

Jak dbać o rany

Informacja dla pracowników:

Czy umieszczono informacje dot. szwów i tężca?

Niniejsza ulotka zawiera informacje o tym jak dbać o Państwa ranę oraz pomoże Państwu w rozpoznaniu zakażenia oraz innych powikłań. Ulotka składa się z kilku części, w których udzielamy informacji na poniższe tematy:

- Dbanie o ranę
- Objawy, na które trzeba zwracać uwagę
- Zmiana opatrunków
- Inne zalecania, na przykład dawki wspomagające szczepionki na tężca

Dotyczy wszystkich ran

Rana powinna być zawsze sucha i czysta – jeżeli jest to możliwe, należy myć naokoło rany. Jeżeli rana znajduje się na Państwa dłoni lub palcu, prosimy nie zakrywać jej woreczkiem ani wodoodpornymi ochraniaczami na palce, chyba że tylko do mycia rąk, ponieważ sprawi to że rana stanie się rozmoczona i podatna na zakażenie. Jeżeli mają Państwo jakiegokolwiek obawy dotyczące rany lub opatrunku, prosimy skontaktować się z miejscową przychodnią lekarską.

Dbanie o ranę

Szwy/ szwy mechaniczne

W celu usunięcia szwów/ szwów mechanicznych, będą Państwo musieli umówić się na wizytę z pielęgniarką w miejscowej przechodni lekarskiej (szwy mechaniczne najlepiej usuwa się specjalnymi szczypcami). Proszę odnieść się do poniżej ramki:

Liczba szwów/ szwów mechanicznych:

Do usunięcia po: dniami

Plastry do zamykania ran

Co najmniej co 2-3 dni należy sprawdzać, czy rana się nie otwiera. Plastry powinny być pozostawione na okres 7-10 dni (lub dłużej w przypadku przedniej powierzchni goleni). Po tym czasie, plastry zazwyczaj same odchodzą od ciała i można je wtedy usunąć. Jeżeli z jakiegoś powodu, Państwa plastry muszą pozostać na dłuższy okres czasu, pielęgniarka powinna zapisać tę informację.

W celu usunięcia plastrów, należy je delikatnie rozluźnić po nawilżeniu wodą. Potem należy je delikatnie odkleić, zaczając od końca z każdej strony w kierunku środka rany. W przypadku jakichkolwiek problemów prosimy o skontaktowanie się z pielęgniarką w miejscowej przychodni lekarskiej.

Otwarcie rany

Otwarcie rany wskazuje na nieskuteczną metodę zamknięcia rany. Prosimy o sprawdzanie rany co 2 dni, zwłaszcza w przypadku, kiedy użyte zostały plastry do zamykania ran lub klej tkankowy. W razie jakichkolwiek obaw prosimy o kontakt z pielęgniarką w miejscowej przychodni lekarskiej.

Krwawienie rany

Rana może czasami krwawić. W nieskomplikowanych przypadkach należy wywierać nacisk na ranę z jej uniesieniem. Jeżeli krwawienie nie ustaje lub opatrunek jest przesączony krwią, należy zasięgnąć porady lekarskiej i mieć nałożony nowy opatrunek. Niektóre rany nie są przykryte opatrunkiem. Jeżeli Państwa rana ma założony opatrunek lub jeżeli Państwo sami będą sobie zakładać opatrunek po powrocie do domu, prosimy odnieść się do poniższych instrukcji podczas zmian opatrunków.

Zmiany opatrunków

Istnieje wiele rodzajów opatrunków, których celem jest ochrona Państwa rany, wchłanianie wydzielin i zapobieganie zakażeniom. Opatrunek powinien być zawsze suchy i czysty. Jeżeli Państwa rana jest bolesna, zalecamy zażycie paracetamolu na 20-30 minut przed zmianą opatrunku w celu uśmierzania bólu.

Najważniejsze jest utrzymanie rany w czystości przy zmienianiu opatrunku

- Należy umyć ręce przed rozpoczęciem zmiany opatrunku
- Usuwanie 'brudny' opatrunek poprzez podnoszenie wszystkich klejących końcówek opatrunku i delikatnie usuwanie opatrunku. Prosimy uważać, aby nie napinać ani nie naciągać rany
- Jeżeli zauważą Państwo krew lub inny wyciek w ranie lub w okolicy rany, prosimy starannie zmyć je wodą. Woda z kranu jest stosowna do tego celu. Prosimy użyć gazy lub czystej szmatki, aby delikatnie dotykając oczyścić i wysuszyć okolice rany. Nie należy używać waty do tego celu, ponieważ włókna mogą pozostać w ranie co z kolei może spowodować spowolnienie procesu gojenia
- Prosimy obejrzeć ranę, w celu stwierdzenia czy wystąpiły jakiegokolwiek z wyżej wymienionych problemów i w razie jakichkolwiek obaw, prosimy skontaktować się z pielęgniarką w miejscowej przychodni zdrowotnej
- Jeżeli jest taka potrzeba, prosimy nałożyć czysty opatrunek, nie dotykając rany ani części sterylnej opatrunku
- Prosimy ponownie umyć ręce

Inne zalecenia

Zapobieganie tężcowi

Jeżeli Państwa szczepienie jest nieaktualne (lub jeżeli istnieje taka wątpliwość), lub Państwa rana jest bardzo brudna, otrzymają Państwo dawkę wspomagającą szczepionki na tężca (która jest teraz połączona z błonicą). To nie jest antybiotyk. Państwa lekarz domowy (z *ang.* GP) będzie zazwyczaj poinformowany, że zostało to Państwu podane, ale powinni Państwo mu również o tym powiedzieć. Może zaistnieć potrzeba sprawdzenia historii Państwa szczepień z lekarzem rodzinnym.

Tet. Tox/Dip podano

Data:

Tet. Immunoglob

Osoby, które wcześniej nie otrzymały szczepień przeciwko tężcowi, będą musiały być poddane całej kuracji w celu zapewnienia całkowitej ochrony przed tężcem. Prosimy odnieść się do poniższej rubryki. W tym celu należy umówić się na spotkanie z pielęgniarką w miejscowej przychodni lekarskiej lub lekarzem rodzinnym (lub sprawdzić swoje akta medyczne).

PACJENT POTRZEBUJE CAŁEJ KURACJI (prosimy o zabranie tego dokumentu z Państwem)

Antybiotyki

Czasami poza oczyszczeniem rany, może być potrzebne leczenie antybiotykami. Ich celem jest zapobieganie i leczenie zakażeń. Antybiotyki należy zażywać zgodnie z zaleceniami lekarza. Do często występujących skutków ubocznych zażywania antybiotyków należą lekka niestrawność i biegunka, symptomy te nie oznaczają jednak, że są Państwo uczuleni na antybiotyki. Należy udać się to lekarza rodzinnego, jeżeli wystąpi wysypka.

UWAGA: Jeżeli używają Państwo pigułek antykoncepcyjnych (środków antykoncepcyjnych złożonych hormonalnych doustnych), kuracja antybiotykowa może wpłynąć na ich zmniejszoną skuteczność. Dlatego też należy zabezpieczać się przed niechcianą ciążą dodatkowo w inny sposób podczas przyjmowania antybiotyków oraz przez 7 dni po zakończeniu kuracji antybiotykowej. Jeżeli te 7 dni przypada po zakończeniu opakowania pigułek, następane opakowanie aktywnych pigułek powinno być rozpoczęto natychmiast, bez normalnej przerwy. Prosimy o odniesienie się do ulotki umieszczonej w opakowaniu pigułek antykoncepcyjnych lub o skontaktowanie się z poradnią planowania rodziny (z *ang.* *family planning clinic*), pielęgniarką lub lekarzem rodzinnym. *Dotyczy szerokiego spektrum antybiotyków podczas 3 pierwszych tygodni. Jeżeli kuracja antybiotykowa przekracza 3 tygodnie, należy powziąć dodatkowe środki ostrożności.*

Oparzenia

Leczenie oparzenia zależy od miejsca oparzenia i jego głębokości i będzie przedyskutowane z Państwem. Zazwyczaj oparzenia powierzchowne częściowej grubości skóry, takie jak oparzenie gorącą wodą/ parą z pęcherzami, goją się w

przeziągu 10-14 dni, ale potrzebna jest regularna zmiana opatrunku. Po zagojeniu, miejsce oparzenia często musi być nawilżane tłustym kremem do ciała. Miejsce to będzie bardzo wrażliwe na słońce przez parę miesięcy, dlatego też należy je chronić kremami z filtrami przeciwsłonecznymi oraz zakrywać ubraniami.

Pierwsza pomoc

Ranę należy umyć i oczyścić, jak najszybciej, kiedy tylko jest to możliwe. Najlepszym sposobem jest przepłukanie rany pod wodą z kranu. Jeżeli rana nadal będzie krwawić, należy wywierać nacisk na ranę przy użyciu czystego materiału lub opatrunku. Jeżeli rana znajduje się na ręce lub nodze, krwawiąca kończyna powinna być uniesiona do góry, nad poziom serca, podczas gdy wywierany jest nacisk. Ranę należy zakryć podczas oczekiwania na pomoc.

Niniejsza ulotka zawiera ogólne porady, jeżeli mają Państwo jakiegokolwiek pytania lub jeżeli Państwa objawy ulegną pogorszeniu, prosimy o kontakt z lekarzem rodzinnym lub pogotowiem ratunkowym pod numerem telefonu – 01935 384 355.

07-17-110

Rewizja: Marzec 19