

Povidonjood mag men niet gebruiken bij overgevoeligheid aan jood, bij schildklierafwijkingen, bij pasgeborenen en bij zwangerschap of borstvoeding. Honinggel of suiker vermindert de ontsteking. Gebruik zeker geen twee of meerdere ontsmettingsmiddelen samen want ze kunnen elkaars werking afbreken. De meeste antiseptica vertragen ook de wondgenezing behalve povidonjood. Eosine en merbromine kennen geen plaats meer in de wondzorg.

Wat kan ik nemen bij pijn?

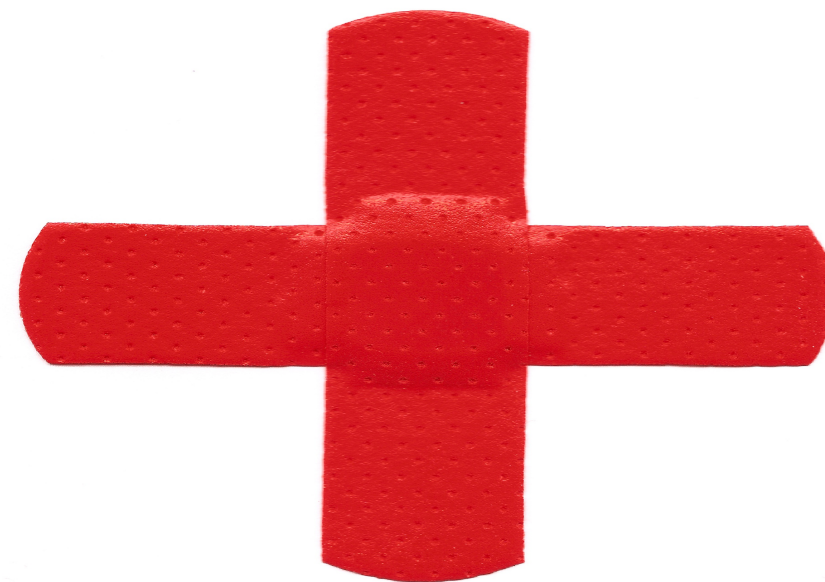
Verbandwissel en het verwijderen van uitgedroogde verbanden worden vaak als meest pijnlijke ervaren. Daarom is het belangrijk om een goed verband te gebruiken. Wondpijn kan in eerste instantie bestreden worden met **paracetamol**.

Welke maatregel is belangrijk?

De eerste drie maanden na het oplopen van de wonde **bescherm je best de wonde tegen het UV-licht**. Gebruik nadien bij blootstelling aan het licht zeker zonnecrème met de hoogste beschermingsfactor.

Wanneer moet ik naar de huisarts?

- Als de wonde blijft bloeden.
- Met een wonde die moet gehecht worden.
- Bij een zeer diepe, grote wonde.
- Bij een wonde in een kwetsbare streek zoals het gelaat.
- Bij een bijtwonde
- Bij een ontstoken wonde (rood, gezwollen, warm, pijnlijk)
- Bij een open wonde die na twee dagen nog pijn doet
- Risicogroepen zoals diabetespatiënten en personen die corticosteroiden nemen, bezoeken best de arts.
- Als tetanusvaccinatie niet in orde is bij een vuile wonde
- Bij tweede- en derdegraadsbrandwonden, brandwonden aan het gelaat, de handen, de voeten en de geslachtsorganen.



WONDVERZORGING



**Uw specialist in
gezondheid**

Belangrijk in de wondverzorging is om de genezing te bevorderen zonder littekenvorming en zonder infectie. Het vuil met mogelijke ziektekiemen wordt door het bloeden uit de wonde gespoeld. Door het vernauwen van de bloedvaten ontstaan er bloedstolsels. Het weefselvocht en het gestold bloed zijn verantwoordelijk voor een korst. **Vroeger liet je de wonde bloot genezen zodat ze zou kunnen uitdrogen met korstvorming tot gevolg.** Vandaag raadt men aan om de wonde te bedekken zodat ze vochtig blijft en er geen korst wordt gevormd. Deze korst beperkt immers de beweeglijkheid, verhoogt de kans op littekenvorming en beschermt niet tegen infecties. Een wonde geneest ook sneller zonder korst. **Een optimale genezing verloopt dus bij een optimale vochtigheid:** nieuwe cellen groeien sneller in een vochtig milieu. Let op voor te vochtige wonden want deze hebben dan weer een groter risico op infectie. Blijf alert voor een ontstoken wonde: naast vochtafscheiding kan deze rood zijn en warm aanvoelen. De persoon kan zelfs koorts maken.

Hoe verzorg ik een acute wonde?

- **Bekijk de wonde:** Is de wonde gesloten of open? Hoe groot is ze? Hoe diep? Zit er vuil in?
- **Reinig de wonde:** Een open wonde spoel je best onder lauw kraantjeswater. Haal splinters weg met een ontsmet pincet. Blazen op de wonde is uit den boze.
- **Er is enige discussie over de noodzaak om een acute wonde te ontsmetten**, op voorwaarde dat ze goed gereinigd is. Meestal raadt men aan om de wonde alsnog te ontsmetten met een niet-irriterend product. Het drukken op de wonde met een kompres en het omhooghouden van het pijnlijke lichaamsdeel kan het bloeden tegengaan.
- Indien de **wonde moet gehecht worden**, kan dat tot 8u na het ongeluk.
- **Is de tetanusvaccinatie in orde?** Tetanus is een infectieziekte die wordt veroorzaakt door een bacterie die in de aarde leeft. De toxische stoffen geproduceerd door deze bacterie verstoren de zenuwgeleiding met overstimulatie van spieren tot gevolg.

- **Moet de wonde afgedekt worden?** Gesloten niet-lekkende wonden moet men niet bedekken. Een pleister of gaasverband kan toch overwogen worden bij overmatig vochtproductie of op wens van de patiënt. Dit vermindert echter niet het infectiegevaar en kan extra pijn veroorzaken bij verbandwissel. Open wonden genezen wel het snelst onder een afdekkend wondverband. Op deze manier wordt de wonde vochtig gehouden. De keuze van verband is afhankelijk van grootte wonde en vochtproductie.

- **Verwissel het verband dagelijks. Check of de wonde niet ontstoken is.** Sommige speciale verbanden kunnen enkele dagen blijven zitten mits er geen verzadiging is van vocht.

Welk verband heb ik nodig?

Afhankelijk van het stadium van wondheling wordt er gekozen voor een specifiek verband. **Passieve verbanden** worden gebruikt omwille van hun afdekkende, niet-inklevende of absorberende werking. Let op dat het verband zeker nooit kleeft aan de wonde. Bij droge wonden bijvoorbeeld maken we gebruik van vet gaas, geïmpregneerd met vaseline of paraffine. **Actieve verbanden** zorgen voor een juiste vochtbalans. De samenstelling van deze verbanden is zeer divers: hydrocolloïden, hydrogels, schuimverbanden, alginaten... Je apotheker helpt je graag bij het kiezen van het juiste verband. **Antibacteriële verbanden** zoals zilververband, honing- en suikerpasta kunnen ook ingezet worden.

Wat zijn de meest gebruikte ontsmettingsmiddelen?

Chloorhexidine is een helder ontsmettingsmiddel. **Povidonjood** is een bruine vloeistof met jood. Het werkt zolang het bruin op de wonde zichtbaar is. Maar daardoor is de wonde moeilijker te beoordelen. Huidirritatie en allergische reacties kunnen als neveneffecten voorkomen.