

衛教編號：PS-013

2008.11.10 訂定
2023.07.10 (3 修)
2022.09.06 (5 審)



甲溝炎術後照護須知



全人智慧 醫療典範
愛心 品質 創新 當責

經整形外科醫師或護理專家檢視
臺中榮民總醫院護理部編印

一、甲溝炎病因：

甲溝炎即是台灣俗稱的「凍甲」，最常好發部位在大腳趾、右手中指、食指。引起甲溝炎的原因大多是因為細菌或黴菌感染，及經常接觸一些刺激性物質，如肥皂水、清潔劑等，在家庭主婦、餐飲工作者、洗衣工人較常見；另外愛運動的年輕人因運動時指(趾)甲受到衝撞或壓力造成指(趾)甲往內生長，濕疹、乾癬、吸手指、咬指甲、撕指甲，都會促使甲溝炎的形成。

二、症狀：

甲溝炎發生時，指(趾)甲附近組織會發炎、紅腫、疼痛、化膿，嚴重時會形成肉芽組織增生。有時不理會它或是沒治療，指(趾)甲會變形，產生波浪狀凹凸不平、變白、變黃等(見圖一)。



圖一 右腳大拇趾甲溝炎

三、治療方式：

一般較輕微的發炎情形，可由醫師指示給予口服抗生素及塗抹消炎或抗生素藥膏；若有反覆性發作及發炎，則需手術治療。手術方式有剪除部分指(趾)甲、清除化膿及肉芽組織，必要時移除部份或全部指(趾)甲或是行「甲床整形手術」。手術是在局部麻醉下進行，不需住院。

四、手術後注意事項：

- (一)手術後第一日應儘量休息，並抬高或墊高肢體，以減少出血及腫脹。
- (二)保持患部清潔乾燥，勿浸濕傷口。
- (三)宜穿寬鬆鞋襪或涼鞋，避免壓迫傷口。

五、如何預防甲溝炎：

- (一)剪指(趾)甲時不要剪太深，避免不當修剪，勿撕、咬指(趾)甲，以免造成甲溝炎。
- (二)穿鞋時應避免太緊或密不通風，可選擇大一號的鞋子，減低發生指(趾)甲內生的機會。
- (三)剛發炎時儘量少觸碰肥皂水、清潔劑及刺激性物質，儘快就醫避免惡化。

六、結論

甲溝炎不分男女老少，都可能因此來尋求幫助，為了能夠徹底治療，必須了解如何預防甲溝炎產生，對於不斷復發的甲溝炎應接受整形外科醫師適當有效的手術安排。若術後如有大量出血、局部紅腫、異常疼痛或有全身性發燒等，應立即回醫院診治。如有疑問請洽門診手術室，電話：(04)23592525 轉 6660，臺中榮總關心您。

七、參考文獻

- 陳梅君(2020)·足部甲溝炎的治療·*臨床醫學月刊*，86(5)，659-663。
- 楊志勳(2019)·我的手指頭怎麼腫起來了！—不能小覷的甲溝炎·*健康世界*，506，33-36。

讓我們來進行測驗，以確認您已充分了解

1. 甲溝炎最常好發部位在大腳趾、右手中指、食指。

是 否 不知道

2. 引起甲溝炎的原因大多是因為細菌或黴菌感染。

是 否 不知道

3. 手術後第一日應儘量休息，並下垂肢體，以減少出血及腫脹。

是 否 不知道

4. 剪指(趾)甲時不要剪太深，避免不當修剪，勿撕、咬指(趾)甲，以免造成甲溝炎。

是 否 不知道

5. 穿鞋時應避免太緊或密不通風，可選擇大一號的鞋子，減低發生指(趾)甲內生的機會。

是 否 不知道