时与你的医生联系或者再来急诊室：

1. 伤口裂开或者出血。
2. 伤口红肿或者流脓。
3. 发烧。
4. 疼痛加剧。

急诊室名称 _____

急诊室地址 _____

急诊室电话 _____

X光片-再次查询X光片结果 / X-ray

1. 急诊科医生已检读了你的X光图片。
2. 需要紧急处理，明显异常情况往往在X光图片上是显而易见的，急诊科医生可以在X光图片上发现 大部分的这些异常状况。但是，急诊科医生毕竟不是放射科医生。
3. 为了保险起见，医院放射科医生第二天早上会阅读你的X光片。假如放射科的阅读结果与我们急诊科的大不相同，我们会与你或者你的医生联系。然而，我们往往难以与你及时联系上，因此，务请 你与你的医生办公室联系以得到放射科医生的最终阅片结果。假如你直接与放射科联系，你不会从 电话中得到结果的。此结果必须由你的医生办公室工作人员向放射科索取。
4. 当你与你的医生或办公室工作人员联系时，告诉他/她你在急诊科拍有X光片，应急诊科要求前来索取放射科医生的阅读结果。最常见的阅片遗漏情况是轻微的骨折（裂缝，微小骨质脱落或发形裂纹）和小面积的感染（支气管炎，肺炎和骨骼感染）。
5. 为了防止此类遗漏发生，你必须与你的医生联系，以便得到及时的相应治疗。

假如病情没有好转，明天或者更早去你的医生诊所复查。

假如病情恶化，请及时与你的医生联系或者再来急诊室。