



郭綜合醫院

蜂窩性組織炎自我照護

一、何謂『蜂窩性組織炎』？

人體的皮下脂肪層是一區區像蜂窩狀的組織，當細菌經由傷口侵入真皮和皮下組織，釋放毒素，引起局部組織炎性反應，就稱之為『蜂窩性組織炎』，常見侵犯部位為四肢及臉部。

二、蜂窩性組織炎症狀

1. 皮膚患部呈現紅、腫、熱、痛的炎症反應。

紅：傷口及其四周表面潮紅。

腫：受傷部位表面輕微隆起，像是疹狀或是水腫。

熱：被感染部位較其他正常部位溫度稍高。

痛：患處會持續疼痛，甚至在下床活動時，腫脹疼痛更加劇烈。

2. 嚴重者可能合併發燒、頭痛、畏寒、全身倦怠、關節痛等症狀，可能出現水泡，嚴重者可能引發敗血症。

三、居家照護注意事項

1. 急性期：應多臥床休息並抬高患肢約 30~40 度，以促進靜脈回流及減輕水腫，並儘量減少下床活動。

2. 保持傷口清潔，依傷口狀況決定換藥的次數，勿使用刺激性肥皂清洗。

3. 局部冰敷可以控制炎症的擴大，減輕疼痛；患肢避免浸泡熱水。

4. 多攝取高蛋白飲食，如：乳製品、肉類、魚類等，增加免疫力。

5. 保持正常生活作息及習慣，禁止熬夜、抽菸、喝酒等不良習慣，以防降低身體免疫力。

6. 如有持續發燒者，不論傷口大小，皆須注意是否有傷口惡化現象。