

燒燙傷怎麼辦？快沖冷水最重要！

燒燙傷急救無偏方 正確處理「沖、脫、泡、蓋、送」

烹煮美食或是享用熱騰騰的美食過程中，燒燙傷怎麼辦？要用阿嬤的偏方，趕快在傷口上塗醬油、漿糊、蛋白？或用網路鄉民傳說中的黑人牙膏、白藥膏、小護士、神奇紫草膏、凡士林等塗抹傷口？還是聽媽媽的話，泡鹽水、冰敷？以上這些偏方沒有相關的實證依據，誤用而延遲就醫可能會引起傷口感染的問題。

燒燙傷種類

傷害來源有關，常見的燒燙傷種類，包括：溫度性燒燙傷、化學性燒燙傷、電燒燙傷，被火源或是熱液燒燙傷的情況，屬於「溫度性燒燙傷」。燒燙傷所造成的組織傷害程度，取決於組織接觸的熱源溫度高低和接觸時間長短。

皮膚一旦接觸 40~44°C 以上熱源時，皮膚或皮下組織的蛋白質會產生變性，蛋白質的結構因此受到破壞。當暴露在 45°C 達 1 小時，細胞膜就會被破壞；熱源溫度大於 60°C，接觸時間只要 3~5 秒，接觸部位的組織蛋白質就會凝固、細胞會壞死。

燒燙傷依皮膚受傷深度，可分為一度、淺二度、深二度、三度、四度：

一度燒燙傷

傷及範圍為表皮層，皮膚出現紅腫、疼痛的現象，無水泡產生。

淺二度燒燙傷

傷及部分真皮層，皮膚紅腫、長水泡、劇烈疼痛和灼熱感。

深二度燒燙傷

傷及真皮深層，皮膚呈現淺紅色並長出白色大水泡，此期較無疼痛感。

三度燒燙傷

傷及全層皮膚，呈現白色或乾硬的皮革狀。

四度燒燙傷

損傷範圍為全皮層，且傷及皮下脂肪、肌肉和骨骼。

一旦發生燒燙傷，不論傷口大小或嚴重程度，最重要的是「立刻沖冷水，讓皮膚快速溫和地降溫，在冷水下沖 15~30 分鐘，可避免高溫持續停留在皮膚上，造成更嚴重的傷害。但切記勿以冰敷的方式來降溫，因為燒燙傷的皮膚組織較為敏感，反而容易發生凍傷。

網路上建議的牙膏、白藥膏、小護士、神奇紫草膏、凡士林等，此類膏狀產品覆蓋於皮膚上，反而會將「熱度」包覆住，減緩皮膚降溫的速度。加上這些物質黏著度較高，附著在燙傷傷口上較不易清除，換藥時反而容易感到疼痛。鹽水具有吸熱和高滲透壓的特性，可達到降溫效果，人體皮膚於受損狀態下，其預防水分流失的保護功能會喪

失，這時如果浸泡鹽水或使用鹽水沖洗，反而容易因高滲透壓而導致體液流失。

燒燙傷傷口治療的原則為清潔及保護傷口，防止傷口感染及促進傷口癒合。拜醫療科技之進步，現行燒燙傷傷口後續照護方式及敷料的選擇，也有很多舒適有效的選擇，但必須經醫師診療後，依傷口的嚴重程度決定。淺二度燙傷傷口，大多有水泡，處理時須以消毒過的器具戳破水泡，保持皮膚的完整性，再使用醫師處方的藥膏或是合適的現代敷料，例如：親水性膠體敷料(俗稱人工皮)、親水性纖維敷料等，只要妥善處理，大多可於 1~2 週內完全恢復。較嚴重的深二度及三度以上傷口，可能須由醫師依傷口狀況進行傷口清創，甚至植皮手術治療。

燒燙傷不怕，可怕的是誤用偏方不當處理傷口，若是傷口處理不當、癒合不佳又延誤治療，嚴重可能導致敗血症發生，危及生命！因此，燒燙傷急救沒偏方，快沖冷水最重要！