

Ommellun haavan kotihoito-ohje

Haavanhoito

Pese kädet ennen haava-alueen käsittelyä. Voit poistaa haavasidokset_____.

Haava saa kastua suihkussa_____. Haavaa ei saa saippuoida tai hangata. Haavalla ei tarvita sidosta, jos siitä ei tule eritystä.

Jos haavalta tulee verta tai muuta eritettä, peitä se puhtailla taitoksilla. Vaihda likaantunut tai kastunut sidos puhtaaseen.

Haavataitoksia voit ostaa haavatuotteita myyvistä liikkeistä tai apteekkeista. Siteiden ei tarvitse olla steriilejä. Saunaan, uimaan tai kylpyyn voit mennä vasta ompeleiden poiston jälkeen.

Varaa aika ompeleiden poistoon terveyskeskukseen terveydenhoitajan tai sairaanhoitajan vastaanotolle:

Kivunhoito

Toimenpidettä seuraavina päivinä voit tarvittaessa käyttää sinulle sopivia, apteekista ilman reseptiä saatavia kipulääkkeitä lääkärin ohjeen mukaan.

Huomioitavaa

Ponnistelu, kurottelu ja painavien (yli 3kg) esineiden nostaminen on kiellettyä, jos haava on sellaisessa paikassa, että siihen kohdistuu räsytystä tai jännitystä. Toipumisaikana voit vähitellen lisätä haava-alueelle kohdistuvaa räsytystä, ota kuitenkin huomioon haavan paraneminen.

Sairausloma

Sairausloman pituus määräytyy tehdyn toimenpiteen mukaan. Lääkäri arvioi sairausloman tarpeen ja kirjoittaa mahdollisen sairauslomatodistuksen.

Ota yhteyttä sinua hoitaneeseen yksikköön, jos

- haavassa on yltyvää kipua
- haavasta on lisääntyvää verenvuotoa tai muuta eritystä
- sinulle nousee kuumetta yli 38 astetta
- haavalla on lisääntyvää kuumotusta, punoitusta tai turvotusta.

Yhteystiedot

Ota ensisijaisesti yhteyttä omaan terveyskeskukseesi.

Tarvittaessa yhteispäivystyksen puhelinneuvonta maanantaista torstaihin kello 15.00-8.00 ja perjantaista kello 15:00 maanantaihin kello 8:00, puhelin 116 117