

Opatrunek, że do rany przyłóż!

Latem, gdy jesteśmy po prostu bardziej aktywni i więcej czasu spędzamy na świeżym powietrzu, częściej narażamy się na skaleczenia i zranienia. Owszem, niewielka krwawiąca ranka, pęcherz na stopie i otarcie naskórka to jeszcze nie powód do niepokoju, ale na pewno sprawa wymagająca odpowiedniej uwagi.

Latem odsłonięte ramiona, nogi i stopy w lekkich sandałach lub – jak podczas długich pieszych wędrówek – sportowym lub trekkingowym obuwiu narażone są na różnego

rodzaju urazy mechaniczne, od drobnych skaleczeń począwszy, przez bąble i pęcherze, na bolesnych otarciach skończywszy. Nietrudno zaciąć się w palec, strugając kijki na ognisko, z łatwością można zadrapać skórę gałęzią podczas spaceru po lesie i stłuc kolano przy upadku z roweru. Pamiętajmy, że każde, nawet niewielkie skaleczenie czy otarcie należy przede wszystkim starannie oczyścić i zabezpieczyć przed brudem oraz dalszymi urazami. To właśnie ten pierwszy opatrunek w dużej mierze decyduje o skutecznym gojeniu się uszkodzenia skóry – zaniehbując jego odpowiednie założenie, otwieramy drogę chorobotwórczym drobnoustrojom, chętnym zakazić nawet niedużą rankę i stać się przyczyną poważniejszych kłopotów. Dlatego zawsze zabieramy ze sobą na każdy wyjazd mini-apteczkę, w której powinny znaleźć się preparat do dezynfekowania ran (np. woda utleniona), plastry, jałowy opatrunek, bandaż zwykły i elastyczny oraz środki przeciwbólwe.

Pierwsza pomoc w zranieniach

Opatrunek drobnej rany należy zacząć od obfitego spłukania jej wodą. Następnie zranienie trzeba zdezynfekować i przykryć jałowym opatrunkiem z gazy, nigdy z waty lub ligniny (np. z chusteczki higienicznej) – ich włókna przyklejają się do wilgotnego miejsca i utrudniają naturalne oczyszczenie i gojenie się rany. Jeśli skaleczenie, np. na dłoni czy nodze krwawi (a to zdarza się nawet przy płytkich zacięciach, gdy zostaną uszkodzone naczynka krwionośne), spróbuj zahamować upływ krwi za pomocą ucisku przez opatrunek i ewentualnie uniesienia zranionej kończyny. Nieduże skaleczenie zaklej plastrem, najlepiej hydrożelowym – zapewnia ranie odpowiednie warunki do gojenia się – po to, by zranione miejsce nie uległo ponownemu zabrudzeniu.

Skaleczony, wyleczony

Skaleczenia, niewielkie przerwania ciągłości skóry i płytko położonych tkanek podskórnych, powstają najczęściej na skutek przypadkowego działania się ostrego przedmiotu. Te o gładkich, równych brzegach, np. po zacięciu palca szczyrzykiem, zazwyczaj nie są groźne i łatwo się goją, choć początkowo może im towarzyszyć obfite krwawienie. Pierwsza pomoc powinna polegać na zatamowaniu krwawienia, np. przez ucisk i uniesienie zranionej kończyny ponad poziom serca.

Nieco poważniejsze mogą okazać się tzw. rany klute – chociaż charakteryzują się niewielkimi rozmiarami zewnętrznymi, mogą być dość głębokie. Zdarza się, że przedmiot, który spowodował ranę, np. drzazga, szpilka, pozostaje w niej – nie należy go wtedy samodzielnie usuwać, zwłaszcza, jeśli tkwi głęboko. Zranione miejsce należy przemyć środkiem dezynfekującym, a następnie przykryć opatrunkiem, starając się nie dotykać ciała obcego i udać się do lekarza.

Stąpać bez bólu

Radość z najpiękniejszej nawet pieszej wycieczki mogą zakłócić otarcia i pęcherze, które pojawiają się na stopach. Cóż, po kilku godzinach wędrówki stopy pocą się, a wilgotna skóra staje się wrażliwsza na kontakt z grubym materiałem skarpety i twardą częścią buta. Na skutek tarcia w delikatnym miejscu, np. na pięcie, powstaje najpierw podrażnienie (skóra jest zaczerwieniona i tkliwa), a potem bąbel. Tak naprawdę jest on efektem reakcji obronnej organizmu – płyn, który go wypełnia, ma bowiem chronić znajdującą się pod nim tkankę przed dalszym tarciem i uszkodzeniem, dlatego nie należy go przekłuwać. Jeśli jednak bąbel utrudnia chodzenie i uniemożliwia pokonanie powrotnej drogi, można go nakłuć sterylną igłą do strzykawek i przez jałowy gazik delikatnie wycisnąć płyn. Następnie miejsce to trzeba zakleić plastrem z opatrunkiem, a w miarę możliwości dodatkowo osłonić, np. drugą parą skarpetek. Nie wolno natomiast dopuścić do tego, by pęcherz pękł pod wpływem dalszego tarcia – wtedy pod wilgotnym, odwarstwionym naskórkiem utworzy się bardzo bolesna rana. Jeśli jednak tak się stanie, opłucz ją środkiem dezynfekującym i osłoń opatrunkiem, który zdejmiesz od razu po powrocie do domu – pozwól skórze „poodychać”, to przyspieszy gojenie.

AQUA-GEL® do rany przyłóż

OPATRUNEK HYDROŻELOWY

- przyspiesza gojenie ran
- chłodzi miejsce urazu, koi ból
- nie przywiera do rany
- zmiana opatrunku jest bezbolesna
- jest w korzystnej cenie - refundacja



Refundowane rozmiary opatrunków	Cena w aptece na receptę P
6 cm x 12 cm	2,02 zł
10 cm x 12 cm	2,63 zł
12 cm x 12 cm	2,84 zł
12 cm x 24 cm	5,04 zł

KIK GEL® www.aqua-gel.info

97-225 Ujazd, ul. M. Skłodowskiej 7, tel./fax: 0 44/719 23 40