「居家安全：伤口的护理」短片

日常生活中容易因为不小心而造成擦伤、割伤等不同的伤口。当意外发生时，应保持镇定，评估伤口的位置、其严重性及出血的情况，作出相应的处理。没有异物的出血伤口，可以采用「直接压法」。在伤口上直接施加压力，维持约 5-15 分钟，以制止伤口继续出血。然后清洁伤口并且包扎妥当，以免伤口受到细菌感染。若止血无效或有异物藏于伤口深处，不要试图取出异物，以免引致大量出血，应立即到急症室求医。如果伤口污秽，尤其染有泥泞或铁锈等污物，应尽快求医，评估应否接受破伤风疫苗注射。

接下来，会教大家如何在家居清洗伤口。

一般没有细菌感染的伤口，可使用生理盐水清洗，不需使用消毒剂。因为生理盐水与人类的体液浓度相近，不刺激伤口组织及较少引起痛楚；而消毒剂有机会刺激伤口，或引致过敏反应。

<u>洗伤口前的准备</u>

先安排患者于舒适的位置，并保持充足光线。确保台面清洁，例如用洗洁精及清水抹干净。如有需要，可用75%火酒消毒。可选用用完即弃的伤口清洗包，包括无菌症巾、钳子、盛器、棉花球及纱布等。预备好无菌生理盐水或医生指示的清洗剂，口罩及按需要预备手套。另外要准备垃圾袋、绷带、胶布及剪刀。*清洗伤口前戴上口罩及用枧液彻底清洁双手。

**佩戴外科口罩前应先洁手。*

<u>清洗伤口方法</u>

开启伤口清洗包及排好钳子，将适量生理盐水倒进盛器内。用钳子将旧敷料除去。若伤口清洗包内只有两只胶钳，可戴上用完即弃的胶手套，把旧敷料除去，谨记再次洗手。如果敷料与伤口黏连，先将外层敷料除去，再用生理盐水将内层敷料浸湿后揭去。用过的钳子和旧敷料应放在垃圾袋内。用另外两只胶钳清洗伤口和处理无菌敷料。用钳夹起沾了适量清洗剂的棉花球，由内而外抹拭伤口，每粒棉花球只用 1 次，不断重复此步骤，直至伤口清洁为止。用纱布将伤口轻力印干。盖上无菌敷料，用胶布或绷带适当地固定敷料。

注意整个过程，不要用手触碰伤口或消毒敷料，以免伤口受污染。

清洗伤口的善后工作

将所有用完即弃物品放在胶袋内扎紧，未用完的生理盐水不要留待下次使用，要放进垃圾箱内。清洗伤口后必须用枧液把双手彻底清洁。

切记：伤口如果有感染迹象包括水状渗出物、红肿、发热、腐烂、异味、出血或含脓等情况，或者伤口长期未能愈合，应尽快求医。

受感染的伤口应该先经医护人员检查并按其指示下处理，不要自行购买消毒剂处理伤口。护老者可按医生的指示陪同长者到就近的诊所清洗伤口，体弱或行动不便者可申请社康护理服务，详情可在覆诊时向医生查询。