

# 2010 國家衛生研究院第四季心得分享參考

2010.10.01

## 我如何運用 COCHRANE LIBRARY

### 進行實證照護並改善醫療行為

#### 作者簡介

陳杰峰, MD, MPH, PHD

台灣實證醫學學會 秘書長

台北醫學大學市立萬芳醫院 整形外科主任  
實證醫學中心主任

#### 閱讀文獻

*Water for wound cleansing.*

Fernandez, R., & Griffiths, R. (2008).

Cochrane Database Syst Rev(1), CD003861.

doi: 10.1002/14651858.CD003861.pub2

在台灣，大家清理傷口的時候，一直根深柢固的認為就是要用生理食鹽水，才會放心的清理傷口；如果對於急性傷口或者是縫合的傷口，幾天就拆線，會到便利商店買一排生理食鹽水，就可以用到傷口癒合。但是，在很多慢性傷口，尤其是褥瘡、糖尿病足症，或燒燙傷，清理傷口成為日常生活中的一部份時，如果每天都用生理食鹽水，無形中是一個負擔。

在閱讀考科藍文獻回顧資料庫 (Cochrane Database of Systematic Reviews, CDSR) 的時候，看到一篇 2008 年費南德茲有關於用水來清理傷口的論文 (Fernandez, 2008)，分析了 11 個臨床試驗，主要的結論就是使用自來水來清理傷口，和生理食鹽水有同等功效。自從看了這個結論以後，的確動搖了我們原本對於清理傷口的觀念，因此我們開始嘗試讓病人手部的傷口，直接在水龍頭下清洗，可以清洗的很乾淨。但當我們剛開始讓病人使用生水來照顧傷口的時候，病患往往會露出狐疑的眼神，真的

嗎？真的可以用自來水來清洗傷口嗎？我們有考科藍文獻回顧做後盾，自然也相信這樣清理傷口是可以達到清潔的效果，研究報告中提到，甚至於有少部份的文獻支持自來水清洗傷口可以增加傷口癒合的能力，或是降低感染的可能性；當沒有自來水時，也可以用冷開水或蒸餾水洗傷口。病人在經過第一次的清洗之後，回診時，往往主動要求要在水龍頭下清洗，一方面是因為可以洗的比較乾淨，就好像幫傷口洗澡一樣，另外一方面，因為病人自己移除掉傷口上面的藥物及敷料，反而可以更清楚怎樣移除比較不痛，因此樂意自己在水龍頭下沖洗傷口。

我們使用這樣子清理傷口的方式，其結論是和考科藍文獻回顧的結論是一致的，因此，這是一個因系統性回顧的文獻而改變臨床行為，進而增進病人健康的實際案例，也是知識轉譯的實務應用。📖

心得徵文活動自即日起至 2010.12.31 止，投稿就有機會贏回 iPod!!!

欲知活動詳情，請至國家衛生研究院 Cochrane Library 專案入口網站 [www.csis.com.tw/Events/2010Cochraneportal/](http://www.csis.com.tw/Events/2010Cochraneportal/) 查詢！