



本报通讯员 孙卉 本报记者 古瑾

“哎哟，怎么又摔破皮了！”生活中难免会磕磕碰碰，尤其到了夏季，没有长衣长裤的保护，摔伤、刺伤、烧烫伤、咬伤……发生率明显增多。千万别

小看这小小伤口，若处理不当可能引发大麻烦。

江大附院疑难伤口护理专家门诊为镇江市首个护理专家门诊，坐诊专家、主任护师柏素萍应用湿性愈合理念及多种针对性的伤口护理方法，治疗各种急慢性伤口，在烧烫伤、皮肤擦伤、咬伤、压疮（压力性损伤）、下肢溃疡、术后切口感染、疱疹创面、失禁性皮炎、小儿红臀等伤口护理方面积累了丰富的经验。让我们一起跟着柏素萍，学习正确的伤口应急处理方法吧。

## 伤口如何正确处理

### 1. 烧烫伤

烧烫伤是生活中常见的意外伤害，沸水、滚粥、热油、热蒸气等烧烫伤是夏天常会发生的事。对于某些烧烫伤，如果处理及时，就不会导致不良的后果。

江大附院疑难伤口护理专家门诊主任护师柏素萍提醒，发生烧烫伤后，现场应第一时间用流动的清水冲洗，夏天伤口可以冲洗30分钟及以上。及时冲洗伤口可以快速降低皮肤表面温度、减轻或消除疼痛。此外，也可用干净毛巾包裹冰块冷敷伤口，但切记不可将冰块直接放在伤口上，以免造成冻伤。

要小心除去衣物、饰品等，必要时可用剪刀剪开衣服或暂时保留粘连部分，尽量避免将水泡弄破。条件允许下还可用无菌纱布或清洁布条覆盖受伤部位。除了面积较小、疼痛较轻的烧伤、烫伤可在家观察处理外，其他的烧烫伤建议立即到医院诊治。

### 2. 刺伤

刺伤一般是被尖锐物体，如竹签、木刺、玻璃片、钉子等猛力刺穿皮肤所造成，伤口通常较小而深。当伤口深度>1厘米时，则有较高的破伤风感染风险，建议患者尽早到医院处理，咨询医生是否需要注射破伤风抗毒素或破

伤风免疫球蛋白。

前往医院前，可做一些简单的伤口处理。首先，查看伤口是否有残留刺伤物，如玻璃片、木刺等。如果没有，则可尝试挤压伤口，使其流出一些血，而后用碘伏棉棒进行消毒；如果伤口处留有刺伤物且较小，则用消毒后的镊子取出，再按上述方法处理伤口；如刺伤物较大，不要贸然处置，立即去医院找医生处理。

### 3. 摔伤

摔倒后的第一反应是什么？为避免尴尬，赶紧站起来，拍拍灰尘，再“逃离”现场？柏素萍提醒，摔倒后不要“轻举妄动”，否则容易使伤情加重。

如果摔得较重，正确的做法是立即捂压伤口并转移到安全区域，原地休息。受伤后血管破裂出血，立即走动会加重出血，因此需要原地休息，需按压伤口或着力处30分钟左右，严重者边按压边送医院。如摔伤较轻，仅小面积擦伤、划伤，应先用清水或生理盐水清洗伤口，再用碘伏等消毒伤口。

### 4. 蛇咬伤

被蛇咬伤，尤其是毒蛇咬伤后，现场急救很重要，不能浪费时间，伤者及同行者应采取各种措

施，迅速阻断毒液的吸收与扩散。

脱离。立即远离被蛇咬伤的地方，如果蛇咬住不放，可用棍棒或其他工具促使其离开。

认蛇。尽量记住蛇的基本特征，如蛇形、蛇头、蛇体和颜色，有条件的可以拍摄蛇的照片。现场最好不要企图去捕捉或追打蛇，以免二次咬伤。

解压。去除受伤部位的各种受限物品，如戒指、手镯、脚链、手表以及紧身衣物等，以免后续伤口肿胀，难以取出。

镇定。尽量保持冷静，避免慌张、激动，不要乱跑乱动，否则容易加速血液循环，导致毒液扩散。

制动。尽量全身完全制动，尤其受伤肢体制动，可用夹板固定伤肢以保持制动，受伤部位相对低位（保持在心脏水平以下），使用门板等担架代替物将伤者抬送到可转运的地方。

绑扎。伤肢制动、放置低位，立即用布带等物品在伤肢的近心端伤口上方绑扎，以阻断淋巴、静脉回流为度。每15~30分钟要松开1~2分钟，以免发生肢体循环障碍。

呼救。呼叫120，尽快将伤者送去医院救治。

# 夏季易受皮外伤，伤口处理全攻略来啦

## 伤口感染有哪些症状

如果伤口处理不当可能引发伤口感染，可从以下情形判断：

1. 观察伤口及周边皮肤是否有红肿的情况

一般来说伤口都会有或强或弱的痛感，但是如果伤口疼痛持续时间较长且有持续加重的倾向，就需要考虑伤口感染的可能性了。

2. 观察伤口及周边皮肤是否温度升高

如果伤口发生感染，伤口周围的皮肤温度会相对较高，因此如果伤口出现红肿发热并且持续疼痛的情况，说明伤口很可能已经感染。

3. 观察伤口外观是否不断加重

如果感染严重，就会出现流脓现象，形成肉眼呈灰黄色或黄白色的浓稠状液体。

## 伤口处理别“踩雷”

1. 创可贴不是万能贴

创可贴主要用于小而表浅的伤口，比如削瓜果皮时的小割伤、摔跤造成的小擦伤、玻璃小划伤等，此时创可贴可以起到暂时止血和保护创口的作用。如已感染的伤口、大而深的伤口、动物咬伤等不适合使用创可贴。

2. “民间妙招”不可取

烫伤时用牙膏、酱油、麻油等民间“土方”涂抹伤口；被毒蛇咬伤时，试图用嘴将毒液吸出或用不知名的中草药敷伤口等这些“民间妙招”不仅没有治疗效果，还可能贻误治疗造成伤口感染。

3. 不出血不代表没事

有些患者被钉子、钩子、木刺等扎伤，拔出来看看没怎么出血就不管了，这是非常危险的，提醒大家一定要到正规医院就诊，由专业的医生来判断是否需要破伤风的预防治疗。

4. 伤口不是包得越严实越好

伤口包扎过紧可致局部血液循环变差，同时伤口接触氧气机会减少，伤口愈合时间延长。

5. 深色食物不会影响伤口

深色食物会导致伤口发黑是完全没有科学依据的，伤口的愈合进度与食物的颜色没有多大关系，但不宜吃过于油腻和辛辣的食物，还要避免伤口暴晒。

6. 选择合适的消毒药水

家中应常备一些伤口消毒药水，如碘伏、碘酒、酒精等。碘伏相对安全，刺激性小，涂擦伤口时几乎无痛，可直接涂擦，用于皮肤的消毒治疗，也可用于黏膜伤口治疗。

碘酒中含有酒精，一般用于完整皮肤，不宜用于伤口破皮及口腔黏膜的消毒。碘伏和碘酒均不能与红药水同时使用，否则会产生剧毒的碘化汞。酒精对伤口的刺激性较大，在黏膜和大面积创口处应谨慎使用。红药水是含有汞的有机化合物，紫药水是甲紫溶液，这两种药水毒副作用大，且抑菌作用弱，还会影响医护人员对伤口的判断，不推荐使用。

提醒大家，蘸取消毒药水的棉签涂抹伤口后应丢弃，不得重复蘸取消毒药水，以免造成瓶中药水污染。

7. 尽量保持伤口干燥

因水中的细菌较多易引发感染，如果身上伤口未愈，最好不要频繁碰水，更不要泡澡或者游泳。

柏素萍提醒，小伤口处理不当会惹出“大麻烦”，受伤后第一时间正确处理，可为后续治疗赢得先机，治疗效果将更佳。如果伤口感染严重，难以自愈时，需及时前往医院进行专业治疗，避免感染加重。