



高雄市立小港醫院（委託財團法人高雄醫學大學經營）

燒燙傷照顧

一般燒燙傷患者出院後傷口需要細心的照顧，若新生組織及疤痕照顧不周，容易引起諸多後遺症和生活上的困擾。從傷口癒合到組織完全穩定，平均時間需要長達一至二年左右。在這段期間內除了耐心、細心及恆心的照顧，還要達到以下各方面的配合，才能避免各種後遺症的發生，或使後遺症的傷害減少到最低程度。

一、新生組織的照顧

- (一) 減少刺激：每日至少淋浴一次，水溫不宜大於 40°C，否則容易使皮膚發癢，也易受傷。建議使用低刺激性的沐浴乳或中性肥皂清洗，如象牙肥皂。
- (二) 保持乾燥：清洗後以乾淨、柔軟且吸水性佳的毛巾吸乾，保持患部皮膚清潔乾燥。
- (三) 維持滋潤：癒合傷口的皮膚宜塗抹潤膚劑（例如嬰兒油、綿羊油或其他溫和不刺激的潤膚劑），以保持皮膚的潤滑，但要注意潤膚劑不可直接塗抹在尚未癒合的傷口上。塗抹份量不要太多，以避免太乾燥為原則。每日塗抹 3~5 次，可以促進皮膚血液循環及皮膚韌性，減少破皮。
- (四) 減少再次傷害：新生傷口應避免衣物過度摩擦或接觸高溫，以防產生水泡而影響傷口癒合。建議平日衣著應選擇較為寬鬆的棉織品或容易吸汗的布料。

二、疤痕按摩

- (一) 按摩時機：通常在皮膚傷口痊癒後即可執行。深度燒傷的皮膚容易形成疤痕的增生和萎縮，局部按摩可以使疤痕組織較為柔軟及平坦。
- (二) 按摩方式及次數：用手掌根部或大拇指壓在皮膚，以定點按摩方式一天至少 4 次，每次約一分鐘，避免摩擦方式，以免皮膚表皮受傷而再次形成傷口。

三、彈性衣穿著注意事項

- (一) 穿戴時間：
 1. 每天穿彈性衣應為 24 小時持續穿著，除了在洗澡或皮膚滋潤時才可除去。因彈性衣會影響兒童骨骼及軟組織的發展，因此建議兒童穿戴時間一天不可超過 12 小時，

其餘時間可藉由其他壓力治療取代，如矽膠片的黏貼。

2. 每次彈性衣脫掉時間不可超過 30~60 分鐘。
- (二) 滋潤皮膚：穿彈性衣時，每日以乳液塗抹皮膚約 3~5 次，以保持皮膚滋潤。
- (三) 避免過度摩擦：穿彈性衣初期有水泡形成是正常現象，但仍需避免激烈運動，以防關節處皮膚摩擦破皮。
- (四) 彈性衣維護：彈性衣應訂製兩套，每日清洗且要自然陰乾。建議大人每 2 個月，小孩每 6 週測一次彈性衣的彈性，以確保其彈性之適當性。

四、注意事項

- (一) 發癢處理措施：
 1. 降溫及保濕：發癢時可用溫水或冷水清洗，使之感覺比較涼爽，清潔後局部用潤膚劑擦拭，防止患者因乾燥發癢而抓破皮膚。
 2. 轉移注意力：對於孩童可適時轉移其注意力，如玩耍、遊戲或其他簡單的工作，來協助小孩忘記皮膚發癢的感覺。
- (二) 盡量避免陽光直接照射：為預防皮膚色澤加深，建議一年內應避免陽光直接曝曬；出門時應使用遮陽帽、陽傘或穿長袖衣褲。
- (三) 水泡潰瘍處理：如有出現水泡時，不可弄破，水泡處若有紅、腫、熱、痛、化膿時，應立即返院讓醫師處理，以避免發生潰瘍。

若您返家後有任何疑問，歡迎洽詢總機電話 (07) 8036783 轉 3552、3553(5N 病房)、3608、3609(6N 病房) 或 3808、3809(8N 病房)

小港醫院外科病房關心您