

常见外伤处理方法

日常生活中我们不时会有一些碰撞，导致出现外伤。小外伤可以自行处理，但也要方法得当，否则可能会继发感染。那么，遇到外伤如何处理呢？看看下面介绍的常见外伤处理方法吧。

一、常见外伤处理方法：

1、擦伤

擦伤是指摔倒擦破的伤口，仅仅是表皮受伤，所以伤势比较轻微，在家治疗就可以了。对于很浅、面积较小的伤口，可用碘油、酒精（红药水）涂抹伤口周围的皮肤，然后用干净消毒纱布包扎好。如果家里没有碘酒、酒精，可用干净的水清洗伤口，然后涂上抗菌软膏，再贴上创可贴。

如果擦伤面积太大、伤口上沾有无法自行清洗掉的沙粒、污物，或受伤部位肿胀、严重疼痛、周边机体组织破碎、血流不止，或受伤位置很重要（如脸部），建议还是带就医。对于大而深的伤口，更应及时带去外科做局部清创处理，并注射破伤风针剂。

2、裂伤

原则上 24 小时之内缝合就可以了，不过，如果是脸部受伤，就要及早缝合。还有，严重的裂伤拖的时间越久，细菌感染的可能性就越高，可能导致病情迟延或者残留伤疤，所以应及时就医。



3、刺伤

如果被钉子、针、玻璃等锐利的物品刺伤，一般会有少量血流出，因为伤口窄、深、细菌不易被排出，所以容易引发炎症。假如被刺伤，无论伤口多小，都有患上破伤风的危险，所以务必要及时就医。

在紧急处理刺伤伤口时，需要挤压伤口，这时会有血流出，同时细菌也会被排出。所以，处理刺伤伤口时要把手洗干净，并使用消过毒的器具。如果匆忙用手处理刺伤伤口，反而可能导致细菌入侵、产生炎症。

有可能的话，要先找出是何种异物导致刺伤。假如是玻璃碎片，则可能伤害的肌肉或血管，因此，一定不要在家自行处理，而应赶紧去医院。因为一旦处理不当，会导致流血更多甚至损害内脏、血管。如果被刀具或铜铁制品刺伤，应到医院注射破伤风针。

如果导致刺伤的异物不是玻璃，而且有一端裸露在皮肤外，可取一把镊子，将镊子末端放在火焰上进行消毒，待镊子冷却后，一边分散的注意力，使不会太紧张，一边轻轻用镊子夹出异物。

如果异物留滞在皮下，可用火焰消毒缝衣针，或将其放在消毒酒精、消毒水中浸泡几分钟。在异物所处的皮肤部位放一块冰，使皮肤多少有些麻木，再用消毒过的针轻轻挑开皮肤，使异物暴露出来，用消过毒的镊子将异物夹出来。

如果是铁钉导致刺伤，应首先拔出铁钉。用消过毒镊子或小钳子，顺着铁钉扎入的方向外拔出，拔出时用力要均匀，不要左右晃动，以减少对周围机体组织的损伤。

如果铁钉已拔出，可用力在伤口周围挤压，挤出瘀血与污物，以减少伤后感染。如果铁钉断在伤口里，应让马上停止走动，并将取出的部分钉子与一起送到医院，通过手术拔除。

4、割伤

割伤是刀、剪、玻璃片或锋利的器具造成的损伤。被刀割伤的时候，先用清洁物品止血，再用绷带固定住。当伤口流血不止时，就要用直接压迫法止血，即

用手指或者手掌直接压住伤口，依靠压力阻止血流，使伤口处的血液凝成块，或用干净纱布压迫伤口止血。

如果是手指出现割伤，而且伤口流血较多，应紧压手指两侧动脉，在施压 5～15 分钟后，一般便可止血。如果是其他部位割伤，均要加压止血。如果实在止不住血，可用橡皮筋在出血处以上部位扎紧，阻断血流，并立即上医院处理。每次橡皮筋止血扎紧的时间不宜超过 15 分钟，不然会因为血流阻断时间过长而导致肢体坏死。

在出血停止后，用 75%酒精或碘伏消毒伤口周围的皮肤，再用消过毒的纱布或创可贴覆盖，最后用绷带包扎固定。请注意，较深、较大的伤口或面部伤口，应去医院处理，必要时予以缝合，以免留下过大疤痕。

5、有瘀血

淤血多是外力导致皮下毛细血管破裂，血液从毛细血管破裂处渗至皮下，所以在完整的皮肤上可以看到一片瘀青，此时外渗至皮下的血液已属异物，而且皮下神经丰富，因此疼痛感明显。

如果皮肤上出现瘀血，应赶紧用凉水或冰块冷敷消肿。如果受伤部位是胳膊或腿，那就将胳膊或腿抬起，可助消肿。在发生瘀血 24 小时后，可以用温水热敷患处，以促进局部血液循环，加速瘀血消散。一般来说，皮下瘀血都能被机体慢慢吸收，时间大约需要 2 周。

6、抓伤

小聚集在一起玩耍时，都容易被小伙伴抓伤，如果问题不大，适当消毒处理一下即可，不久就会自然痊愈。需要注意的是，在清洗伤口的时候要用流动的水。如果伤得比较重、同时出现发烧，或者被小动物抓伤，应赶紧就医治疗。



7、砸伤或挤伤

在门缝中被挤伤或被石头等坚硬的东西砸伤时，要注意用冷敷。对于砸伤的伤口来说，绷带缠得过紧只会增加伤痛，没有什么治疗的意义。如果在门缝中被挤伤，而且伤口内部因充血呈现紫色，那就很可能出现了骨折，应尽快就医。

8、被动物咬伤

被狗、猫等动物咬或抓伤后，切忌像被毒蛇咬伤一样对伤口进行挤压，以防病毒以更快的速度进入神经系统。可彻底冲洗，先用肥皂水、清水、洗涤剂或对狂犬病毒有可靠杀灭效果的碘制剂、乙醇等，彻底冲洗伤口至少 20 分钟。在彻底冲洗后，用 2%~3%碘酒或 75%酒精涂抹伤口，以清除或杀灭局部的病毒。

对未伤及大血管的伤口尽量不要缝合，也不必包扎。对需要缝合的较大伤口或比较严重的面部伤口，应在清创消毒后先用狂犬病免疫血清或免疫球蛋白浸润伤口，数小时后（不低于 2 小时）再予以缝合和包扎。如果伤口比较深或大，可放置引流条，并使用抗生素和破伤风抗毒素，以控制其他感染。

9、被蜂蛰伤

野外行走或露营时，如果被蜜蜂蛰伤，不要用手指拔刺，因为刺的一端含有蜜蜂的唾液。正确的方式是用一张信用卡、一个棉花棒或者一根牙签将刺刮出，然后用牙膏敷在患处。

10、被蚊虫咬伤

夏天被蚊虫咬伤后，用冰块或凉水冷敷比较好，这样皮肤的血管就会收缩，蚊虫分泌的毒素就不能扩散。一般来说，大部分蚊虫叮咬导致的外伤都不严重，但是一定要注意，尽量不让抓挠伤口，如果把蚊虫叮咬的部位挠破，毒素就会扩散到周边机体组织，可能引发脓疱疮。

下面，介绍 4 个处理蚊虫咬伤的小妙方：

（1）被跳蚤、蚊子、毛虫、蚂蚁叮咬后，涂点牙膏、食醋、柠檬汁、捣碎的大葱叶、大蒜、卫生球、洋葱等，均可止痒。

（2）被蚊子叮咬后，可用肥皂（或香皂）蘸水在被叮咬处涂擦，稍等片刻即可止痒。

（3）被蚊子叮咬后，迅速取一个热水瓶塞子放在叮咬处 2~3 分钟，连续几次，剧痒即可消失，而且不会出现红斑和丘疹。当然，瓶塞的温度以高热、又不烫伤皮肤为宜。

（4）被蚊子叮咬后、奇痒难忍时，可将 1~2 片阿司匹林研碎，用少量凉开水调成糊状，涂于被叮咬处，即可消肿止痒。

11、烧烫伤

冲、脱、泡、盖、送 5 步骤，是烧烫伤意外的第一处理原则。

冲：以流动的清水冲洗伤口 15~30 分钟，以快速降低皮肤表面热度。如果无法冲洗伤口，可冷敷。

脱：充分泡湿后，再小心除去衣物，必要时可以用剪刀剪开衣服，或暂时保留粘连部分，尽量避免将水泡弄破。

泡：在冷水（加冰块）中持续浸泡 15~30 分钟，可减轻疼痛及稳定情绪。平时可在冰箱中准备一些冰块，以备不时之需。不过，如果烧烫伤面积太大或年龄较小，则不必浸泡过久，以免体温下降过多或延误治疗时机。

盖：用清洁干净的床单或布条，纱布等覆盖受伤部位。不要在受伤部位涂抹米酒、酱油、牙膏、浆糊、草药等，这些东西不但无助于伤口的复原，还容易引起伤口感染，并且影响医护人员的判断和紧急处理。

12、打掉牙齿

脸部受到重击，或磕到下巴，都有可能打掉牙齿。这在打篮球或踢足球时都有可能碰到。这时有条件的话，应在去医院的路上，将落下的牙齿浸在牛奶里。因为牛奶的 PH 值呈中性，可保护牙齿，并防止牙齿变干。如果没有牛奶的话，不要自己清洁落齿。也不要用手捏着牙齿根部，以尽量使牙齿保活。



二、外伤处理原则及步骤：

1、消毒：皮肤出现伤口，完整性遭到破坏，细菌便有了可乘之机，为减少细菌的入侵，对伤口要进行认真的消毒。

2、止血：可根据具体情况及时止血。

3、包扎：伤口包扎得当，可使其少出血，少化脓，少痛苦。扎时要做到快、准、轻、牢。

快，动作迅速敏捷；准，部位准确、严密；轻，动作要轻，不碰伤口；牢，包扎牢靠，松紧适当。

具体步骤是：

(1) 一般可先用碘酒后用酒精消毒，沿着伤口的边缘由里向外擦，不要把碘酒、酒精涂入伤口内。伤口内如有异物，要慎重处理，大而易取的，可取出；深而小不易取出的不要勉强取，以免把细菌带入伤口或增加出血。

(2) 冲洗后可以在伤口表面涂上一些药品，小伤口可以在其浅表涂一点红汞（红药水）或紫药水，较大伤口则不宜涂上述药水，以免给下步处理增加困难。

(3) 伤口上用消毒纱布或干净的绷带、手帕、布条、红布腰带等，要注意包扎时松紧适宜，以免影响血液循环，不能用手直接接触伤口，包扎范围应超出伤口边缘 5—10 公分，并用绷带（或三角巾）包扎。外露的骨折断端的活动而引起疼痛和继续损伤。

颅脑开放性损伤有脑组织膨出，或腹部损伤有脏器出时，不能直接加压包扎或将脏器强行不纳，应在膨出或脱出组织周围用纱布、毛巾等围起一道“围墙”，再用适合大小的干净搪瓷碗或其他能起到保护作用的器皿罩上，然后包扎固定。运送时，如系腹部伤时，取仰卧屈膝位，使腹部松弛。如系颅脑部，则固定头部。

(4) 在处理较大的创伤伤口时，必须进行详细检查，不能只顾伤口表面而忽略内在损伤，头部伤口合并颅脑外伤者，伤员一般都有神志异常，两侧瞳孔不一般大；胸部伤口合并有脑膜、肺腔损伤时，伤员一般都有呼吸困难；腹部伤口合并脏器损伤时，伤员一般都有腹肌紧张、腹痛等表现；肢体伤口合并骨折时，会有肢体活动障碍，骨异常活动等现象。