

挫傷、扭傷、瘀傷之注意事項

- 一、抬高患肢可減輕腫脹。
- 二、受傷後 24 小時內，患處可間歇性冰敷；但不可將冰塊直接置於皮膚上，需用毛巾或手帕墊於患處；48 小時後再熱敷。
- 三、受傷部位如有皮膚破損或傷口，應避免冰敷或熱敷以免感染。
- 四、患肢於彈性繃帶固定時，若覺得太緊(患肢末端冰冷、麻木、膚色變紫等)或太鬆(呈現鬆垮易脫落等)應重新綁過。
- 五、上肢可使用三角巾支托。
- 六、患處若有傷口經換藥後，須保持乾燥與乾淨。
- 七、經常活動受傷肢端之手指、腳趾，以減輕腫脹及僵硬，促進血液循環。
- 八、穿著寬鬆衣物，防止傷口摩擦疼痛。
- 九、至骨科門診追蹤治療。

.....
衛教單張簽收聯

衛教名稱：挫傷、扭傷、瘀傷之注意事項

家屬或本人已詳讀及接受醫護人員給予衛教單張注意事項相關事宜解釋

此致

安泰醫療社團法人安泰醫院

病人或家屬簽名 (章) : _____

醫護人員 : _____

中華民國：_____年____月____日