

Ameliyat Yarası –

Enfeksiyonları önlemek veya erken teşhis etmek

Cerrahi müdahale geçireceksiniz ve buna olabildiğince iyi hazırlanmak mı istiyorsunuz? Sağlık personeli, tavsiyeleri ve desteğiyle yanınızda olacaktır. Ancak ameliyat yarasının temiz kalması ve güzelce iyileşmesi için kendiniz de pek çok şey yapabilirsiniz.

Bir Yara Nasıl Enfeksiyon Kapar?

Her ameliyatta bir yara oluşur ve bu yara zamanla iyileşir. Geriye bir yara izi kalır. Normalde cildimiz bizi birçok mikroba karşı korur. Ancak açık bir yara ve ameliyatın kendisi de mikroplar için bir giriş kapısıdır. Bunlar yaranın iltihaplanmasına neden olabilir. Almanya’da her yıl, yaklaşık 200 bin kişi ameliyat sonrasında yara enfeksiyonu geçirir. Uzmanlar buna *ameliyat sonrası yara enfeksiyonu* derler. Ameliyat geçiren her 100 kişiden yaklaşık 1’inde bu durum görülür. Bu enfeksiyonların yaklaşık üçte birinin hijyene dikkat edilerek önlenebileceği tahmin ediliyor. Çok kilolu, anemisi ya da bağışıklık yetmezliği olan (örneğin diyabet, HIV veya kanser hastalarında) kişilerde yaralar genellikle daha zor iyileşir. Bu nedenle bu kişilerde yara iltihaplanma riski daha yüksektir.

Bir Yaranın Enfeksiyon Kaptığını Fark Etmek

Cerrahi bir müdahaleden sonra ameliyat yarası genellikle dikişler, zımba telleri veya şeritlerle kapatılır. Daha sonra steril, yani mikrop içermeyen bir pansuman beziyle örtülür. Yara, tamamen kapanana kadar çok hassastır. Bu süreçte mikrop- lar, özellikle de bakteriler yaraya kolayca bulaşabilir. Enfeksiyon, vücudun mikroplarla savaşmak için verdiği bir tepkidir. Enfeksiyonu aşağıdaki belirtilerden anlayabilirsiniz:

- Ağrılarda artış olur
- Yara çevresindeki deride kızarıklık görülür
- Yara yerinde ısı artışı ve şişme meydana gelir
- Üşüme-titre ve ateş meydana gelebilir
- İrin (sarı bir sıvı) akar, bu akıntı kokulu olabilir

Bir enfeksiyonun gerçekten var olup olmadığını anlamak her zaman kolay değildir çünkü ameliyattan sonra yara zaten çoğu zaman biraz ağrır ve kızarık olur. Ayrıca bir sargı veya yara bandı ile örtülü olduğundan yarayı çoğu zaman göremezsiniz.

Ancak bir enfeksiyonu mümkün olduğunca erken fark etmek ve tedavi etmek önemlidir. Çünkü en kötü ihtimalle mikrop- lar tüm vücuda yayılır ve ağır hasta olursunuz. Tüm vücutta meydana gelen bir enfeksiyon için kullanılan tıbbi terim *sepsis*dir. Sepsis yani kan zehirlenmesi hayati tehlike arz eder.



Siz ve tedavi ekibiniz ameliyat yarasının enfeksiyon kapmasını önlemek için çok şey yapabilirsiniz. Özellikle yarayı temiz tutmak, hijyenik bakım sağlamak, ilk iltihaplanma belirtileri görüldüğünde müdahale etmek ve tedaviye başlamak önemlidir.

Tedavi Ekibinizin Enfeksiyonları Önleme Yöntemi

Tüm doktorlar ve bakım personeli mümkün olduğunca steril çalışmak ve sizi enfeksiyonlardan olabildiğince korumak için eğitilmiştir. Koruyucu giysiler, dezenfeksiyon ve özenli cerrahi teknikler gibi yüksek hijyen standartlarına sahip çeşitli önlemler buna katkıda bulunur.

Ameliyat bölgesindeki tüylerin alınması gerekiyorsa, bunlar genellikle tıbbi makasla veya *tek kullanımlık başlığa sahip elektrikli bir tıraş makinesiyle* kesilir. Tüy dökücü krem kullanmak da mümkündür. Ancak bu cildi tahriş edebilir. Ayrıca bazı kişiler buna alerjik reaksiyon gösterebilir. Bazen önlem olarak -örneğin ameliyat yarasının bakterilerle enfekte olmasını önlemek için- size antibiyotik verilir. Ameliyattan sonra yaranız steril bir pansumanla kapatılır. İlk pansuman genellikle 48 saat sonra değiştirilir. Bu durumda yaranız kuru ve kapanmışsa, yeni bir steril pansuman gerekmez.

Kısaca

- Ameliyat yarasına kolayca mikrop bulaşabilir.
- Aşağıdaki belirtiler bir yara enfeksiyonuna işaret eder: Artan ağrı, bölgede kızarıklık, ısı artışı ve şişlik meydana gelir. Ateş ve genel bir rahatsızlık da görülebilir.
- Ameliyat sonrası yara enfeksiyonları olarak adlandırılan bu durumların çoğu özenli bir hijyenle önlenir.
- Uzmanlar, ameliyattan önce duş alınmasını, ameliyat bölgesindeki tüylerin tıraş edilmemesini, pansuman bezinin kuru ve temiz tutulmasını ve doktor kontrollerine gidilmesini tavsiye ederler.

Tedavi Ekibinizin Enfeksiyonları Önleme Yöntemi

Her cerrahi müdahaleden sonra doktor yarayı düzenli olarak kontrol etmelidir. Ameliyattan sonra tedavi ekibiniz yaranızı hijyenik olarak nasıl temiz tutabileceğinizi ve nelere dikkat etmeniz gerektiğini size ayrıntılı olarak anlatmalıdır.

Siz Nasıl Yardımcı Olabilirsiniz

Ameliyattan önce:

Yaraya en sık bulaşan mikroplar genelde halihazırda deriniz üzerinde bulunan mikroplardır. Bu nedenle uzmanlar, planlanan bir ameliyattan önce duş almanızı veya tüm vücudunuzu iyice yıkamanızı önerirler.

Durum müsaitse, bunu ameliyatın olduğu gün yapmak en iyisidir. Aksi takdirde, ameliyattan önceki akşam yapılmalıdır. Ayrıca ameliyat edilecek deri bölgelerini tıraş etmemeniz de (örneğin keskin bir jiletle) önemlidir. Çünkü bu durum küçük yaralanmalara yol açabilir ve enfeksiyon riskini artırabilir. Dolayısıyla tüylerin temizlenmesi gerekiyorsa, bunu tedavi ekibinize bırakın.

Ameliyattan sonra:

Kural olarak yarayı temiz tutarak mikroplardan ve sürekli ıslak kalmaktan korumalısınız. Bir yara iyileşirken yara bölgesi rahatsız edici bir şekilde kaşınabilir. Yine de pansuman yerini mümkün olduğunca rahat bırakmalı ve kaşımak için altına ince nesnelere sokmamalısınız. Yaraya ne kadar az temas ederseniz, o kadar temiz kalır ve daha hızlı iyileşebilir. Tedavi ekibinize ameliyattan sonra yaraya nasıl ve ne sıklıkta bakılması gerektiğini sorun.

Siz veya yakınlarınız doktorunuza danışarak pansumanı veya yara bandını değiştiriyorsanız öncesinde ve sonrasında ellerinizi her zaman iyice yıkamalı ve gerekirse dezenfekte etmelisiniz. En iyisi yaraya elle dokunmamaktır. Temiz tek kullanımlık eldivenler yardımcı olabilir. Uzun saçları bir örgü halinde toplayın. Böylelikle yaranın içine kolaylıkla değmezler. Pansumanı değiştirirken temiz bir yüzey, örneğin temiz bir havlu veya tek kullanımlık bir bez kullanmanız da tavsiye edilir.

Yara genellikle gergin, baskı ve gerilim altında değilse daha hızlı iyileşir. Bu nedenle ameliyattan sonraki ilk dönemde herhangi bir spor yapmamalı veya ağır bir şey kaldırmamalısınız. Fakat, yürüyüşe çıkmamız ve normal günlük aktivitelerinizi gerçekleştirmemiz genellikle mümkündür ve hatta tavsiye edilir. Doktorunuzun onayıyla, genellikle ameliyattan yaklaşık 2 ila 3 hafta sonra yürüyüş, koşu, yüzme veya bisiklete binme gibi dayanıklılık sporlarına yeniden başlayabilirsiniz.

Başka Neler Yapabilirsiniz

- Herhangi bir sorunuz varsa veya yaranıza nasıl bakacağınızı konusunda emin değilseniz doktorunuzla konuşun. Bir şeyi anlamadığınızda bunu açıkça söyleyin. Gerekirse her şeyin size ayrıntılı olarak gösterilmesini isteyin.
- Genellikle ameliyattan 48 saat sonra tekrar duş alabilirsiniz, çünkü Almanya'da musluk suyu çok temizdir ve yaranın üzerinde ilk bir koruyucu tabaka da oluşmuş olur. Yara tamamen iyileşene kadar banyo yapmaktan ve saunaya gitmekten kaçınmalısınız.
- Her şeyi tedavi ekibinizle görüşün. Genelde önerilenlerden farklı bir öneride bulunulursa bunun nedenini sorun.
- Yarayı gözlemleyin ve yaradaki ve vücudunuzdaki değişikliklere dikkat edin. Örneğin, yara akıntılı olabilir ve pansuman ıslanabilir. Bu durumda pansumanın değiştirilmesi gerekir.
- Ağrı, kızarıklık ve şişme gibi iltihap belirtilerine dikkat edin. Bir sepsisin başladığını yüksek ateş, hızlı nabız ve bilinçteki değişimlerden anlayabilirsiniz. Acil bir durumda **112**'yi arayın.
- Bazı bakteriler zamanla antibiyotiklere karşı direnç geliştirirler ve böylece artık etki edemezler. Bu nedenle antibiyotikleri günlük yaşamda çok dikkatli kullanmak ve tam olarak doktorunuzun reçete ettiği şekilde almak önemlidir. *Antibiyotik direnci* konusunda daha fazla bilgi için: www.patienten-information.de.
- Pansumanın değiştirilmesi veya dikişlerin alınması gibi amaçlarla planlanan doktor kontrol randevularınıza gitmeniz tavsiye edilir. Emin olmadığınız ya da yaranın kötüleştiği durumlarda hızlı bir şekilde doktora başvurmanız özellikle önemlidir. Bekleyip görmek bu durumda iyi bir çözüm değildir, aksine hızlı hareket etmek gerekir.

Daha fazla bilgi için



Kaynaklar, Yöntem ve Linkler

Bu bilgiler esas olarak "Robert Koch Enstitüsü bünyesindeki Hastane Hijyeni ve Enfeksiyon Önleme Komisyonu'nun (KRIN-KO) Tavsiyesi: Ameliyat Sonrası Yara Enfeksiyonlarının Önlenmesi (2018)" ve hastaların deneyimlerine dayanmaktadır.

Yöntem ve Kaynaklar:

→ www.patienten-information.de/kurzinformationen/operationswunde#methodik

Sağlık Konularında Daha Fazla Kısa Bilgi için:

→ www.patienten-information.de



Künye

İçerikten sorumlu olan:

Ärztliches Zentrum für Qualität in der Medizin (ÄZQ)

Görevlendiren kurumlar:

Bundesärztekammer (BÄK) ve
Kassenärztliche Bundesvereinigung (KBV)

E-Posta patienteninformation@azq.de

Web www.patienten-information.de

www.azq.de

KBV

Saygılarımızla