



Kostea kääre

Hoitoliuokseen kostutettua käärettä käytetään ärtyneiden ja erittävien ihottuma-alueiden ja haavojen rauhoittamiseksi. Kääreet rauhoittavat kutinaa, viilentävät ihoa, imevät eritteitä ja tappavat mikrobeja sekä pehmentävät karstoja.

Hoitoliuokseen käytetään esimerkiksi

- Sinkkisulfaatti 0,25 %
- Fysiologinen keittosuola, NaCl 0,9 % tai itsevalmistettava keittosuola *
- Prontosan-liuos®
- Vesi
- Seos, jossa on 10ml Betadine®-liuosta 1 litrassa vettä.

Tarvikkeet

Tarvittavia välineitä ovat puhdas astia liuosta varten (esim.kaarimalja). Ihoa vasten pehmeää ja sileää kangasta tai taitosta. Päälimmäisenä sidoksena voi käyttää erilaisia sideharso- tai kangastaitoksia. Kääreen kiinnitykseen voi käyttää putkisidosta tai kierresidettä.

Kääreen laitto

Kääreitä varten varataan 3-4 kerrosta kangasta, jotka yltyvät hieman ongelma-alueen ulkopuolelle. Kääreet kostutetaan astiassa hoitoliuokseen ja liika kosteus puristetaan pois. Puolikostea kääre pystyy paremmin imemään eritteitä. Päälle vielä kuiva taitos. Kiinnitys putkisidoksella tai kierresiteellä.

Kääreiden laitossa huomioitavaa

- Kääreiden vaihtokertojen määrä riippuu hoitotarkoituksesta. Yleensä käärettä käytetään 15–30 minuuttia ja enintään 2-3 tuntia kerrallaan, 2-3 päivän ajan.
- Käsien ja sormien hoidossa voi käyttää hoitoliuokseen kostutettuja puuvillakäsineitä tai laittaa kääre jokaiseen sormeen erikseen.
- Kääreet tulee aina vaihtaa, jos ne kuivuvat tai tuntuvat epämukavilta.
- Samoja kääreitä ei kostuteta uudelleen vaan vaihdetaan aina uudet.
- Kosteita kääreitä ei saa peittää muovilla tai kelmulla.

*Itsevalmistetun keittosuolaliuoksen ohje

Kattilassa kiehautetaan litra vettä, siihen lisätään kaksi teelusikallista (5ml) suolaa. Liuos jäähdytetään ennen käyttöä.