

## 小兒常見外傷的護理方式

一個風和日麗的假日，11 歲大的小宣與爸媽、妹妹及友人全家到內灣遊玩，這時有人提議「不然我們來騎腳踏車吧」，小宣比妹妹騎得更加穩健，所以媽媽騎在前頭顧著妹妹，小宣沒穿戴任何護具，不一會兒就聽到「碰」一聲，小宣從斜坡摔倒，頭部撞擊，臉、手多處擦傷。另案，外公外婆一再囑咐 6 歲小豪「浴室地板濕，你一定要穿拖鞋進去喔！」這一天，小豪依然不聽話，結果「碰」一聲巨響，下巴撞傷，送醫縫合。

### 兒童意外如何防範

生活中很多時候不經意或是知道而不去防範，意外就可能發生，尤其學齡兒童因為體力旺盛，蹦蹦跳跳，更是容易因為遊戲中跑、跳，跌傷而造成身上多處擦傷。如何避免意外發生？我們總是叮嚀孩子，這不能做，那不能做，來預防意外發生，然而孩子總是覺得「這會怎麼樣？？媽媽真的很囉嗦！！」越是教他別做的事，他就越愛碰。然而，我們可以做什麼來避免意外發生？首先，我們必須讓孩子清楚知道意外是如何發生的、它的嚴重性及可能造成的後果。再來，當意外發生時可以怎麼處理，居家上也應做好必要的預防措施，如居家地面濕滑時應立即處理、浴室地板舖上

防滑墊、物品用完隨時歸位及歸類放置，以避免物品隨意擺放造成跌傷或刺傷。

### 意外發生時該怎麼處理

跌傷、燙傷、割傷、擦傷是常見的兒童外傷，通常父母看到小孩跌傷，會驚慌失措，但一定要設法告訴自己「要冷靜！」接下來我們才能冷靜處理事情。針對外傷，我們可以怎麼做？

#### 跌傷：

孩子可能因為跌倒造成頭部外傷，頭部出現鼓起的腫塊，記得這時千萬「勿揉」，可以用冰敷方式，15~20 分鐘/次，可減少腫痛，也應注意腫塊是否持續擴大。受傷後 24 小時內應注意及孩子的意識狀況是否有改變，若出現噴射性嘔吐、頭痛、肌力改變、抽搐等，應立即就醫。

#### 燙傷

「沖、脫、泡、蓋、送」，是處理的重要口訣。「沖」：持續用冷水沖洗燙傷部位 20~30 分鐘以上以達到降溫效果，降低熱對組織之傷害。「脫」：持續沖洗後，小心脫去或剪掉燙傷部位所覆蓋的衣物，脫除的過程中應注意避免弄破水泡，若脫不下來就不用勉強。「泡」：脫去衣物後接著持續泡冷水 15~30 分鐘內即可，不宜泡太久以免組織腫脹。「蓋」：皮膚上覆蓋乾淨的物品，如

紗布、毛巾。「送」：送醫治療。特別注意的是，燙傷部位勿任意塗抹牙膏、醬油、草藥，以免增加感染之風險性。

## 割傷、擦傷

割傷、擦傷傷口該如何護理？傷口的面積大小及深度，處理方式不一樣，若傷口大且深，無法有效的止血，建議立即就醫。如何止血？以消毒紗布或清潔的布塊覆蓋於傷口上，並在大拇指加壓 5~10 分鐘，等出血停止後再包紮。若是淺層傷口，又該如何護理呢？正常傷口癒合過程包括發炎期、增生期、重塑期，傷口修復過程中，除了要有足夠營養外，如何照護傷口及觀察傷口變化也是相當重要的。

傷口處理的步驟如下：

1. 傷口清潔：傷口清潔相當重要，一般淺層傷口可以用生理食鹽水清洗傷口，傳統觀念認為傷口需要以水溶性優碘消毒，然而「碘」會對於新生之上皮細胞組織造成傷害及破壞而影響癒合過程，研究指出只使用生理食鹽水換藥並不會因此增加感染率，因此傷口清潔為照護的根本，可是如果傷口面積較大較深不易清潔，或傷口出現紅、腫、熱、痛、有異常分泌物，就必須就醫治療。
2. 傷口覆蓋：傷口清潔後使用紗布覆蓋即可。何時該換藥？當傷

口包紮處若不小心弄溼或弄髒需立即換藥，否則固定每 3 天換一次藥即可。

3. 傷口換藥時，需要準備的物品：（用物可至藥局或醫療器材店購買）

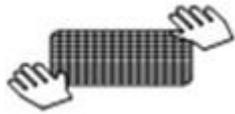
- 。 無菌棉花棒
- 。 無菌生理食鹽水 。
- 。 無菌紗布或棉墊（傷口滲液較多時） 。
- 。 寬紙膠或細紙膠

4. 換藥步驟：

- 。 肥皂洗手
- 。 取下舊敷料，若黏很緊可用無菌生理食鹽水溼潤後移除敷料並洗手。
- 。 觀察傷口有無紅、腫、熱、痛、分泌物顏色、氣味及量。
- 。 用生理食鹽水，以傷口為中心由內向外螺旋方式消毒。



- 。 取無菌紗布覆蓋傷口，並以紙膠固定（若生理食鹽水未乾，可使用乾棉棒擦拭傷口）。\*\*記得勿觸碰紗布中央、勿向傷口處吹氣及搨風\*\*



- 。貼上膠布。
- 。肥皂洗手。

## 結論

「預防勝於治療」讓孩子清楚意外預防方法及其嚴重性，能增加孩子對事情之警覺性，家長也應注意居家環境之安全。若意外發生，家長應注意孩子的反應及傷口照護，若出現意識改變、傷口感染等應就醫治療。

護理部護理長 劉又瑛