

## Sådan gør du, når din hånd er forbrændt

Din hånd er blevet forbrændt, og derfor har du været i Akutmodtagelsen/Skadeklinikken, hvor vi har behandlet din forbrænding ved at smøre hånden ind i Silverderma creme og putte den i en plastikpose. Denne behandling giver hudens celler et fugtigt miljø, som hjælper den med at hele hurtigt. Samtidig giver behandlingen dig mulighed for at bruge hånden og dermed holde muskler og led bevægelige.



### SÅDAN GØR DU

#### Vask hånden, når du kommer hjem

Når du kommer hjem, skal du selv sørge for at vaske hånden. Det går du sådan:

- Fjern posen og smid den væk.
- Vask hånden under rindende vand i cirka 10 minutter. Vandet skal højst være 18-20 grader og må ikke være varmt.
- Tør ikke hånden i et håndklæde, men lad forbrændingen lufttørre i cirka 20 minutter.
- Smør et tyndt lag Silverderma på sårene.
- Tag en ny pose på, anbring en gaze-serviet omkring håndleddet og hæft posen med plaster til gaze og arm.

Hvis det er et barn, der er blevet forbrændt, kan du ændre lidt på behandlingen:

- Du kan lade barnet sidde med hånden i vand i stedet for rindende vand, hvis det er lettere for barnet.
- Hvis barnet bliver uroligt eller utålmodigt, så dup hånden tør med ren køkkenrulle i stedet for at lade den lufttørre.

#### Vask hånden 1-2 gange om dagen

Du skal vaske hånden efter denne procedure 1-2 gange om dagen.

Du kan bruge fryseposer til at pakke hånden ind i, og du skal bruge plastikposerne, indtil huden er helet. Det tager som regel 12 dage. Efter 12 dage kan lægen vurdere, om du skal behandle hånden yderligere.

#### Tag smertestillende efter behov

Det er normalt at have sviende smerter et stykke tid efter forbrændingen. Det er dog vigtigt at bruge fingrene så normalt som muligt, selvom det gør ondt. Du kan lindre smerterne med smertestillende medicin fra håndkøb, fx Panodil eller Kodimagnyl. Følg dosis på pakken. Det er vigtigt, så du kan bruge hånden og modvirke hævelse. Vær opmærksom på, at Kodimagnyl kan give mavegener. Husk at bruge børnedosis til børn.

#### Modvirk hævelse

De første par dage vil hånden være hævet, og det er meget vigtigt, at du selv hjælper med at mindske hævelsen. Det gør du ved:

- så vidt muligt at holde armen opad, det vil sige over hjertehøjde
- at holde armen opad eller hvile på albuen på ryglænet af stolen, når du sidder og ligger
- at knytte hånden helt sammen og strække fingrene helt mange gange om dagen (tag eventuelt den anden hånd til hjælp).

Hvis der løber væske ud af plastikposen, kan du lægge et håndklæde under. Når hævelsen i hånden aftager, bliver det lettere at bevæge den, og så skal du prøve at bruge hånden, som du plejer, selvom det gør ondt.



### Forvent, at der kommer væske fra sårene

Du vil formentlig opleve, at der vil komme en del gullig væske fra sårene. Det er helt normalt. Du vil også få rynkede fingre - såkaldt vaskekonehud - men det har ingen betydning og forsvinder af sig selv igen, når posebehandlingen afsluttes.

### Undgå sol og frost

Under forbrændingen af din hånd er den øverste del af huden blevet beskadiget. Huden skal nok hele op og blive pæn igen. Når forbrændingen er helet, skal du undgå at tage sol og få frost på den nye og sarte hud i op til 1 år efter forbrændingen. Du må dog gerne være i solen, hvis du bruger solcreme med solfaktor 50.

## VÆR OPMÆRKSOM PÅ

Hvis der opstår betændelse, bliver det sværere for huden at hele. Derfor skal du prøve at undgå betændelse.

Selvom Silverderma creme forhindrer bakterievækst, er det stadig vigtigt, at der ikke kommer bakterier i sårene udefra. Derfor skal alt, der kommer i berøring med sårene, være rent, også den anden hånd og sæben. Du skal være opmærksom på:

- fingre, der bliver kolde eller hvide
- dunkende smerter i hånden
- udslæt på huden eller irriteret hud
- ildelugtende væske i posen
- feber.

Hvis du får nogle af disse symptomer, skal du kontakte enten din egen læge eller vagtlægen.

## FREMTIDEN

Sygeplejersken eller lægen vil fortælle dig, hvad den videre plan for din skade er. Det kan fx være:

- at der kommer en hjemmesygeplejerske ud til dig og behandler din hånd
- at du skal gå til din egen læge for at få hånden undersøgt

- at du skal til kontrol i Ortopædkirurgisk Ambulatorium, som vil sende dig en tid.

Hvis din forbrænding er dyb, vil lægen vurdere, om det bliver nødvendigt med en hudtransplantation.

## KONTAKT OG MERE VIDEN

Har du spørgsmål, er du velkommen til at kontakte os.



### Kontakt

**Akutmodtagelsen, Aalborg**  
Tlf. 97 64 43 60

**Skadeklinikken, Farsø**  
Tlf. 97 65 30 50

Fordi du har været til akut behandling, må du kontakte os uden henvisning fra din egen læge inden for 72 timer.