

## **Patiëntvoorlichting en Nazorg**

*Onderdeel van de Regionale Richtlijn Brandwonden*

*23 januari 2017*

### **Patiëntvoorlichting: Genezing van een brandwond is een heel proces.**

In deze patiënten informatie leest u algemene richtlijnen over het verzorgen van een open wond. Het kan zijn dat voor uw wond aparte aanbevelingen gelden. Dan krijgt u hierover mondeling uitleg en toelichting van de behandelend arts, verpleegkundig specialist of (wond) verpleegkundige.

### **Wat is belangrijke 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.

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 biotexbadjes. 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**

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.

### **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. Let hierbij op het volgende:

Eet naast ontbijt, lunch en avondeten minimaal 3 keer per dag iets tussendoor. Neem dubbel hartig beleg op uw boterham, zoals: kaas, vis, vleeswaren, ei, pindakaas of salade, bijvoorbeeld eier- of tonijnsalade.

Neem hartige tussendoortjes.

Drink of eet regelmatig zuivelproducten (kies voor volle zuivelproducten zoals volle melk, -- kwark en -yoghurt).

Als de warme maaltijd u tegenstaat, kies dan voor een broodmaaltijd.

Bij wonden is voeding een speciaal aandachtspunt om het herstel te bevorderen en de wonden te genezen. Wanneer u zelf niet in staat bent de adviezen uit te voeren, kan de zorgverlening u hierbij helpen. Houd rekening met uw eigen dieetvoorschriften

### **Wat zijn de risico's bij een open wond?**

De belangrijkste risico's 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

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

### **Vergoeding van verbandhulpmiddelen**

Uw zorgverlener of zorgverzekeraar kan u informeren over mogelijke vergoedingen van verbandhulpmiddelen.

### **Controle van uw wond**

De controle van uw wond(en) gebeurt op de polikliniek van het ziekenhuis of bij uw huisarts.

### **De herstel periode / nazorg**

De herstel periode van u 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 met een component vaseline).

#### 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 (factor 30).

### **Genezen van de huid ziet u aan de kleur**

Het proces van uitrijpen (genezen) van de huid kunt u volgen door op de kleur en het uiterlijk van de huid te letten. Na een oppervlakkige verbranding heeft de huid na genezing wat kleurverschil. Dit komt door pigmentverlies. Meestal herstelt dit binnen enige tijd vanzelf. De huid kan juist ook donkerder worden, met mogelijk een dik en hobbelig uiterlijk, dit kan optreden enkele weken tot maanden na genezing van de huid. De verkleuring van de huid en het dikker worden van de huid wordt geleidelijk minder. Als er littekens zijn, zullen deze niet geheel verdwijnen.

### Bleke huid

Het herstel van pigmentverlies is onvoorspelbaar. Meestal herstelt het zich na enkele maanden. Maar in sommige gevallen kan het ook enkele jaren duren of herstelt het zich helemaal niet meer. Zonlicht kan helpen bij het herstel. De zon bevat ook goede stralen die een positief effect hebben op littekens. Zorg er wel voor dat de huid langzaam aan de zon kan wennen en gebruik een (watervaste) zonnebrandcrème met minimaal factor 30, een sunblock is niet nodig.

### Paarse huid

Voorals u lang staat, kan de pas genezen huid van voeten en benen er paars uitzien. Dat geldt trouwens ook voor armen en handen. Ook emoties en temperatuurswisselingen kunnen tijdelijk voor verkleuring zorgen. U hoeft zich hierover geen zorgen te maken. De verkleuring is een onschuldig verschijnsel, dat ontstaat door stuwing van bloed in de sterk doorbloede huid.

### Littekens

Bij diepe verbrandingen houdt u helaas duidelijke littekens over. Deze verdwijnen niet helemaal. Wel komen littekens na twee of drie jaar tot rust. De kleur trekt bij en het litteken wordt vlakker.