



一般外傷及鈍挫傷須知衛教指導

在您受傷後，雖然目前的檢查並未顯示明顯且嚴重的傷害，而且經過治療與觀察，症狀已經有所改善，可以回家觀察休養，請依指示回診複檢。但仍有一些變化須注意。

1. 隱藏性骨折

當骨頭受到衝擊時，若骨折處很小或骨折線很細，沒有位移，最初的 X 光可能顯示正常，我們稱為隱藏性骨折，發生率為 7~45%。但經過身體的活動後，於數日甚至數周後，再追蹤 X 光片，則可以較清楚的看見骨折處。

2. 潛在性神經、肌肉、韌帶損傷

關節由肌肉、神經、韌帶、血管組成，當關節受傷，這些附屬組織都會受到影響，但在關節腫脹時期，這些傷害難以檢視，通常在受傷數日後，關節腫脹較緩解，再進一步做相關檢查。

3. 遲發性內出血

當身體受到撞擊，頭部及內臟有些微血管滲血(非動脈、靜脈出血)不易在當下馬上發現，可能數小時或數天後才逐漸表現出症狀，故臨床上可見延遲性的顱內出血、血胸、腹內出血、後腹腔出血等，故須隨時注意相關的症狀。

回家後若有下列情形之一，請盡速回本院診治

- 挫傷處持續及嚴重的疼痛、關節腫脹及關節活動度受限加劇
- 腹脹、腹痛、背痛、腰痛等症狀加劇
- 呼吸困難、咳血、胸悶、臉色發白、冒冷汗、姿態性暈眩
- 受傷的地方有腫脹合併肢體末端冰冷、麻木、劇烈疼痛
- 傷口處有紅、腫、熱、痛甚至膿性滲出液等情形
- 其他自覺上的症狀加劇或惡化

照顧上注意事項

- 減少患肢的活動及抬高患肢，但若無不適可活動肢端手指、腳趾，減少腫脹，促進循環。
- 創傷後 48 小時內，患處可使用間歇性冷敷，但不可將冰塊直接置於皮膚上，需用毛巾或手帕墊於患側，48 小時後再熱敷。
- 患肢於彈性繃帶固定時，如有太緊(患肢末端冷冰，麻木或膚色變紫)或太鬆，應重新綁過。若有傷口，須經常換藥以保持清潔與乾燥為原則。

