

外傷傷口照護之護理指導

一、形成傷口之原因

急性傷口是指因遭外力組織結構受到破壞，包括擦傷、撕裂傷、穿刺傷、刀傷、燙傷、手術傷口。慢性傷口是指長久（超過 3 個月）無法癒合的傷口，包括褥瘡和糖尿病足潰瘍性傷口等。

二、傷口換藥之護理指導

傷口照護方法仍已專業醫師建議為準，以下為一般居家傷口照護指導。

(一) 換藥時機：每日至少換藥一次，隨時保持傷口清潔乾淨，若有滲濕或敷料脫落時應立即更換。

(二) 用物準備：

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）。



(三) 換藥步驟：

<p>步驟一</p>		<p>傷口換藥前以肥皂或洗手乳洗手。</p>
<p>步驟二</p>		<p>移除紙膠與傷口紗布，手勿碰觸到傷口，若有分泌物沾黏於紗布與傷口上，用無菌生理食鹽水滴注傷口，待數分鐘後再用無菌乾棉棒將髒紗布移除。</p>

<p>步驟三</p>		<p>觀察傷口情形，用無菌生理食鹽水沾濕棉棒後，以傷口中心點由內往外環狀清潔傷口，清潔範圍需超出傷口 5 公分以上，避免將髒汙細菌帶回傷口中一支棉棒不重複使用，不可來回消毒，若分泌物較多，則多次清潔。</p>
<p>步驟四</p>		<p>用水溶性優點倒於棉棒上，以傷口中心點由內往外環狀消毒，範圍需超出傷口 5 公分以上（以藥膏換藥者上述步驟相同），優點需待 30 秒後，再以無菌生理食鹽水棉棒擦拭乾淨，若需使用藥膏，先以生理食鹽水棉棒擦拭乾淨後再塗抹。</p>
<p>步驟五</p>		<p>打開無菌紗布包裝，由紗布邊角拿取。覆蓋至傷口上，不可觸摸紗布與傷口接觸面，紗布須大於傷口一公分，避免傷口感染。</p>
<p>步驟六</p>		<p>固定黏貼紙膠時，應順著紗布邊緣厚度下壓，使紙膠與皮膚貼合。</p>
<p>步驟七</p>		<p>傷口換藥後應洗手。</p>



(四) 注意事項：

- 1.受傷後 8~12 小時，因組織會持續腫脹，休息時請抬高患處。
- 2.傷口若在關節處，應避免患處肢體劇烈運動，以預防傷口裂開。
- 3.勿在傷口處塗抹任何未經醫師許可的藥膏。
- 4.彈繃、網套包紮固定不可太緊，紙膠固定紗布不能纏繞整圈肢體，避免影響末梢血液循環，若有疼痛、蒼白、麻痺、脈搏消失、感覺異常、溫度改變，應重新包紮。
- 5.多攝取蛋白質（如魚、肉、蛋）及富含維他命 C 水果之食物，勿吸菸飲酒並控制血糖均可促進傷口癒合。

(五) 若出現發燒、傷口周圍有紅腫發熱、持續發燒 2 天以上、持續疼痛、傷口分泌物增多、有惡臭味、持續出血、縫線脫落或引流管滑脫等情況，請立即回診。

參考資料

張祐菊、黃心沛、施佳君、簡伶育、許瀚仁、李怡濃（2022）。提升壓力性損傷傷口照護正確率。志為護理- 慈濟護理雜誌，21(3)，87-98。

<https://www.airitilibrary.com/Publication/aiDetailedMesh?DocID=16831624-202206-202206270015-202206270015-87-98>

游琇惠、劉琪君、許雅韻、張璿方、蔣凱若（2022）。提升急診病人傷口護理指導滿意度。中華職業醫學雜誌，29(4)，299-310。

<https://www.airitilibrary.com/Publication/aiDetailedMesh?DocID=10233660-202210-202210250010-202210250010-299-309>

Armstrong,D.G.,&Meyr,A.J.(2022).Basic principles of wound management. UpToDate, Retrieved June 14, 2023, from <https://www.uptodate.com/contents/basic-principles-of-wound-management>



護理指導評值：

◎是非題

1. () 每日至少換藥一次，隨時保持傷口清潔乾淨，若有滲濕或敷料脫落時應立即更換。
2. () 傷口換藥前、後需以肥皂清潔雙手。
3. () 多攝取蛋白質（如魚、肉、蛋）及富含維他命 C 水果之食物，勿吸煙飲酒並控制血糖均可促進傷口癒合。

◎選擇題

4. () 傷口用物準備為以下哪種？
(1)無菌生理食鹽水；(2)水溶性優碘（不含酒精成份）或藥膏
(3)紙膠（皮膚過敏者可選擇抗過敏紙膠）；(4)以上皆是
5. () 傷口換藥步驟，何者為正確？
(1)以無菌生理食鹽水沾濕棉棒後，由傷口中心點以內往外環行清潔傷口，避免將髒汙細菌帶回傷口。
(2)水溶性優點消毒傷口後，優點需待 30 秒後，再以無菌生理食鹽水棉棒擦拭乾淨。
(3)打開無菌紗布包裝，由紗布邊角拿取，不可汙染紗布與傷口接觸面。
(4)以上皆是
6. () 外傷受傷後之注意事項，何者為正確？
(1)受傷後 8-12 小時，因組織會持續腫脹，請抬高患處。
(2)非開放性傷口在受傷後 72 小時內局部冰敷，以減輕腫脹程度。
(3)傷口若在關節處，應避免患處肢體劇烈運動，以預防傷口裂開。
(4)以上皆是

（答對 5-6 題⇒完全了解；答對 3-4 題⇒部分了解；答對 1-2 題⇒完全不瞭解）

1. (O) 2. (O) 3. (O) 4. (4) 5. (4) 6. (4)

三軍總醫院 護理部 編印
急診部
諮詢電話：(02)24633330