

皮膚是身體重要器官，但因接觸高溫、化學物質或輻射線等，導致皮膚或皮下組織之損傷，不但失去了原有的功能，且壞死的組織更是細菌繁殖的溫床，因此在出院後尤其需要繼續細心、耐心地傷口照顧。

## 一、皮膚清潔

1. 已癒合傷口應注意清潔，每日至少以中性肥皂，用淋浴清洗一次，水溫不宜太高溫，以免皮膚發癢或受傷，洗後以吸水性毛巾吸乾，再塗抹潤膚油（如綿羊油、嬰兒油、凡士林）。
2. 未完全癒合的傷口，傷口換藥依醫師指示使用藥膏或敷料包紮，包紮後應盡量保持乾燥，可採局部擦澡的方法來清潔身體。
3. 傷口弄溼或弄髒時，應立即換藥，以免再度感染。
4. 傷口不可自行亂塗抹藥物，尤其是偏方草藥或藥粉，以避免傷口惡化。

## 二、穿戴彈性衣

1. 當深度灼傷之傷口癒合後，依醫囑指示穿戴特製的彈性衣，作局部的壓迫，以減輕組織腫脹，使膠原纖維生長及排列較整齊，預防疤痕的增生萎縮。
2. 至少訂製二套壓力衣可供替換，且須用冷水手洗及陰乾，不可使用洗衣機、脫水機及烘乾機。
3. 穿著後若有感覺手腳麻痺、腫脹、起紅斑或水泡，應盡快告知醫師做調整。
4. 除了洗澡及傷口護理外，其他時間應持續穿戴，直到疤痕成熟穩定為止，約6-24個月以上，並需門診追蹤及復健治療。

## 三、按摩

1. 可預防深度灼傷造成的皮膚增生使疤痕較柔軟、平坦。
2. 痊癒皮膚可使用手掌根部或大拇指在皮膚原處按摩，但不可用摩擦方式，避免皮膚受傷。
3. 小疤痕可用矽膠貼片24小時緊貼，每天換新並經常按摩。

## 四、癢的處理

1. 平日選擇穿著棉質易吸汗的布料。
2. 天氣熱時，選擇冷氣房或通風處。
3. 指甲要常修剪。

## 五、避免陽光直接照射，以減少膚色加深

1. 出門應穿戴遮陽帽、撐傘或穿長袖衣褲。

## 六、水泡、潰爛的處理

1. 有水泡時勿自行弄破，若水泡有紅腫熱痛時，應返院求治，以免發生潰瘍。



## 七、復健

1. 為預防受傷部份關節硬化及疤痕攣縮，入院起就應注意姿位姿勢，要保持在功能性之位置，2年內須做全關節運動。



護理部印製

查詢專線：(03) 3613141 轉  
7385、7386 (3C 病房)  
109.12 825098 B41520

## 外科衛教系列 (19)

### 燒燙傷護理指導



聖保祿醫院