

Φροντίδα τραυμάτων

Φροντίδα τραυμάτων

Το τραύμα σας θα έχει καθαριστεί και πιθανότατα θα έχει τοποθετηθεί επίθεμα. Κάποια τραύματα θεραπεύονται με ράμματα, αυτοκόλλητες ταινίες σύγκλισης δέρματος (steri-strips) ή κόλλα, συνδυαστικά ή μεμονωμένα. Ίσως χρειαστεί να χορηγηθεί αντιπαινετικός ορός στο νοσοκομείο εάν έχετε ανεπαρκή ανοσία. Εάν έχει χρησιμοποιηθεί τοπικό αναισθητικό, η δράση του θα υποχωρήσει μετά από 30-60 λεπτά και τότε ίσως χρειαστείτε παυσίπονα.

Επούλωση

Εντός 24 ωρών από τη φροντίδα του τραύματος θα δημιουργηθεί θρόμβος αίματος και εσχάρα (κάκαδο). Δεν πρέπει να καθαριστεί ή να αφαιρεθεί καθώς είναι τμήμα της διαδικασίας επούλωσης/ανάρρωσης.

Η αύξηση του πόνου, η ερυθρότητα, το οίδημα ή το πύον μετά από 24 ώρες δεν αποτελούν φυσιολογικά συμπτώματα και θα πρέπει να επισκεφτείτε τον ιατρό της περιοχής σας.

Σε κάποια τραύματα, ιδίως στο πρόσωπο, ενδέχεται να συνταγογραφηθεί αλοιφή στο πλαίσιο του σχεδίου διαχείρισης τραύματος.

Επιθέματα

Ενδέχεται να χρησιμοποιηθεί επίθεμα για την προστασία της πληγής, αναλόγως του σημείου στο οποίο βρίσκεται. Ο ιατρός ή ο νοσηλευτής θα σας δώσουν οδηγίες σχετικά με τις αλλαγές ή την αφαίρεση του επιθέματος.

Αφαίρεση ραμμάτων

Συνήθως η αφαίρεση των ραμμάτων δεν είναι επίπονη και το χρονικό διάστημα που διατηρούνται τα ράμματα εξαρτάται από τη φύση και το σημείο του τραύματος. Όταν έχει τοποθετηθεί κόλλα ή/και αυτοκόλλητες ταινίες, αντί για ράμματα, μπορείτε να ψαλιδίσετε τις ταινίες αλλά μην τις ξεκολλήσετε.

Τι πρέπει να κάνετε

Να διατηρείτε το τραύμα καθαρό και στεγνό.

Να παίρνετε απλά παυσίπονα όπως π.χ. panadol, nurofen.

Να ανυψώνετε (σηκώνετε) το σημείο που έχει τραυματιστεί.

Να επισκεφθείτε τον παθολόγο ή τη νοσοκόμα του ιατρείου/τον νοσηλευτή για την αφαίρεση των ραμμάτων, σύμφωνα με τις οδηγίες. Έχετε μαζί σας αυτή την κάρτα.

Να αφήσετε το τραύμα να ξεκουραστεί για λίγες ημέρες μετά την αφαίρεση των ραμμάτων. Κατόπιν κάνετε μασάζ στην περιοχή με κρέμες (συμβουλευτείτε τον φαρμακοποιό σας) καθώς θα βοηθήσουν να μαλακώσει ο ουλώδης ιστός.

Τι να μην κάνετε

Μην χρησιμοποιείτε αντισηπτικά διαλύματα ή κρέμες για να καθαρίσετε τον θρόμβο αίματος.

Μην αφαιρέσετε τον ουλώδη ιστό/το κάκαδο.

Μην πειράζετε τα ράμματα.

Πότε να ζητήσετε βοήθεια

Εάν ο πόνος από το τραύμα σας αυξηθεί ή εάν παρατηρήσετε αυξημένη ερυθρότητα ή οίδημα, επικοινωνήστε με τον παθολόγο σας

Φροντίδα τραυμάτων

Τι πρέπει να κάνετε — ζητήστε από τον ιατρό ή τον νοσηλευτή σας να συμπληρώσει αυτή την ενότητα

Επιθέματα

Το επίθεμα πρέπει να αφαιρεθεί σε
.....ημέρες από

Εσάς

Τον ιατρό/νοσηλευτή σας

Ράμματα (stitches)

Έχετε

Αφαιρούμενα ράμματα

Διαλυτά ράμματα

Έχετε ράμματα.

Τα αφαιρούμενα ράμματα πρέπει να αφαιρεθούν
σε ημέρες από τον ιατρό/νοσηλευτή
σας.

Εσείς έχετε την ευθύνη για τον προγραμματισμό
της αφαίρεσης των ραμμάτων με τον νοσηλευτή
σας.

Οδηγίες:

Αυτοκόλλητες ταινίες

Οι αυτοκόλλητες ταινίες μπορούν να αφαιρεθούν
εντόςημερών

Για να αφαιρέσετε τις αυτοκόλλητες ταινίες θα
πρέπει να μουλιάσετε το τραύμα, χωρίς να
πειράξετε τις ταινίες, σε κρύο νερό και να τις
ξεκολλήσετε προσεκτικά.

Κόλλα

Η κόλλα δεν χρειάζεται να αφαιρεθεί. Η κόλλα
θα φύγει όταν επουλωθεί το τραύμα. Μην
αφαιρείτε την κόλλα.

Όταν η κόλλα και οι αυτοκόλλητες ταινίες
χρησιμοποιούνται συνδυαστικά, μπορείτε να την
ψαλιδίσετε αλλά αφήστε να φύγει μόνη της. Μην
τη μουλιάσετε και μην την αφαιρείτε.

Άλλα μέσα θεραπείας

Αντιβιοτικά

Παυσίπωνα

Αλοιφές

Άλλο.....

Πού να απευθυνθείτε για βοήθεια:



Σε περίπτωση επείγουσας ανάγκης,
πηγαίνετε στο πλησιέστερο τμήμα
επείγοντων περιστατικών ή καλέστε 000.



Emergency
Care Institute
NEW SOUTH WALES