



## OPERATSIOONIIHAAVA HOOLDAMINE

Haavaservade üksteise vastu fikseerimine haavaõmblustega aitab tagada haava kiirema paranemise. Haavaservad kleepuvad tihedalt kokku ning loetakse väliskeskonnale sulgunuks keskmiselt 24–48 tunniga. Haavaõmblustega suletud haav kaetakse tavaliselt haavasideme või -plaastriga, vajadusel võib kuiva haava jätta sideme/ plaastriga katmata. Õige haavahooldus aitab kaasa haava probleemideta paranemisele.

### Haavahooldus

- Hoidke haav puhta ja kuivana, et soodustada haava paranemist ja vältida haavainfektsiooni teket.
- Haavale asetatud sideme/ plaastri võite vahetada või ära võtta 48 tunni pärast või vastavalt arsti/ õe korraldusele.
- Edaspidi vahetage sidet/ plaastrit sõltuvalt haava seisundist ja haavahooldustoote kasutusjuhendist ning arsti/ õe korraldusest, või hoidke haav sideme/ plaastriga kaetuna kuni haavaõmbluste eemaldamiseni.
- Hoiduge liiga sagedastest sidemevahetustest, kuid vahetage side/ plaaster koheselt, kui see on verest või haavaeritisest märgunud, määrdunud või haavalt lahti tulnud. Vajadusel võtke ühendust arsti või õega.
- Sidumisprotseduuri teostamine:
  - pange valmis haavahoolduseks vajalikud vahendid;
  - peske käed enne ja pärast sidumisprotseduuri;
  - eemaldage ettevaatlikult side/ plaaster haavalt;
  - puhastage haav vastavalt arsti korraldusele nt Sol.NaCl 0,9% lahusega või haava/ limaskesta antiseptikumiga;
  - asetage haavale uus side/ plaaster.

### Pesemine

- Duši alla võite minna 2–3 päeva möödumisel operatsioonist või vastavalt arsti/ õe korraldusele:
  - enne pesemist eemaldage side/ plaaster v.a veekindel toode;
  - peske haava voolava leige veega;
  - kuivatage haav ja haava ümbruse nahk õhu käes või õrnalt tupsutades puhta sidumismaterjaliga, mitte hõõrudes;
  - pärast pesemist asetage haavale uus side/ plaaster või jätke haav katmata.
- Edaspidi võite duši all käia vastavalt vajadusele või arsti/ õe korraldusele.
- Dreeniga haava puhul ei ole duši alla minek lubatud kuni dreeni eemaldamiseni ja dreeniaugu sulgumiseni või vastavalt arsti/ õe korraldusele.

### Haava jälgimine

- Haavavalu korral võtke arsti määratud valuvaigistit.
- Haavapiirkonna turset ja haavavalu vähendab:
  - käe/ jala haava korral jäseme hoidmine kõrgemal;
  - riide sisse mässitud külmakoti hoidmine haaval umbes 20 minutit korraga kahe tunni vältel. Seda võib teha arsti loal.
- Nii õmblustega haava puhul kui ka õmbluste eemaldamise järgselt on võimalik, et haav avaneb. Sestap olge ettevaatlik eriti liikuval kehaosal asuva haavaga – hoidke haavapiirkond pingevabana, vältige raskuste tõstmist ning piirake füüsilist koormust vähemalt 2 nädala jooksul pärast operatsiooni või vastavalt arsti korraldustele.
- Haav võib olla kipitav, hell või tuim, nahapinnast veidi kõrgem või pisut punetav, haava ümbruses võib esineda sügelemist või hematoom – need on normaalsed haavaga kaasnevad sümptomid.

Võtke ühendust perearstiga järgmistel juhtudel:

- püsiv haavapiirkonna punetus, kuumamine, turse ja valu;
- suureneb haava- või mädaeritus ning tekib ebameeldiv lõhn haavast
- kehatemperatuur tõuseb üle 37,5° C;
- üldine nõrkus ja halb enesetunne.

Pöörduge lähima haigla erakorralise meditsiini osakonda kohe, kui

- haav avaneb;
- tekib verejooks.

### **Haavahooldus ja pesemine pärast õmbluste eemaldamist**

- Haavaõmbluste eemaldamise aja määrab raviarst.
- Absorbeeruvad niidid lagunevad olenevalt õmblusmaterjalist iseenesest nädala kuni mitme kuu möödumisel.
- Mittelagunevad niidid eemaldatakse tavaliselt 14. operatsioonijärgsel päeval, vajadusel hiljem.
- Pärast õmbluste eemaldamist asetatakse haavale vajadusel side/ plaaster, mille võib ära võtta ühe ööpäeva möödudes ning edaspidi ei ole tavaliselt vajalik haava sideme/ plaastriga katta.
- Haavaõmbluste eemaldamise päeval ärge tehke haava märjaks, et tagada tekitatud avauste sulgumine. Edaspidi võite minna vanni, sauna ja ujuma.
- Operatsioonihaav paraneb 2 nädalaga.
- Paranev haav on õrn veel nädalaid – kaitske haavapiirkonda väliste vigastuste eest, vältige hõõrdumist vastu kitsaid riideid. Soovi korral hoidke haav selle perioodi vältel sideme/ plaastriga kaetuna.

**SA Põhja-Eesti Regionaalhaigla**

J. Sütiste tee 19, Tallinn

[www.regionaalhaigla.ee](http://www.regionaalhaigla.ee)

Patsiendiõpetuse on kooskõlastanud SA Põhja-Eesti Regionaalhaigla õendus kvaliteedi komitee 24. aprillil 2025. a.