



# 换药总犯愁？ 教你轻松搞定伤口护理

◎成都市新都区第三人民医院 贾丽霞

伤口护理常常让患者与家属感到焦虑，尤其是涉及造口护理时，面对渗液、异味、感染风险等问题，更容易手足无措。科学的换药流程不仅能加速创面愈合，还能有效降低并发症的发生率。本文将从基础认知、护理技巧到注意事项，逐步教你轻松掌握造口护理的方法。

## 基础认知

伤口愈合分为炎症期、增生期与成熟期，不同阶段需选择合适的敷料和护理方式。炎症期要注重无菌和消炎，防止细菌繁殖导致感染；增生期需保持湿润环境，以利于肉芽组织和新生血管生长；成熟期则重在预防瘢痕形成，避免组织过度增生。

造口伤口常伴随持续渗出物，局部皮肤易受刺激，护理重点在于保护造口周围皮肤屏障，防止发生造口周围皮肤炎。同时，造口排泄物含有消化酶或尿液成分，对皮肤有较强腐蚀性，因此应定期观察造口口径和周围皮肤情况，及时调整护理方案。

护理的终极目标是促进创面愈合、提升患者生活质量，减少因护理不当引起的继发感染或皮肤溃烂。护理措施应关注局部环境控制、敷料贴合度、皮肤屏障保护及患者自我管理能力和训练，使护理更系统化和个体化，满足长期需求。

## 操作与技巧

1. 清洁与消毒。换药前应严格遵循无菌操作，用生理盐水轻柔清洁创面，避免使用刺激性过强的碘伏或酒精，防止损伤新生肉芽组

织。清洁时应由造口边缘向外环形擦拭，避免来回摩擦，必要时可使用一次性无纺布。对于分泌物较多的情况，可采用负压吸引或湿敷方式，帮助减少渗液堆积并维持创面清洁度。

2. 敷料选择。造口伤口宜选用吸收性强、透气性好的水胶体敷料或泡沫敷料，既能保持湿润环境，又能减少渗液外溢。针对高渗液创面，可选择含有藻酸盐敷料，以增强吸收能力；若造口周围皮肤脆弱，可加用保护膜喷雾或皮肤屏障膏，减少敷料剥离时的二次损伤。

3. 固定与更换。敷料固定应避免过度拉扯皮肤，换药频率需根据渗液量调整。渗液多时应每日更换，若渗液少则可适当延长。固定时可选用柔软、透气性好的医用胶布或造口底盘，避免因紧贴造成皮肤缺氧。更换敷料时应轻柔揭除，从边缘慢慢揭起，配合温水或卸胶液，减少皮肤屏障受损。

## 注意事项与并发症防护

1. 感染预防。警惕红肿、渗液恶臭或脓性分泌物等感染征象，必要时应进行创面分泌物培养并遵医嘱使用抗菌药物。日常护理中需定期观察造口边缘颜色与分泌物性

状，若出现体温升高或疼痛加重，应及时就诊。清洁用品应做到一次一用，避免交叉感染，并保持造口周围皮肤干燥与清洁。

2. 皮肤保护。可在造口周围使用保护膜喷雾形成屏障，降低排泄物对皮肤的腐蚀。对于经常渗液或有皮肤瘙痒、红斑情况的患者，可同时使用皮肤屏障膏或粉剂增强防护。底盘敷料选择时应保证切口大小合适，避免过大或过紧造成摩擦损伤。长期护理中需定期评估皮肤状态，及时更换防护材料。

3. 心理护理。造口患者常伴随自卑或焦虑，护理过程中应给予心理疏导与健康教育，让患者掌握自我护理技巧，增强依从性。护理人员可通过演示教学，帮助患者逐步建立操作信心，减少依赖心理。同时可引导患者加入造口患者互助小组，获取同伴支持。家庭成员也应参与学习，共同提供积极的心理支持环境。

伤口造口护理看似复杂，其实只要掌握科学方法就能从容应对。规范的清洁、合理的敷料选择、适时的更换，以及周全的感染与皮肤保护措施，能显著提高护理效果。对患者而言，正确的护理不仅是创面愈合的保障，更是回归正常生活的关键。😊