责任编辑：荆冰
美编：杜晓静
电话：010-58302828-6847
E-mail:ysbjingbing@163.com
医师报 2024年8月22日

小伤口大问题：如何应对儿童意外伤害

▲ 广东省江门市妇幼保健院小儿外科 刘绮薇

在儿童的成长过程中，意外伤害是家长们最为担忧的问题之一。据相关组织统计显示，在中国，意外伤害是0~14岁儿童的首要受伤原因。儿童的天性就是活泼好动，缺乏自我保护意识，所以这个阶段的孩子最容易发生各种意外。如摔倒、割伤、刺伤、烫伤等。这些看似不起眼的小伤口，如果不及时处理或处理不当，可能会引发大问题，甚至危及儿童的生命安全。因此，小儿外科护理在应对儿童意外伤害中扮演着至关重要的角色。本文将从预防、急救处理、护理及康复等方面，全面探讨小儿外科护理如何应对儿童意外伤害。

预防：未雨绸缪，减少意外伤害的发生

预防是减少儿童意外伤害发生的最有效手段。家长和教育者应加强对儿童的安全教育，提高儿童的自我保护意识。具体措施包括：

加强安全教育 通过故事、游戏等形式，向儿童传授安全知识，让他们了解哪些行为是危险的，如何避免危险。

消除安全隐患 对儿童的生活环境进行安全检查，消除可能引发意外伤害的因素，如尖锐物品、易碎物品应妥善放置，电源插座应安装防护盖等。

监督与陪伴 家长应加强对儿童的监督与陪伴，尤其是在户外活动或进行高风险活动时，确保儿童在成人视线范围内。家长作为幼儿日常生活的监管者和教育者，在幼儿发生意外伤害时，能否第一时间正确地处理意外导致的伤害，直接影响着伤害对幼儿健康的损伤程度、疾病走向和后续治疗。

急救处理：迅速准确，减轻伤害程度

小孩子皮肤更薄，相同的损伤会造成更严重的后果，所以一旦发生意外伤害，家长和旁观者不要被表面的伤口所迷惑，应务必仔细检查，并立即进行伤口处理，以减轻伤害程度，为后续治疗争取时间。以下是几种常见意外伤害的急救处理方法：

对于儿童摔倒擦伤，需要用湿纸巾或者是清水对伤口进行清洗，这样是为了去除污物，然后要用无刺激性消毒液消毒，将伤口周围的皮肤充分消毒之后，涂抹消炎的药膏，还要看伤口的大小，选择创可贴或者是消毒的纱布进行包扎。如果是刀或者玻璃割伤的情况，禁止用手去按压伤口，这样会导致出血不止，要立即用干净的纱布或者是毛巾稳固的压在伤口上止血，血止住之后，再用绷带固定住，对于血流不止的伤口，要压迫供血血管阻断血流，同时及时就医。

如果是烫伤的话，先降低烫伤的温度，冲洗时间应持续10~15分钟，或直到疼痛明显减轻。使用冷水而非冰水，避免过冷刺激。冲洗时要确保水流覆盖整个烫伤区域。有的儿童伤口裂开超过了一厘米，在面部部位上，需要尽快的送医清创缝合。

如果是木刺挫伤，要轻轻挤压伤口，等排出少量的血液之后冲洗细菌，如果有异物留置皮下的情况，要用消毒针轻轻的挑开皮肤，用镊子夹出异物；若伤口深或异物无法取出，应立即送医。

还有一些清创缝合的急救，缝合之后一般是一个星期之后要回来门诊进行拆线。同时还要注意，伤口也要“破”不及待，在伤口规范处理之后，记得一定要打破伤风针。

护理：细致入微，促进伤口愈合

急救处理后，细致的护理是促进伤口愈合的关键。家长应当建立科学、及时处理伤口的正确观念。家长应遵医嘱，对伤口进行定期清洁、消毒和换药，避免感染。同时，要注意仔细的观察伤口情况，如有红肿、渗液的感染迹象，要及时就医。伤口快好时，如果起痂皮，千万不要揭它，揭完之后可能给伤口带来二次损伤，导致出血或后期疤痕加重。对于需要住院治疗的儿童，护士应提供全面的护理服务，包括监测生命体征、输液治疗、疼痛管理等。在护理过程中，应注重与家长的沟通与合作，共同关注儿童的病情变化和心理状态。

康复：循序渐进，恢复身体功能

伤口愈合后，康复训练是帮助儿童恢复身体功能的重要环节。根据儿童的年龄、体质和伤口部位的不同，全面的制定属于儿童个性化的康复方案。还要注意康复训练要循序渐进，从简单的动作开始，逐渐增加难度和强度。若儿童的创口在四肢或关节处，日常生活中应避免进行举重、爬山等剧烈运动。家长应鼓励孩子积极配合康复相关的训练，要有自信心。在康复过程中，还应注意营养支持。合理搭配饮食，保证儿童获得足够的蛋白质、维生素和矿物质等营养素，有助于促进伤口愈合和身体恢复。

总而言之，儿童意外伤害是家长们无法回避的问题。面对小伤口可能引发的大问题，小儿外科护理在预防、急救处理、护理及康复等方面发挥着重要作用。通过加强安全教育、消除安全隐患、迅速准确的急救处理、细致入微的护理以及循序渐进的康复训练等措施，我们可以有效应对儿童意外伤害的挑战，给儿童提供健康成长的环境。孩子是上天赐予我们的礼物，让我们提高防范意识，重视意外伤害，科学处理伤口，共同护佑儿童健康成长。

儿童常见意外伤害的预防

▲ 广东省湛江中心人民医院儿科 王飞龙

意外伤害是威胁儿童健康和安全的重要因素。每年全球有许多儿童因意外事故受伤甚至死亡，如窒息、异物吸入、溺水、电击、跌落和交通意外等。尽管这些事故看似难以预防，但家长可以通过学习相关知识和采取措施，有效减少事故发生率。那么孩子身边常见的意外伤害有哪些？如何预防呢？

异物窒息

异物窒息是指儿童误食或吸入小物件导致气道阻塞。由于儿童特别是婴幼儿的咀嚼和吞咽功能尚未成熟，口腔和气道狭窄，更容易发生窒息。1岁以内婴儿主要原因是蒙被窒息及溢奶为主，2~4岁儿童以坚果类、硬币、弹珠等顺滑固体物体导致窒息居多。

预防措施 （1）家庭环境：提高照护人安全意识，改变不良育儿行为。如让婴儿独盖一被子，被子不盖到儿童鼻子，头上不盖衣物。根据孩子的年龄选择适合的玩具，避免小物件散落，以防被孩子拾起放入口中。（2）饮食管理：小婴儿喂奶，吃完奶后抱一会并轻拍背部几下再放下。幼儿准备的食物需要切成小块，避免提供坚果、葡萄、爆米花等易导致窒息的食物。（3）教育指导：教导孩子不在奔跑或躺卧时进食，养成良好的进食习惯。

跌落伤

儿童天性好动，喜欢攀爬和探索，容易从高处跌落。家中的楼梯、床、家具、游乐设施等都是可能导致跌落伤的危险区域。

预防措施 （1）安全设备：建立安全的活动环境，如婴儿床设有护栏，窗户安装窗栏，攀爬设施下铺减震材料等。在楼梯、阳台等高处安装护栏或安全门，并确保其牢固可靠。（2）监护：从小培养儿童安全行为，提高小儿安全意识。在孩子玩耍或活动时，成年人应密切看护，特别是在高处和游乐场合。

溺水

溺水是儿童意外死亡的主要原因之一。溺水风险存在于游泳池、浴缸、河流、湖泊等水域。不当的游泳、不注意水边安全、缺乏游泳技能及监护疏漏都是导致溺水的原因。

预防措施 （1）加强监护：在孩子附近有水源的地方应时刻保持监护，尤其是年幼的孩子，不能让其单独接近水域。（2）游泳技能：及早为孩子安排正规的游泳训练，教授基本的救生技能。（3）安全教育：教导孩子关于水边安全的基本知识，如不要在水边奔跑、推搡他人等。

交通事故

交通事故包括道路交通、骑车事故、行人意外等。因儿童的交通安全意识薄弱、缺乏经验，很容易在交通环境中发生意外。

预防措施 （1）交通安全教育：加强对儿童安全意识教育，提高儿童警惕性，不在马路上玩耍、打闹，遵守交通规则，从小教育孩子遵守交通规则，了解交通标志，养成良好的交通习惯。（2）监护陪同：在上下学途中或外出活动时，家长应陪同儿童，骑车时必须佩戴头盔和护具。（3）车辆安全：乘车时使用儿童座椅或安全带，并锁好车门防止意外开门。

触电

家庭环境中电器、电线及插座的存在，为好奇心强的儿童带来了触电风险。不安全的电器设备、暴露的电线或插座均能引发触电事故。

预防措施 （1）家长提高用电安全知识，定期检查家中电器，确保无线路老化或暴露。（2）安装插座保护盖，教育孩子不要触摸插头、插座和电器。（3）家长需掌握急救知识，以便处理触电事故。

儿童的安全是每一个家庭和社会的共同责任。通过了解常见的意外伤害及其预防方法，我们可以为孩子们的成长创造一个更安全的环境。