



ÕMMELDUD VÕI KLAMMERDATUD HAAVA HOOLDAMINE KODUS

- Hoidke haav puhas.
- Vahetage haavaplaastrit või -sidet, kui see on haavalt lahti tulnud, märgunud või määrdunud.
- Paranev haav võib olla hell ja valulik veel nädalaid – vältige haava vastu hõõrduvate kitsaste riiete kandmist. Vajadusel kaitske haavapiirkonda sideme või plaastriga.
- Haava võite pesta leige voolava vee all kui haavaõmbluste või -klambrate paigaldamisest on 72 tundi möödunud või vastavalt arsti/õe korraldusele. Kuivatage haava tupsutades, mitte hõõrudes!
- Pärast pesemist asetage haavale puhas plaaster/ side. Üksikute õmbluste/ klambritega haava korral või arsti/õe loal võite haava jätta plaastri/ sidemega katmata.
- Kui haava piirkonda tekib valu, punetus, turse või haavast tuleb mädist eritist pöörduge esimesel võimalusel perearsti vastuvõtule või lähima haigla erakorralise meditsiini osakonda.
- Haavaõmbluste või -klambrate eemaldamiseks võtke ühendust oma **pereõe või -arstiga**, haavaõmblused või -klambrid eemaldatakse päeva pärast nende paigaldamist.
- Haavaõmbluste või -klambrate eemaldamise järgselt vältige 24 tundi haava märjaks tegemist, et nende eemaldamisel tekkinud avaused saaksid sulguda. Pärast seda on lubatud ka ujumine, vann ja saun.

Koostanud:

Põhja-Eesti Regionaalhaigla
J. Sütiste tee 19, Tallinn

www.regionaalhaigla.ee