

擦伤、割伤、烧伤…… 不同伤口如何处理

◎内江市中医医院 阮 丽

日常生活中，我们难免会遇到各种小意外，比如擦破皮、切菜割伤手指，甚至不小心被烫伤。面对不同的伤口，如果处理不当，不仅可能延长愈合时间，还可能引发感染甚至留下疤痕。那么，针对擦伤、割伤、烧伤等常见伤口，应该如何科学处理呢？

擦伤

擦伤是皮肤表层受到摩擦或刮蹭导致的损伤，常见于摔倒、运动碰撞等情况。虽然伤口较浅，但容易沾染灰尘、砂砾，若处理不当可能引发感染。

正确处理方法：（1）冲洗伤口，用流动的清水（如生理盐水）冲洗伤口，冲走泥沙、碎屑等污染物，避免感染；（2）轻柔消毒，使用碘伏（聚维酮碘）或苯扎氯铵消毒，避免使用红药水、紫药水；（3）保持湿润，涂抹凡士林或抗菌药膏，可用敷料覆盖，能加速愈合并降低留疤风险，期间避免沾水；（4）每日更换敷料，伤口结痂后减少覆盖并保持干燥。

注意事项：不要用纸巾或脏布按压，以免纤维残留于伤口处；避免撕掉结痂，否则可能留疤或二次感染；若伤口污染严重，擦伤在面部或关节等敏感部位，伤者有糖尿病或免疫性疾病等基础疾病，伤口红肿、流脓或发热需就医。

割伤

割伤通常由刀具、玻璃等锐物造成，伤口较深，可能伴随出血。根据深度不同，处理方式也有所区别。

浅表割伤（未伤及脂肪层）：

（1）压迫止血，用干净的纱布或毛巾按压伤口5~10分钟，通常小伤口可自行止血；（2）清洗消毒，止血

后用生理盐水或清水冲洗，再用碘伏（聚维酮碘）消毒；（3）包扎保护，涂抹抗生素软膏后，用创可贴或无菌纱布包扎，避免碰水。

深割伤（出血量大、伤口较深）：（1）紧急止血，抬高受伤部位，用干净纱布持续按压，若出血不止，可在近心端用止血带（注意每隔15分钟松开1分钟，避免组织坏死）；（2）尽快就医，若伤口深达脂肪层、肌肉，或伴随血管破裂、神经损伤，需立即去医院处理，并注射破伤风疫苗（尤其是被生锈金属割伤时）。

注意事项：不要用面粉、牙膏等止血，可能引发感染；伤口愈合期避免沾水，洗澡时可使用防水创可贴；若伤口出现跳动性疼痛、红肿化脓，可能是感染，需就医。

烧伤

烧伤分为一度（表皮层）、二度（真皮层）、三度（全层皮肤及更深），不同严重程度的处理方法截然不同。

一度烧伤（皮肤发红、疼痛、无水疱）：常见于阳光晒伤或短暂接触热力伤。立即用流动冷水冲淋15~20分钟，降低皮肤温度；涂抹芦荟胶/烧伤膏，缓解疼痛和炎症；避免戳破水疱（若有），以防感染。

二度烧伤（红肿、水疱、剧痛、深二度水疱可能破裂、基底苍白或红白相间、感觉迟钝）：常见于沸水

烫伤或油溅伤。冷水冲洗后用无菌纱布覆盖，避免摩擦水疱，及时就医，不要自行挑破水疱。

三度烧伤（皮肤焦黑/蜡白、皮革样，无痛感）：常见于火灾、电击等严重事故。立即拨打急救电话，不可自行涂抹药膏或冲水；用干净纱布或无菌敷料覆盖伤口，避免污染；不要撕扯粘连的衣物，以免加重损伤。

常见错误处理：涂牙膏、酱油、猪油，可能刺激伤口，增加感染风险；冰敷或冰块直接接触伤口，可能导致冻伤；强行脱掉粘连的衣物（正确方法是剪开周围布料，保留粘住的部分）。

特殊伤口护理

（1）动物咬伤（如猫狗抓咬）：立即用肥皂水冲洗15分钟，减少狂犬病毒风险；尽快就医，评估是否需要接种狂犬病疫苗。

（2）铁钉或深刺伤：即使伤口小也可能带入破伤风杆菌，需及时注射疫苗。

（3）化学灼伤（如酸、碱溅伤）：立即用大量清水冲洗15分钟以上，并就医。

伤口愈合期护理

（1）保持伤口清洁干燥，避免频繁揭开敷料。

（2）均衡饮食：补充蛋白质、维生素C促进修复。

（3）观察异常信号：如持续红肿、发热、脓液渗出，预示感染，需就医。

总之，不同伤口需采取针对性措施：擦伤，清洁+透气，避免感染；割伤，止血+消毒，深伤口要缝合；烧伤，冷疗+保护，拒绝偏方。记住，小伤口也不能大意，正确处理才能好得快、不留疤！如果伤势严重或不确定如何处理，务必及时寻求专业医疗帮助。😊