



# 别让小伤口变大麻烦

## 台风过后,伤口如何妥善处理?专家来支招

南国都市报9月8日讯(记者 王洪旭 通讯员 姚江凌)超强台风“摩羯”过后,当心小伤口变成大麻烦!海南医科大学第一附属医院创面修复科专家提醒,小伤口若未及时妥善处理,可能导致皮肤和软组织受损。那么,台风后伤口该如何处理呢?创面修复科专家为你支招!

### 掌握正确方法 对伤口进行清洗、止血和包扎

**清洗:**使用生理盐水或流动的自来水冲洗伤口。用干净的布蘸取肥皂清洁伤口周围的皮肤,注意不要让肥皂液进入伤口,以免刺激皮肤。之后,用纱布或镊子清除伤口内的污物。最后,使用碘伏进行消毒。

**止血:**不要将流血视为负面现象,因为血液有助于清洁伤口。较小的伤口通常会自行止血。若伤口位于四肢,应将受伤部位抬高,使其高于心脏位置,这样血液会逐渐停止流动。若需要迅速止血,最佳做法是用一块干净的布压在硬物上,施加压力于伤口。如果在超过10分钟的压迫后仍未止血,那么应使用绷带。

**包扎:**若伤口持续出血、容易受到污染或摩擦,建议使用医用绷带和胶布对伤口进行包扎。在包扎时,应迅速、准确、轻柔且牢固地完成。迅速意味着动作要快;准确则指定位要精确、紧密;轻柔是指动作要温和,避免触碰伤口;牢固则是指包扎要结实,但松紧要适度。务必记得每天更换纱布,并确保其干燥和清洁。

**处理血痂:**处理血痂的最好方法是避免干预。当伤口愈合时,血痂会自然脱落。

### 针对不同伤口 处理方式各不同

**擦伤:**擦伤仅涉及表皮层的损伤,通常情况下伤势较轻。对于轻微且面积不大的擦伤,建议使用0.5%的碘伏对伤口周围的皮肤进行消毒。接着,可以涂抹抗菌软膏,并用创可贴进行适度的保护,或者选择不

进行任何涂抹和包扎。如果伤口沾有污物,建议先用生理盐水或清水进行冲洗,之后再施用0.5%的碘伏进行消毒处理。

**裂伤:**对于轻微的撕裂伤,若未见显著出血且伤口清洁,建议涂抹碘伏消毒,随后用无菌纱布进行包扎或使用创可贴覆盖。对于出血较多的较大撕裂伤、割伤或面部伤口,可先采取上述初步处理措施,随后应立即前往医院治疗。

**砸伤或挤压伤:**在遭受撞击或挤压后,若仅出现轻微的皮肤红肿和疼痛,并且皮肤未破损,可以先行观察,无需立即采取治疗措施。然而,若撞击导致皮肤破损,应按照擦伤处理;若出现皮肤瘀紫、破裂或伴有剧烈疼痛等严重症状,建议立即前往医院接受专业治疗。

**刺伤:**被细长的玻璃片、针、钉子、刺刀、木刺等尖锐物体刺伤后,通常会留下较小但较深的伤口,这些伤口存在感染破伤风的潜在风险。因此,应尽快前往医院接受专业处理。在前往医院之前,可以采取一些初步的急救措施。如果伤口中没有残留的刺伤物,可以先轻轻挤压伤口,促使血液流出,以帮助清除可能的污染物。随后,使用生理盐水仔细冲洗伤口,并在外用碘伏进行消毒处理。

### 骨折、关节脱位 应这样处理

**骨折与关节脱位的症状:**骨折通常伴随着肢体畸形和骨擦音,而关节脱位则常常导致肢体变形和弹性固定。在这两种情况下,患者都会经历局部疼痛和肿胀,并丧失正常的活动能力。

**处理方法:**应使用与伤肢长度和宽度相匹配的夹板进行固定。对于伴有伤口或开放性骨折的出血患者,首先应采取恰当措施止血并包扎伤口,然后再对骨折进行固定。需要强调的是,在没有把握进行复位操作的情况下,切勿随意尝试复位手法。

# 台风过后如何防“四害”,做好健康防护?

## 海南疾控提醒来了

南国都市报9月8日讯(记者 王洪旭)超强台风“摩羯”过后,导致大量积水、垃圾堆积助长蚊蝇孳生。9月7日和8日,海南省疾控中心陆续发布提醒:台风过后,要及时清理环境,防止这些蚊子、苍蝇、老鼠、蟑螂等害虫孳生,避免传染病的流行。此外,也要注意饮水卫生和环境卫生,做好消毒防疫。

### 如何防制蚊蝇老鼠等? 做好“四个”重点措施

台风带来的风雨不会消灭蚊子,反而会增加积水,如果不及时清理,这些积水很快会成为蚊子幼虫的孳生地,导致蚊子大量增加。破损的厕所、未及时清理的垃圾、腐烂的植物和小动物尸体会让苍蝇等害虫孳生。害虫的增多主要取决于环境卫生的处理情况。两周后,成蚊

的数量可能会显著增加,必须提前做好准备。防制蚊蝇以清理环境为主。

此外,要注意老鼠入室。台风后的积水可能破坏老鼠的栖息地,驱赶它们进入室内。

如何防“四害”,建议做好“四个”重点措施:

1. 排干积水: 倾倒并倒置积水容器。
2. 清理垃圾: 及时清理清除淤泥、垃圾和动物尸体。
3. 日常卫生管理: 集中处理垃圾,临时厕所需妥善处理粪便。
4. 堵洞防鼠: 堵住房屋与外界相连的孔洞,防止鼠入室。

### 如何保障健康安全? 重视饮水安全 做好消毒防疫

海南省疾控中心提醒,台风后要注

意饮水卫生和环境卫生,做好消毒防疫。

不喝生水,尽量喝烧开的水、瓶装水、净化设备现场制备或送来的桶装水;不喝来源不明或被污染的水,不用来源不明或被污染的水漱口、洗菜等。缸、桶、盆等盛水器具要经常消毒,消毒后用干净的水冲洗再使用。被淹没的水井重新使用,必须进行清淘、冲洗,待自然渗水到正常水位后,用饮用水消毒剂进行超量消毒,并再次清洗后使用。

自觉保护生活饮用水水源及环境,在远离水源的指定地点堆放生活垃圾、倾倒生活污水和粪便,避免污染水源。

灾害后,返回家园之前确认房屋处于安全状态;对遭受灾害的室内外环境进行彻底的清理消毒,做到先清理、后消毒、再回迁。

在无疫情情况下,不用对室内空气进行喷雾消毒,应保持室内空气流通,以自然通风为主,减少霉菌滋生。



## 处理伤情 要选对合适的药水

### 碘酊(碘酒)

碘酊是一种有效的皮肤消毒剂,适用于例如抽血或注射前的皮肤消毒程序。对于开放性或溃烂的伤口,不建议使用碘酊,因为其刺激性可能会妨碍伤口愈合,并可能导致色素沉着等皮肤问题。

### 碘伏

浓度为0.5%的碘伏适用于消毒婴幼儿的皮肤,以及处理烧伤、冻伤、切割伤、擦伤和挫伤等多种常见外伤。使用时,可以取适量于洁净的棉签上,以伤口为中心,从内向外轻轻涂抹。然而,由于碘伏不含酒精成分,其渗透力不如碘酒或酒精,因此在油脂较多的区域,如油性头皮上进行消毒时,效果可能不及碘酒或酒精。

### 医用酒精

75%的酒精通常不适用于有表皮缺损的创面,由于其强烈的刺激性,可能会引起伤口疼痛或加剧现有的疼痛。此外,也不推荐使用它来消毒用于挑刺的缝衣针,因为这种消毒方法可能无法确保彻底的灭菌效果。

### 红霉素软膏

红霉素是一种广泛使用的外用抗生素,价格实惠,且用途多样。对于化脓性皮肤感染,建议将药膏均匀涂抹于受影响区域。对于轻微的挫伤或划伤,应先清洁并消毒患处,随后适量涂抹药膏。对于小范围的烧伤或烫伤,可先用冷水冲洗伤口,然后施用红霉素软膏。然而,红霉素软膏的使用时间不宜超过一周。

### 双氧水

在现代临床实践中,双氧水作为伤口消毒剂的使用已变得较为罕见。由于双氧水具有较强的刺激性,它可能会导致伤口疼痛或加剧现有的疼痛感。

### 红花油

红花油是一种传统的中医外用药物,具备镇痛、抗炎和消肿的功效。它通常用于治疗因跌打扭伤引起的软组织挫伤以及轻微的烫伤。然而,红花油不适用于擦伤、割伤等皮肤有破损的外伤情况,同时应避免接触眼睛、口腔等黏膜部位。

### 开奖公告

#### 福彩双色球24104期开奖结果

红球:05、16、23、24、26、29  
蓝球:04

#### 福彩3D第24242期开奖结果

号码:6 2 3

#### “快乐8”第24242期开奖结果

号码:02、19、20、26、30、34、38、40、41、46、48、51、53、54、56、62、65、68、73、80

#### 体彩7星彩24104期开奖结果

号码:508268+0

#### 海南“4+1”24104期开奖结果

号码:5082+6

#### “排列3、排列5”24242期开奖结果

3D:188 5D:18894