

簡易傷口照護

一、傷口照顧應注意事項：

1. 保持傷口清潔乾燥，敷料出現分泌物或潮濕應立即更換。
2. 避免接觸到感染源，如：手、皮膚、咽喉分泌物…等。
 - (1) 換藥時雙手勿直接接觸傷口，可減少感染機會。
 - (2) 避免在傷口上方晃動，防止汗水或皮屑掉入傷口或傷口周圍。
 - (3) 換藥時可戴口罩或避免在傷口上方說話、打噴嚏、咳嗽…等，以防止呼吸道中之微生物或飛沫吹入傷口。
3. 換藥環境中應減少人員走動及避免抖動物品，以防空氣中之微生物傳播造成感染。
4. 注意敷料、器械、藥物…等，換藥用品是否已過期或受污染，以免造成傷口感染。
5. 若傷口滲液增加、紅腫、發熱、抽痛、發燒…等感染症狀出現時應立即返醫院做進一步檢查與治療。
6. 可多攝取富含維生素 C、蛋白質(肉、魚、蛋、豆、奶)的食物，促進傷口癒合。

二、簡單傷口自我照顧步驟：

1. 洗淨雙手。
2. 準備用物：棉籤、紗布、膠布及醫師指定藥品等。
3. 拆除傷口原有敷料、露出傷口部位。
4. 洗手。
5. 傷口清洗程序：以棉籤沾無菌生理鹽水，清潔傷口，更換棉支至清潔乾淨，如傷口範圍較大可採用無菌生理食鹽水沖洗至乾淨。
6. 塗上醫師處方外用藥，如：藥水、藥膏、藥粉或敷料。
7. 覆蓋乾紗布。
8. 以膠布固定。

