

淺談

燒燙傷與其治療



文 整形外科
劉宗憲 醫師

健康衛教

高雄市立小港醫院關心您

燒燙傷是常見的意外傷害事件，舉凡皮膚或黏膜接觸到高溫或腐蝕性的物質都可能隨之而產生燒燙傷，日常生活中常見的包括：接觸到熱水、熱湯、高溫的鍋碗、排氣管、化學清潔劑、甚至日曬等都有可能造成。燒燙傷發生的當下，緊急的處置即是耳熟能詳的“沖、脫、泡、蓋、送”原則，初步簡單處理後即建議就近尋求專業醫療協助。

就醫後醫師會評估燒燙傷區域的深度以及受損害的皮膚體表面積，其中燒燙傷深度可分成一至三度。一度燒傷常見於過度日曬而產生，深度侷限於表皮層，通常在一至兩週痊癒，且不易留下疤痕；二度燒傷受損程度達部分真皮，傷口明顯疼痛及合併水泡產生，通常在二至四週痊癒，易留下疤痕；三度燒傷受損部分深達整層真皮，傷口呈皮革樣變性及感覺神經遲鈍，傷口不會自然痊癒，需後續的手術清創及重建。

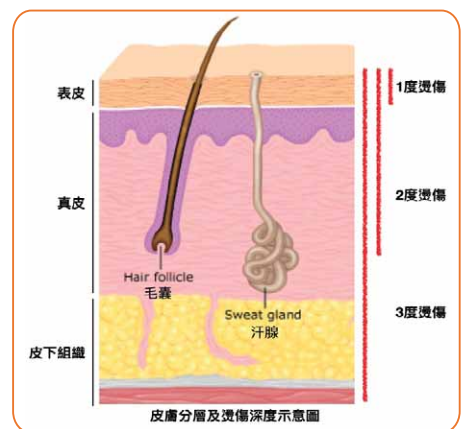
燒燙傷傷口的照護，除了燙傷藥膏及人工皮外，隨著醫療的進步，現在已多了很多更有利於傷口癒合的敷

料如：藻膠敷料、泡綿敷料、富含銀離子敷料、生長因子噴劑、膠原蛋白敷料、人工真皮、乃至傷口局部注射自體高濃度血小板生長因子等。適當的敷料選擇，提供了更適宜傷口生長的環境，除了加速傷口癒合，進一步也預防了後續疤痕的增生及攣縮；反之，若未即時給予正確的深度評估及適當的傷口處置，燒燙傷的損害深度可能會因為續發的發炎或感染而惡化，嚴重者甚至造成皮膚壞死、敗血症、甚至休克等。

整形外科專科醫師經過嚴謹的燒燙傷照護訓練，熟稔傷口深度的評估、敷料的選擇、清創介入的時機、後續的重建手術、以及長期疤痕的改善。尤其是二度燒燙傷的照護上，若敷料選用得宜，除了加速傷口癒合、減少換藥的疼痛與恐懼、減輕疤痕的過度增生，甚至也可以免去手術清創及後續的補皮，故若有傷燙傷相關的問題，歡迎至整形外科門診尋求專業的諮詢及治療的建議。

燒燙傷口，一定要儘快以下列五個步驟來處理。

圖片來源：衛福部健保署



門診時間	一	二	三	四	五	六
08:30~12:00		●				
13:30~17:00				●		
18:00~20:30						

(本表僅供參考，若有異動，請依醫院診間公告為主)

新生兒需要運動嗎？

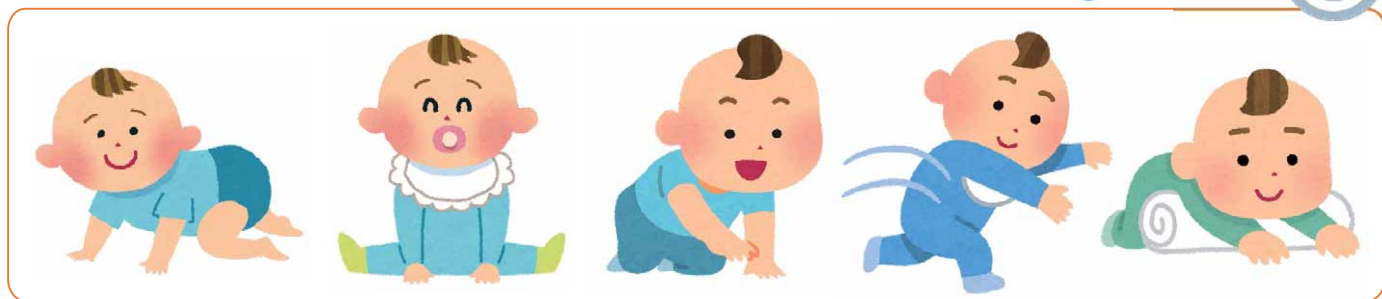
文 小兒科
鐘浩璋 醫師

台灣兒科醫學會從2011年開始，就根據嬰幼兒睡眠安全以及參考美國兒科醫學會，指引提出一歲以下嬰兒每次睡眠都應該仰睡的建議。在推廣多年，家長也開始瞭解到此議題的重要性。但是您知道仰睡很重要，俯臥時間也很重要嗎？俯臥時間英文為Tummy time，美國兒科醫學會在1992年開始推廣仰睡後，發現頭型異常問題以及大動作發展問題有明顯的上升趨勢，也因此建議家長在嬰幼兒出生後，非睡眠時間即可開始與寶寶一起參與俯臥時間的活動，WHO全球五歲以下的活動睡眠指引也已經把此列為建議項目。

簡單來說您可以把俯臥時間，視為嬰兒在四個月大會翻身前的官方建議清醒時運動練習項目。家長首先可以選擇一個平坦穩固的平面，太硬的平面會有頭部撞傷的風險，太軟的沙發或床會讓寶寶施力困難。讓寶寶呈現腹部俯臥的姿勢，並且在寶寶的頭部前方，透過輕柔的言語或者色彩鮮艷的玩具，給予刺激鼓勵他抬起頭。您可以把這當作除了親子共讀之外，他每天與您互動的遊戲之一。俯臥時間建議一天30分鐘，可以每次3到10分鐘的小間隔，分散在24小時內並不需要一次做完。



根據研究顯示，俯臥時間除了在促進寶寶大動作（爬、翻身、抬頭）的時間與品質提升，也可以降低頭部型狀問題。發展雖然本來就是一個變動的軌跡，但好的粗動作發展對於家長、醫師在評估嬰幼兒是否需要介入幫忙是很重要的，好的俯臥時間練習可以提供寶寶良好的動作練習，打好基礎也可以帶來促進身體健康與親子互動的契機。您的寶寶今天Tummy time了嗎？



門診時間	一	二	三	四	五	六
08:30~12:00	●		●			
13:30~17:00						
18:00~20:30			●			

(本表僅供參考，若有異動，請依醫院診間公告為主)

因接觸薰香煙 而導致認知障礙的風險



文 神經內科
謝升文 醫師

隨著世界人口的快速老齡化和壽命的延長，失智症已成為一個世界性的問題，導致認知能力下降和日常活動受到干擾。對失智症進行一級預防已成為一項公共衛生挑戰。除了各種經過充分研究的可改變的風險因素外，還有幾個因素是提出與認知能力下降和失智症有關，包括健康行為、合併症、當前的環境和空氣污染。證據指出空氣污染暴露與認知能力下降、大腦影像學變化和失智症有相關。此外，空氣中的顆粒物（PM2.5、PM2.5-10 或 PM10）、臭氧、氮氧化物、二氧化氮、與交通相關的空氣污染暴露（包括黑碳、靠近道路或與交通相關的顆粒物）或空氣污染指數（結合二氧化硫、二氧化氮、PM10、一氧化碳和臭氧），被用於與對認知功能的影響。薰香是一種芳香的生物材料，燃燒時會釋放出芬芳的煙霧。它因各種原因在不同的文化中使用，例如宗教因素、審美因素、芳香療法、冥想、除臭劑或驅蟲劑。燒香時釋放到空氣中的污染物包括一氧化碳、二氧化氮、顆粒物、二氧化硫、二氧化碳、多環芳烴、碳、揮發性有機化合物和醛。焚香會產生環境毒物，影響健康。薰香與心血管死亡率、致癌性和呼吸系統疾病的風險增加有關。但只有有限的證據表明焚香對認知功能有直接影響。薰香對認知的影響尚不確定。在此，我們進行了一項以社區為基礎的研究，以調查台灣薰香對認知功能的風險。

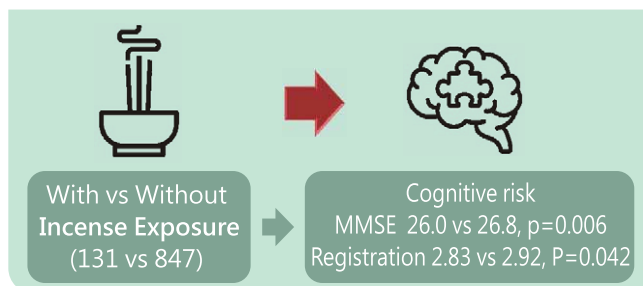
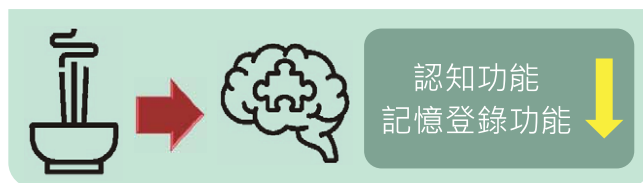
我們研究的數據來自台灣生物資料庫，其中包含隨機選擇的 5,000 名社區隊列參與者。我們排除了癌症、神經退化性疾病的個案，我們的研究基於 978 名接受簡短智能測驗(Mini-Mental State Examination; MMSE) 評估參與者的認知功能，其中有 131 位個案有薰香接觸受和 847 位個位沒有薰香接觸。我們分析了個案的生活方式、健康相關行為和既往用藥史來探討薰香對認知功能的影響。

我們的研究表明，在台灣以社區為基礎的研究中，接觸或不接觸薰香的個案的認知功能正常（簡短智能測驗MMSE ≥ 24 ）。但簡短智能測驗的認知功能和記憶登錄功能在接觸薰香的個案比沒有接觸薰香的個案有少量下降 (26.0 vs 26.8, $p=0.006$)。

防治策略

薰香是一種可改變的環境風險因素，出入有薰香的場所如果加強戴口罩的動作或注意在戶外通風的地方焚香以減少暴露，以減少對於認知功能的影響。

本篇文章刊登於SCIE期刊 International Journal of Environmental Health Research IF: 3.41, Rank: 67/203, 32.7% SCIE)



門診時間	一	二	三	四	五	六
08:30~12:00		●				
13:30~17:00	●		●			
18:00~20:30				●		

(本表僅供參考，若有異動，請依醫院診間公告為主)