



## 澳門健康管理及促進學會 - 2020 健康講座系列(二)

2020 年 5 月 16 日(星期六：上午十時半至中午一時)

內容：【傷口處理】、【痘疤處理】及【疤痕處理】

地點：澳門何鴻燊博士醫療拓展基金會（地址：澳門置地廣場工銀中心九樓）

現場設有簡單身體檢查（包括驗眼、量血壓及量度身高體重比例）

協辦單位：澳門大灣區醫療工作者協會

傷口處理	痘疤處理	疤痕處理
		
梁雪嬌醫生 澳門大灣區醫療工作者協會 副會長	吳志豪醫生 澳門大灣區醫療工作者協會 理事長	林穎琪護士 澳門大灣區醫療工作者協會 理事

**歡迎各界人仕參加**

-是次活動承蒙澳門基金會資助部份經費-

講座設有現場座位及 ZOOM 網上直播，請下載 ZOOM 應用程式



iOS 系統



安卓系統

請於講座開始前 15 分鐘登入程式，並加入會議編碼 369 321 7554

費用全免

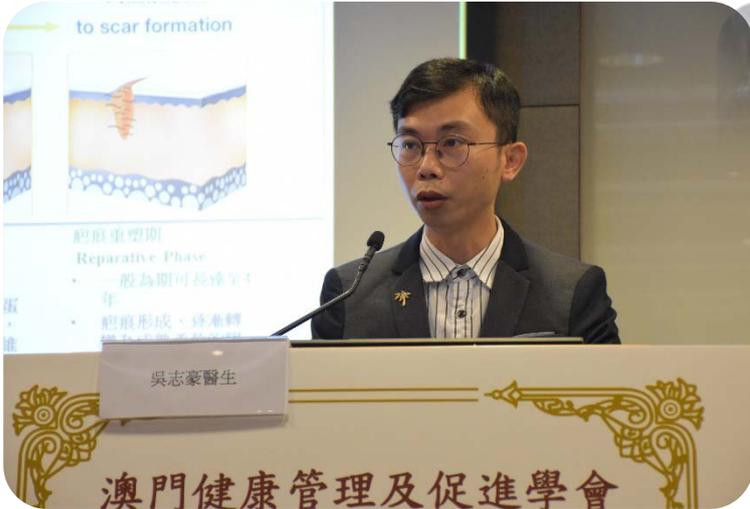
報名方法：

講座完成後，將獲發證書

請於 5 月 14 日(星期四)前掃描二維碼網上報名

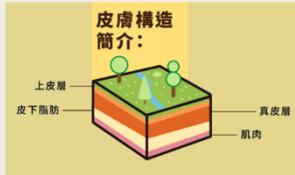
查詢電話 (853 2855 6207)





## 皮膚的作用

- 皮膚為人體分布最廣的器官，具有調節體溫、預防體液流失的作用，是保護體內器官的防護罩。但皮膚並不是銅牆鐵壁，面對外來威脅，往往也是危機四伏。



## 傷口的定義

- 因物理、機械或熱力等外部因素造成人體皮膚、粘膜、組織的缺損或破壞。



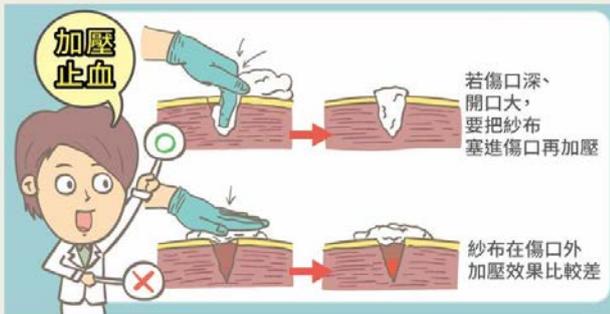
## 急性傷口處理



## 傷口大出血應如何處理？

- 當一個人受傷，流血到很嚴重的時候，真的是會導致休克，甚至會死人的。
- 例如身為行人卻被機車、汽車撞到；或墜落高度六公尺以上，請趕快呼叫999叫救護車。如果是自己跌倒，使用工具時不小心被刀子割到等看起來狀況不嚴重的事情，可以先自行評估。若處理得當，多數的出血可以在救護車抵達前就受到控制，甚至多數出血其實不需要叫救護車去醫院處理。

## 第一招：加壓止血



## 第二招：抬高患肢



## 第三招：壓迫止血點

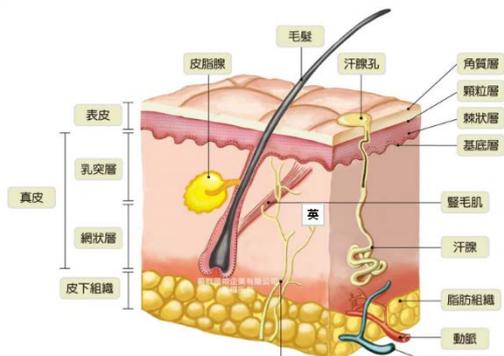


## 傷口癒合應注意避免

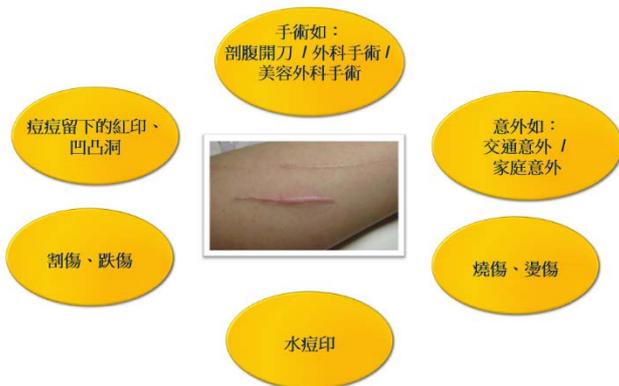
- 在注意吃東西之前，首先，傷口應避免陽光紫外線直接照射，否則會產生短暫色素沉著。同時也要少吃香菜並避免抽煙，等，因為，它們都會增加人體色素沉著。請多吃新鮮水果、雞蛋、瘦肉、肉皮等富含維生素C、E以及人必需氨基酸的食物。
- 這些食物能夠促進血液循環，改善表皮代謝功能，促進傷口癒合。切忌吃辣椒、蔥蒜、抽煙與酒精等刺激性食物。



皮膚結構



疤痕如何形成?



預防及治療疤痕方法



非入侵性治療疤痕方法

除疤啫喱 / 軟膏



矽膠  
Silicone

外用類固醇  
Topical steroids

聚氨酯敷貼  
Polyurethane patches

外用維他命 E 軟膏  
Topical vitamin E cream

按摩治療\*  
Massage therapy

植物精華軟膏\*  
Plant extract creams

壓力/壓縮治療  
Pressure/compression therapy

侵略性較少

成效好，方便使用

費用較少但\* 部份產品欠缺醫學證明

非入侵性預防及治療疤痕方法



除疤啫喱 / 軟膏



矽膠啫喱膏



非入侵性預防及治療疤痕方法



除疤貼

除疤貼



矽膠貼



臨床實證，獨特除疤配方 **CHA**，去除不同嚴重程度及新舊疤痕，效果顯著。

**3**種成分

除疤膏含 **CEPALIN**、**HEPARIN** (納野糖胺) 及 **ALLANTOIN** (尿囊素) 三種成份，三重去疤功效，充份發揮 **平滑疤痕、解編緊及舒緩痕癢** 的功效！

**3**重功效

