

雨天摔倒碰破皮暗藏感染风险

医生提醒:纸巾擦拭并不安全,别盲目跟风“湿性愈合”

连日降雨,路面湿滑,一不留神便容易摔倒,造成磕碰擦伤甚至流血。很多人觉得“不就蹭破点皮嘛”,用纸巾擦擦就行,殊不知雨水里混杂着泥沙、细菌甚至化学污染物,会让伤口的感染风险飙升数倍。记者采访南京市中西医结合医院相关专家了解到,雨天摔倒擦伤切勿简单用纸巾擦拭伤口,3—5分钟的冲洗、消毒、防护缺一不可。而面对这些创面,“湿性愈合”也是比较流行且优势明显的治疗方案。

通讯员 杨璞
扬子晚报/紫牛新闻记者 许倩倩

雨中摔伤后用纸巾擦拭伤口,恐加重污染

普通的擦伤一般只是皮肤表层破损,感染风险本来并不高,但雨天路面积水里混合了地面残留的泥沙、汽车轮胎带来的油污、下水道反上来的各种细菌、周边环境泄漏可能存在的化学污染物……伤口一接触,感染概率大幅提升。“这些污染物随着雨水冲进开放的伤口,不仅会把细菌带到创面引发感染,还可能有细小的泥沙、异物残留在伤口里,如果不及时清理干净,很容易形成肉芽肿,甚至会留下明显疤痕,影响愈合后的外观。”南京市中西医结合医院急诊科主任杨润华说。

此时,用随身携带的干纸巾、湿纸巾擦伤口其实并不安全,特别是不合格的湿纸巾本身还可能带有细菌,反而会加重污染。杨润华介绍,如果是轻度擦伤,伤口不大、出血不多,可以先自行居家处理,第一步就是彻底冲净伤口,建议用生理盐水或常温的瓶装饮用水冲洗,冲洗时间大概维持3—5分钟,确保创面充分清洁。如果有比较细小的异物冲不出来,可以用消毒后的医用镊子轻轻夹出。“冲洗完伤口之后,就要进行消毒工作。用无菌棉签蘸取碘伏,从伤口中心向外环形涂抹,消毒伤口周边2—3厘米的皮肤区域,一般消毒2遍即可。”

很多人觉得擦伤就要晾着,让伤口快点结痂,其实这种观念已经过时了。

“如果伤口比较浅、面积不大,消毒之后可以用透气的无菌创可贴或者无菌纱布轻轻覆盖,只要起到隔绝灰尘、避免摩擦的作用就可以。”杨润华说,要注意保持创面干燥,每天观察伤口的变化,是否出现红肿、渗液、疼痛加重的情况。

“如果出现伤口较深、出血不止,或者伤口里异物残留无法排出、伤口污染特别严重等情况,就不能在家自行处理了。”杨润华提醒,出血按压10分钟之后还是止不住,说明可能损伤了皮下血管,甚至更深的组织,需到医院进行止血处理。“污泥坑、下水道附近等的积水相对更脏,建议直接到医院进行专业清创,把污染物彻底清理干净。如果自行处理之后1—2天,伤口出现红肿范围扩大、疼痛加重、有黄色脓性渗液,甚至发烧等情况,说明已发生感染,要立刻到医院进行处理,医生会清理感染创面,必要时开具口服抗生素治疗。”

杨润华提醒,只要是开放伤口,尤其是污染伤口,都有感染破伤风的风险,如果最后一次接种破伤风疫苗已超过5年,建议到医院补种一针破伤风疫苗,预防破伤风感染。尤其是伤口比较深、污染重的,一定要遵医嘱进行预防。

“湿性愈合”优势显著,但并非人人适用

记者发现,越来越多的人提到“湿性愈合”,也有不少网友分享了自己摔

倒后进行“湿性愈合”的体验。网友默默前几天下雨骑车后不慎摔破了膝盖,当天自行使用了创可贴,可第二天就因为创面渗液过多导致没办法弯曲走路。去医院就诊后进行了“湿性愈合”,用水胶体敷料贴敷在创面上,一个星期伤口就长好了,而且全程没有结硬痂,伤口处也没有“黑皮”。

所谓“湿性愈合”,是指运用密封式敷料使创面处于密闭性或半密闭性环境,敷料将渗液全部或部分保持在创面上,造成一个接近生理状态的湿性环境,同时敷料可防止液体和细菌透过,促进肉芽组织增生和皮肤细胞分裂增生,促使伤口快速愈合。

“临床上,超过四周伤口都无法正常愈合的患者,是湿性愈合最核心的适用人群,比如糖尿病足溃疡患者、压疮(压力性损伤)患者、静脉性溃疡等慢性难愈伤口。”中医外科(疮疡科)主任中医师傅良杰告诉记者,现在很多外科手术的缝合切口,都已经开始用湿性密闭敷料覆盖了,比如腹部手术、整形手术切口等等。“湿性愈合不仅能减少伤口感染的概率,还能缓解换药时的疼痛。因为湿性敷料不粘连伤口,更换不会损伤新生上皮,愈合后瘢痕也更淡。如果手术切口有少量脂肪液化、渗出,湿性敷料也能很好地吸收渗液,不需要频繁换药。”

不过,虽然“湿性愈合”的优势很明显,但它并不适合所有伤口,一般门诊都会根据患者伤口的类型、分期和基础情况,判断是否选择“湿性愈合”方案。

“日常的浅表擦伤,在伤口清洁、无感染的前提下,可以自行采用简易湿性愈合方式护理。但促进湿性愈合的敷料品类较多,如水胶体敷料、泡沫敷料、藻酸盐敷料、抗菌敷料等,建议在专业医护人员指导下选择,避免盲目使用。”中医外科伤口护理门诊副主任护师王裕玲表示,如果伤口已经发生严重感染、有大量脓腔坏死组织没有引流干净的伤口,以及深度很深的刺伤,这类需要充分引流干燥的伤口,都不适合早期密闭性“湿性愈合”。

新冠疫情上升趋缓 未发现变异株

八种口服药供应平稳

正值暑期,人员流动频繁。一些群众反映身边咳嗽的人多了、新冠检出率增加了,担心新冠疫情是不是有波动、会不会造成大面积感染。带着群众普遍关心的热点疑问,记者深入基层医疗机构、社区卫生服务中心一线走访,连线有关专家。

《全国急性呼吸道传染病哨点监测情况(2026年第31周)》显示:此次疫情上升仍属周期性波动,强度与前两年相当,上升趋势已趋缓。当前未发现重大公共卫生风险的变异株。

中日友好医院(国家呼吸医学中心)副主任医师高倩介绍,从医院门急诊情况看,新冠病毒检出数量较去年同期增加,提示近期社区感染活动水平有所升高。新冠相关住院患者数量总体平稳,患者整体病情偏轻,重症病例持续维持低位。

南方医科大学南方医院感染内科主任医师彭劼说,近期发热门诊接诊的新冠感染者,绝大多数以咽痛、干咳、流鼻涕为首发不适症状,发热以中低热为主,出现持续高热的患者数量并不多。

中国疾控中心监测显示,新冠病毒感染乙类乙管以来,已成为常见多发的呼吸道传染病,我国每年发生1至2次疫情波动。

监测数据背后,是全球规模最大的传染病报告系统——我国传染病网络直报系统已覆盖全国超8.4万家各级各类医疗卫生机构,通过智慧化多点触发,可不间断开展哨点医院、实验室、环境等多渠道主动监测。

“我中心至少配备一种新冠特异性治疗药物,根据需求动态调整采购计划。目前前来开药的群众没有明显增多,也没有出现药品库存告急的情况。”北京市海淀区北太平庄社区卫生服务中心全科主任董炜说,对于行动不便的老年人,家庭医生团队还可提供上门评估和指导。

记者从国家卫生健康委了解到,目前国内有八种新冠特异性口服治疗药物可供治疗使用,包括奈玛特韦片/利托那韦片、先诺特韦片/利托那韦片等,还有药物已通过审批,上市后将有更多治疗选择。

国家卫生健康委抽样调查显示,目前河南、湖北、广东等省份公立医疗机构新冠特异性治疗药物供应总体平稳。

专家强调,若怀疑自身感染新冠病毒,可选择新冠抗原检测或新冠核酸检测。确诊阳性后,重点人群宜及时服用抗病毒药物,但必须在医师综合评估、专业指导下科学用药,杜绝擅自服用。

新华社

七旬夫妇饱受腰腿痛折磨 同期接受微创手术

近日,南京市第一医院骨科收治了一对饱受腰腿痛困扰的七旬夫妻,二人同期接受了单侧双通道脊柱内镜手术(简称UBE),在医护团队的精心救治与彼此的陪伴下,夫妻俩均已顺利康复出院。

年过七旬的王爷爷(化姓)和张奶奶(化姓)夫妻二人,多年来均受腰椎退变问题困扰,腰腿疼痛反复发作。随着年龄增长,症状不断加重,严重影响行走、做家务及夜间休息,生活质量明显下降。此前,二人长期采用保守治疗,虽能短暂缓解不适,但无法根治病症。

今年7月初,王爷爷腰腿疼痛突然加重,无法正常站立行走,在老伴陪同下前往南京市第一医院骨科就诊。骨科主任医师、医学博士隋吉生仔细查看患者,结合临床表现和影像学检查结果,确诊王爷爷为腰椎间盘突出,需要手术治疗。

结合王爷爷的情况,隋吉生主任团队制定了UBE微创手术方案。手术过程顺利,术后王爷爷疼痛症状显著缓解,在医护人员和老伴陪伴下,术后第一天下地行走。

看到老伴恢复得这么好,同样饱受腰腿痛折磨的张奶奶彻底放下了手术顾虑。在王爷爷住院康复期间,她主动向医护团队提出也想手术治疗的需求。

据了解,张奶奶为多节段腰椎管狭窄,病程更长、病情更为复杂。针对张奶奶高龄、病情复杂的情况,团队开展术前讨论,全面评估张奶奶心肺功能、身体耐受度等各项指标,研判手术风险,优化诊疗及康复方案。在麻醉疼痛与围术期医学科的高效配合下,顺利为张奶奶完成多节段腰椎管狭窄UBE微创手术,解决了腰椎管狭窄压迫神经问题。

隋吉生介绍,相较于传统腰椎开放手术,UBE微创手术依托双通道独立操作、高清内镜可视化操作的优势,具有切口小、出血少等特点,术后患者可早期下地活动,是目前临床治疗腰椎疾病的微创术式之一。

住院期间,骨科医护团队为两位老人提供精细化、人性化诊疗服务。每日定时查房,监测生命体征与术后恢复情况;耐心解答疑问,细致指导康复训练;



两位老人术后恢复良好 院方供图

叮嘱饮食、作息及术后养护要点,同时安抚老人情绪,全方位保障夫妻二人的术后康复。

隋吉生介绍,精准的微创手术与细致的护理服务,加之夫妻二人相互扶持、积极配合治疗,两位老人术后恢复良好,无并发症发生,各项指标均达到出院标准。出院当日,两位白发老人相互搀扶、携手离院。

通讯员 曹慧慧 张洁
扬子晚报/紫牛新闻记者 吕彦霖

公告

招商局南京油运股份有限公司员工方磊、濮阳侯明、罗廷春、肖强;
南京海顺海事服务有限公司员工高玉琛、冉宪坤、周建平、刘景臣、王强、赵叶轶:

根据你的联系方式,公司已多次联系安排你工作未果。为此,公司已通过EMS书面告知你,限期回公司报到,否则按旷工处理。但至今你仍未回公司报到。现再次登报告知,请你务必在2026年8月19日前回公司报到,否则公司将依照《员工奖惩管理须知》的相关规定作解除劳动合同处理。

招商南油船员管理中心
2026年8月12日