

Haava puhastamine – miks see oluline on ja kuidas seda korrektselt teha?

Suvi on aeg, kus reisi- takse ja puhatakse nii Eestis kui ka välismaal ringi sõites. Aktiivse puhkusega käib paraku kaasas ka haavade sa- gedasem teke. Igasugu- ne õnnetuse või vigas- tuse tagajärjel tekki- nud katkine nahapind on haav, mille puhtana hoidmine on oluline, et vältida põletiku teket. Kuidas haavu korrekt- selt puhastada, nõustab Südameapteegi provii- sor Katrin Jeeger.

Inimorganismi jaoks on haava kinnikasvamine ja paranemine loomulik reaktsioon, kuid põletiku korral toimub see protsess tavapärasest oluliselt aeg- lasemalt ja ka armi tekke risk on suurem. Seetõttu on oluline, et kõik tekki- nud vigastused saaksid puhastatud – siis saab keha keskenduda haava paranemisele.

Haava puhastamist tasub alustada suurema mustuse mahapesemisest. Selle jaoks sobib leige puhta kraanivee, füsioloogilise lahuse või vesinikperoksiidiga haava loputamine. Viimane võib olla abiks ka väiksemate verejooksude sulgemisel.

Esmase puhastamise järel tuleb valida sobilik desinfitseeriv vahend. Suh- teliselt puhta haava kor- ral piisab pihustatavatest lahustites, näiteks Asept, Pharmacare, Octenisept, Prontosan, Braunol.

Vigastusteta terve naha puhastamiseks mõeldud Chemisept ja Cutasept pihustid ei ole mõeldud limaskestade ega lahtiste haavade puhastamiseks. Valu, mis tekib neid kasu- tades, on märk mittesobi- likkusest.

Punetav, kuumav või turses haav vajab täien- davat hoolitsust antisep-

tikumi sisaldavate toode- tega: haavageel või -salv (prontosan, PVP-joodi salv, hõbeda sisaldusega tooted), desinfitseeriva lahusega mähise tegemine (pronto- san), hõbedaga plaastrid. Samal ajal ei tohiks kasuta- da vesinikperoksiidi, joodi, hõbedat ja kaaliumperman- ganaati sisaldavaid too- teid, sest võivad toimuda ebasoovitavad keemilised reaktsioonid.

Värvivate toodete kasutamist võiks võimalusel vältida, kuna see muudab haava seisundi hindamise keeruliseks. Lisaks tasub võimalusel vältida haavade puhastamiseks erinevate tinktuuride kasutamist, sest seal on peamine toi- meaine alkohol etanool, lisaks tekkivale valule ja ärritusele aeglustub para- nemisprotsess.

Kui pole käepärast võt- ta desinfitseerivat vahendit, siis sellisel juhul sobib igasugune puhas vesi, mis aitab suurema mustuse haavast välja loputada. Ju- hul kui käepärast on ainult teadmata kvaliteediga sei- sev vesi või magus jook, siis parem on oodata ja mitte hakata haava puhastama. Erakorralises olukorras, kus muid vahendeid pole käepärast, võib appi võtta ka puhta kange alkoholi ja tinktuurid, mis aitavad haava sattunud baktereid tappa.

Haava puhtuses veen- dumise järel on viimane tegu selle puhtana hoidmi- seks sideme või plaastri- ga katmine. Väikeste kriimust- tuste ja mitteveritseva haa- va peal võib kasutada ka haavaliimi. Tasub panusta- da haava niiske keskkonna hoidmisesse haavageeli panemisega plaastri alla – see aitab kiirendada haava paranemist ja vähendada armi tekke riski.

SÜDAMEAPTEEK

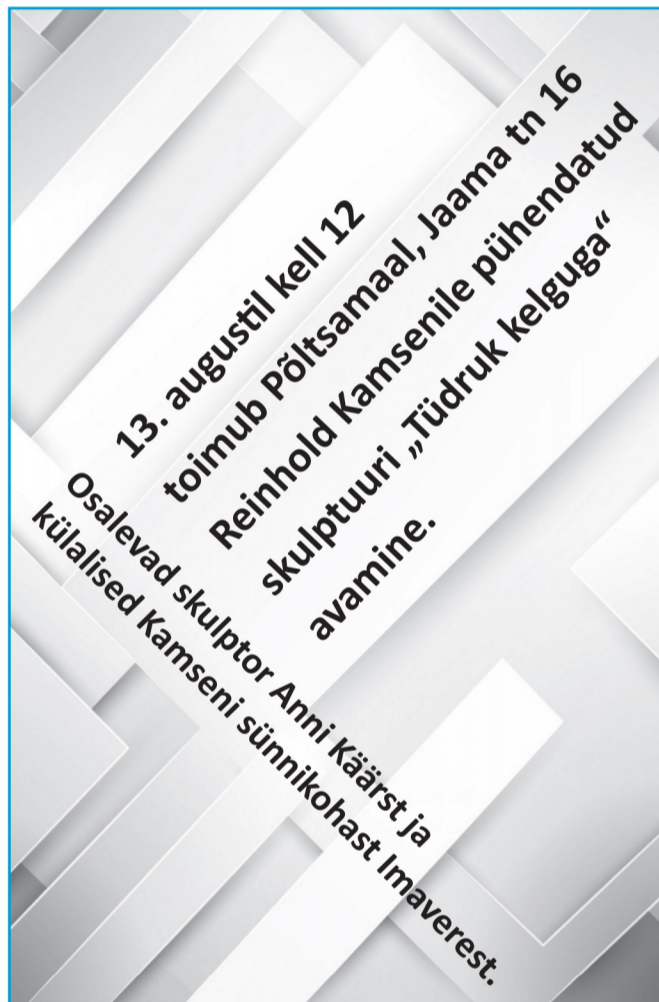
Laupäeval 6. augustil Tapiku külaplatsil



KOHVIKUTE- JA TEATRIPÄEV

Kell 12 avatakse kohvikud, kell 14 "Saabastega kass" Kiikla külateatri esituses ja anekdoote räägib Killumeister Rene.

(Vihma korral toimub üritus külamajas.)



MÜÜK

Müüa **küttepuid**:
kuiv lepp 30 cm – 4 €/võrk,
kuiv kask 30 cm – 5 €/võrk,
kuiv kütteklots – 3 €/võrk.
Tel 5691 9084.

Müüa **ehitusmaterjali** (kärgtellised, silikaattellised, eterniit, voodrilauad, ser- vatud lauad) ja **küttepuid** (sanglepp 50 cm).
Tel 5567 0685.

Ostan igas seisukorras välismaa ja vene mopeede, mootorrattaid, rollereid ja ATVsid. Tel 5632 3142.

MÜÜA
KUIVI KÜTTEKLOTSE
3.30 € / 40 l võrgus,
TOOREST SANGLEPPA
50 cm 75 €/rm.
Tel 5463 2432

OST

Ostan raamatuid, **vinüülplaate, lauanõusid, märke** jm vanavara.
Tel 5804 6910.

RENTIMINE

Soovin rentida **põllumaad** Põltsamaal või selle lähi- ümbruses. Garanteerin head hinnad ning hoolitsetud põllumaad. Tel 510 6423.

KINNISVARA

Anda üürile **ahjuküttega korter** Põltsamaa kesklin- nas. Köök, tuba, WC ja dušš eraldi. Tel 524 6311.

TEENUS

KAARDID ENNUSTAVAD.
Tel 900 1727.

TÖÖ

AS ATKO Bussiliinid pakub tööd **BUSSIJUHILE** Jõgeva osakonda, töö algus Põltsamaalt. Lisainfo telefonilt 776 0321, www.atko.ee

KOGUDUSTE TEATED

EELK PÖLTSAMAA NIGULISTE KOGUDUS

Pühapäeval, 7. augustil kell 11 9. pühapäev pärast nelipüha, jumalateenistus armulauaga. **28. augustil** on kuld- ja hõbeleeripäev. Kirik avatud teelistele neljapäevast pühapäevani kell 10–15.
Info: poltsamaakogudus.ee

EELK KURSI MAARJA-ELIISABETI KOGUDUS

Jumalateenistus **igal pühapäeval kell 15.**
Lisainfo õpetaja Esa Luukkala tel 5811 3195.

SP ADVENTISTIDE PÖLTSAMAA KOGUDUS

Laupäeval, 6. augustil kell 10 piiblitund, **kell 11** jumalateenistus. Kõneleb Priit Keel.
Info: poltsamaa.advent.ee

EKNK PÖLTSAMAA JORDANI KOGUDUS

Laupäeval, 6. augustil kell 11 palveteenistus. **Pühapäeval, 7. augustil kell 11** jumalateenistus.
Info: FB, www.jordan.ee, tel 5663 3720.

Mälestame

Kustus elu, vaikus valu, mälestus jääb alati...

Avaldame sügavat kaastunnet Estrile perega kalli ema, vanaema ja vanavanaema

ASTRID HELMROSINA

kaotuse puhul.

Põltsamaa Selveri kollektiiv

Pere mälestuskangas on katkenud lõim ...

Avaldame kaastunnet Eda ja Raido Allsaartele peredega kalli ema ja vanaema **HEDVIG HAME** kaotuse puhul.

Perekond Aiaots

Üks ehuraamat on sulgunud...

Südamlik kaastunne Edale ja Hendrikule perega armsa ema, ämma, vanaema ja vanavanaema **HEDVIG HAME** kaotuse puhul.

Elle ja Vello perega

Mälestame abivalmis naabrimeest ja avaldame kaastunnet lähedastele kalli **KALJU ANTSMAA** kaotuse puhul.

Naabritalu tüdrukud Lydia ja Siiri

Avaldame kaastunnet Zinaidale, Ülole ja Aivarile peredega kalli abikaasa, isa ja vanaisa **KALJU ANTSMAA** surma puhul.

Perekond Sardis

Jääd ikka meie mälestustesse ...

ASTRID HELMROSIN

Südamlik kaastunne kõigile lähedastele.

Põltsamaa Keskkooli 40. lend

Südamlik kaastunne Estrile perega kalli

ASTRID HELMROSINA

kaotuse puhul.

Marika, Lea, Vello, Ülle, Aigar, Rita ja Magnus

Avaldame kaastunnet Edale ja Hendrikule perega ema, ämma ja vanaema **HEDVIG HAME**

surma puhul.

SA Põltsamaa Tervis

Südamlik kaastunne Edale ja Raidole peredega kalli ema, ämma, vanaema ja vanavanaema **HEDVIG HAME**

surma puhul.

Aina laste ja lastelastega

Südamlik kaastunne Avole ja Veljole venna

ARVI ELIASE

kaotuse puhul.

Võhmanõmme PÜ

