

# INFORMATOR

## Pielęgnacja blizny

Tworzenie się blizny jest osobniczo zmienne i zależy od indywidualnych zdolności gojenia. Wśród czynników zewnętrznych mogących wpływać negatywnie na tworzenie się blizny są: młody wiek, zniszczone brzożgi rany ( zmiążdżone lub oparzone), niekorzystna lokalizacja, ciemny kolor skóry, niedokrwistość, cukrzyca, palenie papierosów

### **Nie rozciągaj!!!**



Wycięcie tkanki powoduje naciąganie. To napięcie rozciąga świeżą bliznę wszere. Dlatego aby blizna uformowała się w idealną linię wymaga często zbliżenia, zmniejszenia siły ciągu za pomocą plastrów. Blizny tak zaopatrzone powinny być przez okres 10 tygodni

### **Masaż uciskowy**



Każda blizna przechodzi fazę zapalną z obrzękiem i zaczerwienieniem osięgającą swoje apogeum po ok. 6. tygodniach i spontanicznie zanikającą. Jednocześnie blizna może być guzowata, twarda i wyniosła. Do tego okresu blizna musi być kilkakrotnie w ciągu dnia masowana ze znacznym naciskiem na całej powierzchni. Specjalne kremy i maści ułatwiają masaż uciskowy (Moderna-Gel; Contractubex, itp.). W niepodatnych bliznach (szczególnie po oparzeniach) należy stosować opatrunki uciskowe lub garderobę uciskową .

### **Ochrona przeciwsłoneczna**



Promienie UV, lampy kwarcowe, światło słoneczne mogą spowodować, że świeża blizna pod wpływem pigmentacji stanie się ciemna. Dopóki blizny są jeszcze różowe muszą być przykrywane

### **„Cierpliwość Panią Rzeczy”**



Leczenie blizny trwa wiele miesięcy. Blizna pod wpływem naciągania, po zakażeniu lub po poparzeniu potrzebuje co najmniej roku aby stała się miękka i elastyczna. W tym czasie zanika też swędzenie i zaburzenia czucia w okolicy blizny. Rany zamykane są za pomocą delikatnych i cienkich nici, techniką oszczędzającą tkanki.