

校園常見創傷處理



衛生保健組

校園緊急傷病定義

□ 包含創傷或非創傷所引發的身體傷害。

□ **創傷**：當身體**受到外力損傷**，造成皮膚、黏膜、組織或器官等不同程度的傷害

創傷的原因

閉鎖性的創傷

- 挫傷
- 拉、扭傷
- 脫臼
- 內傷
- 閉鎖性骨折

開放性的創傷

- 擦傷
- 切割傷
- 撕裂傷
- 斷裂傷
- 刺傷
- 穿透傷
- 開放性骨折

挫傷

鈍物撞擊造成微血管破裂、傷口皮膚完整，受傷處呈現瘀血或潛藏性的出血（嚴重時可導致骨折或內臟破裂，引起內出血）。



扭傷、拉傷

扭傷與拉傷分別是指關節韌帶與肌肉（或肌腱）的損傷甚或斷裂



- 發生後儘快有正確的處置，可以有效減少傷害擴大的程度、也能多少縮短癒合的時間。
- 這些簡單的處置主要包括：**PRICE**
- 保護固定(Protection)
- 休息 (Rest)
- 冰敷 (Ice)
- 壓迫 (Compression)
- 抬高患肢 (Elevation)

保護固定(Protection)

目的：保護受傷組織，避免再次傷害



注意：

太鬆太緊都可能會造成二度的傷害。每天應取下2至3次，作緩和之關節活動與等長肌力運動，以避免關節僵硬及肌肉萎縮之後遺症。

休息 (Rest)

- 大部分運動傷害的治療中，限制患部運動，休息都是首要而必須的一環
- 一個簡單的護肘、護膝甚至「土法煉鋼」用繃帶纏一纏，往往會有意想不到的良效。



冰敷 (Ice)

冰敷的目的：

□ 止血、減少腫脹、止痛、放鬆肌肉

◆ **注意：**

受傷後應立即開始，每次以15至20分鐘為限，
間隔1至2小時，持續1至2天。



壓迫 (Compression)

- 目的：控制出血
- 以彈性繃帶或彈性護套
- 固定原則
 1. 由遠端往近端包紮
 2. 繃帶壓力要平均，不可產生縐折，鬆緊要適中
 3. 肢體遠端要露出以觀察血液循環

抬高 (Elevation)

- 目的:增進血液回流減少腫脹
- 受傷後**24小時內**應儘可能將受傷肢體抬高，應高於心臟位置
- 合併冰敷、壓迫與抬高，效果更佳
- 抬高肢體時如能同時做等長肌力運動，促進血液及淋巴液回流效果更佳



提醒：

扭傷、拉傷處理

**受傷過後切勿隨意推拿
不當按摩會使傷勢惡化
造成二次傷害**

練習





燒燙傷

燒燙傷分級

燙傷深度↵	受傷範圍↵	傷口外觀↵	感覺↵	癒合時間與情形↵
一度↵	表皮↵	紅、腫↵	劇痛敏 感↵	3~5天 無疤痕↵
淺二度↵	表皮及真皮乳頭層↵	紅、水泡↵	痛敏感↵	14天以內 輕微疤痕或無
深二度↵	真皮深層↵	淺紅或白大水泡↵	稍痛不 敏感↵	21天以上 有疤痕↵
三度↵	含表皮及真皮之全 層皮膚↵	死白色或焦黑、乾硬 如皮革↵	消失↵	需以植皮癒合傷口，有功 能障礙↵

燒燙傷處理

- 沖：流速適中的水龍頭下沖冷水
- 脫：移除衣物(戒指、項鍊、皮帶)
- 泡：用冷水 15-30分鐘 有傷口改N/S
- 蓋：覆蓋乾淨的濕衣物或毛巾
- 送：趕快送醫

如狀況嚴重，先呼喊人叫119

至少先做 沖、脫、蓋 三項

擦傷

- 皮膚與粗糙物體相磨擦而造成，如：跌跤
- 出血量不多，傷口上常留有污物、砂粒，易感染。

***注意：需徹底清潔傷口**

◇如何處理？

清洗傷口→消毒→包紮固定

清洗傷口

- 以生理食鹽水或冷開水清洗
- 將肉眼看得見的異物沖掉，例如砂石、灰塵等。
- 傷口清潔徹底與否是造成日後感染的重要關鍵，尤其是騎車摔傷的傷口，一定要仔細清潔並清除傷口上的污垢，以免感染細菌，引發更多問題。



消毒

棉棒沾優碘，以傷口為中心，由內往外螺旋方式消毒，勿來回反覆擦拭。若為縫合傷口，則以直線方式（不回擦）消毒傷口。

★消毒步驟：

生理食鹽水（30秒）→優碘（30秒）→生理食鹽水（30秒）



包紮固定

1. 上藥後，選取適當敷料，完整地覆蓋傷口
2. 包紮法



處理傷口提醒

- 傷口常見血、分泌物
- 救護人員於碰觸傷患時，應先戴上**手套與口罩**，以自我保護。
- 處理前後洗手



傷口感染

□ 感染症狀

局部-紅、腫、熱、痛、化膿

全身-發燒、淋巴結腫大

應立即送醫

□ 預防破傷風預防休克

□ 預防感染

□ 送醫治療



傷口處理練習

1. 清洗
2. 消毒
3. (上藥-油性藥膏)
4. 紗布覆蓋
5. 固定

蜜蜂叮咬處理

- 大多數蜂螫傷只會產生局部反應，少數會出現嚴重中毒及過敏反應
- 蜂螫所產生的反應依蜂毒及個人對蜂毒的過敏程度不同而異。

蜂螫處理

- 冷敷傷口不但可紓解疼痛，還能止痛
- 因蜜蜂毒液是酸性的，將阿摩尼亞，即氨水塗在傷口上可迅速止痛（不要使用尿液，避免細菌感染）
- 一發生過敏反應要迅速救醫。

蜜蜂螫傷急救處理

- 用針或刀片將蜂針挑出
- 勿用手指擠壓患處
- 用肥皂水洗患部
- 冰敷患部，以減少疼痛，降低毒液吸收速度
- 塗抹抗組織胺或副腎皮質荷爾蒙軟膏

蜜蜂螫傷急救處理

- 若患者對！螫咬產生明顯的過敏反應（如呼吸困難噁心 嘔吐暈眩神智不清），則另須在螫咬處上兩寸處綁上手巾，以防止靜脈回流。
- 迅速就醫。

學會了…生命更精采





謝謝大家聆聽