

# Péče o jizvu v dětském věku



## Teoretická část

### 1 Cíl

- změknutí jizvy, uvolnění jizvy i okolních tkání, zlepšení regenerace jizvy a její výživa, kosmetický účinek, prevence přirůstání jizvy do podkoží

### 2 Kdy začínáme s péčí o jizvu?

- ošetření jizvy začínáme provádět až po vyndání stehů a úplném zhojení jizvy (jizva již bez strupů)

### 3 Jak často ošetřovat jizvu?

- standardní frekvence péče o jizvu je 1-2 x denně, doba ošetření je závislá na stavu a velikosti jizvy
- v průměru se jednorázové ošetření pohybuje kolem 5-15min.

### 4 Režimová opatření

- udržovat jizvu v čistotě
- vyčkat do samovolného odloučení strupů
- jizvu chránit před slunečním zářením a chladem minimálně po dobu 3 měsíců
- vynechat dlouhodobé namáčení jizvy ve vodě (koupání ve vaně) asi 2-4 týdny po operaci
- jizvu nikdy neroztahujeme směrem od sebe

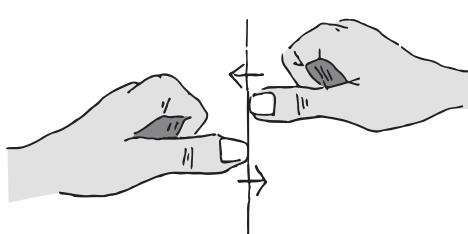
## Praktická část

- ošetření jizvy začínáme od hmatů 1.- 4., které se provádějí na suché pokožce bez nanesení masážního prostředku
- délka provádění hmatů, intenzita a počet opakování závisí na individuálním stavu jizvy ošetřovaného

### 1 Vlnky / esovitá kožní řasa / esička

- palcem pravé a levé ruky protahujeme jizvu do tvaru písmene „S“, v obou směrech

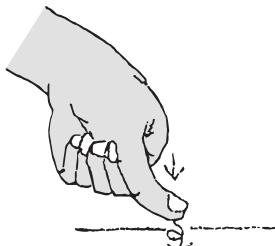
**Cíl:** uvolnění jizvy a okolních tkání



## 2 Tlaková masáž / presura

- palcem nebo ukazovákem jedné ruky vytváříme tlak přímo na oblast jizvy a jejího okolí
- intenzita tlaku je do zbělání konce nehtového lůžka

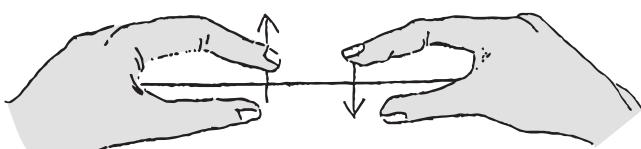
**Cíl:** prokrvení a uvolnění jizvy



## 3 Řasa / vlnovitá řasa / vlnovité hnětení

- mezi palec a ukazovák uchopíme kožní řasu tak, aby jizva byla na jejím středu
- snaha o lehké odlepení jizvy od podkladu

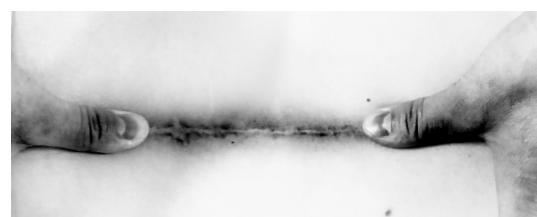
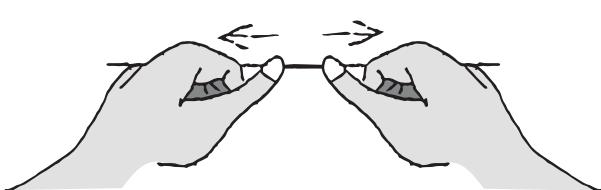
**Cíl:** prevence přirůstání jizvy do podkoží a vznik keloidní jizvy, prevence tuhnutí jizvy



## 4 Protažení v průběhu délky jizvy / bruslení

- palce přiložíme do středu jizvy, kterou protahujeme do délky

**Cíl:** prevence zkrácení jizvy, protažení a uvolnění jizvy a okolních tkání



## 5 Spirálky / kroužky

- krouživý tlak palci provádíme kolem jizvy, tlak směřuje vždy k jizvě
- tento hmat provádíme po nanesení masážního prostředku

**Cíl:** prokrvení jizvy a okolních tkání, výživa jizvy, uvolnění jizvy

