Met een litteken naar huis

azdelta
Uw ziekenhuis.

Beste patiënt

U hebt een ingreep ondergaan, een ongeval of brandwonde gehad waardoor u nu een wonde hebt.
Misschien bent u wel bezorgd om het litteken dat dit met zich meebrengt. Daarom willen we u informeren en enkele tips geven hoe u de littekenvorming tot een minimum kunt beperken.

Het team van de dienst spoedgevallen

Wat is een litteken?

Een litteken is een blijvend zichtbare afwijking, meestal van de huid, na de genezing van de wonde. Bij genezing van een wonde wordt de huid hersteld door de vorming van bindweefsel, dat op microscopisch niveau niet meer dezelfde organisatie heeft als het oorspronkelijk weefsel en dus een zichtbare afwijking zal vormen. Hoe een litteken na een verwonding geneest, verschilt van persoon tot persoon. Ook leeftijd en de plaats op het lichaam spelen een rol.

Alert zijn voor infectie

Tekenen van lokale infectie zijn:
- roodheid
- zwelling
- warm aanvoelen
- uitsijpelen van vocht
- verhoogd algemeen ziektegevoel

Infectie kan optreden vanaf de derde dag.

Goed hydrateren

Nadat de draadjes verwijderd zijn en de wonde mooi gesloten is, kunt u het litteken geregeld insmeren met een

vochtherstellende crème. Een litteken mist een goede vochthuishouding en dient daarvoor extra aandacht te krijgen. Dat maakt het litteken soepeler waardoor het op middellange termijn minder opvallend zal zijn. Masseer de crème onder lichte druk in de huid.

Uitkijken voor verdikking of hypertrofie

Vooral voor plaatsen die onder spanning (bv. schouder of rug) staan kan verdikking van het litteken of littekenhypertrofie optreden, vanaf vijf tot zes weken na de verwonding. De verdikking kan zes tot negen maanden verdergaan. Dat kan worden tegengegaan door middel van siliconepleisters die op de huid worden gekleefd. Silicone is een stof die in staat is om het littekenweefsel te verzachten, af te vlakken en gladder te maken. Ook klachten van jeuk, pijn of verkleuringen kunnen hiermee verminderen. Silliconen bestaan zowel onder de vorm van pleister als in een gel.

Silliconepleisters zijn te koop bij de apotheek, maar om ze oordeelkundig te gebruiken, overlegt u het best met uw arts.

Beschermen tegen de zon

Een litteken is actief tot anderhalf jaar na de huidbeschadiging. Het ziet er in die periode uit als een rood lijntje. Na een jaar tot anderhalf jaar wordt het lijntje wit en is het litteken niet langer actief. Zo lang moet u het litteken beschermen met een zonnecrème met hoge factor (+50). In de actieve fase kan er zich immers pigment vastzetten in het litteken. Het litteken bruint mee, maar verbleekt nadien niet meer mee met de rest van de huid. Het pigment is blijvend.

Voorzichtig met sporten

Wees voorzichtig met krachtsporten en gymnastiekoefeningen. De littekenhuid is nog steeds gevoelig en is gemakkelijk te beschadigen. Bedenk ook dat de littekenhuid na 1 jaar maximaal slechts 70-80% van de oorspronkelijke trekkracht bezit.

Roken is nefast

Door te roken worden de kleine bloedvaatjes in de huid dichtgeknepen. Daardoor geneest de wonde trager en is er meer kans op infectie. Niet roken is dus ook hier de boodschap!

Volg steeds de instructies van de behandelende arts, ook al wijken die instructies af van deze in de brochure.

Contact

Campus Wilgenstraat Roeselare
t 051 23 77 08
Campus Menen
t 056 52 25 00
Campus Rembert Torhout
t 050 23 23 01

www.azdelta.be

Bron: info dienst spoedgevallen, 17 september 2018