

傷口周圍的皮膚保濕真的很重要

顏毓秀

現職

汐止國泰綜合醫院 整形外科暨醫美中心主任

經歷

台大解剖學暨細胞生物學研究所博士

日本大阪大學形成外科 研究員

日本醫科大學形成外科 研究員

台灣整形外科醫學會會員

台灣美容外科醫學會會員



看診時有許多因慢性傷口難癒合來就醫的病患，在傳統照護傷口的觀念下，因為擔心感染，所以很努力地維持傷口周遭的皮膚乾燥，結果反而造成傷口旁的皮膚太過乾燥，也因此癢得不得了，一不小心搔抓後又產生新的傷口，這樣反覆的乾癢與搔抓，讓原本的傷口都還沒癒合，周圍倒是多了很多抓傷傷口。

其實皮膚太乾燥不但容易發癢難耐，忍不住搔抓後又造成傷口，身體就會出現發炎反應，那麼傷口就更不容易癒合了，因此傷口旁的皮膚保濕是很重要的，我們可以在傷口周圍皮膚塗抹一些滋潤度較高的潤膚乳，若是皮膚有快要乾裂受傷的情形也可使用，除了擦護膚乳之外也可利用冰敷、沖洗冷水來降低搔癢的不適，或者是以輕拍的方法取代搔抓，比較不易受傷。

萬一已經有抓傷傷口時，又希望保持傷口皮膚旁的清潔，可以使用居家用的消毒液，例如依必朗或沙威隆等，稀釋後浸泡並做清潔，注意水溫不能太燙，清潔完擦乾後再塗上潤膚乳，如此可以維持皮膚乾淨，減少因乾燥摩擦造成的新傷口。

另外時常有人會提到，傷口快要癒合時會有癢癢的感覺，在此也要提醒大家，傷口癢不一定代表復原快！需要分辨一下，以排除感染或接觸性皮膚炎的可能性；一旦發現傷口更為腫痛，或者發紅，有異味，一定要儘速找醫師求診，以免延誤治療！