

Ommellun haavan kotihoito-ohje (poistettavat ompeleet)

Haavasi on suljettu poistettavin ompelein.

Ompeleiden poisto hoitajan vastaanotolla ____/____20____klo____.

Haavan suojaksi laitetun sidoksen voi poistaa 1 vuorokauden kuluttua toimenpiteestä. Ommeltu haava on pidettävä puhtaana. Voit mennä suihkuun normaalisti vuorokauden kuluttua toimenpiteestä. Kuituteippi pidetään haavan suojana ompeleiden poistoon saakka. Tarvittaessa kuituteippi voidaan vaihtaa puhtaaseen, irrota kuituteippi tällöin haavan suuntaisesti. Kuituteippiä voi ostaa apteekista. Saunomista, uimista ja kylpemistä tulee välttää ompeleiden poistoon asti. Saunaan ja uimaan voi mennä, kun ompeleiden poistosta on kulunut yksi vuorokausi.

Vältä haavan paranemisen ajan haava-alueen hankausta, venytystä ja painetta. Kumartelu, nostaminen tai muu ponnistelu saattavat ensimmäisten päivien aikana aiheuttaa verenvuotoa haava-alueelle. Kuivaa haavaa ei ole syytä peittää taitoksilla. Haavaa ei tarvitse käsitellä missään vaiheessa desinfektioaineilla, eikä haavalle tule laittaa antibioottipitoisia salvoja. Tarvittaessa voit ottaa kipuun apteekista ilman reseptiä saatavia kipulääkkeitä.

Mahdollisesti toimenpiteen yhteydessä otetusta koepalasta saat sovitusti tiedon noin kuukauden kuluttua.

Ota yhteyttä omalle terveysasemalle, jos epäilet haavassa infektiota tai sinulle kehittyy jokin alla kuvatuista oireista:

- Haavakipu voimistuu 1–2 vuorokauden kuluttua sulkemisen jälkeen
- Haavasta erittyy runsaasti märkäistä eritettä
- Haavan seudun punoitus laajenee
- Haavan seudun turvotus lisääntyy merkittävästi
- Sinulle nousee yli 38 asteen kuume, ilman flunssaa tai muuta syytä
- Haava aukeaa

Jatkohoito ompeleiden poiston jälkeen

Aloita arven rasvaus ja hieronta ompeleiden poistamisen jälkeen, kun haava on kuiva eikä se eritä. Löydät lisätietoa arven hieronnasta www.terveyskyla.fi. Voit aloittaa rasvauksen rasvaisella perusvoiteella, myöhemmin kevyempi voide riittää. Suojaa arpi vaatteilla tai aurinkovoiteella (SK 50) 6–12 kk ajan, jottei arpi pigmentoidu tai tule laikukkaaksi. Haava saavuttaa lähes normaalin vetolujuuden vasta noin 7 viikon kuluttua toimenpiteestä. Haavan tukiteippausta voi jatkaa kuituteipillä jopa 1kk ajan, mikäli haava on alttiina venytykselle.

Länsi-Uudenmaan hyvinvointialue puh. _____ arkisin klo 8–16,
muuna aikana päivystysapu puh. 116 117.

