

「居家安全：傷口的護理」短片

日常生活中容易因為不小心而造成擦傷、割傷等不同的傷口。當意外發生時，應保持鎮定，評估傷口的位置、其嚴重性及出血的情況，作出相應的處理。沒有異物的出血傷口，可以採用「直接壓法」。在傷口上直接施加壓力，維持約 5-15 分鐘，以制止傷口繼續出血。然後清潔傷口並且包紮妥當，以免傷口受到細菌感染。若止血無效或有異物藏於傷口深處，不要試圖取出異物，以免引致大量出血，應立即到急症室求醫。如果傷口污穢，尤其染有泥濘或鐵銹等污物，應儘快求醫，評估應否接受破傷風疫苗注射。

接下來，會教大家如何在家居清洗傷口。

一般沒有細菌感染的傷口，可使用生理鹽水清洗，不需使用消毒劑。因為生理鹽水與人類的體液濃度相近，不刺激傷口組織及較少引起痛楚；而消毒劑有機會刺激傷口，或引致過敏反應。

洗傷口前的準備

先安排患者於舒適的位置，並保持充足光線。確保檯面清潔，例如用洗潔精及清水抹乾淨。如有需要，可用75%火酒消毒。可選用用完即棄的傷口清洗包，包括無菌症巾、鉗子、盛器、棉花球及紗布等。預備好無菌生理鹽水或醫生指示的清洗劑，口罩及按需要預備手套。另外要準備垃圾袋、繃帶、膠布及剪刀。*清洗傷口前戴上口罩及用梘液徹底清潔雙手。

**佩戴外科口罩前應先潔手。*

清洗傷口方法

開啟傷口清洗包及排好鉗子，將適量生理鹽水倒進盛器內。用鉗子將舊敷料除去。若傷口清洗包內只有兩隻膠鉗，可戴上用完即棄的膠手套，把舊敷料除去，謹記再次洗手。如果敷料與傷口黏連，先將外層敷料除去，再用生理鹽水將內層敷料浸濕後揭去。用過的鉗子和舊敷料應放在垃圾袋內。用另外兩隻膠鉗清洗傷口和處理無菌敷料。用鉗夾起沾了適量清洗劑的棉花球，由內而外抹拭傷口，每粒棉花球只用 1 次，不斷重複此步驟，直至傷口清潔為止。用紗布將傷口輕力印乾。蓋上無菌敷料，用膠布或繃帶適當地固定敷料。

注意整個過程，不要用手觸碰傷口或消毒敷料，以免傷口受污染。

清洗傷口的善後工作

將所有用完即棄物品放在膠袋內紮緊，未用完的生理鹽水不要留待下次使用，要放進垃圾箱內。清洗傷口後必須用梘液把雙手徹底清潔。

切記：傷口如果有感染跡象包括水狀滲出物、紅腫、發熱、腐爛、異味、出血或含膿等情況，或者傷口長期未能癒合，應儘快求醫。

受感染的傷口應該先經醫護人員檢查並按其指示下處理，不要自行購買消毒劑處理傷口。護老者可按醫生的指示陪同長者到就近的診所清洗傷口，體弱或行動不便者可申請社康護理服務，詳情可在覆診時向醫生查詢。