

Szpital Ogólny Wishaw
(Wishaw General Hospital)
50 Netherton Street,
Wishaw ML2 0DP
Tel. 01698 361100



Jak dbać o ranę po cesarskim cięciu

Poradnik dla pacjentek
Służby Położniczej

Caring for your caesarean section wound (Polish)

Caring for your caesarean section
wound (Polish)

Issue date: April 2011

Review date: April 2013

Version No: 01

Translated by Global Language
Services Ltd April 2011



WPROWADZENIE

Mimo iż rana zamknięta po cesarskim cięciu wydaje się niewielka, należy pamiętać, że przecięciu ulega nie tylko sama skóra, ale również leżące pod nią tkanka tłuszczowa, warstwy mięśni oraz ściana macicy. Każda z tych warstw jest w odwrotnej kolejności oddzielnie reperowana, aż na koniec warstwy wierzchnie, pod którymi kryje się rozległe pole operacyjne, są ściągnięte i zszyte.

Widoczna rana zewnętrzna zasklepia się w ciągu jednego lub dwóch dni, jednakże gojenie warstw wewnętrznych trwa kilka miesięcy.

POOPERACYJNA DBAŁOŚĆ O RANĘ

Po powrocie z sali operacyjnej ranę po cięciu cesarskim osłania się opatrunkiem, którego w miarę możliwości nie należy zmieniać przez co najmniej dwa dni, aby rana zaczęła się goić. W tym okresie zaleca się natryski, lub kąpiel w niewielkiej ilości wody, aby nie dopuścić do przesunięcia się opatrunku i zainfekowania rany. Potem już można usunąć opatrunek i kąpać się normalnie. W razie usunięcia z jakiegokolwiek powodu opatrunku w ciągu pierwszych 48 godzin, należy powiadomić personel.

Do zamknięcia rany używa się zszywek lub nici chirurgicznych. Jeśli wymagane jest ich usunięcie, następuje to zazwyczaj po 4-5 dniach, o czym zostaniesz powiadomiona.

DŁUGOTERMINOWA DBAŁOŚĆ O RANĘ

Aby zmniejszyć ryzyko infekcji i przyspieszyć gojenie należy:

- ❖ Upewnić się, że okolica rany jest zawsze czysta i sucha.
- ❖ Umyć wannę przed kąpielą.
- ❖ Po kąpeli, ostrożnie osuszyć ranę lekkimi dotykami czystego ręcznika przeznaczonego tylko do tego celu.
- ❖ Odpowiednio dobrać wygodny strój, tak aby nie obcierał rany.
- ❖ Kaszląc, należy umieścić dłoń po obu stronach rany, aby jej nie nadwyrężyć.
- ❖ W razie narastającego bólu, tkliwości, lub wydzieliny, należy niezwłocznie zawiadomić położną, lub lekarza.

INFORMACJE DODATKOWE

Wrażliwość

Rana i jej okolice będą przez jakiś czas dość wrażliwe, co jest naturalnym stanem rzeczy i w większości przypadków z czasem stopniowo zanika.

Kontrolowanie bólu

Należy przyjmować przepisane środki przeciwbólowe. Jeśli ból nie ustępuje porozmawiaj z położną, lub lekarzem.

Ruch i wysiłek fizyczny

Aby ochronić tkanki głębokie znajdujące się pod raną, nie należy podnosić żadnych ciężkich rzeczy (*nic cięższego, niż czajnik pełen wody*) przez co najmniej 6 tygodni po cesarskim cięciu. Dodatkowe informacje na temat ćwiczeń, odpoczynku, ruchu i wysiłku fizycznego po cesarskim cięciu znajdziesz w ulotce „Porady poporodowe”, dostępnej na oddziale fizjoterapii.

Odżywianie się

Gojenie się rany brzusznej po cesarskim cięciu spowalnia niewłaściwe odżywianie się i niski poziom żelaza we krwi, w związku z czym zdrowa, wyważona dieta jest niezwykle ważna w procesie gojenia. Położna, lekarz, dietetyk, lub pielęgniarka środowiskowa udzieli ci więcej informacji na ten temat.

Otyłość

Zwiększone ilości zainfekowań ran po cesarskim cięciu często przypisuje się otyłości. Przy dużej nadwadze rana podlega większym naciskom fizycznym, co opóźnia proces gojenia. Odpowiednia dbałość o ranę jest w takich przypadkach tym bardziej istotna.