

外科手術後傷口護理須知

傷口的照顧和傷口是否順利癒合有很密切的關聯，請您務必和我們配合以便讓您手術後一切狀況平順。

一、傷口護理

☐外科傷口的護理方法：需保持傷口敷料乾燥，避免碰濕和弄髒，並遵從醫師醫囑進行傷口換藥。

換藥前準備用品：

- 1.無菌生理食鹽水（開封 24 小時後即應丟棄）。
- 2.水溶性優碘（不含酒精成份）或抗生素藥膏。
- 3.無菌棉棒
- 4.無菌紗布（紗布需大於傷口至少 1 公分）。
- 5.紙膠（皮膚過敏者可選擇抗過敏紙膠）。

換藥步驟：

- 1.洗淨雙手：以肥皂或洗手乳徹底清潔雙手並拭乾。
- 2.移除舊敷料：輕柔地取下舊敷料。如若敷料沾黏，可先用生理食鹽水浸濕後再慢慢撕下，避免撕扯傷口。
- 3.清潔傷口：用沾有生理食鹽水的棉棒，由傷口中心向外環狀擦拭清潔，不可來回擦拭，並隨時更換棉棒以避免重複污染。
- 4.傷口消毒（若醫囑有要求）：使用優碘棉棒消毒，同樣由內向外擦拭，並停留約 30 秒，隨後再用生理食鹽水將優碘擦拭乾淨。
- 5.傷口乾燥與塗藥：待傷口稍乾後，依醫囑塗抹藥膏。
- 6.覆蓋新敷料：用無菌紗布覆蓋傷口，紗布範圍需比傷口大，並避免觸摸紗布的內側。
- 7.固定敷料：使用紙膠或彈性繃帶固定紗布，固定時應順著紗布邊緣輕壓。

8.換藥後：將用過的物品妥善處理，再次洗淨雙手。

☐傷口貼美容膠帶則不需換藥：保持傷口敷料乾燥，避免碰濕和弄髒即可，待下次回診由醫師診視傷口。

☐冰敷傷口護理（手術後 24 小時內可冰敷）：

冰敷：遵從醫囑每日至少 4 次，若情況許可，可 6 至 8 次，每次冰敷 20 至 30 分鐘，注意冰敷時冰敷袋不要直接接觸傷口，需隔一層薄毛巾，冰敷時間不超過 30 分鐘，以免造成凍傷。

二、飲食及其他注意事項

- 1.隨著麻醉藥消退，傷口會有微痛為正常反應。
- 2.請依醫囑按時服用止痛藥、消炎藥等，以減輕疼痛。
- 3.手術後應避免使用香煙（含尼古丁）、酒精，以免對傷口癒合有不利的影響。
- 4.酒精及辛辣食物會使皮膚血流增加，造成傷口充血腫脹，不利傷口癒合，也應盡量避免使用。
- 5.術後最好避免提重物、用力或運動等，以避免傷口裂開。
- 6.若是預約回診時間還沒到，但卻覺得傷口有問題或不適，可隨時掛號回門診或以諮詢電話和我們聯絡。

參考資料：

- 1.施智源、陳周斌、劉家瑋、黃佩萱、陳裕芬、陳澄淳、黃欽印（2020）．預防手術部位感染之多模式策略．感染控制雜誌，30（2），101-119。

[https://doi.org/10.6526/ICJ.202004_30\(2\).0004](https://doi.org/10.6526/ICJ.202004_30(2).0004)

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