

## 傷口處理新觀念

皮膚有傷口時該怎麼處理？隨著時代進步，許多觀念也在改變，傷口處理的方式由老一輩的民間流傳草藥塗抹傷口，進步到使用紅藥水、紫藥水、酒精、優碘、雙氧水…等消毒液沖洗，但這些方式不是因沒有無菌，就是刺激性太強，都不利於傷口癒合。

### 大家較常有的錯誤觀念

#### 1.任何傷口都塗優碘是不對的

一般人都認為有傷口就擦優碘消毒兼殺菌，其實傷口若不是很髒是不需要的，因為消毒水如雙氧水、優碘…都會破壞肉芽組織，減少白血球活性，如一定要用應在擦過優碘後，立即以生理食鹽水沖洗。

#### 2.必用抗生素是不對的

除非感染已發生不然不用抗生素，即使是局部的抗生素藥膏，也會影響傷口癒合。

#### 3.傷口要保持乾燥是不對的

根據國外科學家所做的實驗顯示，傷口在適度濕潤的環境下其細胞再生能力與游移速度較快，復原速度會比在完全乾燥的環境下快一倍。

#### 4.較大或較深已感染的傷口要馬上縫合是不對的

傷口必須先清洗乾淨，移除壞死組織，若有分泌物尤其是有腔洞的深部傷口，須放置鬆散紗布或引流管，待傷口乾淨再縫，避免俗稱的「金包銀」。

#### 5.傷口必須勤換藥是不對的

傷口須依照其性質及癒合的階段，決定換藥次數，傷口只要保持清潔，不需每天換藥，因為換藥反而使傷口易受感染。

衛生保健組關心

最後，提醒您，傷口護理是每個人都須具備的常識，有正確的觀念及基本的處理方法，避免簡單傷口惡化及留疤；若傷口有紅、腫、熱、痛發炎現象，最好儘快找醫師治療，避免蜂窩性組織炎發生。

### **簡易傷口換藥步驟：**

- 1.先以肥皂清洗雙手。
  - 2.準備換藥用物(無菌紗布、棉棒、3M、醫師指定藥水或藥膏、0.9 生理食鹽水和水溶性優碘)。
  - 3.取下舊敷料。
  - 4.用棉棒沾 0.9 生理食鹽水，由傷口中心由內往外做環狀清洗，需大於傷口 3 公分，使用過的棉棒勿再重覆使用。
  - 5.再用棉棒沾水溶性優碘重覆 4.的動作由內而外消毒。
- \* 早期消毒只做到 5.再敷上藥膏就蓋上紗布了，但經醫學研究指出優碘會造成傷口色素沉著，傷口癒合後易留疤痕，所以目前建議在步驟 5.之後等待優碘乾(約 40 秒)，再以棉棒沾取 0.9 生理食鹽水擦拭，再敷上藥膏，蓋上紗布。

### **其他照護：**

- 1.傷口盡量保持清潔。
- 2.攝取富含蛋白質食物(例如：魚、肉、蛋、牛奶)，促進傷口癒合。
- 3.傷口癒合的時候會有搔癢感，不可用手抓以免造成破皮感染。
- 4.臉部傷口盡量避免使用有顏色的藥物擦拭以免色素沉著。
- 5.在關節處的傷口盡量減少活動以利傷口癒合喔。