



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 24 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 liikuvale 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 arstiga järgmistel juhtudel:
 - püsiv haavapiirkonna punetus, kuumamine, turse ja valu;
 - tekib verejooks, suureneb haava- või mädaeritus ning tekib ebameeldiv lõhn haavast;
 - kehatemperatuur tõuseb üle 37,5° C;
 - üldine nõrkus ja halb enesetunne;
 - haav avaneb.

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.

Koostanud: SA Põhja-Eesti Regionaalhaigla
www.regionaalhaigla.ee

J. Sütiste tee 19
13419 Tallinn

Patsiendiõpetuse on kooskõlastanud SA Põhja-Eesti Regionaalhaigla õendus kvaliteedi komitee 21. mail 2020. a.