

\\ 事先了解一下! /

术后伤痕护理

... 以伤痕不再显眼为目标 ...

医疗机构名称



2016年7月编制
2020年1月译为中文

监修 日本医科大学 整形外科 主任 小川 令教授

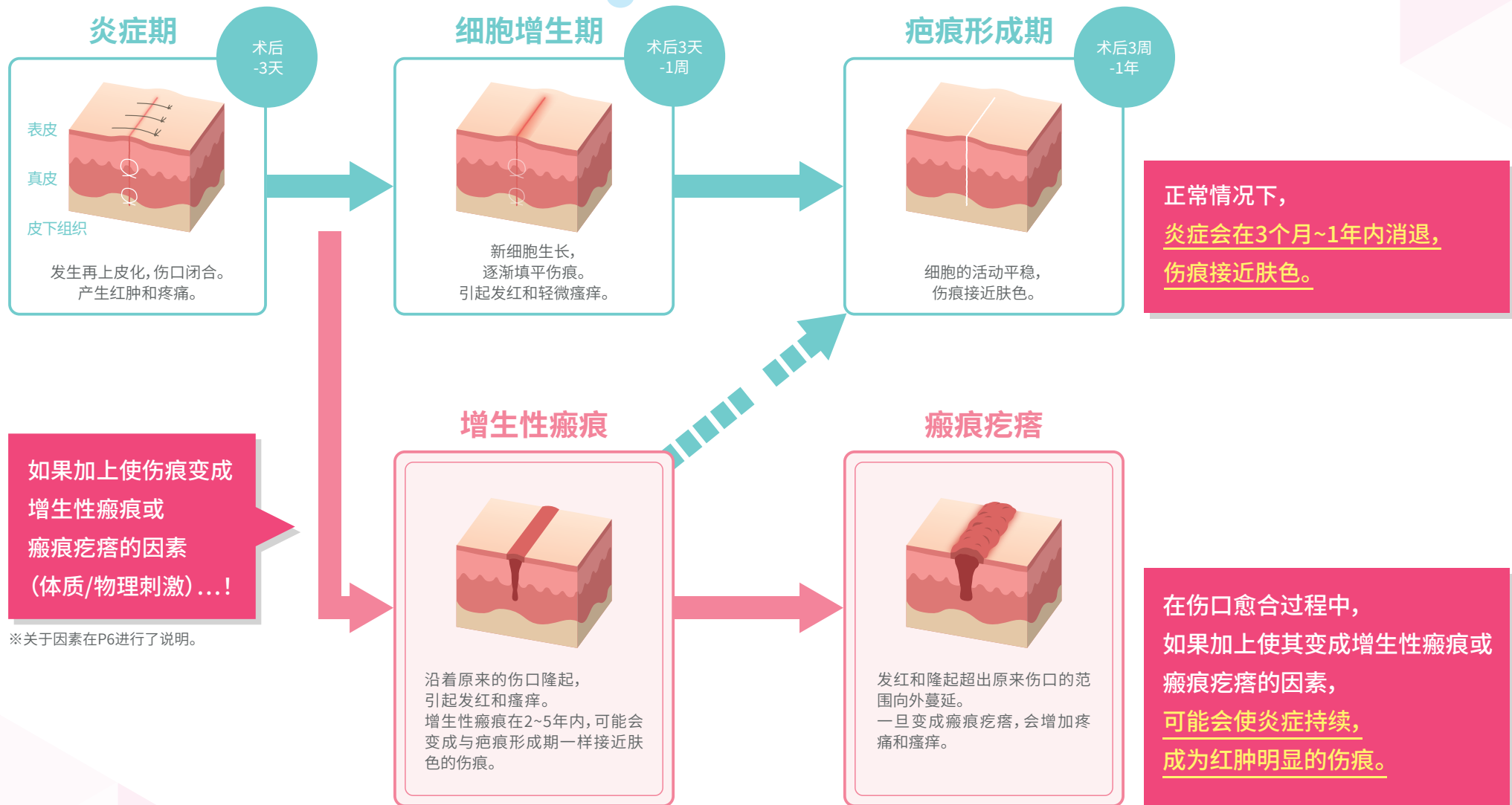


手术伤口是如何愈合的?

手术伤口的愈合过程

▶ 手术伤口经过炎症期、细胞增生期、疤痕形成期而逐渐愈合。

看起来伤口闭合已经痊愈，但皮肤下的炎症仍在持续。重要的是在炎症消退之前护理好伤痕。



增生性瘢痕

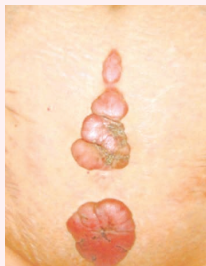


剖复产病例

腹腔镜手术病例

- ▶ 在原来伤口的范围内出现发红和隆起
- ▶ 有轻微的瘙痒和疼痛
- ▶ 随着时间的流逝,可能会自然痊愈

瘢痕疙瘩



剖复产病例

- ▶ 发红和隆起超出原来伤口的范围向外蔓延
- ▶ 有强烈的瘙痒和疼痛
- ▶ 很少会自然痊愈

为了预防增生性瘢痕和瘢痕疙瘩……

重要的是术后
“伤痕护理”。



从下一页开始，
我们将介绍预防增生性瘢痕和
瘢痕疙瘩的护理方法。

3

变成增生性瘢痕和瘢痕疙瘩的因素是什么？

大致分为

“体质”和“物理刺激”。

体质

▶ 雌激素和高血压

近年来的研究表明，雌激素和高血压与瘢痕疙瘩的加重有关。

▶ 未知的遗传因子

虽然因子尚未确定，但容易变成瘢痕疙瘩的体质有遗传的倾向。

物理刺激

▶ 拉伸刺激

伤痕和周围的皮肤被拉扯时会引起炎症。

▶ 摩擦刺激

衣服等的摩擦会引起炎症。

▶ 揭下胶带时的刺激

揭下保护伤痕的胶带时，会因刺激引起炎症。

很难预防和护理



物理刺激可以通过自我护理来预防。

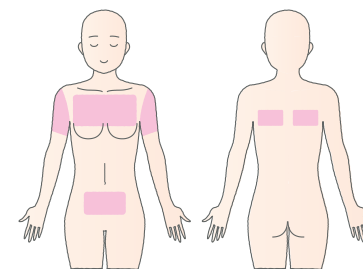
在物理刺激中，近年来特别引起关注的是对伤痕的

“拉伸刺激”。

在皮肤被拉伸的方向、发红和隆起会扩大的病例



容易发生增生性瘢痕和瘢痕疙瘩的部位



皮肤经常活动的部位容易发生瘢痕疙瘩。



重要的是不要拉伸皮肤

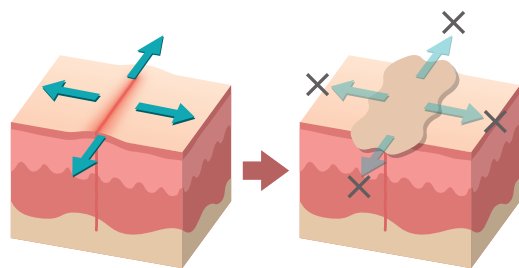
在物理刺激中，控制拉伸刺激（不拉伸皮肤）尤为重要。使用**伤痕护理的专用弹力贴布**，可以控制拉伸刺激。

4

疤痕护理专用弹力贴布进行护理的机制

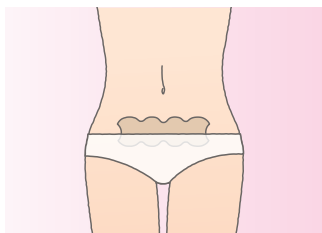
1 控制拉伸刺激

无论横向还是纵向都难以拉伸,因此可以防止疤痕被拉扯,控制拉伸刺激。



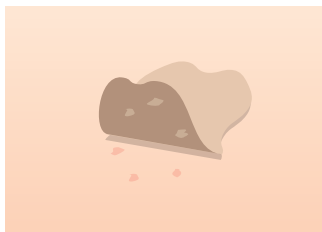
2 减轻摩擦刺激

保护疤痕免于衣服和内衣等的摩擦,减轻摩擦刺激。



3 减轻揭下弹力贴布时的刺激

揭下弹力贴布时的刺激也是一种物理刺激。疤痕护理专用弹力贴布使用的是不刺激皮肤的胶粘剂,因此可以轻轻从皮肤上揭下来。



5

关于疤痕护理的常见问题

应该什么时候使用疤痕护理专用弹力贴布?
需要使用多长时间?



请在伤口完全闭合后立即开始使用。疤痕将在3个月~1年内炎症消退,逐渐痊愈。在此期间(至少3个月)需要持续护理。

听说最好要防晒,是真的吗?



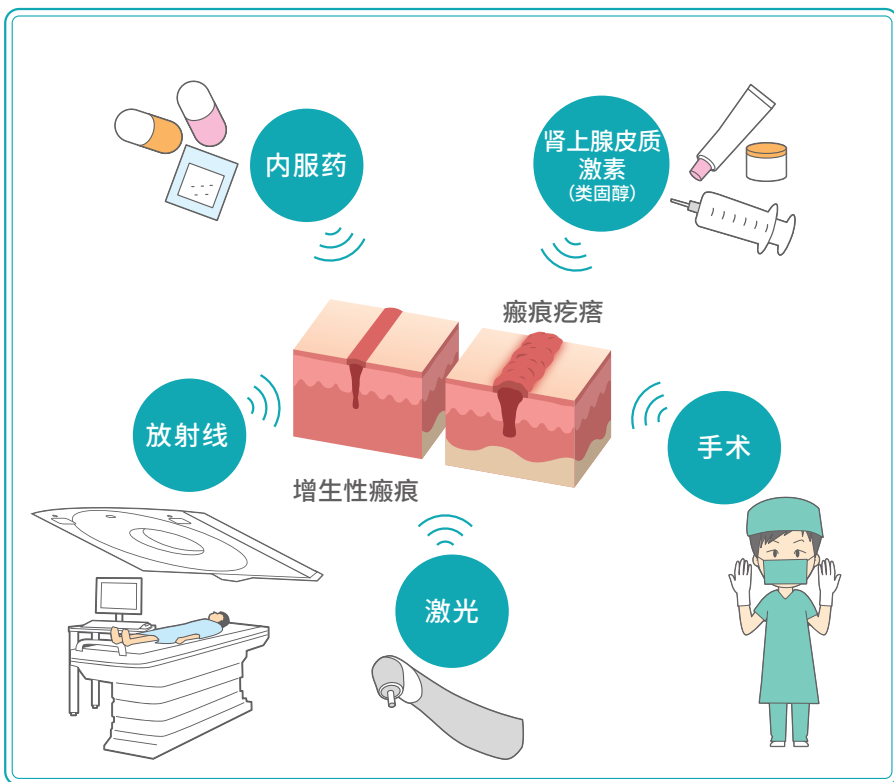
紫外线会导致疤痕变黑(色素沉积),所以防紫外线的措施很重要。使用疤痕护理专用弹力贴布,可以保护疤痕免受紫外线伤害。

如果已经变成增生性疤痕和疤痕疙瘩该怎么办?



根据各人的体质,即使持续护理疤痕也可能会变成增生性疤痕和疤痕疙瘩。增生性疤痕和疤痕疙瘩可以在整形外科或皮肤科进行治疗。我们将在下一页详细说明。

根据增生性瘢痕和瘢痕疙瘩的状况,可以使用各种方法进行治疗。



增生性瘢痕和瘢痕疙瘩可以在
整形外科或皮肤科进行治疗。
如果担心伤疤,
请尽早咨询医生。

术后伤疤护理 总结

- 为防止术后伤疤变成增生性瘢痕和瘢痕疙瘩,术后自我护理很重要。
- 术后3个月~1年,请使用“**伤疤护理专用弹力贴布**”控制物理刺激,并保持伤疤静止。
- 炎症消退后,伤疤的发红会消失,变成接近肤色的不显眼的伤疤。
- 如果已经变成增生性瘢痕和瘢痕疙瘩,请尽早咨询医生。

结束护理的标准



我们希望以这本手册为契机,
通过对伤疤的护理,能减少饱受
增生性瘢痕和瘢痕疙瘩困扰的患者。