



70

真心關懷  
擁抱健康

成為在地民眾最信賴的健康促進醫院



三  
重  
院  
區  
板  
橋  
院  
區  
全人醫療 優質專業 關懷弱勢 深入社區 健康促進 成為在地民眾最信賴的健康促進醫院

## 一般挫傷、扭傷、瘀傷之 注意事項

- 減少患肢的活動，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 24 小時內，患處可使用冷敷，但不可將冰塊直接置於皮膚上，需用毛巾或手帕墊於患處，48 小時後再熱敷。(24 ~ 48 小時之間冷敷)。
- 患肢於彈性繃帶固定時，如有太緊(患肢末端冰冷，麻木或膚色變紫)或太鬆，應重新綁過。
- 患處若有傷口，需經常換藥以保持清潔與乾燥為原則。
- 請於兩天後到骨科門診追蹤。
- 上肢可以使用三角巾撐托。

若有以下情形，請盡速回醫院就診

- 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、甚至發燒的情形。
- 患處有變形。
- 5 ~ 7 天後扭傷或拉傷仍未改善。

112.01 70-C1-005



新北市立聯合醫院關心您  
聯絡電話 (02) 2982 9111 分機 3200  
若有任何疑問，歡迎您與我們聯絡