

# Mänguhoos juhtub mõndagi

**Kriimustustest ja marrastustest pole joostes, mängides või jalgrattaga sõites pääsu. Meisterdades võib näppu lõigata. Kuidas ennast aidata?**

Praeguste täiskasvanute lapsepõlves oli põlve katkikukkumine päris kole asi. Tegelikult polnud kukkumisel endal häda midagi. Seda juhtus alatasa ja enamasti polnud see nuttugi väärt.

Jubedaks läks siis, kui algas ravi – haava puhastamine. Hea, kui pääsesid rivanoliga, kollase kibeda vedelikuga. Hullem oli, kui võeti appi jood.

Terav valu kestis vaid mõne hetke, kuid need olid hirmsad viivud. Pärast seda oli kõik põletikku tekitav haavas hävitatud ning nahal vähemalt nädalaks pruun plekk.

Marlisidemega kinniseotud käe- jalaga oli see-eest tore teiste ees uhkustada.

Side ei tahtnud aga kuidagi paigal püsida, kui kandja paigal ei püsinud. Seda ta enamasti ei teinud.

Väiksemale vigastusele võis vanasti asetada marlilapikese, mille sai kinnitada naha külge leukoplastiga. See püsis kindlalt paigal ning oli samuti uhkuse asi. Kuni hetkeni, mil seda tuli hakata eemaldama.

Ükskõik kas kuival või märjalt, ära tuli see ainult koos karvade ja pindmise nahakihi. Kõige kindlam oli silmad kinni pigistada ning plaaster kähku maha rapsata. Leotamine või aeglaselt sikutamine niikuinii midagi ei päästnud.

Tänapäeval on asi hoopis mugavam. On mõeldud välja rohud, mis haiget peaaegu ei tee. Plaastrid ja sidemed püsivad paigal ning neid saab eemaldada naha ja karvadeta.

Väiksemaid mudilasi lohutab juba seegi, kui plaastril on peal printsessi või Karupoeg Puhhi pilt. Valu kaob kui imeväel, kui selline plaaster haige koha kinni katab.

## Mida apteegist haava peale leiab

Mida pakub apteek kriimustuste, marrastuste, villide, põletuste ja muude väiksemate haavade ravitsemiseks, sellest rääkis Tallinna Kaubamajas asuva Ülikooli Apteegi proviisor LELIA MARRAN.



REPRO

## Plaastrid ja sidemed

■ Hansaplasti lasteplaaster katkistele põlvedele. Sobib ka küünarnukkidele. Elastne, veniv, veekindel.

■ Gotha liblikakujuline sõrmeotsaplaaster. Tavalised plaastrid ei suuda sõrmeotsahaava kinni katta.

■ Urgo plaaster põlvemarrastustele. Plaaster on hüdrokolloidne, mis tähendab, et ta imab haavas tekkiva vedeliku endasse ja muudab selle geeliks.

Hüdrokolloidplaastrid on ka vililidele. Need leevendavad valu ja soodustavad paranemist.

■ Soft 1 – isekinnituv haavaside. Ei kleepu naha, haava ega karvade külge, vaid ainult iseenda külge, kui mäsida seda ümber haige koha. On õhukese porolooni moodi. Hüpoallergiline ja antiseptiline, sobib ka põletushaavadele.

■ Hansaplasti plaastritel on hõbedalahusega immutatud haavapadi – hõbedal on põletikuvastane toime.

## Haava puhastamine pisikutest

■ Asept on hea desinfitseerimisvahend pindmistele haavadele, põhilselt marrastustele. Pihustatav, ei pea haava puudutama. Kui haavas on liiva või muud sodi, tuleb kasutada ka vatti või seda eelnevalt voolava vee all hoida. Kel selle rohuga kogemusi olnud, kinnitab, et see paneb vaid õige pisut kipitama – hoopis vähem kui kõik teised ravimid.

■ Nexcare'i verejooksu peatav spreid pindmistele sisselõigetele. Kõigepealt puhastage haige koht veega, siis antiseptilise lahusega, lõpuks pihustage puuderjat rohtu peale. Kui haav on suurem, pihustage ravimit sidemele, mis asetage haavale.