

Pielęgnacja rany po porodzie siłami natury

Pielęgnacja krocza po porodzie:

Przez pierwszy miesiąc po porodzie siłami natury, bez względu na to, czy wykonano nacięcie krocza, czy doszło do innych jego obrażeń lub krocze nie zostało uszkodzone przy porodzie:

- Dbaj o higienę krocza –podmywaj się po każdym wypróżnieniu, stosując do tego sprawdzone produkty do higieny intymnej stosowane przed porodem, aby uniknąć niepożądanych reakcji alergicznych.
- Bierz prysznic zamiast kąpeli w wannie, nie używaj gąbek ani myjek, następnie wycieraj krocze ręcznikiem jednorazowym.
- Stosuj bieliznę połogową wykonaną z siateczki lub bawełnianą, używaj nieklejonych wkładek.
- Wietrz krocze podczas wypoczynku w łóżku zrezygnuj z bielizny, połóż się na rozłożonym wcześniej czystym podkładzie połogowym.

Po wykonaniu nacięcia krocza:

- Rana zazwyczaj goi się około 14dni. Zaopatrywana jest szwami rozpuszczalnymi, które wchłaniają się do 3 tygodni, do tego czasu mogą stopniowo się ewakuować, ich resztki możesz zauważyć na wkładce.
- Po bocznym nacięciu krocza unikaj pozycji siedzącej- staraj się odciążać stronę, na którą wykonano nacięcie. Zmniejszy to ryzyko rozejścia się rany.
- Zapytaj położną o optymalną pozycję do karmienia piersią
- Jeśli ranie towarzyszy ból, dyskomfort, niewielki obrzęk krocza: Stosuj zimne okłady. Przyjmuj leki przeciwbólowe-Paracetamol, Ibuprofen.
- W przypadku nacięcia krocza w stopniu III i IV stosuj się do indywidualnych zaleceń zamieszczonych w karcie informacyjnej

Pamiętaj!

Prawidłowy proces gojenia rany może cechować się niewielkim zaczerwienieniem w jej okolicy, niedużą opuchlizną, wrażliwością czy lekkim bólem. Z rany może również wpływać nieznaczna ilość przezroczystego wysięku.

Objawy na które powinnaś zwrócić uwagę:

- silne dolegliwości bólowe, zwiększona ilość wysięku (wydzieliny) z rany oraz zmiany w jego kolorze i towarzyszący mu nieprzyjemny zapach.
- gorączka
- ogólne złe samopoczucie
- ropny charakter odchodów połogowych o nieprzyjemnym zapachu.
- obrzęk, narastający, pulsujący ból, uczucie rozpierania w okolicy blizny, zwiększenie ocieplenia lub pojawienie się ropnej wydzieliny z rany

Powyższe objawy mogą świadczyć o zakażeniu i należy niezwłocznie skonsultować je na Izbie Przyjęć lub z lekarzem prowadzącym.