



# OPEKLINE

Polona Campolunghi-Pegan

## 1. *Kako pogoste so opekline?*

Čeprav se pogostost opeklin iz leta v leto zmanjšuje, še vedno sodijo med pogoste poškodbe. Najbolj izpostavljeni so otroci do petega leta starosti. Velika večina opeklin je lažjih in jih lahko oskrbimo doma ali v ambulanti zdravnika družinske medicine. Podatki Inštituta za varovanje zdravja kažejo, da se letno zaradi opeklin v bolnišnici zdravi okoli 500 ljudi, med njimi je dvakrat več moških kot žensk. Zaradi poškodb, ki jih povzročijo opekline, pri nas v enem letu umre okoli 13 ljudi. Pri moških je stopnja umrljivosti dvakrat višja kot pri ženskah.

## 2. *Kaj povzročča nastanek opeklin?*

Glede na vzroke ločimo različne vrste opeklin:

- toplotne opekline povzročajo vroče tekočine ali plini, stik z vročimi predmeti in ogenj,
- kemične opekline povzročajo kisline ali baze,
- električne opekline povzročča električni tok nizke ali visoke napetosti,
- radiacijske opekline povzročča sevanje.

## 3. *Kako se opekline kažejo?*

Kakšne težave bo imel poškodovanec, je odvisno od stopnje opekline. Glede na globino razvrstimo opekline na dve večji skupini:

- površinske opekline so pordele in zelo boleče. Opečena koža je rahlo otekla. Lahko se pojavijo mehurji. V dnevu ali dveh se koža na opečenem predelu običajno odlušči,
- globoke opekline so tiste, pri katerih so poškodovane vse plasti kože. Opečeno področje je belo, sivo, rjavo ali zoglenelo, usnjate ali voskaste strukture. Bolečina je pri teh opeklinah blaga ali je sploh ni, saj so kožni živčni končiči uničeni.

## 4. *Kako postavimo diagnozo?*

Zaradi jasnega mehanizma nastanka in značilnih sprememb navadno ni težko ugotoviti, da gre pri poškodovancu za opekline. V diagnostičnem postopku je važno, da se pravilno določi stopnja poškodbe, saj se način zdravljenja pri različnih globinah in površinah opeklin razlikuje. Globino opekline določimo na podlagi kliničnega pregleda poškodovanega področja. Pred dokončno določitvijo globine opekline je včasih potrebno počakati 2-3 dni, saj se končne posledice poškodbe lahko pokažejo s časovnim zamikom. Pri določanju globine opekline je potrebno opazovati barvo opečene kože, prekrvavljenost drobnega kožnega žilja, vlažnost in občutljivost poškodovanega področja.



## 5. *Kako poteka zdravljenje?*

Način zdravljenja je odvisen od površine in globine opekline. Pomembno je tudi, kateri deli telesa so opečeni, kakšna sta starost in splošno zdravstveno stanje poškodovanca, ali je pridružena poškodba dihal in ali opekline zajemajo celoten obseg uda ali prsnega koša.

Blage opekline je potrebno hladiti s hladno (ne ledeno) vodo, poškodovan del očistiti in sterilno obvezati. Tretji dan po poškodbi obvezo odstranimo in dokončno ocenimo globino opekline. Rano takrat ponovno očistimo, odstranimo počene mehurje in odmrlo kožo ter ponovno obvezemo. Prevezo nato odstranimo čez 10 dni, ko se na opečenem področju že pojavi plast mladih kožnih celic. Opečeno področje se po zacelitvi lahko neguje s pripravki za nego kože. Priporočljivo je, da poškodovanega področja kože ne izpostavljate soncu.

Če bo zdravnik ocenil, da je opekline okužena ali obsežna, vam bo predpisal posebno antibiotično mazilo, ki ga boste enkrat dnevno nanašali na poškodovano površino kože. Ob okužbi lahko uporabimo tudi druge snovi (klorheksidin, povidonjodid).

Pri hudih in obsežnih opeklinah z ukrepi prve pomoči najprej rešujemo življenje poškodovanca. Zagotoviti moramo proste dihalne poti, vzdrževati dihanje in krvni obtok, lajšati bolečino, če je ta prisotna in preprečiti podhladitev. Hudo opečenega človeka moramo čimprej prepeljati v bolnišnico in mu omogočiti intenzivno zdravljenje. Hude opekline potrebujejo kirurško terapijo in velikokrat se bodo v bolnišnici odločili za presaditev kože z zdravih mest na opečena področja. Pogosto je za odstranjevanje brazgotin in izboljšanje delovanja in videza opečenih delov telesa potrebnih več kirurških posegov. Zdravljenje takih opeklin je dolgotrajno, rezultati pa nepredvidljivi.

## 6. *Kakšen je potek celjenja opeklin?*

Površinske opekline se celijo manj kot 3 tedne. Koža se po površinskih opeklinah zaceli brez brazgotine, lahko pa je opečeno področje po zacelitvi začasno ali trajno rahlo svetlejšo od ostale kože. Globoke opekline se celijo več kot 3 tedne. Hudo opečena koža se ne more več obnoviti, zato se zaceli z brazgotino. Celjenje globokih opeklin poteka z robov poškodovanega področja, je dolgotrajno in navdno pušča estetsko neugodne rezultate.

## 7. *Kako poteka spremljanje bolnika z opeklino?*

Pri manjših površinskih opeklinah dolgoročno spremljanje ni potrebno. Obsežne ali globoke opekline pa zahtevajo redno spremljanje in v mnogih primerih tudi rehabilitacijo. Namen rehabilitacije je pomagati opečenemu človeku, da se v največji možni meri vrne k normalnemu življenju in delu. Pri zdravljenju in rehabilitaciji hudih in obsežnih opeklin sodeluje skupina različnih strokovnjakov (kirurg, strokovnjaki zdravstvene nege, fiziater, fizioterapevt, delovni teapevt, psiholog, zdravnik družinske medicine, specialist medicine dela ...). K dobremu izidu v veliki meri pripomore podpora svojcev ter seveda motivacija in sodelovanje samega poškodovanca.

Otroke z obsežnejšimi brazgotinami je potrebno spremljati do končane rasti in preprečevati, da bi brazgotine ovirale normalno rast in razvoj.



## **8. Kako si lahko pri opeklinah pomagata sami?**

S pravilnimi ukrepi lahko sami bistveno zmanjšate bolečine in druge posledice opeklin. Na opečeno kožo ne dajajte masla, olja, leda ali ledene vode. Vse to lahko na koži povzroči še dodatne poškodbe. Če opekline pokrivajo veliko telesno površino ali če ste si opekli obraz, roke, stopala ali predel spolovil, morate obiskati zdravnika. Prav tako je nujno poiskati zdravniško pomoč v primeru kemičnih in električnih opeklin. Slednje lahko povzročijo zelo hude poškodbe v notranjosti telesa, čeprav na površini telesa ni videti posebnih znakov.

### **Površinske opekline**

Opečeni predel 15 minut hladite v hladni tekoči vodi ali v kopeli (s temperaturo približno 15 °C), če površina opekline ne presega površine ene roke (10 % telesne površine). Če je površina večja, opečenih predelov ne namakajte, ampak jih raje kratkotrajno hladite z mokrimi obkladki. Tudi pri otrocih naj bo čas hlajenja krajši – največ do 10 minut, da ne pride do podhladitve. Nato poškodovano mesto prekrijte s suho sterilno gazo. Opečeno mesto večkrat dnevno hladite z zlozencem, namočenim v hladno fiziološko raztopino. Po zacelitvi za nego opečene kože uporabljajte neodišavljene vlažilne kreme ali olja. Če potrebujete, lahko vzemete zdravilo proti bolečinam. Če je opečeni predel velik, kljub samo površinski poškodbi poiščite zdravniško pomoč.

### **Globoke opekline**

Pri globokih opeklinah opečenega predela ne namakajte v hladni vodi. Odstranite oblačila in nakit v bližini poškodovanega področja, vendar oblačil, ki so zlepljena, ne skušajte na silo odstraniti z opekline. Poiščite zdravniško pomoč.

### **Kemične opekline**

Pri kemični poškodbi opeklino izperite z veliko količino hladne vode. S telesa odstranite vsa oblačila, ki so bila v stiku s kemično snovjo. Na opeklino ne nanašajte ničesar, razen vode. Poiščite zdravniško pomoč.

## **9. Kako opekline vplivajo na vaše življenje?**

Manjše opekline nimajo dolgoročnega vpliva, obsežne in globoke opekline pa lahko življenje poškodovanca popolnoma spremenijo, saj povzročajo dolgoročne posledice na telesnem zdravju in zapuščajo trajno invalidnost, delovno nezmožnost, odvisnost od tuje nege in pomoči ter popolnoma spremenjen življenjski način. Posebna težava so brazgotine, ki onemogočajo normalno gibanje in povzročajo deformacije sklepov. Po prvotnem zdravljenju je zaradi nastanka brazgotin velikokrat potrebno opraviti več kirurški posegov, da se doseže boljše delovanje telesnih delov ali bolj sprejemljiv estetski rezultat. Poleg telesnih posledic se veliko ljudi po opeklinah sooča tudi s hujšimi psihičnimi težavami. Možne so spremembe v delovanju družine, pojavljanje občutkov krivde pri svojcih, pojav depresije ali tesnobe in težave s sprejemanjem spremenjene podobe telesa. V primeru hujše stiske poiščite strokovno pomoč.



### ***10. Ali in kako lahko nastanek opeklin preprečite?***

- Ne sončite se dlje od 20 minut. Na soncu uporabljajte kreme z zaščitnim faktorjem 15 ali več. Pred soncem se zaščitite z dolgimi oblačili in pokrivali. Izogibajte se najmočnejšemu soncu med 10. in 15. uro.
- Doma namestite alarmne sisteme, ki zaznajo dim.
- Pri delu s kemikalijami nosite zaščitne rokavice in oblačila.
- Kemikalije shranjujte nedosegljivo otrokom.
- Ne kadite v postelji.
- Skrbno ugašajte cigaretne ogorke.
- Zaščitite električne vtičnice, da bodo nenevarne otrokom.
- Pred kopanjem (sebe ali otroka) preverite temperaturo vode v kadi.
- Na grelcu vode nastavite temperaturo na srednjo vrednost.
- Pri kuhanju obračajte ročaje ponev in loncev stran od sebe. Preprečite otrokom, da bi se igrali v bližini štedilnika.

Preden malega otroka posedete v avtosedež, preverite, kako vroč je. Kovinske zaponke na pasovih se lahko na soncu zelo močno segrejejo in povzročijo opekline. Če parkirate na soncu, avtosedež pokrijte.