

## KODUNE HAAVARAVI

## Operatsioonihaav

- Hoidke operatsioonihaav puhas, kuiv ja seotuna.
- Vältige sidemete märjaks tegemist kui operatsioonihaav on seotud või jäse lahastatud (kipsis).
- Side vajab vahetamist, kui veri või haavaeritis on sidemest läbi imunud või kui side on määrdunud, vajadusel võtke ühendust arstiga.
- Valuvaigistit võtke vastavalt arsti korraldusele.
- Keelatud on saunas või vannis käimine kuni haava lõpliku paranemiseni.

## Turse

Turse pärast operatsiooni on normaalne, turset saab vähendada tõstes jäset südamest kõrgemale ja külma (jääkoti) asetamisega haava piirkonda.

- Turse labakäel või käsivarrel: magades asetage käsi padjale, istudes hoidke kätt näiteks laual ja seistes toetage käsi vastu teist õlga (nt parem labakäsi vastu vasakut õlga) või kasutage käetuge.
- Turse labajalal või säärel: istudes asetage jalg padjale, mis on toolil, padi asetage allapoole põlve nii, et põlv on sirge; lamades asetage sääre alla padi.

## Võtke ühendust arstiga kui:

- esineb punetus ja kuumatunne haava piirkonnas,
- turse suureneb,
- haavapiirkonna valu tugevneb,
- tekib verejooks või eritis haavast,
- esineb palavik üle 37,5° C,
- valu ja turse püsivad, hoolimata jäseme üleval hoidmisest,
- haavaõmblused ei hoia haava koos.

## Haavaõmbluste eemaldamine

- Erinevatelt keha piirkondadelt eemaldatakse õmblused erineva aja möödudes. Õmblused on operatsioonihaaval 7–14 päeva, vajadusel kauem.
- Õmbluste eemaldamiseks pöörduge arsti poole.
- Vajadusel asetatakse haavale pärast õmbluste eemaldamist haavastripid.

## Haavahooldus pärast õmbluste eemaldamist

- Pärast õmbluste eemaldamist võib haavale asetatud plaastri ära võtta ühe ööpäeva möödudes.
- Õmbluste eemaldamisele järgneval päeval on lubatud haava märjaks teha juhul, kui haav on paranenud ja haavale ei ole asetatud haavastrippe.
- Kui haavale on asetatud haavastripid, siis vannis või duši all käimine ei ole esialgu soovitatav, sest haavastripid võivad lahti liguneda. Haavastrippe ei eemaldata, need tulevad ise ära.
- Haavastrippe hoidke haaval kuni viis päeva.

Ehkki haav paistab paranenud pärast õmbluste eemaldamist, on ta siiski õrn ja vajab veel tervenemist ja tugevnemist nädalaid.

Haav tuleb hoida puhas. Haava ei tohi hõõruda jõuga, kuivatada õrnalt. Haav võib olla punane ja naha pinnast natuke kõrgem, see on normaalne.