

# Kui nahk saab põletada

## Nahapõletusi tuleb kõige sagedamini ette kodustes tingimustes, tõdevad meedikud.

Sageli saavad põletada lapsed, kui puudub täiskasvanu tõhus järelevalve, aga ka eakad, kelle käed seoses vanusega muutuvad kohmakaks. Mõnikord võib õnnetusjuhtum olla seoses tööga, kui eiratakse töökaitse eeskirju.

Kõige tihedamini saab nahk põletada kokkupuutel kuuma auru, keeva vee või tulega, aga ka kiirgusenergiast, näiteks päikesekiirgusest.

Põletusele on lähedane nahasöövitatus, mida sageli nimetatakse keemiliseks põletuseks. Tihti peale tekib söövitust leeliste või aluste (sööbelubi, sööbenaatrium, kaustiline sooda, raskete metallide soolad jne), samuti hapete (väävel-, lämmastik- ja soolhappe) toimel.

Põletuse aste sõltub selle tekkimise viisist, tekitavast ainest ja selle temperatuurist ning toimimise kestusest.

### Põletuse astmed

Esmaabi seisukohalt jaotatakse nahapõletused I, II ja III astme põletuseks.

Kiirgav soojus põhjustab tavaliselt I või II astme põletusi, tuleleek II või III astme põletusi, mingi lõhkeaine plah-

vatus ning kuum aur aga sageli III astme põletusi.

I astme põletus väljendub naha tupevas punetuses ja turses. Näiteks tüüpiline I astme põletus on päikesekiirte põhjustatud. Kannatanu kaebab valu ning paikset naha ketendust. Mõne päeva pärast nähud kaovad. Nahk põletuse piirkonnas muutub veidi tumedamaks – pigmenteerub.

II astme põletust iseloomustavad mitmesuguses suuruses villid. Need sisaldavad sültjat massi või läbipaistvat kollakat vedelikku. Suuremad villid tavaliselt lõhkevad. Kui need ei lõhke, siis tasapisi kuivavad. Harilikult paraneb põletus 1–2 nädalaga. Uus nahk on roosakas. Villide lõhkemisel võivad haavad saada nakkust ning pärast paranemist jäävad siis armid.

III astme põletust iseloomustab naha kõikide kihtide kärbus. Nahk võib kärbuda mõne hetkega, muutudes kollakaspruuniks ja mittetundlikuks. Paranedes jäävad järele suured armid, mis võivad takistada jäsemete liigutamist.

### Kuidas aidata

Kannatanu vajab kiiret esmaabi. Abistamisel tuleb kõigepealt likvideerida kõrge põletav temperatuur. Põlevate riiete kustutamiseks heita kannatanule peale

või mähkida talle ümber paks riie, mis ei võta kergesti tuld. Põletusel tule, kuuma vee või muu sellisega jahutada ning loputada kiiresti kahjustatud piirkonda puhta külma veega (jääga ei tohi!). Eemaldada sealt kähku riided, lõigates need kas või mööda õmblusi lahti. Naha külge kleepunud rõivad kõrvaldada ettevaatlikult, vägisi neid lahti kiskuda ei tohi. Esmaabi andmisel peab hoolikalt vältima põletushaava saastumist.

Katke põlenud koht põletusgeeliga (saadaval apteekides, seejärel siduge steriilsel sidemega. Need vahendid peaksid leiduma igas koduses esmaabikarbis.

Ulatusliku põletuse puhul esinevad peale paiksete ka üldnähud, tegemist võib isegi olla šokiga. Sageli kaebavad sellised haiged tugevat valu ja janu ning on rahutud. Võib esineda oksendamist ja krampe. Hiljem asendub erutus seisund loidusega. Kannatanule tuleb anda juua ja ka mõnd valuvaigistavat vahendit (näiteks parasetamooli, ibuprofeeni vm).

Põletused, mille puhul nahk on kahjustatud suuremas ulatuses, võivad osutada eluohtlikuks ning neid peab ravima arst. On vaja kutsuda kiirabi, kergematel juhtudel võib kannatanu ise arsti juurde minna.

**NAOMI LOOGNA**

REKLAAMTEKST

## Kas sinu probleemiks on kõrge veresuhkrutase? Hoidu DIABEEDIST!

Meil on sinu jaoks olemas lahendus! Dialevel, toidulisand, mis on välja töötatud diabeediravispetsialistide poolt, sisaldab kolme aktiivset toimeainet: alfa-lipoidhape, kaneeliekstrakt ja kroom. Nimetatud ained aitavad kontrolli-

da veresuhkru taset ning vähendada vere kolesterooli- ja triglütseriidide sisaldust. Lisaks aitavad alfa-lipoidhapped vähendada pikaajalise kõrge glükoosisalduse peamiseks sümptomiks olevat tuimusetunnet ning kihelust

jalgades. Dialevel sobib diabeetikutele ning glükoositolerantsiprobleemide all kannatavatele inimestele.

Küsi Dialevelit lähimast apteegist ja e-poest [www.walmart.ee](http://www.walmart.ee)