

Hreyfing og hollusta

Rétt er að hafa hægt um sig fyrsta sólarhringinn og drekka vel af vatni. Heilbrigðir lifnaðarhættir svo sem almennt hreinlæti, hófleg hreyfing og holl fæða hjálpa til við að sárið grói.

Vinna

Ef sár eru á höndum þarf að kynna sér sérstakar ráðleggingar varðandi meðhöndlun matvæla.

Hvenær er sárið fullgróið?

Almenn viðmiðun er að:

- 1^o bruni grær á nokkrum dögum
- 2^o bruni grær á 10-21 degi
- 3^o bruni krefst venjulega sérstakrar meðferðar og getur tekið lengri tíma að gróa.

Húðin er viðkvæm fyrir núningi og sólarljósi fyrstu vikunnar og jafnvel mánuðina.

Mikilvæg símanúmer:

Slysa- og bráðadeild Landspítala í Fossvogi

Sími: 543 2000

Endurkomudeild G-3 Landspítala í Fossvogi

Sími: 543 2040

ÚTGEFANDI:
LANDSPÍTALI - HÁSKÓLASJÚKRAHÚS
SLYSA- OG BRÁÐASVIÐ - JÚNÍ 2003

HÖFUNNAR:
STARFSFÓLK
SLYSA- OG BRÁÐADEILDAR
OG ENDURKOMUDEILDAR

HÖNNUN:
GAGNASMIÐJA/AV

LJÓSMYND: MBL.IS

Bruni og brunameðferð



Brunaáverkar

Áverkar af völdum bruna eru misalvarlegir og fer það eftir því hversu stórt svæði líkamans verður fyrir honum, í hversu langan tíma og hvert hitastigið hefur verið.

Orsökum brunaáverka má skipta í fjóra megin flokka:

Hiti:	eldur, heitur vökvi, heitur hlutur eða gufa.
Rafmagn:	lágstraums- eða hástraumsáverki eða áverki vegna eldingar.
Efnabrunar:	sýru- eða basabrunar.
Geislun	

Húðin er stærsta líffæri mannlíkamans og gegnir fjórum meginhlutverkum. Hún ver líkamann fyrir áreiti ytra umhverfis svo sem bakteríum, hún tekur þátt í hita- og vökvastjórnun líkamans og er mikilvægt skynfæri. Við brunaáverka getur orðið röskun á þessu en það fer þó eftir orsök, umfangi og dýpt áverkans. Aðrir þættir eins og það hvar áverkinn er aldur og almennt heilsufar einstaklingsins skipta einnig miklu máli.

Umfang og flokkun brunaáverka

Umfang brunaáverka er metið í prósentum af yfirborði líkamans. Brunaáverkar eru flokkaðir í þrjú stig, eftir dýpt áverkans.

1° bruni

yfirborðsbruni þar sem frumur í ysta lagi hornhúðarinnar skemmast. Roði og bjúgur kemur í húðina. Erting verður á taugaendum sem veldur verkjum.

2° bruni

skaðinn nær ofan í húðina en háirsekkir og svitakirtlar eru heilir. Blöðrur og bjúgur myndast í húðinni. Erting verður á taugaendum og það veldur verkjum.

3° bruni

áverkinn nær í gegnum húðina, ofan í fitulagið, sinar, taugar, vöðva og jafnvel bein. Taugaendar hafa skaddast og sjúklingurinn hefur því sjaldnast mikla verki. Sárið er venjulega hvítt, brúnt eða svart á litinn.

Meðferð

Fyrsta meðferð

Kæling með volgu vatni, vatnsbaði eða rennandi vatni í 1/2 - 1 klukkustund dregur úr sársauka en varast þarf ofkælingu.

Meðferð á slysa- og bráðadeild byggir á:

- nákvæmum upplýsingum um slysið
- líðan hins slasaða
- skoðun og mati á áverkanum
- almennu heilsufari hins slasaða

Eftir kælingu og verkjastillingu er sárið þvegið með saltvatni og óhreinindi fjarlægð. Blöðrur eru tæmdar og í sumum tilvikum klipptar burt. Mikilvægt er að viðhalda ströngu hreinlæti til að minnka líkur á sýkingu í sárinu.

Umbúðir

Til eru nokkrar gerðir af umbúðum fyrir brunasár. Hlutverk þeirra er í aðalatriðum að hlífa sárinu fyrir utanaðkomandi áhrifum og að halda réttu hita- og rakastigi til að flýta fyrir því að sárið grói. Á slysa- og bráðadeild er algengast að notaðar séu léttar þrýstiumbúðir. Vaselín er næst sárinu, síðan eru lagðar hreinar grisjur, þá bómull og loks teygjuvafningur. Þessar umbúðir geta verið talsvert umfangsmiklar. Þrýstiumbúðir eru hafðar á í 5-7 daga og þá lagðar léttari umbúðir eftir þörfum.

Ef bruni er á handlegg eða fótlegg er rétt að hafa hátt undir útlimum fyrstu dagana þar sem bjúgur safnast ævinlega að brunasárum.

Eftirlit

Í sumum tilvikum er innlögn á sjúkrahús nauðsynleg. Eftirlit hjá hjúkrunarfræðingi, heilsugæslustöð, göngudeild eða lýtalækni er eftir 1-7 daga, samkvæmt ráðleggingum. Fylgst er með hvernig sárin gróa, sáraumbúðir athugaðar og meðferðin metin. Í einstaka tilvikum er þörf á frekari aðgerðum.

Ráðleggingar og eftirlit heima

Sárið

Haldið sárinu hreinu. Einkenni um sýkingu eru vaxandi verkir, sláttur í sárinu, hiti, roði, bólga og grafrarvílsa. Komi þessi einkenni fram þarf að endurmeta meðferðina. Hafid þá samband við slysa- og bráðadeild.

Umbúðir

Hugsa þarf vel um umbúðirnar og skipta samkvæmt ráðleggingum. Ef það vessar í gegnum umbúðirnar, þær gegnblotna, eru of þröngar eða of lausar er ráðlegt að hafa samband við slysa- og bráðadeild.

Verkir

Fyrstu 12 - 24 klukkustundirnar er eðilegt að það sviði í sárinu. Verkjalyf sem hægt er að fá án lyfseðils í lyfjabúðum má taka í ráðlögðum skömmtum. Að öllu jöfnu dregur smátt og smátt úr verkjunum og þeir eru að mestu horfnir eftir 1-2 sólarhringa. Ef verkir aukast þá er rétt að hafa samband við slysa- og bráðadeild.