



患者及照护者教育

# 皮肤手术缝合后的伤口护理

本信息介绍了如何在皮肤手术缝合后进行伤口的护理。

您已经接受了切除皮肤病变的手术。皮肤手术后的伤口护理对于预防感染和帮助减少愈合时的疼痛或不适非常重要。

## 伤口的居家护理

- 在手术后 \_\_\_\_\_ 小时内，请将绷带保留在伤口上。保持绷带干净干燥。
- \_\_\_\_\_ 小时后取下绷带。
- 如果您的医生或护士告诉您对伤口进行冷敷，您可以在清醒状态下每小时在伤口上放置一个冰袋，持续 \_\_\_\_\_ 分钟。请在术后前 24-48 小时（1-2 天）内进行冷敷。这将有助于减少出血、疼痛和肿胀。
- 如果您的伤口上有 Steri-Strips™（胶带），请勿将其取下。在手术后的第一周内，它们会自行缓慢脱落。
  - Steri-Strips 的边缘首先会开始卷曲。在这个过程中，您可以用剪刀修剪边缘。
  - 在 Steri-Strips 上看到干燥的血迹是一种正常现象。
  - 如果您的医生或护士告诉您在随访预约前将保留 Steri-Strips，则请勿将其取下。
- 您可以在手术后 \_\_\_\_\_ 小时淋浴。您的医疗保健提供者可能会要求您在下次访视前保持 Steri-Strips 的干燥。
  - 让淋浴水流轻轻流过您的伤口。
  - 用干净的纱布垫或干净的干洗澡巾拍干伤口。
  - 在伤口愈合之前，请勿洗盆浴、游泳或洗热水澡。

## 清洁伤口

请每天对伤口进行清洁。手术后持续 \_\_\_\_\_ 天/周进行伤口清洁，或持续到您的预约随

访。清洁伤口时，请遵循以下指导说明。

## 用品

您将需要以下用品来清洁伤口：

- 1 包棉签 (Q-tips®)
- 1 包非粘性纱布垫
- 纸胶带
- 创可贴 (Band-aid®) (切割成适合伤口大小的尺寸)
- \_\_\_\_\_ 溶液
- \_\_\_\_\_ 软膏
- 干净的纱布垫或干净的干洗澡巾

## 皮肤清洁的指导说明

1. 准备所需用品。
2. 用温水和肥皂清洗双手至少 20 秒或使用含酒精的洗手液进行清洁。
3. 使用 \_\_\_\_\_ 溶液清洁伤口。
4. 用干净的纱布垫或干净的干洗澡巾轻轻拍干伤口。请勿揉搓。
5. 使用棉签在伤口上涂抹 \_\_\_\_\_ 软膏。
6. 使用非粘性纱布或适合伤口大小的绷带 (Band-aid) 覆盖伤口。如果您使用非粘性纱布，请用纸胶带将其固定。
7. 完成以上操作后，用温水和肥皂清洗双手至少 20 秒或使用含酒精的洗手液进行清洁。

遵循这些指导说明，持续 \_\_\_\_\_ 天/周或直至伤口愈合。

补充说明：

---

---

---

# 术后疼痛管理

您可能会在术后出现疼痛或不适。为了缓解这些症状，您可以服用对乙酰氨基酚（泰诺®）或超强效对乙酰氨基酚（超强效泰诺®）。

- 请勿服用阿斯匹林或非甾体抗炎药 (NSAID)，如布洛芬 (Advil®) 或萘普生 (Aleve®)。这些药物使您的血液较难凝结，因此可能会增加出血的风险。
- 请遵循包装上的剂量说明。如果该剂量不能帮助您缓解疼痛，请致电您的医生办公室。
- 如果您对对乙酰氨基酚过敏或因医学疾病无法服用，请咨询您的医疗保健提供者您可以使用什么替代药物。
- 如果您正在参加一项癌症治疗临床试验，请向您的肿瘤医生咨询您可以服用哪些止痛药。
- 您还可以在伤口上放置冰袋，以减轻疼痛、肿胀和瘀伤。在您的伤口上放置冰袋，每小时 15-20 分钟，或按照您的医疗保健提供者的指示操作。

## 术后出血和瘀伤

- 手术后您可能会出现肿胀和瘀伤。通常会在 \_\_\_\_ 天后消失。
- 如果确实发生出血，请用干净的纱布垫用力按压伤口 \_\_\_\_ 分钟。冷敷也有助于减少出血。如果施加压力后出血未停止，请致电 \_\_\_\_\_（急救电话）。
  - 如果伤口位于您的颈部上方，请按压该部位，坐下并用枕头略微抬高头部。如果伤口位于您的手臂或腿部，请按压该部位，并将手臂或腿部抬高到胸部以上位置。

## 活动

- \_\_\_\_\_ 周内，请勿进行剧烈运动，如跑步或举重。
- 请咨询您的医生或护士您何时才能举起重量超过 5 磅（2.3 千克）的物体。根据您的情况，您可能在手术后立即就能这样做，或由于安全隐患，您可能需要等待一段时间。
- 在开始任何健身房活动之前，如跑步、慢跑或举重，请咨询您的医生或护士。

- 如果您是在颈部、面部、背部或头皮进行皮肤手术，在拆线之前，请勿反复弯腰。您的医生可能会告诉您等待 \_\_\_\_\_ 周。
- 在拆线并完全愈合之前，请勿将伤口置于水下（如游泳池、浴缸或热水浴缸）。

## 睡眠

- 如果您的皮肤手术部位在您的颈部以上，在手术后的前 \_\_\_\_\_ 天，睡觉时需要将床头抬高 45 度。您可以在头下垫 2 个枕头。
- 如果您的一侧手臂或腿接受了皮肤手术，请在睡眠时将相应身体部位抬高到心脏高度以上。您可以将手臂或腿部放在枕头上。
- 询问护士您是否需要在前 48 小时内避免躺在伤口上或对伤口施加压力。这样可有助于减少刺激和出血。

## 愈合过程

术后 1 年内，您的伤口部位可能会变色（粉红色或发红）。有些人皮肤变色的时间可能会更长。

伤口愈合后，请在该区域涂抹 SPF 至少为 30 的广谱防晒霜。这将有助于保护疤痕免受阳光照射。

## 缝线拆除

- 如果您使用了非可溶解缝线，您需要返回医生办公室进行拆线。请在 \_\_\_\_\_ 天/周内安排拆线预约。
- 如果使用的是可溶解缝线，它们将自行溶解。这可能需要 1 或 2 个月的时间。
  - 在缝线溶解之前，请对其情况进行持续检查。它们可能看起来像您的伤口上的一小块白色细线。如果缝线并未给您带来任何困扰，您可以让其完全自行溶解。如果缝线让您感觉不舒服，请致电您的医生办公室。

## 何时电话联系您的医疗保健提供者：

如果出现以下任何一种情况，请您联系您的医疗保健提供者：

- 发热 100.4°F (38 °C) 或更高

- 寒战（感觉发冷和发抖）
- 伤口或伤口周围区域出现以下任何症状：
  - 发红或肿胀加重
  - 疼痛或不适加重
  - 触摸时皮肤发硬、温暖或发热
  - 亮黄色或绿色引流液
  - 出血，且对该区域施加压力 30 分钟后出血并未停止
  - 恶臭（气味）
  - 伤口似乎已经裂开
  - 皮疹
  - 起泡
  - 引流液渗出绷带
  - 任何疑问或非预期问题

如果您有任何问题或顾虑，请与您的医疗团队的成员讨论。您可以在周一至周五上午 9:00 至 下午 5:00 致电\_\_\_\_\_与其取得联系。下午 5:00或在周末和节假日，请致电\_\_\_\_\_。如果没有给出联系电话，或者您不确定，请致电 212-639-2000。

有关更多资源，请访问 [www.mskcc.org/pe](http://www.mskcc.org/pe)，在我们的虚拟图书馆中进行搜索。

Caring for Your Wound After Your Skin Procedure With Sutures - Last updated on October 21, 2021

Memorial Sloan Kettering Cancer Center 拥有和保留所有权利