傷口換藥護理指導

日常生活中難免會有小皮肉傷，有時傷口雖然不大，但都要好好處理照顧，才不會留疤。如果傷口太大，血流不停，那麼還是看醫師比較保險。若要傷口好得快，保持外觀清潔及預防感染，多攝取蛋白質(如魚、肉、蛋類等)及富含維生素 C 水果(如奇異果等)之食物、少抽菸喝酒、控制血糖，均可幫助傷口的癒合。

不同傷口種類有不同的照顧方法。以下為一般居家傷口的照護指導（詳細情形仍以專業醫護人員直接評估建議為準）:

一、換藥用品準備：

無菌棉花棒、生理食鹽水（單次使用）、所需敷料、膠帶。

二、傷口換藥程序：

1. 洗手。
2. 露出傷口部位，注意病人之感受及隱私、保暖。
3. 以手取下膠帶及傷口敷料，勿碰到傷口，敷料丟在垃圾袋內，若傷口與敷料黏很緊則用生理食鹽水沾溼再用乾棉棒將髒敷料剝開取下。
4. 觀察傷口癒合情形，有無紅腫、分泌物及味道，必要時與醫護人員聯繫，以進一步處理方式。
5. 將所需換藥用物打開。
6. 用生理食鹽水清洗傷口，棉棒應從傷口中間由內往外環狀輕拭，避免將外圍髒污細菌帶回傷口中；待其乾燥後，再使用所需敷料（敷料必須要大於傷口 2 吋，以免傷口受污染）。
7. 通氣膠布固定最好與傷口處肌肉走向成垂直。

三、注意事項：

1. 消毒棉棒只能擦拭一次，換敷料時宜減少暴露時間。
2. 敷料潮濕時，必須立即給予更換。

3. 包紮敷料時不可固定太緊。
4. 換藥時，應由較乾淨之傷口先換，再換污染之傷口。
5. 使用雙氧水或優碘液會刺激傷口並破壞肉芽組織生長，將影響傷口癒合，因此一般傷口使用生理食鹽水清潔即可。

四、要觀察傷口的情況，如有下述的情形，請立即回診：

1. 傷口的分泌物變多、有臭味時。
2. 傷口周圍有明顯的紅、腫、熱。
3. 發燒超過 38 度時。

五、新觀念-傷口癒合

1. **保濕。**適當的溼度可以幫助細胞的移動，加速癒合的時間；結痂組織則會阻礙細胞的移行，延遲傷口的癒合。
2. **優碘、雙氧水、黃藥水、紅藥水、紫藥水等消毒藥水會破壞傷口的新生細胞。**所以傷口只需要用生理食鹽水清潔就可以。若必須用消毒藥水，需經醫師同意後才可使用。
3. **傷口保持清潔就可以。**不需要每天換藥，多次換藥可能會造成傷口的二次傷害。
4. **傷口敷料須保持乾燥清潔。**若不慎弄濕必須立即更換，以避免傷口在潮濕的環境中助長於細菌的生長。
5. **避免用熱。**太陽的紫外線、烤燈、吹風機等的熱度，會使傷口變乾，也會殺死正在生長中的細胞。

※ 衛教影片 換藥指導...

參考資料：

1. Lucas, V.S., & King, A.W. (2010). Wound care for the plastic surgery nurse. Plastic Surgical Nursing, 30(3), 158-169.
2. 戴浩志、湯月碧（2011）‧慢性傷口評估與處置之最新趨勢‧台北市醫師公會會刊，55（6），20-26。

護理部護理長 龔淑櫻

護理部護理師 邱玉敏

NTUH