

撒食盐、抹唾沫、敷野菜、涂红药水……

伤口消毒“土招”靠谱吗



撒食盐、抹唾沫、涂药水、敷野菜……不小心受伤后，人们给伤口消毒止血的方法可谓五花八门。哪种靠谱呢？东南大学附属中大医院烧伤整形科主治医师于冰提醒，民间流传的一些消毒“土招”建议大家慎用，乱用不仅不消毒，还可能适得其反。

【民间土招】

抹唾沫：会增大伤口感染风险

口中虽然含有一些杀菌酶，但效果有限。而且，唾沫本身也有一定的细菌，反而可能起到相反作用。尤其值得注意的是，如果提供唾沫的人患有龋齿、念珠菌病或牙周病等口腔疾病，唾沫里的细菌成分会大大增加伤口感染风险。

敷野草野菜：很难保证干净无菌

外出游玩不小心受伤时，老人们常建议将野草野菜嚼碎或捣碎敷在伤口上。有些野草野菜虽然有一定的杀菌消毒作用，但不能保证它们本身是干净无菌的，并且有些野草野菜并不利于伤口的愈合。因此，如果是不认识的野草野菜，又不能确保它们是干净的情况下，不推荐使用这种方法进行消毒。

撒食盐：会致脱水引起严重疼痛

食盐确实有助抑制细菌繁殖，但不能用作人体消毒剂。因为它会让人体组织脱水，引起严重疼痛。更严重的是，将食盐直接撒在创面上，会有大量水分渗出，加重血液浓缩，可能导致受伤皮肤细胞坏死；同时，盐被吸收进入血液容易引起高钠血症，还可能引起神经系统症状，甚至导致休克。

涂红药水紫药水：毒副作用不小

红药水和紫药水曾经是很多家庭药箱里的必备药，但事实上，红药水的杀菌作用很弱，并且含汞，对人体有一定的毒性；紫药水只能用于未破损的皮肤上，其中含有的龙胆紫还具有潜在的致癌作用，杀菌效果有限。涂抹这两种药水会掩盖伤口本来的面目，使得就诊时，医生无法看清患处的真实情况，影响伤口的清创。现如今，它们已被淘汰出消毒用药了。

【科学方法】

碘伏：可用于多数情况下皮肤、黏膜的消毒

医用碘伏的浓度较低，刺激性较小，可直接用于多数情况下皮肤、黏膜的消毒。碘酒与碘伏相比，刺激性较强，会让伤口产生较为明显的烧灼疼痛感，可用于程度较轻的挫伤、擦伤等一般外伤的消毒。酒精可用于小伤口消毒，其刺激性较强，不适宜黏膜破损处的消毒，否则可能加重黏膜破损，延缓愈合。

双氧水：可用于深部伤口的清洁

浓度等于或低于 3% 的双氧水（主要成分为过氧化氢溶液），可用于深部伤口

的清洁。污染严重的深部伤口一般先用双氧水冲洗，再用生理盐水冲洗，最后用酒精消毒。双氧水不宜接触眼睛和外耳道的皮肤破损处，否则可能影响视力和听力。

红花油：常用于运动中出现的软组织挫伤

红花油具有止痛、消肿和抗炎的作用，常用于运动中出现的软组织挫伤。不过，红花油不能用于有皮肤破损、出血的伤口，也不能接触眼睛、口腔等黏膜。此外，扭伤后局部肿胀也不建议用红花油，以免加重病情。过敏体质者也应慎用红花油。

【链接】

伤口如何处理

于冰建议，小且浅的伤口，处理时应先用清水或无菌生理盐水冲洗伤口及周围，然后用湿的纱布将伤口的血液及污垢由内向外清除，尽量不要贴创可贴。如果

伤口较深或被生锈的东西刺伤，除了简单处理外，还要使用双氧水清洗，并及时到医院就诊。

（据《生命时报》）