

外科傷口縫合後衛生教育指導

✦ 手術縫線傷口的分類

手術後的傷口於表皮處關閉，可分為須拆線或不需拆線的傷口，不須拆線的傷口，醫師會黏貼美容膠及防水膠膜(Tegaderm)，此類傷口不須換藥。需拆線的傷口則依下列傷口處理原則執行換藥步驟。

➤ 換藥：

◆ 用物準備：生理食鹽水、無菌棉棒、無菌紗布、紙膠及藥膏(視醫囑)。

◆ 換藥前請先洗手："內外夾弓大力丸"。

◆ 消毒方法：依醫囑以生理食鹽水(或水溶性優碘及生理食鹽水)由內往外環形擦拭傷口。

◆ 視醫囑以無菌棉棒沾取藥膏擦拭縫線傷口處。

◆ 紗布的拿法：拿紗布時要拿紗布的一小角，不可以拿接觸傷口的那一面，紗布要保持乾淨。

◆ 透氣膠布的貼法：

1. 黏貼時由敷料的中間先黏貼，再將敷料的上下邊界黏住，這種方法可使皮膚不被拉扯，可避免破皮或水泡的發生。

2. 貼膠布要橫過關節面，不要直貼，避免直貼時膠布會隨著關節的移動而鬆脫。

➤ 保持傷口乾燥，若不小心弄濕，必須馬上更換。

➤ 抬高患肢可促進血液循環，減少腫脹，降低疼痛感。

➤ 減少傷口疼痛的方法：冰敷、轉移注意力(例：看電視、聽音樂、做自己有興趣的事)。

✦ 有傷口時應注意哪些？

➤ 避免抽菸：菸含有尼古丁，會使血管收縮，導致傷口周圍血流不足，影響傷口癒合。

➤ 攝取適當的營養：

◆ 蛋白質：可促進膠原蛋白的合成、表皮細胞的增生，避免感染，增強身體免疫力，常見的食物有肉類、牛奶、豆、蛋、魚。

◆ 維生素 C：幫助膠原蛋白的合成、維持微血管壁的完整、增強身體免疫力，常見的食物有柑橘類水果、深色蔬菜。

➤ 觀察傷口是否出現紅、腫、熱、痛，或出現惡臭味及滲出液，若是傷口有疼痛感，未有其他症狀出現，可在傷口處用冰敷，如有一點滲液可自行換藥，但傷口有出現發炎的情形，就要到醫院看醫生，避免傷口惡化。

✦ 拆線後注意事項：

➤ 拆線時間：一般傷口拆線時間約 7~10 天，若是關節處傷口或傷口癒合不好，可能會久一點拆線。

➤ 促進傷口美觀：拆線後傷口可用透膠布黏貼，可使傷口癒合的更完整和漂亮。

➤ 保持拆線傷口乾燥：如果透氣膠布濕了或掉了，可自行貼新的透氣膠布，每一片要互相重疊 2/3。

➤ 適當的活動，避免過度拉扯傷口導致傷口裂開。