

Anvisning för egenvård av ett sytt sår (självupplösande stygn)

Ditt sår har suturerats med självupplösande stygn.

Förbandet som placerats som skydd för såret kan avlägsnas 1 dygn efter åtgärden. Ett sytt sår ska hållas rent. Du kan duscha normalt ett dygn efter åtgärden. Fibertejpen hålls som skydd för såret i 10–14 dygn.

Vid behov kan fibertejpen bytas till ren, som kan köpas på apoteket. Ta då bort tejpen i riktning med såret. Du får bada bastu, bada i badkar eller simma när stygnen har löst upp sig och såret har läkt (10–14 dygn efter att såret syddes). Om stygnen inte löser upp sig av sig själva kan du med en ren sax klippa tråden på hudytan.

Undvik gnuggning, tänjning och tryck i sårområdet under sår läkningen. Framåtböjningar, lyft och annan ansträngning kan under de första dagarna orsaka blödning i sårområdet. 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

Vård av ärret

Börja smörja och massera ärret efter att stygnen 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 stödtejpå såret med fibertejp i upp till 1 månad om såret är utsatt för ténjning.

Västra Nylands välfärdsområde tfn _____

vardagar kl. 8–16, övriga tider jourhjälpén, tfn 116 117.

