RANISILVER®
KADEFARM

PORADNIK

JAK POSTĘPOWAĆ Z RANĄ W WARUNKACH DOMOWYCH?

To jest wyrób medyczny. Używaj go zgodnie z instrukcją używania lub etykietą.

SPIS TREŚCI

1. Definicja i rodzaje ran **3**

2. Jak dbać o rany – najważniejsze zasady pielęgnacji **5-8**

Mycie rąk **5**

Oczyszczenie rany **5**

Ocena rany **6**

Antyseptyka **7**

Opatrunek **8**

3. Mechanizm gojenia ran **9**

4. Preparaty wspomagające gojenie **10**

5. Gojenie rany – na co zwrócić uwagę, o czym pamiętać **11**

DEFINICJA I RODZAJE RAN

Rana to przerwanie ciągłości skóry. Powstaje na skutek urazu (mechanicznego, termicznego, chemicznego) lub w wyniku choroby skóry i tkanek głębszych.

Można wyróżnić kilka rodzajów ran, uwzględniając:

a. **mechanizm powstania urazu – rany cięte, tłuczone, miażdżone, kąsane i inne,**
b. **głębokość urazu – rany powierzchowne lub głębokie,**
c. **stopień urazu – rany proste lub złożone,**
d. **czas gojenia – rany ostre lub przewlekłe.**

Przerwanie ciągłości lub ubytek skóry wymagają prawidłowego opatrzenia i pielęgnacji. Dzięki temu proces gojenia przyspiesza, a ryzyko wystąpienia powikłań (takich jak zakażenie, krwiak, rana przewlekła czy blizna przerostowa) staje się mniejsze.

W warunkach domowych najczęściej powstają rany powierzchowne i proste. Zwykle nie obejmują głębokich warstw skóry lub struktur głębokich, np. mięśni, dużych naczyń. W większości przypadków (gdy stan zdrowia jest prawidłowy i nie występują zaburzenia fizjologicznego gojenia ran) proces gojenia przebiega prawidłowo i nie wymaga interwencji chirurgicznej.

To nie znaczy, że rany można bagatelizować.
KAŻDA RANA POWINNA BYĆ PRAWIDŁOWO OPATRYWANA I PIELĘGNOWANA.

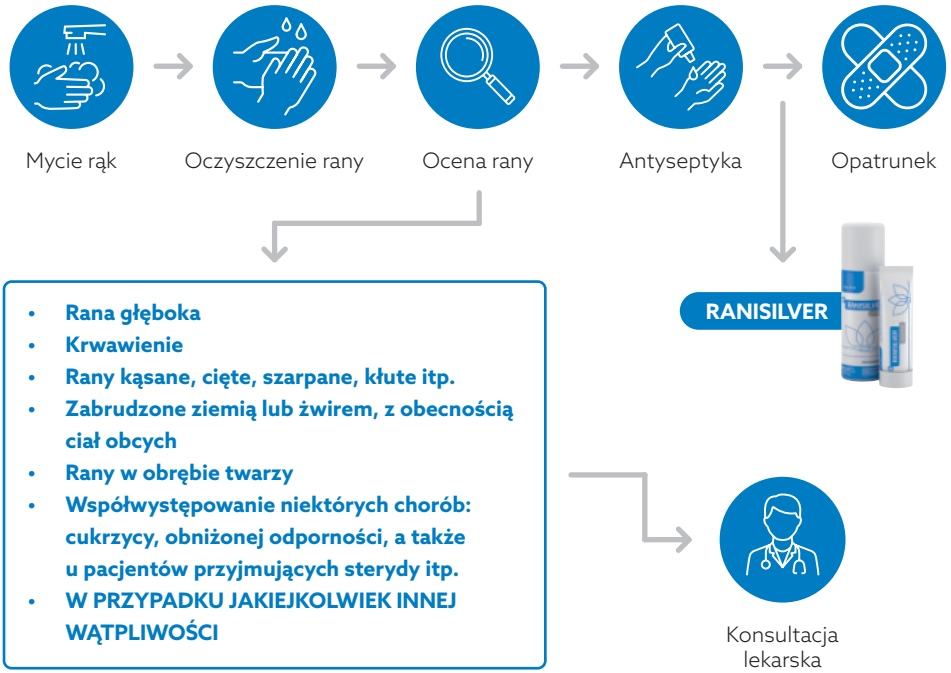
Kiedy niezbędna jest konsultacja lekarska? W każdej sytuacji wątpliwej, a szczególnie w przypadku:

a. **ran głębokich,**
b. **ran krwawiących,**
c. **ran kąsanych, ciętych, szarpanych, kłutych,**
d. **ran zabrudzonych ziemią lub żwirem, z obecnością ciał obcych,**
e. **ran w obrębie twarzy,**
f. **współwystępowania niektórych chorób (np. cukrzycy, obniżonej odporności), a także u pacjentów przyjmujących sterydy itp.,**
g. **pojawienia się jakiejkolwiek innej wątpliwości.**

PAMIĘTAJ!

W przypadku ran zanieczyszczonych ziemią (tym bardziej wzbogaconą nawozami naturalnymi), do których doszło w gospodarstwach rolnych, narzędziami zabrudzonymi ziemią czy odpadami rzeźnymi, zawsze istnieje ryzyko zachorowania na tężec. W powyższych sytuacjach, bez wyjątku, należy skonsultować się z lekarzem.

Proponowany schemat postępowania z raną ostrą (pourazową):



JAK DBAĆ O RANY? NAJWAŻNIEJSZE ZASADY PIELĘGNACJI

MYCIE RĄK

Zanim podejmiesz jakiekolwiek działanie związane z pielęgnacją rany, najpierw umyj ręce. Skóra rąk jest zasiedlona stałą i przejściową florą składającą się z grzybów, bakterii, wirusów, roztoczy tworzących tzw. mikrobiom skóry. Na nieuszkodzonej skórze mikrobiom stanowi ważną część ochrony (m.in. chroni przed patogenami, zapewnia optymalne pH skóry i równowagę wodno-lipidową). Jednak przy braku prawidłowej higieny rąk patogeny występujące na rękach mogą przedostawać się do łożyska rany, kontaminując ją, a co za tym idzie – prowadząc do zakażenia.

PAMIĘTAJ!

Przed każdą zmianą opatrunku lub pielęgnacją rany zawsze dokładnie umyj ręce mydłem pod bieżącą wodą.

OCZYSZCZENIE RANY

Niezależnie od lokalizacji i mechanizmu powstania, rana powinna być oczyszczona, czyli mechanicznie wypłukana (wodą, solą fizjologiczną, antyseptykiem), co pozwala na usunięcie ciał obcych oraz potencjalnych patogenów z łożyska rany. Jest to szczególne ważne w sytuacjach widocznego zabrudzenia rany, np. ziemią, żwirem.

Czym przepłukiwać ranę? Optymalnie solą fizjologiczną dostępną w aptece. Ranę wraz z przylegającymi tkankami można ewentualnie obmyć pod bieżącą wodą, a w przypadku widocznych zabrudzeń – użyć mydła.

OCENA RANY

Po oczyszczeniu należy ocenić ranę.
W przypadku ran powierzchownych (takich jak otarcia, zadrapania, podrażnienia), nierozległych, bez cech krwawienia i niezabrudzonych nie ma bezwzględnej konieczności oceny lekarskiej. W przypadku każdych ran krwawiących, głębokich, zabrudzonych lub jakiejkolwiek innej wątpliwości należy niezwłocznie udać się do lekarza bądź do szpitalnego oddziału ratunkowego (SOR).

PAMIĘTAJ!

Niektóre stany chorobowe i choroby przewlekłe mogą wiązać się z zaburzeniem gojenia rany. Do najważniejszych czynników upośledzających gojenie ran zaliczają się:

- **niektóre choroby przewlekłe, np. cukrzyca, choroby nerek i wątroby, POChP i inne,**
- **wiek (osoby starsze, dzieci),**
- **niedożywienie, otyłość,**
- **niedobory odporności (wrodzone, nabyte),**
- **stosowanie leków immunosupresyjnych, np. sterydów, metotreksatu, przeciwciał i innych,**
- **aktywna choroba nowotworowa, stan po chemio- lub radioterapii.**

W wyżej wymienionych sytuacjach często wymagane są: intensyfikacja leczenia, nadzór i ewentualna modyfikacja postępowania pod kontrolą lekarską.

PAMIĘTAJ!

Każde gojenie rany przebiega z tzw. fazą zapalenia.
W ciągu 24 godzin od wystąpienia urazu w obrębie łożyska rany pojawiają się neutrofile, które neutralizują i zabiją bakterie, oczyszczają ranę z ciał obcych i tkanek obumarłych. Najczęściej przez kilka dni po urazie (zwykle 2-4 dni) może to skutkować charakterystycznym zespołem objawów: obrzękiem, zaczerwienieniem, tkliwością (bólem). Jest to naturalny element prawidłowego gojenia się rany.

ANTYSEPTYKA

Antyseptyka to zastosowanie specjalistycznych środków chemicznych w celu eliminacji drobnoustrojów z łożyska rany oraz zahamowania wzrostu patogenów. Oczyszczenie rany solą fizjologiczną lub bieżącą wodą pozwala jedynie na mechaniczne wypłukanie zanieczyszczeń z rany. Takie postępowanie może nie być wystarczające w przypadku ran o dużej powierzchni, głębokich, zabrudzonych lub w grupach tych pacjentów, u których z uwagi na choroby współistniejące rana może być zagrożona infekcją. Ważne jest zatem zastosowanie antyseptyku posiadającego w swoim składzie substancję biobójczą, pozwalającą eliminować patogeny z łożyska rany. Na rynku dostępnych jest wiele produktów wzbogaconych o substancje przeciwdrobnoustrojowe. Według zaleceń specjalistów, takie preparaty powinny zawierać jedną z czterech substancji:

- **poliheksanidynę,**
- **oktenidynę,**
- **powidon jodu**
- **lub podchloryny.**

Występują one w postaci płynów, żeli lub aerozoli.
Każdorazowo podczas zmiany opatrunku (szczególnie w grupach ryzyka wystąpienia zakażenia) antyseptyk lub lawaseptyk powinien stanowić nieodłączny element prawidłowej pielęgnacji rany. W przypadkach ran powierzchownych, małych, niezabrudzonych (np. otarć, zadrapań) do płukania można wykorzystywać środki bez zawartości substancji przeciwdrobnoustrojowych, czyli tzw. sól fizjologiczną.

OPATRUNEK
Większość ran powinna być zabezpieczona opatrunkiem. Powszechnie panująca opinia, by rana „oddychała" lub „wietrzyła się", nie ma potwierdzenia naukowego.

PAMIĘTAJ!

Drobnoustroje przedostają się do rany poprzez:

a. **kontakt bezpośredni – nieumyte ręce, niejałowe opatrunki itp.,**
b. **migrację patogenów ze środowiska – powietrze, woda,**
c. **migrację własnej flory skórnej.**

Opatrunek jest nie tylko mechaniczną ochroną przed wnikaniem patogenów do rany, ale także zabezpiecza ranę przed wtórnym urazem. Co więcej, większość dostępnych opatrunków specjalistycznych wspomaga także procesy gojenia. Do najważniejszych mechanizmów ich działania należą:

- **utrzymywanie odpowiedniej wilgotności środowiska rany i termoregulacji,**
- **eliminacja nadmiaru wysięku,**
- **ochrona brzegów rany przed uszkodzeniami,**
- **działanie przeciwdrobnoustrojowe.**

Opatrunki aktywne powinny być dostosowane do rodzaju rany, fazy gojenia, stopnia wysięku oraz zakażenia. Ze względu na różnorodność i złożoność dostępnych opatrunków aktywnych, ich dobór najlepiej skonsultować z lekarzem. W przypadku ran prostych, bez ryzyka infekcji, możliwe jest stosowanie standardowych opatrunków plastrowych z jałową gazą. **W powierzchownych uszkodzeniach skóry o charakterze przewlekłym i ostrym Ranisilver spray i maść zapewniają prawidłowe nawilżenie mikrośrodowiska rany, przywracają i utrzymują optymalne nawodnienie skóry oraz wspomagają prawidłowy przebieg fizjologicznych procesów regeneracji tkanek**.

PAMIĘTAJ!

Równie ważnym (a często pomijanym) aspektem jest ochrona i pielęgnacja skóry wokół rany. Nadmiar wydzieliny, odczyn zapalny wokół rany czy substancja klejąca z plastrów mogą być przyczynami maceracji i podrażnienia, a to z kolei może prowadzić do nieprawidłowego gojenia rany. **Stosowanie preparatów wspomagających gojenie (np. w postaci maści takiej jak Ranisilver) pozwala na utrzymanie prawidłowej kondycji skóry wokół rany. W tym celu maść Ranisilver delikatnie rozprowadź na ranie i jej okolicy. Jeżeli wolisz formę sprayu, wybierz Ranisilver spray – przed użyciem mocno wstrząśnij, a następnie rozpyl na uszkodzoną powierzchnię skóry**.

MECHANIZM GOJENIA RAN

Każde gojenie rany przebiega w czterech fazach, które wzajemnie się przenikając, stanowią ciągłość procesów gojenia. W sytuacjach niesprzyjających (wystąpienie zakażenia, tkanek martwiczych, włóknika lub chorób współistniejących u pacjenta itp.) proces gojenia może zostać zatrzymany w jednej fazie, uniemożliwiając przejście do następnej. To może skutkować rozwojem rany przewlekłej lub powikłanej.

Jakie fazy gojenia rany wyróżnia się najczęściej?

a. **Faza hemostazy** – przeważnie trwa od kilku sekund do kilku minut. W tej fazie następuje hamowanie krwawienia z rany (czyli skurcz naczyń, agregacja płytek krwi i aktywacja procesów krzepnięcia). W przypadku ran głębokich lub z uszkodzeniem naczyń czasem wymagana jest interwencja chirurgiczna: ucisk, szycie, podwiązanie naczyń. W większości przypadków (ran prostych, niezłożonych) nie stanowi problemu klinicznego. U pacjentów przyjmujących leki rozrzedzające krew faza hemostazy może trwać dłużej lub wymagać pomocy specjalistycznej.

b. **Faza zapalenia (wysiękowa/oczyszczania)** – trwa od kilku godzin do kilku dni. Charakteryzuje się napływem neutrofilów i mediatorów zapalnych (a następnie makrofagów) mających za zadanie oczyszczenie rany z patogenów. W tej fazie rana charakteryzuje się wysiękiem, który pomaga oczyszczać jej łożysko. Na tym etapie zaobserwować można obrzęk, zaczerwienienie i ucieplenie brzegów rany. Gdy taki stan się przedłuża, może oznaczać wystąpienie rany zagrożonej zakażeniem i powinien być skonsultowany ze specjalistą.

RANISILVER®
KADEFARM

c. **Faza ziarninowania (proliferacji)** – trwa od kilku dni do kilku tygodni. Polega na wypełnieniu ubytku tkankowego przez tkankę łączną (tzw. ziarninę) w przypadku ran powierzchownych lub wytwarzaniu się blizny (tzw. rychłozrost). W tej fazie następuje intensywna synteza kolagenu. Najważniejszym zadaniem jest utrzymanie odpowiedniego środowiska rany.

d. Faza naskórkowania (remodelingu, przebudowy) – trwa od kilku tygodni do kilku miesięcy. To finalna faza gojenia polegająca na przebudowie blizny, poprawie jej elastyczności i uzyskaniu maksymalnej wytrzymałości.

PREPARATY WSPOMAGAJĄCE GOJENIE

Stosowanie preparatów wspomagających jest kluczowe w fazach ziarninowania, naskórkowania lub tworzenia się blizny. Zarówno specjalistyczne opatrunki, jak i preparaty w postaci maści czy sprayu służą temu, by zapewniać optymalne środowisko gojenia rany, poprawiać wytrzymałość blizny i elastyczność tkanki, a także wpływać na efekt kosmetyczny.

Ważną rolę w procesach regeneracji skóry odgrywa kwas hialuronowy **(to składnik preparatów Ranisilver maść i spray)**, którego 50% całkowitej puli znajduje się właśnie w skórze. Dzięki właściwościom higroskopijnym silnie wiąże cząsteczki wody, zapewniając prawidłowe uwodnienie tkanek, a dalej – optymalne środowisko gojenia rany. Nawilża ją, utrzymuje jej prawidłową strukturę, napięcie i elastyczność, wspomagając naturalne procesy regeneracji tkanek.

Ranisilver spray i maść, dzięki zawartości kwasu hialuronowego, witaminy E oraz fitokolagenu akacjowego, ma właściwości nawilżające i powlekające, tworzące rezerwę wody i zapewniające prawidłowe nawilżenie mikrośrodowiska rany.

Najważniejszymi mechanizmami działania kwasu hialuronowego w procesach gojenia ran są:

- **utrzymanie integralności macierzy pozakomórkowej,**
- **indukcja syntezy kolagenu,**
- **wpływ na różnicowanie, proliferację i migrację komórek skóry,**
- **funkcja immunoregulująca,**
- **działanie bakteriostatyczne.**

PAMIĘTAJ!

Przy niezaburzonym procesie gojenia rany pielęgnacja i zmiana opatrunku wymagane są zazwyczaj raz dziennie. W przypadku braku postępu w gojeniu rany lub wystąpienia miejscowych objawów niepokojących zawsze należy skonsultować się ze specjalistą.

GOJENIE RANY – NA CO ZWRÓCIĆ UWAGĘ, O CZYM PAMIĘTAĆ

Jak często zmieniać opatrunek?
- Zgodnie z zaleceniami lekarza.
- Według potrzeb (np. po zmoczeniu czy zabrudzeniu).
- Najczęściej – raz na dobę.

Kiedy skonsultować gojenie rany ze specjalistą? Zawsze, gdy:
- w ranie pojawia się treść ropna,
- rana krwawi,
- pojawia się nieprzyjemny zapach,
- rana długo się nie goi lub nie obserwujesz postępu gojenia.

O czym pamiętać w czasie gojenia rany?
- Nie mocz intensywnie rany.
- Najlepszym rozwiązaniem będzie kąpiel pod prysznicem.
- Zrezygnuj z chodzenia na basen, do sauny itp.
- Najlepiej używaj mydła hipoalergicznego i unikaj zbyt ciepłej wody.
- Stosuj jednorazowe ręczniki do rany.
- Prawidłowo pielęgnuj bliznę i skórę wokół blizny (warto stosować dedykowane preparaty, a także masować bliznę i skórę wokół niej).
- Spożywaj posiłki bogate w białko, witaminy i minerały.
- Wybieraj luźne ubrania, nieuciskające miejsc styczności z raną.
- Nie dźwigaj ciężarów i nie uprawiaj intensywnie sportu, ale staraj się utrzymywać codzienną aktywność fizyczną, np. spacerując.

PAMIĘTAJ!

Kliniczne objawy zakażenia rany to:
- **zaczerwienienie,**
- **ucieplenie,**
- **obrzęk,**
- **ból,**
- **wysięk ropny.**

Wystąpienie takich cech rany wymaga konsultacji lekarskiej! W większości ran nieskomplikowanych, prostych, powierzchownych proces gojenia przebiega prawidłowo. W przypadku braku zagojenia rany w przeciągu 6-8 tygodni od momentu wystąpienia urazu i mimo prawidłowego postępowania, rana według definicji staje się raną przewlekłą. W takiej sytuacji konieczna jest konsultacja chirurgiczna, by ocenić dotychczasowe postępowanie i wdrożyć kompleksową strategię działania.

RANISILVER®

KADEFARM

www.ranisilver.pl

Podmiot prowadzący reklamę / Dystrybutor w Polsce: Kadefarm Sp. z o.o., ul. Gipsowa 18 Sierosław, 62-080 Tarnowo Podgórne.
Producent: Sakura Italia Srl, Via Mantova, 24, 25017 Lonato del Garda (BS), Włochy