

護理下肢傷口和蜂窩組織炎



即使在最無微不至的護理下，某些併發症也難以避免，尤其是當病患患有糖尿病或其他可能延緩治癒的疾病時。本視訊展示了如何針對最常見的併發症之一，即因小血管滲液聚積造成的腫脹（水腫）進行護理。

盡可能保持雙腿抬高十分重要。穿好壓力襪和包好紗布卷也是防止腫脹進一步惡化的好辦法。

用品

- > 清洗傷口的矽膠噴霧（您也可以使用溫水和溫和肥皂進行清潔）
- > 紗布條（1/4 英吋的紗布以包紮較深的傷口）
- > 4X4 英吋的紗布片以覆蓋傷口
- > 固定敷料的膠布或矽膠敷料
 - 推薦使用不黏皮膚的矽膠敷料，方便移除
- > 一次性手套
- > 用於支撐病患足部和腿部並保持其表面清潔的毛巾
- > 安全棄置已使用物料的密封塑膠袋
 - 請勿將使用後的物料直接放入垃圾桶
- > 壓力襪和紗布卷
 - 最好備有兩套壓力襪和壓力短襪，方便替換清洗

費用

通常來說，各類保險，包括 Medicare，均不承保壓力襪和紗布卷。然而，根據您家人的具體病情，也可能存在承保的特殊情況。其他一次性用品通常不在保險範圍內，但為防萬一，建議仔細核對一遍。

治療步驟

1. 徹底清潔雙手
2. 戴上新的一次性手套
3. 如果有舊的敷料，小心地移除
4. 放入密封塑膠袋中準備棄置

5. 使用溫和肥皂水或鹽水噴霧清洗傷口後拍乾
6. 脫下一次性手套，放入密封塑膠袋中
7. 再次清潔雙手
8. 戴上新的一次性手套
9. 使用清潔的 4X4 紗布片
10. 使用膠布或矽膠敷料來固定敷料
11. 脫下一次性手套，放入密封塑膠袋中
12. 確保將所有已使用的物料放入密封塑膠袋中
13. 再次清潔雙手
14. 穿上壓力襪，向上拉起以保護腿部
15. 拉上壓力紗布卷，用尼龍帶系好
16. 穿上壓力短襪
 - 壓力襪應當緊致但舒適。您可能需要專業人士的協助以選擇合適的襪子。

感染跡象

在更換敷料時，留意是否有任何感染跡象。其中包括：

- > 發紅
- > 腫脹
- > 滲液發生變化
- > 發熱
- > 發冷
- > 疼痛加劇

如果出現此類情況且不止一項，立即聯絡醫護專業人士。

預防足部傷口復發

- > 儘早發現十分重要。除了每3到5天更換敷料時檢查病患足部以外，平常也要每天查看病患足部，檢查是否出現傷口。檢查是否有水皰或潰瘍，擦傷或割傷，或是否有乾燥皸裂的皮膚。除了檢查腳尖和腳後跟外，還要檢查腳趾之間的縫隙。
- > 每天使用溫和的肥皂和溫水為病患清洗足部。
- > 輕輕拍乾，尤其是腳趾之間可能出現感染的地方。
- > 為病患修剪趾甲，或安排足科醫生（足部治療醫生）代為修剪。
- > 確保病患隨時穿好鞋襪。經常檢查鞋子內部，確保沒有硌腳的硬物，去除其他可能引起受傷的異物。
- > 確保在一天中的某些時段抬高雙腳十分重要，但保持一定的活動量也必不可少。

其他資源

- > 美國國立衛生研究院和美國國家醫學圖書館名下網站 MedlinePlus 提供了大量關於選購、使用和護理[壓力襪](#)的有用資訊。
- > WebMD 的《[壓力襪：如何使用](#)》對如何穿戴壓力襪及其他使用提供了指導。
- > 有關退伍軍人和退伍軍人看護者的相關資源和支持，請瀏覽 www.caregiver.va.gov 或致電 1-855-260-3274 獲得更多資訊。

AARP 公共政策研究所

由 Carol Levine，聯合醫院基金會（United Hospital Fund）提供