

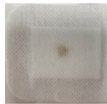
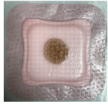
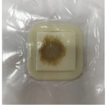




નીચે આપેલ કોષ્ટક અમારા કેટલાક વારંવાર વપરાતા ડ્રેસિંગ માટે ડ્રેસિંગ ક્યારે બદલવા તે નિર્દિષ્ટ કરે છે.

એલેવિન ગોંગલ બોર્ડર	ટેગાડર્મ ફોમ	સોફ્ટપોર
 કોઈ બદલાવ નહીં	 કોઈ બદલાવ નહીં	 બદલાવ
 કોઈ બદલાવ નહીં	 કોઈ બદલાવ નહીં	
 બદલાવ	 બદલાવ	

ઘા રૂઝાવાના ચિહ્નો

જ્યારે તમારા શરીર પર કોઈ ઘા થાય ત્યારે તે ઘા રૂઝાવાના વિશિષ્ટ તબક્કાઓમાંથી પસાર થાય છે. સામાન્યપણે, નાના ઘા વધુ ઝડપથી રૂઝાય છે, જ્યારે મોટા, ઊંડા ઘાને વધુ સમય લાગે છે.

પ્રારંભિક સોજો - એક સપ્તાહ કરતા વધુ સમય રહેવો જોઈએ નહીં

તમને ઘામાંથી ચોખ્ખું પ્રવાહી નીકળતું હોવાનું જોવા મળી શકે જે નુકસાન પામેલ ત્વચાને જંતુમુક્ત કરવા અને સાફ કરવામાં મદદરૂપ થાય છે. લાલાશ, સોજો, અને નરમાશ આવી શકે.

નવી પેશીનો વિકાસ - પ્રક્રિયાને થતા સામાન્ય રીતે બે-ત્રણ સપ્તાહનો સમય લાગે છે સોજો ઊતરે ત્યાર બાદ નવી પેશી બનવાનું શરૂ થતું હોય છે. તમને ઘા પર નવી ત્વચા બનતી જોવા મળી શકે અને ખુલ્લો ઘા સંકોચાઈ શકે છે.

જખમનું નિશાન બનવું

વધુ ઊંડા કાપા, ઉઝરડા અને દાઝવું ઘણી વખત જખમના નિશાન બનવામાં પરિણમે છે જે ઘણાં વર્ષો સુધી રહી શકે છે. પ્રારંભિક ભીંગડાની જગ્યા જખમનું નિશાન લે છે અને તમને જણાશે કે નવી ત્વચા વધુ કઠણ અને ઓછી લવચીક લાગશે. ઘાની તીવ્રતાને આધારે જખમનું નિશાન ધીમે ધીમે ઝાંખું પડી શકે છે.

જો તમારે આ પત્રિકા સમજવામાં મદદની જરૂર હોય અથવા કોઈ અલગ ભાષામાં કે સ્વરૂપમાં જોઈતી હોય, જેમ કે મોટા અક્ષરોમાં, બ્રેઇલમાં કે ઓડિઓ તરીકે તો મહેરબાની કરીને કર્મચારીગણના સદસ્યને પૂછો.

પોતાના ઘા માટે સ્વ કાળજી

દર્દી માહિતી

લેસ્ટરશાયર પાર્ટનરશીપ NHS ટ્રસ્ટ વૂન્ડ ક્લિનિક્સમાં સ્વાગત છે. આ ક્લિનિક્સ ઘરે ન રહેતા વયસ્ક લોકો માટે છે જેમને નોંધણી થયેલ નર્સ અથવા આરોગ્યકાળજી વ્યવસાયિક દ્વારા તેમના ઘાનું મૂલ્યાંકન અથવા સમીક્ષા કરાવવાની આવશ્યકતા હોય.

હું શાની અપેક્ષા રાખી શકું?

શ્રેષ્ઠ સારવાર યોજના - સ્વકાળજી નિશ્ચિત કરવા માટે નોંધણી થયેલ નર્સ દ્વારા તમારા ઘાનું મૂલ્યાંકન કરવામાં આવશે. તે સુનિશ્ચિત કરવા કે તમે આ પ્રસ્તાવથી ખુશ છો, તમારી સાથે આની ચર્ચા કરવામાં આવશે.

તમારા ઘાની સંભાળ કેવી રીતે લેવી તે વિશે તમને પ્રશિક્ષિત કરાશે અને ચેપનું જોખમ ઓછું કરવા ડ્રેસિંગ કેવી રીતે બદલવું, ચેપના ચિહ્નો પર કેવી રીતે દેખરેખ રાખી શકાય અને તમને કોઈ ચિંતા હોય તો કોનો સંપર્ક કરવો તે વિશે તમને સલાહ અપાશે.

તમારી આગામી પૂર્વાયોજીત મુલાકાત તમારા ઘા, તમારા લક્ષણો અને તમારી પ્રારંભિક મુલાકાતે આરોગ્ય સંભાળ આપનાર વ્યવસાયિકના નૈદાનિક અભિપ્રાય પર આધાર રાખશે. તમને તમારી ફોલો-અપ પૂર્વાયોજીત મુલાકાત સુધી ચાલે એટલા પુરતાં ડ્રેસિંગ્સ પૂરા પાડવામાં આવશે.

પૂર્વાયોજીત મુલાકાતની અવધિ અને આવર્તન તમારા ઘાના પ્રકાર અનુસાર વધીઘટી શકશે; જે ક્લિનિકના નર્સ નિર્ધારિત કરશે.

જો તમે તમારી પૂર્વાયોજીત મુલાકાતમાં હાજર રહી શકો તેમ ન હોય તો મહેરબાની કરી **0300 300 7777** પર SPA નો સંપર્ક કરી રદ કરવાની ઓછામાં ઓછા 24 કલાક આગોતરી સૂચના આપશો. આમ કરવાથી કોઈ અન્ય વ્યક્તિને પૂર્વાયોજીત મુલાકાત આપવામાં સુગમતા થશે. એવા કોઈપણ દર્દી જેઓ પોતાની પૂર્વાયોજીત મુલાકાત રદ કર્યા વિના હાજર ન રહે તેઓને 'હાજર ન રહ્યા' (DNA) તરીકે વર્ગીકૃત કરવામાં આવશે અને ક્લિનિકમાંથી રજા આપવામાં આવશે.

સૂચનાઓ

પ્રવાહી સાબુનો ઉપયોગ કરો



હથેળી પર હથેળી



હાથની પાછળ



આંગળીઓની વચ્ચે



આંગળીઓની પાછળ



અંગુઠા



આંગળીઓના ટેરવા

ધુઓ અને સંપૂર્ણપણે કોરાં કરો

તમારું ડ્રેસિંગ કેવી રીતે બદલશો

ઘાની કાળજીમાં સમાવેલ મુખ્ય સિદ્ધાંતો છે ચેપ રોકવો અને રૂઝ આવવાની પ્રક્રિયાને આગળ વધારવી. તમારા ઘાની સંભાળ લેવા માટે નીચે આપેલ મુદ્દાઓ મૂળભૂત માર્ગદર્શિકા છે:

- ડ્રેસિંગ બદલતા પહેલા હાથ બરાબર ધુઓ અને કોરાં કરો
- ‘જૂનું’ ડ્રેસિંગ કાળજીપૂર્વક દૂર કરો અને તેનો નિકાલ કરો
- નળના હુંફાળા પાણીથી ઘાને સાફ કરો
- ઘાની આસપાસનો વિસ્તાર કાળજીપૂર્વક કોરો કરો – **કોરો કરતી વખતે ઘાને સ્પર્શ કરવો નહીં, કારણ કે તેમાં રેષા જઈ શકે અને તે ચેપના કેન્દ્રબિંદુનું કામ કરી શકે**
- ચેપના કોઈપણ ચિહ્નો માટે ઘાનું નિરીક્ષણ કરો
- તમામ છેડા બંધ કરીને જંતુમુક્ત ડ્રેસિંગથી ફરી ડ્રેસિંગ કરો
- હાથ ધુઓ અને સંપૂર્ણપણે કોરાં કરો
- જો તમારા ઘા પર પાટાપિંડીની આવશ્યકતા હોય તો તે સાંધાથી સાંધા સુધી બાંધવો જોઈએ એટલે કે પગની આંગળીઓના નીચેના ભાગેથી ઘૂંટણની નીચે સુધી, હાથના કાંડાથી કોણી સુધી.

ચેપના ચિહ્નો

ઘણાં બધા પરિબળો એટલે કે હાથ ન ધોવા, ઘાની જગ્યા પર સ્પર્શ કરવો અથવા ઘા ડ્રેસિંગ રહિત રાખવો, ઘા પરસરળતાથી ચેપ લગાવી શકે છે. આગળ વર્ણવેલ ઘાની કાળજીના સિદ્ધાંતો ચેપ રોકવામાં મદદરૂપ થશે.

ઘા પર ડ્રેસિંગ કરતી વખતે નૈદાનિક ચેપના નીચે આપેલ ચિહ્નો શોધો:

- ઘામાંથી ફેલાતી લાલાશ
 - ઘટ્ટ સ્ત્રાવ/પરું
 - ગંધમાં વધારો/દુર્ગંધ
 - અગાઉ હોય તેના કરતા વધુ પ્રવાહી વહેવું
 - તે વિસ્તારમાં દુખાવા અને નરમાશમાં
 - તાવ
 - રૂઝ ન આવવી (કાપા અથવા જખમના નિશાન પર ચાર સપ્તાહની અંદર રૂઝ આવવી જોઈએ)
 - ‘ચોટેલા’ ડ્રેસિંગ સાથે સંલગ્ન ન હોય એવો રક્તસ્ત્રાવ
 - તે વિસ્તારમાં ગરમાટો/સોજો વધવો
- *સામાન્યપણે ઘા રૂઝવાની શરૂઆત થતાં થોડી લાલાશ પકડે છે અથવા સોજો આવે છે, પરંતુ થોડા દિવસોમાં તેમાં સુધારો જોવા મળે છે.

ઉપરના ત્રણ અથવા વધુ ચિહ્નો હાજર હોય તો ઘાનું મૂલ્યાંકન આરોગ્ય કાળજી વ્યવસાયિક દ્વારા થવું આવશ્યક છે (SPAનો સંપર્ક કરો) એન્ટિબાયોટિક સારવાર માટેની સમીક્ષા કરવા માટે તમારે તમારા GPનો સંપર્ક પણ કરવો જોઈએ.

ડ્રેસિંગ સલાહ

તમારી પ્રારંભિક પૂર્વાયોજીત મુલાકાત પર તમને જણાવાશે કે તમારે તમારું ડ્રેસિંગ કેટલી વખત બદલવું જોઈએ.

પુરાવા દર્શાવે છે કે વારંવાર ડ્રેસિંગ બદલવાથી ચેપનું જોખમ વધી જાય છે અને નવી પેશીના વિકાસમાં બાધા થાય છે. તેથી તે મહત્ત્વનું છે કે તમે તમારા ડ્રેસિંગને કોરું, સાફ રાખીને તેનું રક્ષણ કરો, તેમજ તેને ફક્ત તમારા આરોગ્ય કાળજી વ્યવસાયિકની સલાહ મુજબ જ બદલો.

મૂળ જગ્યા પર રહેલ ડ્રેસિંગ શોષતું હોવાથી સ્ત્રાવ શોષાઈને ડ્રેસિંગની ટોચ સુધી પહોંચે છે અને તેથી ડાઘો જણાઈ શકે છે.