Medisch Spectrum Twente

Leefregels bij brandwonden

Chirurgie

Inleiding
U heeft een brandwond. Goede eet- en leefgewoonten bevorderen de genezing. Deze folder geeft algemene informatie over leefregels bij een brandwond.

Wat is belangrijk voor goede genezing van een wond?
Voor goede wondgenezing is het evenwicht tussen een natte en droge wondomgeving erg belangrijk. Te veel vocht in de wond vertraagt de genezing, omdat bacteriën graag groeien in een natte wond. Een te droge wond zorgt voor korsten die de wondgenezing vertragen en meer pijn geven. Om die redenen gebruiken we een verband dat voorkomt dat de wond te nat wordt, maar ook voorkomt dat de wond uitdroogt.
Denkt u bij verbinden van uw wond aan het volgende:
- tijdens het verschonen van het verband is het belangrijk de wond niet te lang onafgedekt te laten. Als de wond onafgedekt is, is er meer kans op infectie. Ook koelt de wond dan af;
- het beste verbandmateriaal om uw wond te verbinden is afhankelijk van de wond. Er bestaan verschillende soorten verbandmateriaal. Uw behandelaar of de (wond) verpleegkundige geeft u informatie over het materiaal dat voor uw wond het meest geschikt is;
- verbinden van een wond hoeft niet steriel te gebeuren, maar wel zo schoon mogelijk. Dus was vóór en na elke wondverzorging uw handen, rol uw mouwen op, doe sieraden af en maak (lange) haren vast.
- als u thuiszorg ontvangt, krijgt u vanuit het ziekenhuis een overdrachtsformulier mee. In het overdrachtsformulier staat hoe de thuiszorg de wond moet verzorgen.

Belangrijke leefregels
Om zo goed mogelijk te kunnen herstellen, adviseren wij u de volgende leefregels te hanteren. Het is belangrijk dat u zich hieraan houdt, behalve als uw behandelaar u anders adviseert.

Met een open wond kunt u gewoon douchen.
Neem bij het douchen de volgende leefregels in acht:
- wees voorzichtig met zeepresten. Spoel de wond altijd goed uit om zeepresten te verwijderen;
- sommige verbandmaterialen zijn waterbestendig en kunnen dus onder de douche op uw wond blijven. De (wond) verpleegkundige vertelt u hier meer over;
- deodorant, zeep, parfum, en andere bijtende stoffen zijn schadelijk voor de wond. Maak dus geen gebruik van soda-of Biotex badjes. Dit soort badjes reinigen de wond niet. Ook loopt u kans het natuurlijke milieu in de wond te verstoren, waardoor de genezing aanzienlijk trager kan verlopen. Bovendien drogen de wond en de omgeving ervan uit.

Roken
Advies bij patiënten met een brandwond is om het roken te verminderen en het liefst helemaal (tijdelijk) te stoppen.
U kunt hierbij ondersteuning krijgen van de ‘Stoppen met Roken Poli’ in ons ziekenhuis.
Bij rokers genezen wonden moeizamer. Hiervoor zijn verschillende oorzaken:
- door roken krijgen allerlei weefsels, waaronder de huid, minder zuurstof;
- de koolmonoxide uit rook belemmert zuurstoftransport door het bloed;
- door nicotine vernauwen de bloedvaten.

Activiteiten
Luister altijd goed naar uw lichaam. Onderneem bepaalde activiteiten pas als u zelf aanvoelt dat het kan. Neem rust als uw lichaam daarom vraagt en onderneem niet teveel activiteiten voordat de wond helemaal dicht is. Een teken van teveel activiteit kan zijn:
- vochtophoping rond de wond;
- meer pijn;
- roodheid rond de wond.

Deze verschijnselen verdwijnen zodra u rust neemt. Wanneer de klachten niet verdwijnen, dient u contact met ons opnemen.
Soms kan het nodig zijn dat u bij een verbranding aan het been tijdelijk gebruik maakt van krukken om uw been niet te belasten.

Zorg voor goede voeding

Eet voldoende en gevarieerd. Hierdoor krijgt uw lichaam alle energie en voedingsstoffen die het nodig heeft. Dit helpt de huid in conditie te houden.
Zie ook de folder *'Voedingsadvies bij wonden'*.

Wat zijn de risico's bij een open wond?

Het belangrijkste risico bij een open wond is wondinfectie.
Hieronder staat een aantal symptomen die kunnen wijzen op een wondinfectie:

- koorts;
- nieuwe of verergerde pijn;
- vertraagde wondgenezing;
- toename gele / zwarte kleur;
- roodheid rondom de wond;
- warmte rondom de wond;
- zwelling rondom de wond;
- functieverlies;
- een sterk geurende wond;
- uitvloed van pus.

Heeft u last van één of meer van deze symptomen, neem dan contact met uw behandelaar.

De herstelperiode / nazorg

Houd bij herstel van de brandwond rekening met het volgende:

- de herstel periode van uw aangedane huid duurt afhankelijk van het soort verbranding en ook van de diepte van de verbranding enkele weken tot een aantal jaren;
- bij een diepe verbranding zijn delen van de huid, zoals zweetklieren en haarwortels zozeer beschadigd, dat deze niet meer terugkomen. Ook de zenuwen kunnen aangetast zijn, mogelijk komt het gevoel in de huid op den duur weer terug;
- verzorging van de huid: u kunt de intacte (genezen) huid dagelijks verzorgen met een neutrale vette crème of bodylotion (zonder parfum);
- zonlicht: het is van belang dat u uw huid tegen zonlicht beschermt. U dient regelmatig uw huid in te smeren met een (watervaste) zonnebrandcrème met een hoge beschermingsfactor (minimaal factor 30).

Belangrijke contactgegevens

Onderstaande route en telefoonnummer kan voor u van belang zijn:

- Poliklinieken Chirurgie
  - Wondexpertise Centrum, route C16, telefoon (053) 487 34 42.

Tenslotte

U heeft recht op juiste en volledige informatie. Pas als u voldoende inzicht heeft, kunt u weloverwogen toestemming geven voor een bepaalde behandeling of een bepaald onderzoek. Als iets u niet geheel duidelijk is, vraagt u de specialist, verpleegkundig specialist of verpleegkundige dan om nadere uitleg.