जखम आणि व्रणाची काळजी

पट्टी, टाके आणि नंतरचे महिने

पट्टी

- **स्वच्छ आणि कोरडी ठेवा.** फक्त सांगितलेल्या दिवशी बदला, किंवा ओली/भिजल्यास.
- हात लावण्यापूर्वी आणि नंतर हात नीट धुवा.
- आंघोळीच्या वेळी वरून प्लास्टिक लावून चारही कडांना टेप लावा. **बादलीने आंघोळ केल्यास जखम भिजते** — शॉवर किंवा स्पंजने पुसून घ्या.
- **शस्त्रक्रियेच्या जखमेवर तेल, हळद, राख, टूथपेस्ट, वनस्पतींचा लेप किंवा अँटिसेप्टिक पावडर लावू नका.** हे संसर्ग आणि प्रतिक्रियेचे सामान्य कारण आहे.

सामान्य भरणे असे दिसते

जखमेच्या अगदी कडेला बारीक लाल रेषा · सौम्य सूज आणि काळे-निळे डाग · हलकी हळवेपणा · भरताना कधीकधी खाज · पहिले दोन दिवस थोडा स्वच्छ किंवा फिकट गुलाबी स्राव

संसर्ग असा दिसतो — संपर्क करा

लालसरपणा जो जखमेपासून **बाहेरच्या दिशेने पसरत** असेल · तिसऱ्या दिवसानंतर दुखणे कमी होण्याऐवजी वाढणे · जागा गरम लागणे · घट्ट पिवळा किंवा हिरवा स्राव · दुर्गंधी · ताप · जखमेच्या कडा वेगळ्या होणे

टाके काढल्यानंतर

- व्रण काही आठवडे नाजूक असतो. **तो ताणणे किंवा त्यावर जोर देणे टाळा.**
- पूर्ण भरल्यावर आणि सुकल्यावर, **व्रणाला मालिश करा** — दिवसातून दोनदा काही मिनिटे, साध्या मॉइस्चरायझर किंवा खोबरेल तेलाने, गोलाकार दाब देत. त्यामुळे व्रण मऊ होतो आणि आत चिकटत नाही.
- **व्रण किमान सहा महिने उन्हापासून वाचवा** — झाकून ठेवा. उन्हामुळे नवीन व्रण कायमचा काळा पडतो.
- व्रण फिकट आणि सपाट व्हायला **वर्षभरही** लागू शकते. आधी तो जास्त वाईट दिसेल, मग सुधारेल.

आम्हाला सांगा जर व्रण

उंचावलेला, जाड, मूळ रेषेबाहेर पसरणारा, कडक, किंवा खूप खाजणारा झाला — यावर उपचार आहेत, आणि जितक्या लवकर तितके चांगले.