

整形外科手術後傷口護理須知

◎傷口護理是影響傷口癒合與疤痕的重要過程，以下介紹護理過程。

一、冰敷傷口(手術後前三天，減少出血及降低腫脹)

冰敷：建議每日至少 4 次，若情況許可，每 2 至 3 小時 1 次，每次冰敷 20 至 30 分鐘，注意冰敷袋不要直接接觸傷口，最好隔一層微濕的紗布或薄毛巾，冰敷時間不超過 30 分鐘，以免造成凍傷。

二、傷口護理方法(以下方法擇一)

- ☐有覆蓋傷口的敷料護理：使用(藥膏)敷料照顧，每天 1 次為原則。
- ☐開放性傷口護理：沒有使用敷料傷口，建議每天多次使用藥水藥膏照顧，傷口有滲液或弄髒就要再更換。

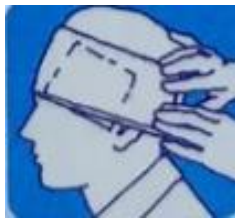
購買物品：消毒紗布、消毒棉棒、生理食鹽水、紙膠

換藥步驟如下：

1. 洗手。
2. 除去紙膠及紗布時，動作需緩慢，一手壓住皮膚，另一手慢慢撕下紙膠。
3. 首先，以生理食鹽水或煮過冷開水沾濕、棉棒清洗傷口，每次一支棉棒，由內往外擦拭(畫圓方式)，重複多次使用濕棉棒清潔，直到傷口沒有滲液或舊藥膏。
4. 其次，以消毒的乾棉棒由內往外(畫圓方式)將傷口擦乾。
5. 第三，以消毒的乾棉棒沾取藥膏，由內往外塗抹薄薄一層(約 0.2 公分厚)塗在傷口上，保持乾淨。以上方法為開放傷口護理，動作每天需重覆 3 至 4 次。
6. 有覆蓋傷口的敷料護理方法，選擇使用消毒紗布或經醫師同意之特殊進敷料敷蓋固定。

三、其他注意事項：

1. 傷口盡量勿碰水，可使用保鮮膜或防水貼布，若有滲濕請依步驟換藥，避免傷口發炎。
2. 對於腋下、大腿內側、皮膚較脆弱者，可自行購買嬰兒或低敏性透氣膠帶。
3. 頭皮傷口或背部不易處理傷口，可請家人協助換藥。
4. 頭皮傷口包紮方式，如下，請擇一方式處理。

		
網套包紮	頭髮交錯固定(紙膠或髮夾或迴紋針等)	自黏彈性繃帶 (自費)

5. 手術後一週內應避免吸菸(含尼古丁)、茶和咖啡(含咖啡因)，以免對傷口癒合有不利的影響。
6. 酒精及辛辣食物會使皮膚血流增加，造成傷口充血腫脹，不利口癒合，也應盡量避免使用。
7. 防曬：儘量減少外出或做好防曬措施。戶外紫外線較強（陰天也一樣），減少日曬可預防傷口顏色加深。
8. 手術返家後若有任何問題，請撥電話到恩主公醫院轉手術室，隨時和我們保持聯繫。
9. 若是預約回診時間還沒到，但卻覺得傷口有不適，可隨時掛號回門診或電話諮詢。

參考資料:

李滿梅、林惠娟、譚蓉瑩（2021）。傷口引流之護理，*內外科護理技術*(9版)・華杏。

諮詢電話 02-26723456 轉 6526

行天宮醫療志業醫療財團法人恩主公醫院