

PIELĘGNACJA RANY PO CC ZALECENIA DLA PACJENTKI

Bezpośrednio po zabiegu

- Bezpośrednio po operacji rana zabezpieczona jest zazwyczaj suchym, jałowym opatrunkiem. Kiedy opatrunek pozostaje suchy, nieprzekrwiony, można usunąć go nawet 8-12 godz po operacji. Decyzję o takim postępowaniu podejmuje lekarz.
- Rana po operacji może być też zabezpieczona opatrunkiem typu plaster miodu, który umożliwia obserwację rany bez konieczności usuwania opatrunku. Opatrunek tego typu może zostać utrzymany na ranie od 1 do 7 dni.
- Ważne, aby bezpośrednio po zdjęciu opatrunku zostały usunięte wszelkie zanieczyszczenia, zwłaszcza w okolicach szwów np. zaschnięta krew.
- Aby rana goiła się prawidłowo, powinna być czysta i sucha. Przemywaj ranę letnią wodą z mydłem hipoalergicznym 2 razy dziennie. Do osuszania rany używaj czystych, jednorazowych ręczników.
- Bierz prysznic zamiast kąpieli w wannie, nie używaj gąbek ani myjek
- Stosuj bieliznę połogową wykonaną z siateczki lub bawełnianą
- Zwracaj uwagę, aby podpaska poporodowa nie dotykała rany pooperacyjnej.
- Nie zapominaj o higienie rąk! Myj ręce po każdej wizycie w toalecie. Pamiętaj, że w odchodach połogowych mnożą się bakterie, które łatwo można przenieść na ranę, a w konsekwencji doprowadzić do zakażenia.
- Możesz stosować spray zawierający srebro oraz kwas hialuronowy

Usunięcie szwów

- Szew usuwany jest zazwyczaj w 7 dobie po cięciu cesarskim. W szczególnych przypadkach, po uprzedniej kwalifikacji pacjentki, usunięcie szwów można odroczyć do 14 doby po zabiegu (informację taką przekaże lekarz podczas kwalifikacji do wypisu- sprawdź kartę informacyjną, którą otrzymałaś podczas wypisu ze szpitala)
- Szew można usunąć na Izbie Przyjęć szpitala, w gabinecie leczenia ran, przez położną środowiskową lub lekarza prowadzącego

Po usunięciu szwów

- Pozostaw ranę odkrytą bez opatrunku
- Utrzymuj ranę suchą i czystą
- Do mycia używaj mydła antyalergicznego i suszaj delikatnie papierowym ręcznikiem
- Noś przewiewną, bawełnianą bieliznę, która nie uciska na okolicę rany
- Zwróć uwagę na dietę bogatą w białko, witaminę C, cynk oraz kolagen, które wspierają gojenie się ran
- Zalecane jest odroczenie depilacji wzgórka łonowego przez okres około 3-4 tygodni po operacji
- Jeszcze na etapie rany, jako profilaktykę blizn możesz stosować hydrożel Epicyn
- Obserwuj ranę pod kontem wzmożonej tkliwości, ocieplenia, ropnego wysięku
- Przez kilka tygodni będziesz odczuwać dyskomfort przy wstawianiu, chodzeniu, prostowaniu się, ale trzeba – z umiarem – mobilizować organizm. Nie wolno w tym czasie dźwigać nic ponad 3 kg, ani wykonywać czynności, które przeciążają mięśnie brzucha.

Terapia blizny

- Stosowanie plastrów silikonowych lub żeli silikonowych po całkowitym zagojeniu rany

KONSULTACJA U TERAPEUTY BLIZN (fizjoterapeuta, położna, pielęgniarka, lekarz):

- mobilizacja blizny
- kinesjotaping
- techniki narzędziowe
- suche igłowanie
- terapia INDIBA
- techniki osteopatyczne
- techniki iniekcyjne

Indywidualne zalecenia:

.....
.....
.....