

美膚與健康

# 疤痕整形 抹平外傷的印記

文／  
整形外科  
主治醫師  
吳曉舒

不論是跌倒造成臉上撕裂傷，或是外傷引起的皮膚損傷，幾乎所有病人或家屬都會問：「醫師，這會留疤嗎？」任何傷口，包括外傷或手術切痕，一旦傷及真皮層，必然都會留疤。疤痕的形成與個人體質、受傷位置、傷口走向、局部組織受損程度及縫合技術都有關係。

通常在受傷的瞬間就已經決定這個傷口在癒合之後會不會形成明顯的疤痕，包括受傷機轉、受力大小及傷口汙染程度，都足以決定疤痕的寬扁凹凸。例如假使在額頭正中央有個深及骨頭的6公分傷口，未來的疤痕必然會相當明顯；又如哈利波特前額的閃電形疤，其實與佛地魔的法力作祟無關，而是因為直向的疤痕無法靠皺紋隱藏，只能用瀏海稍微遮掩一下。

對於疤痕，整形外科醫師所能做的是修疤、淡疤，或者利用一些視覺上的錯覺讓疤痕比較不明顯，而非除疤。畢

竟醫師不是魔術師，不可能讓破裂的花瓶在經過修整之後變得完好如初，就像從來沒有被打破一樣（其實魔術師是以另一個一模一樣的花瓶來欺騙大眾的眼睛）。

## 有關疤痕形成二三事

疤痕組織主要由纖維母細胞組成，缺少彈性纖維，比正常的表皮組織薄，疤痕面積越大（例如燒燙傷的疤痕），緊繃感就越明顯，在這樣的受力下還可能產生水泡及搔癢的問題。疤痕屬於正常的癒合過程，超過3個星期才癒合的傷口，很容易形成肥厚性疤痕，為了加速傷口癒合以及避免肥厚性疤痕影響美觀或導致功能障礙，醫師會以補皮或局部皮瓣重建的方式閉合傷口。疤痕的成熟須歷經發炎反應期、纖維增生期及成熟期，預期需費時半年至1年，因此修疤手術最好在疤痕成熟後施行，效果才會顯著。

預防疤痕產生最重要的原則就是不要受傷，一旦有傷口，在疤痕未成熟前，請耐住性子做好疤痕照護的基





外傷後致左額留下凹陷疤痕（吳曉舒提供）



修疤手術後1個月，在以除疤凝膠照護（吳曉舒提供）

本功（例如使用除疤凝膠按摩、矽膠片壓迫等），盡量防止形成不美觀的疤痕。待疤痕穩定之後，可和整形外科醫師仔細討論，了解疤痕的種類與如何修整治療。

### 美化疤痕的有效策略

疤痕整形的方式可以分成3類

#### ● 在病灶注射類固醇

適用於肥厚性疤痕或有蟹足腫體質的病人。有蟹足腫體質者，身上的任何傷口都可能形成比原本傷口還大的疤，既紅又腫且厚，就像螃蟹腳一樣，即使修掉還是會一再出現，甚至更加嚴重，所以不建議開刀。

#### ● 雷射

磨皮雷射，可將疤痕磨淺一點。染料雷射，可使顏色較紅的疤色澤變淡並萎縮。較新的飛梭雷射，在進行淺層磨皮的同時亦可深層刺激膠原蛋白形成，使皮膚凹陷處恢復平坦。

#### ● 手術

在疤痕已呈穩定狀態（通常疤痕形成已超過半年），且外形寬粗或不美觀時，可以利用手術來改善疤痕。手術方法包括疤痕切

除重縫、Z形或W形修疤、磨皮術等。若疤痕太大，可考慮分階段切除，或置放組織擴張器待擴張一段時間後再將疤痕切除。若因疤痕攣縮引起運動功能受限，必須儘早進行手術治療，以免引起永久性的關節功能受損。

在疤痕修整完成後，手術傷口需要正確的照顧，包括避免日曬及不可使用化妝品或保養品，以免異常疤痕再次產生。當傷口拆線或癒合穩定後，可依個別需要開始執行按摩療法和壓迫療法。按摩可以軟化硬疤，使凸起或有攣縮傾向的疤痕獲得改善。壓迫則是以矽膠片或彈性衣壓迫突起的疤痕，矽膠片貼壓的範圍必須大於傷口本身才有效，不過在胸前或關節處貼矽膠片無法達到很好的壓迫，以致效果不佳。另外，四肢關節處的疤痕因承重壓力及活動屈曲之故，容易刺激疤痕產生，所以在修疤後應減少活動。

在此也呼籲大家不要戴著放大鏡來看待疤痕，疤痕雖然不如父母生養的自然皮膚好看，卻很盡責地保護著其下的血管神經及骨骼，不讓這些重要器官或組織裸露在外。因此，對於無法完全去除的疤痕，還請調整心態，泰然處之。🕊