

警告：切勿侵犯版權

閣下將瀏覽的文章／內容／資料的版權持有者為消費者委員會。除作個人非商業用途外，閣下不得以任何形式傳送、轉載、複製或使用該文章／內容／資料，如有侵犯版權，消費者委員會必定嚴加追究法律責任，索償一切損失及法律費用。

《消費者委員會條例》第二十條第(1)款其中有規定，任何人未經委員會以書面同意，不得發布或安排發布任何廣告，以明示或默示的方式提述委員會、委員會的刊物、委員會或委員會委任他人進行的測試或調查的結果，藉以宣傳或貶損任何貨品、服務或不動產，或推廣任何人的形象。有關該條文的詳情，請參閱該條例。

本會試驗的產品樣本由本會指定的購物員，以一般消費者身份在市面上購買，根據實驗室試驗結果作分析評論及撰寫報告，有需要時加上特別安排試用者的意見和專業人士的評論。對某牌子產品的評論，除特別註明外，乃指經試驗的樣本，而並非指該牌子所有同型號或不同型號的產品，也非泛指該牌子的所有其他產品。

本會的產品比較試驗，並不測試該類產品的每一牌子或同牌子每一型號的產品。

本會的測試計劃由本會的研究及試驗小組委員會決定，歡迎消費者提供意見，但恕不能應外界要求為其產品作特別的測試，或刊登其他非經本會測試的產品資料。



無論是兒童做功課或玩耍，又或是成人日常工作和處理家務，都有機會使用剪刀、碰到尖銳物件或熱水等等，稍一不慎便有可能割傷或燙傷。傷口癒

合後，往往留下一道疤痕。

市面有些能幫助減輕疤痕問題的產品和藥膏，如何挑選？使用時要注意甚麼？本會邀請了皮膚科醫生為消費者——道來。

除疤貼及除疤藥膏治療原理

疤痕怎樣形成？

皮膚在損傷後，傷口會長出纖維組織替代原有的皮膚，這個纖維化的區域就是疤痕，通常呈粉紅色或啡色。疤痕是無法完全去除的，不過可透過治療和護理盡量收細面積或淡化色素，令疤痕較不明顯。預防勝於治療，每次使用剪刀、尖銳物品或接觸熱燙物品時，加倍小心，避免受傷，便可減少出現疤痕的機會。

較常見的疤痕形態

最常見的疤痕形態是扁平而淡色的疤痕。在傷口自然癒合的過程，初期疤痕可以是紅色或更深色的，在傷口癒合後有輕微凸起，但隨著時間過去，疤痕會漸漸變得較淺色，一般需時約兩年。

增生性疤痕 (hypertrophic scar) 是沿着傷口形成的紅色疤痕，較為凸起，形態會保持多年。

肉芽 (keloid scar) 又稱疤痕組織增生或癭瘤性疤痕，由傷口部位產生過量纖維組織所引起，會生長超過原本傷口的邊界，甚至在傷口癒合之後仍在增生。



增生性疤痕形態較為凸起。

萎縮性疤痕 (atrophic scar) 是一種有凹陷外觀的疤痕，多見於暗瘡或水痘痊癒後。

攣縮性疤痕 (contracture scar) 於燒傷後因皮膚收縮和收緊而出現，這種疤痕有可能妨礙相關部位的活動。

香港醫學會董皮膚科專科醫生陳厚毅指出，不同創傷所引致的疤痕外觀會有分別，例如一般家居不慎割傷，多由尖銳物件引致，所以傷口範圍較小，疤痕較幼細、較規則；然而，如果是火燒或滾水燙傷所引致，傷口範圍會較廣、不規則，留下的疤痕一般較難看。

傷口的護理很重要

疤痕的外觀通常取決於傷口癒合的程度。因外科手術或關節（膝蓋和手肘）受傷而留下的疤痕一般較明顯，而由細小切割或輕微刮傷所導致的疤痕則可透過適當的傷口護理而變得較不明顯。

保持傷口清潔最重要，不一定需要使用抗菌藥膏。要保持細小切割、刮傷或其他皮膚損傷的位置

清潔，應盡快以溫和的肥皂和清水輕輕洗滌傷口，以清除碎屑和預防細菌感染。如有需要，也可使用聚維酮碘 (povidone iodine) 等外用消毒藥水進行消毒，再按醫護人員指示塗抹藥膏。

此外，用膠布或繃帶覆蓋受傷的部位會有幫助。在傷口癒合期間，應每天更換包裝物料，以保持清潔。

石蠟油 (petroleum jelly) 能防止傷口乾燥，也有助防止疤痕變得太大，太深或痕癢。含有石蠟油的潤膚膏亦可保持傷口濕潤以幫助受傷的皮膚癒合。

較深的傷口

較深的傷口可能需要醫生縫合以促進癒合，以防形狀較不規則的疤痕形成。

此外，按醫生指示護理傷口、覆診及於適當的時間拆線對傷口癒合亦很重要。拆線的時機如果掌握得好，可令「蜈蚣狀」縫線疤痕看來較不明顯。

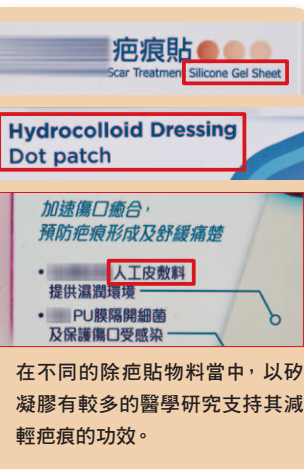
防曬以防止疤痕顏色變深

傷口癒合後，如在陽光猛烈的時間到戶外活動，應在傷口上塗搽SPF30或更高

SPF值的防曬產品，以減少疤痕顏色變得更紅或更啡，並有助疤痕較快褪色。

除疤貼

市面上有各式各樣的除疤貼產品出售，供傷者護理癒合了的傷口，以減輕疤痕問題。除疤貼產品較適合範圍較細小的肉芽或增生性疤痕，產品大小各有不同，大部分是一大片的，例如長闊為7厘米 x 4厘米或12厘米 x 3.5厘米，可以用清潔的剪刀裁剪成接近疤痕的大小使用，並可按產品說明書指示每天清洗後翌日再使用。如除疤貼變得沒有黏貼力、沒有回彈力、嚴重破損或太骯髒，應按指示更換另一片；亦有一些面積較細小的除疤貼產品，是直徑1.2厘米的圓片，較適合用於較短小的疤痕，但整片較薄身，難以保存重用，用後應妥善棄置。



在不同的除疤貼物料當中，以矽凝膠有較多的醫學研究支持其減輕疤痕的功效。

這些產品的物料多為矽凝膠 (silicone gel)，也有聚氨酯 (polyurethane)。陳醫生表示，矽凝膠有較多的醫學研究支持其減輕疤痕的功效，不過原理暫時不太明確，可能與它在皮膚表層作為人造保護膜防止水分流失及固定疤痕位置等有關。陳醫生指出，這類產品適宜用於已癒合的傷口，但切勿用於有傷痂、有縫線、未癒合或發炎的傷口上。一般每日使用10至24小時以達最佳效果，每個療程需時2至4個月，嚴重的疤痕可能需時3至6個月。陳醫生提醒使用者，由於要長時間將矽凝

膠片貼在身上，有機會阻塞毛孔，引致毛囊炎。此外，如發現皮膚敏感，可將使用時間縮短，如情況持續，則應立即停止使用並諮詢醫生意見。

除疤藥膏

矽凝膠除了用於貼片，也有含矽凝膠的除疤藥膏。相對於貼片需要每天長時間貼在疤痕上，塗搽藥膏可減輕傷者的不方便或不舒適感覺，即使用在身體外露部位，也不會引人注意。然而，這些藥膏並不便宜，可貴至15克約\$370。

陳醫生表示，有醫學研究指出，含矽凝膠的除疤藥膏對縮小肉芽有一定效果，不過與其他治理方法相比，則沒有太多研究。

除了矽凝膠之外，市面也有含有其他成分的除疤藥膏，其中不少含有洋蔥提取物 (Allium cepa bulb extract) 和尿囊素 (allantoin)。陳醫生表示，有醫學研究初步顯示洋蔥提取物對肉芽有一定效果，但隨機對照臨床試驗較少；此外，亦有研究洋蔥提取物對預防疤痕的功效，惟暫時的結論不一。至於尿囊素，陳醫生指有少量證據支持其能促進傷口癒合。還需有更多研究去支持洋蔥提取物和尿囊素的效用。

其他較常見的產品成分還有蘆薈提取物和維他命E，但暫時的醫學研究結論不一，未能確定這些成分於疤痕治理的效用。

此外，傷者應注意小部分除疤藥膏含有防腐劑如對羥基苯甲酸甲酯 (methylparaben) 或山梨酸 (sorbic acid)，還有色素和香料等。如果皮膚較敏感，應該小心使用。

其他治療方法

陳醫生指出，除了用貼片和藥膏之外，還有一些需要由醫生操作的治療方法，例如以類固醇注射 (corticosteroid injection)、冷凍治療 (cryotherapy)、激光療程和注射填充物 (filler injection) 等，傷者接受療程前，應先向醫生瞭解當中的風險和所需費用。

類固醇可抑制發炎反應，並造成血管收縮，減少疤痕組織的血氧供應，而且可抑制纖維母細胞的增生，減緩新生膠原蛋白的速度。不過，若長期或過量注

射，可能引致皮膚色素變化、皮膚萎縮、微絲血管增生等副作用。

冷凍治療可用於處理增生性疤痕和肉芽，有研究指出，在多次治療後能夠撫平約50%至75%的肉芽。此療法不適合施用於大面積的疤痕。其副作用包括治療時的疼痛、永久性色素脫失、色素沉着、皮膚萎縮等。

將激光施用於萎縮性疤痕，可將凹陷的疤痕磨平，並刺激新的膠原蛋白再生；對於增生性疤痕和肉芽，可用激光破壞下方的微絲血管，阻斷疤痕組織的血氧供應，減少其增生。

將膠原蛋白、玻尿酸或自體脂肪作為填充物注射至凹陷的疤痕，可使其恢復平滑外觀，但效果短暫，填充物可在數個月之後被身體吸收，便失去修復疤痕的效果。

總結

要預防疤痕當然最重要是避免受傷。萬一受傷，傷口的清潔和護理至為重要，如果護理不當而出現發炎的情況，除了會增加出現明顯疤痕的機會之外，還可能導致嚴重的感染，對健康的影響比疤痕更大。陳醫生提醒，處理疤痕要把握時機，最好在傷口癒合後，沒有發炎情況的首一、兩年便要治理，不要拖延太久。



市面上有以不同物料製成的除疤貼產品，其中以矽凝膠片較多。