

## 19 | 縫完傷口之後，可以碰水嗎？多久拆線？

縫合後 48 小時內請保持傷口乾燥；之後可短時間淋浴，洗後立即擦乾並更換乾淨敷料。依約回診換藥與拆線，傷口較不易感染，疤痕也較為平整。實際照護方式以醫師指示為準。

### 居家照護

- 縫合後 48 小時內保持傷口乾燥，避免敷料潮濕。
- 之後可短時間淋浴，避免水流直接沖擊傷口；洗後輕拍擦乾，立即更換乾淨敷料。
- 拆線前請勿泡澡、游泳或泡溫泉。
- 手腳受傷時，將患部抬高可減輕腫脹與疼痛；疼痛時可服用醫師開立的止痛藥。
- 傷口靠近關節時，避免大幅度彎曲拉扯，以免縫線繃開。
- 請勿自行拆線或剪線。

### 拆線時間

| 部位        | 拆線時間（約）   |
|-----------|-----------|
| 臉部        | 5 至 7 天   |
| 頭皮、胸腹、手臂  | 7 至 10 天  |
| 背部、手掌、腳、腿 | 10 至 14 天 |
| 關節附近      | 約 14 天    |

實際時間會依傷口大小、張力與癒合狀況調整，請依醫師安排的日期回診。

### 拆線後的照護

- 傷口仍在持續癒合，數週內避免用力拉扯。
- 剛拆線的疤痕偏紅、略硬屬正常現象，通常數個月內會逐漸變淡、變平。
- 做好防曬（遮蓋或塗抹防曬產品），可減少疤痕顏色加深；在意疤痕外觀者，可與醫師討論疤痕貼片或凝膠。

**立即就醫：**加壓後仍持續出血、敷料不斷被血液滲透、紅腫快速擴散，或發燒、畏寒。

### 回診時機

**傷口裂開、縫線鬆脫、紅腫疼痛加劇、流膿或有異味，請提早回診，不必等到拆線日。對傷口有任何疑慮，都歡迎回診檢查。**

---

本衛教單提供一般性資訊，實際檢查與治療請依醫師指示。

吉禾診所 | 新北市新店區民族路 42 號 | 電話 (02) 2916-0808