

Haava eest hoolitsemine

Õige haavahooldus soodustab haava kiiret ja muretut operatsioonijärgset paranemist. Haavahoolduses palume alati lähtuda arsti või õe õpetustest ja/või korraldustest. Korrektseks haavahoolduseks kasutage soovitatud sidumismaterjale ja vahendeid. Ärge kartke nõu küsida, kui teile jäi midagi ebaselgeks või arusaamatuks, võtke julgelt ühendust oma raviarsti või õega.

Operatsioonijärgne haavahooldus

Haava sulgumiseks on olulised esimesed 24-48 tundi, pärast seda loetakse haavaservad väliskeskkonnale sulgunuks. Haavaõmblused, klambrid või haavaliim hoiavad haavaservi omavahel kinni.

Operatsioonijärgsel perioodil võib haav põhjustada valu. Haavale võib asetada külmakoti, kui raviarst on seda lubanud. Tugeva valu korral on abiks käsimüügi valuvaigistid. Ravimite osas peab konsulteerima arstiga.

- Paranemise perioodil hoidke haav puhtana ja kuivana, et soodustada selle paranemist ja vältida infektsiooni teket.
- Enne haava sidumist peske käed. Haava võib puhastada haavahoolduseks mõeldud vahenditega (nt Sol. NaCl 0,9%, Prontosani lahus või pihus, haava või limaskesta antiseptikum), kui teile ei ole öeldud teisiti.
- Kuivatage haava puhta sidumismaterjaliga ning pärast seda katke haav sideme või plaastriga.
- Haava võib pesta pärast kahe päeva möödumist operatsioonist või vastavalt arsti/õe korraldusele.
- Enne pesemist eemaldage side või plaaster ja peske haava voolava leige vee all, kui arst või õde ei ole öelnud teisiti.
- Pärast pesemist laske haaval kuivada või kuivatage haav puhta tampooniga tupsutades.
- Ärge hõõruge haava! Vajadusel asetage haavale uus plaaster või side. Juhul kui haav on kuiv ja põletikutunnusteta, võite jätta haava katmata.

Õmbluste eemaldamine

Haavaõmbluste eemaldamise aja otsustab teie raviarst. Enamasti tehakse seda 10–14 päeva pärast operatsiooni (vajadusel hiljem). Õmbluste eemaldamise järel haavale asetatud plaastri võib ära võtta järgmisel päeval.

Enne õmbluste eemaldamist vältige vannis ja saunas käimist, samuti basseinis ujumist.



Haavaõmbluste eemaldamiseks võib broneerida aja kirurgiaõe või soovi korral perearsti/pereõe vastuvõtule.

Millal pöörduda arsti juurde?

Operatsioonijärgsel perioodil jälgige haava infektsioonitunnuste suhtes, nende ilmnemisel tuleb pöörduda arsti juurde. Pärast operatsiooni võib haav veidi punetada, võib esineda kipitus- või sügelustunnet, hematoom, samuti võib haav olla hell – need on normaalsed sümptomid ning kaovad aja jooksul ise.

Pöörduge arsti poole, kui:

- haavapiirkonnas tekib turse / tugev punetus / püsiv kuumatunne;
- haav hakkab tugevalt veritsema;
- tekib ebameeldiva lõhnaga haavaeritis;
- esineb püsiv ja tugev valu, mis ei allu ravimitele;
- haav läheb lahti;
- tekib palavik.

Samuti võiks arstiga ühendust võtta siis, kui tunnete nõrkust ja/või üldist halba enesetunnet.

Tähelepanekud

Haavad on erinevad. Soovitame alati operatsioonijärgses haavahoolduses järgida raviarsti või õe korraldusi. Operatsioonihaav paraneb tavaliselt kahe nädala jooksul, kuid haavapiirkond võib olla tundlik veel mõned nädalad. Kaitske haavapiirkonda väliste vigastuste eest.

Confido armiravi konsultatsioon

Armid on osa haava paranemisprotsessist ning sõltuvalt teie naha individuaalsetest eripäradest võib nahale tekkida erinevat tüüpi arme. Armide teke ei viita haavahoolduse või operatsiooni kvaliteedile ning armid võivad tekkida isegi väga hoolika haavahoolduse järgselt.

Kui arm asub nähtavas kohas ja armi väljumine on teile oluline, soovitame pöörduda armiravi konsultatsioonile 2–3 nädala jooksul pärast operatsiooni. Iga arm ja patsient on erinev ning konsultatsiooni käigus leiame lahenduse, mis just teie vajadustega sobib.

Confidos kasutatakse kõige kaasaegsemaid armiravi meetodikaid ja laserravi.

