

Anvisning för egenvård av ett sytt sår (stygn som ska tas bort)

Ditt sår har suturerats med stygn som ska tas bort.

Stygnen tas bort på skötarens mottagning ____/____20____kl.____.

Förbandet som placerats som skydd för såret kan avlägsnas 1 dygn efter åtgärden. Ett sår som sytts ska hållas rent. Du kan duscha ett dygn efter åtgärden. Fibertejpen hålls som skydd för såret tills stygngen tagits bort. Vid behov kan fibertejpen bytas till en ren, lossa då fibertejpen i riktning med såret. Fibertejp kan köpas på apoteket. Undvik att bada bastu, simma och bada tills stygngen tagits bort. Du får bada bastu och simma ett dygn efter att stygngen har tagits bort.

Undvik gnuggning, tänjning och tryck i sårområdet under sår läkningen. Framåtböjningar, lyft eller annan ansträngning kan under de första dagarna orsaka blödning i sårområdet. Ett torrt sår behöver inte täckas med förband. Såret behöver inte behandlas med desinfektionsmedel i något skede och inga antibiotikasalvor ska läggas på såret. Vid behov kan du ta receptfria smärtstillande läkemedel från apoteket mot smärta.

Ifall det tagits en provbit kommer svaren om ca. en månad och du kontaktas enligt överenskommelse.

Kontakta din egen hälsostation om du misstänker en infektion i såret eller om du får något av symtomen som beskrivs nedan:

- Smärtan i såret ökar 1-2 dagar efter att såret sytts
- Det utsöndras rikligt med varigt sekret från såret
- Rodnaden i sårområdet utvidgas
- Svullnaden i sårområdet ökar betydligt
- Du får över 38 graders feber utan förkylning eller annan orsak
- Såret öppnas

Fortsatt vård efter att stygngen avlägsnats

Börja smörja och massera ärret efter att stygngen tagits bort när såret är torrt och inte utsöndrar sekret. Du hittar mer information om massage av ärr på www.terveyskyla.fi. Du kan börja smörja med en fet baskräm, senare räcker det med en lättare salva. Skydda ärret med kläder eller solkräm (SK 50) i 6–12 månader så att ärret inte pigmenteras eller blir fläckigt. Såret uppnår nästan normal draghållfasthet först cirka 7 veckor efter åtgärden. Du kan fortsätta stödtejp såret med fibertejp i upp till 1 månad om såret är utsatt för tänjning.

Västra Nylands välfärdsområde tfn _____ vardagar kl. 8–16,
övriga tider jourhjälp, tfn 116 117.

