

破皮了該怎麼辦

一、創傷傷口的種類及照護

1. 擦傷：

- (1) 先用生理食鹽水沖洗傷口，並評估傷口是否有沙石嵌入，若有沙石嵌入破損的皮膚，需清創移除。
- (2) 依據傷口的大小與範圍選取敷料。
- (3) 由於擦傷屬表淺性傷口，傷口的神經末梢經常裸露在外，病患常有劇痛感，可使用紗布覆蓋，減輕疼痛。

2. 撕裂傷：

- (1) 以棉花棒沾生理食鹽水沖洗傷口，再塗上薄薄一層藥膏。
- (2) 無覆蓋紗布者，每天換藥數次則依醫師指示。
- (3) 傷口盡量不要沾到水，如果沾到水要擦乾傷口，並更換紗布再塗上藥膏。
- (4) 門診複診，如果狀況許可，醫師將為您拆線。

3. 淺層皮膚灼傷：

常見此類傷害，如：摩托車排氣孔所排出的熱氣燙傷、熱水、熱湯，其傷口照護如下：

- (1) 先用生理食鹽水將傷口清洗乾淨，水泡無需刺破，因其可形成天然保護屏障，降低感染風險。
- (2) 依據傷口的大小與範圍選取敷料，讓水泡在敷料裡自行破裂。
- (3) 若貼人工皮無需每日更換，更換頻率依敷料對傷口滲液吸收飽和度決定，滲出液量少的情況下，約3~7日更換一次。

二、傷口照護注意事項

1. 維持傷口清潔與乾燥；傷口儘量避免碰到水或是遭受污染，唯有維持傷口的乾淨，被感染的機會才會減少，傷口的復原才會較為順利。
2. 定期敷（服）藥：請遵照醫師處方敷藥或服藥，千萬不要自行塗抹藥或是服用

成藥，傷口覆蓋的紗布潮濕時，請遵照醫囑更換之。

- 3.受傷的部位在受傷 24 小時以內可以冰敷，這不但能緩解傷勢擴大，更能止血止痛，一天四次，一次約 20~30 分鐘；當受傷已滿 24 小時後可以熱敷，這將改善局部循環、有助於傷口復原。
- 4.受傷部位如果在手或腳，可將它抬高（高於心臟位置）以改善腫脹、減輕疼痛；如傷在關節處，最好減少該關節的運動，以免牽扯傷口、不利復原。
- 5.盡量在傷口未癒合前，減少抽菸；除酒、薑、辛辣食物外，無其他禁忌食物。

三、如果有下列情形，請立刻回來複診

- 1.傷口合併有紅、腫、熱、痛。
- 2.傷口再度出血、特別是經直接壓迫五分鐘後，尚無法止血者。
- 3.持續發燒超過 38.5°C。

參考資料

何紹中、李玉秀、姜如珊、張玉珠（2017）·皮膚系統疾病病人的護理·於蔡秀鸞總校閱·最新實用內外科護理學（下冊，16-4-16-128 頁）·台北市：華杏。
蔡新中、蔡新民（2017）·傷口的處理·於于博芮總校閱·最新傷口護理學（三版，75-97 頁）·台北市：華杏。

院址：600 嘉義市忠孝路 539 號 網址：www.cych.org.tw 諮詢服務電話：05-2765041

急診：轉 1992、1993 護理部 急診制訂／護理指導組審閱

編號 M006 修訂日期：2019 年 5 月 24 日 審閱日期：2020 年 05 月 08 日