

Leefregels bij brandwonden

Chirurgie

Inleiding

U heeft een brandwond. Als u gezond eet en leeft, geneest de brandwond beter. In deze folder staan de leefregels die u moet volgen bij een brandwond.

Wat is belangrijk voor goede genezing van een wond?

De brandwond herstelt het best als het niet te nat en niet te droog is. Is de wond te nat? Dan kunnen er makkelijker bacteriën in de wond groeien. Is de wond te droog? Dan geneest de wond langzamer en kan het meer gaan pijn doen. Daarom gebruiken we verband dat zorgt dat de wond niet te nat wordt, maar ook niet te droog. Uw behandelaar geeft informatie over welk materiaal voor uw wond het meest geschikt is.

De wond verbinden

Let bij het verbinden van de wond op het volgende:

- Laat de wond niet te lang onbedekt. Als de wond niet bedekt is, is er meer kans op infectie. Ook koelt de wond dan af.
- Het verbinden van de wond moet schoon gebeuren. Was dus voor en na de wondverzorging uw handen, rol uw mouwen op, doe sieraden af en maak (lange) haren vast. Het verbinden hoeft niet steriel te gebeuren.
- Krijgt u thuiszorg? Dan krijgt u van het ziekenhuis een overdrachtsformulier mee. Hierop staat hoe de thuiszorg de wond moet verzorgen.

Belangrijke leefregels

Het is belangrijk om u aan de volgende leefregels te houden. Dan herstelt u het beste. Alleen als uw behandelaar dat zegt, mag u afwijken van de regels.

Douchen en wassen

Met een open wond kunt u gewoon douchen. Let wel op de volgende punten:

- Sommige verbandmaterialen kunnen tegen water, en kunnen dus onder de douche op de wond blijven. U krijgt hier uitleg over.
- Deodorant, zeep, parfum en andere bijtende stoffen zijn schadelijk voor de wond. Ook biotex of sodabadjes zijn niet goed. De wond wordt er niet schoner van. Daarnaast verstoort dit de wondomgeving, en droogt de wond uit. De genezing duurt hierdoor langer.
- Spoel de wond altijd als laatste goed uit, om zeepresten te verwijderen.

Roken

Stop (tijdelijk) met roken. Probeer in ieder geval te minderen. De stoppen-met-roken-en-vapen-poli in het ziekenhuis kan u hierbij helpen. De verpleegkundig specialist of arts kan u doorverwijzen.

Door roken geneest de wond minder goed. Een wond heeft bloed met veel zuurstof nodig om goed te genezen.

- Als u rookt, krijgt de huid minder zuurstof
- Als u rookt, krijgt u koolmonoxide in het bloed. Door koolmonoxide kan het bloed zuurstof minder goed vervoeren.
- Nicotine in de rook vernauwt de bloedvaten. Hierdoor komt er minder bloed met zuurstof bij de wond.

Activiteiten

Luister goed naar uw lichaam. Doe verschillende activiteiten pas als u zelf aanvoelt dat het kan. Neem rust als uw lichaam daarom vraagt. Doe niet teveel tot de wond helemaal dicht is. Bij een brandwond aan het been, kan het nodig zijn om tijdelijk met krukken te lopen.

Een teken van teveel activiteit kan zijn:

- vochtophoping rond de wond;
- meer pijn;
- roodheid rond de wond.

Deze problemen verdwijnen als u rust neemt. Als de problemen niet verdwijnen, bel dan het Wond Expertise Centrum.

Goede voeding

Als u goede voeding eet en genoeg drinkt, krijgt uw lichaam alle energie en voedingsstoffen die het nodig heeft. Dit helpt de wond te genezen. Het is belangrijk om meer eiwitten (proteïne) te eten. Denk bijvoorbeeld aan:

- Kwark
- Proteïnerijke yoghurt
- Vlees
- Vis
- Ei

Het is ook belangrijk om genoeg te drinken, minimaal 1,5 liter water per dag. Drink het liefst water, melk, thee of suikervrije ranja.

Wat zijn de risico's bij een open wond?

Bij een open wond kunt u een wondinfectie krijgen.

Als u een wondinfectie krijgt, kan u dit merken aan:

- koorts;
- nieuwe pijn, of pijn die erger wordt;
- de wond geneest langzamer;
- toename gele / zwarte kleur;
- roodheid rondom de wond;
- warmte rondom de wond;
- zwelling rondom de wond;
- verminderde beweging;
- een sterk geurende wond;
- er komt pus uit de wond.

Herkent u een of meer van deze punten? Bel dan naar het Wond Expertise Centrum. Bel in de avond of in het weekend naar de spoedeisende hulp.

De herstelperiode

Het herstel van een brandwond kan weken tot aan aantal jaren duren. Dit is afhankelijk van het soort verbranding, en van hoe diep de brandwond is.

Bij een diepe verbranding kunnen zweetklieren en haarwortels zo erg beschadigd zijn, dat ze niet meer terugkomen.

Ook kunnen zenuwen beschadigd zijn. Het gevoel in de huid komt soms terug, maar soms ook niet.

Nazorg

- verzorging van de huid: u kunt de huid die genezen is dagelijks verzorgen met een neutrale, vette crème of bodylotion zonder parfum. Dit mag geen pure vaseline zijn, dit droogt de huid juist uit.
- zonlicht: het belangrijk dat u uw huid tegen zonlicht beschermt. Smeer uw huid regelmatig in met een (watervaste) zonnebrandcrème met een hoge beschermingsfactor. Gebruik minimaal factor 30.

Belangrijke contactgegevens

Poliklinieken Chirurgie, Wondexpertise Centrum

- route B11/C16,
- telefoon (053) 487 34 42.
- e-mail: wec@mst.nl

Spoedeisende hulp

- telefoon 053-487 33 33

Tenslotte

U heeft recht op juiste en volledige informatie. Pas als u alles hebt begrepen, kunt u toestemming geven voor een behandeling of een onderzoek. Als iets u niet helemaal duidelijk is, vraagt u de specialist, verpleegkundig specialist of verpleegkundige dan om meer uitleg.