



INFORMACIÓ PER AL  
TREBALLADOR

## CONSELLS SANITARIS PER A LA CURA DE LES FERIDES I IMMOBILITZACIONS



# CONSELLS SANITARIS PER A LA CURA DE LES FERIDES

**S**i seguiu les nostres recomanacions, facilitareu una adequada cura de les vostres ferides. A més, podreu detectar i identificar signes i símptomes que poden endarrerir el procés de cura i podreu prevenir, així, l'aparició d'una infecció.

## Recomanacions generals:

- Seguiu les instruccions del nostre personal sanitari.
- Preneu la medicació pautaada pel vostre metge.
- No feu moviments bruscos amb la zona afectada.
- No retireu l'apòsit (llevat d'indicació expressa del personal sanitari).
- No mulleu la zona afectada (embenatge o apòsit).
- En cas de cremada, beveu més líquids (si no hi ha contraindicació mèdica).
- Quan la ferida cicatritzi, apliqueu-hi crema hidratant, eviteu exposar-vos al sol i utilitzeu cremes amb protecció solar total.



## Si heu de fer cures al vostre domicili:

- Feu la cura en un entorn net i segur.
- Prepareu els estris abans de destapar la ferida.
- Renteu-vos les mans abans de contactar amb la ferida.
- Retireu l'apòsit amb cura, evitant estrebades brusques.
- Netegeu la ferida amb gases (mai amb cotó) i sèrum fisiològic.
- Eixugueu la ferida amb una gasa seca i neta.
- Apliqueu amb una altra gasa *povidona iodada* mitjançant tocs suaus.
- Col·loqueu el nou apòsit.

## Signes d'alarma:

Acudiu al vostre centre sanitari de MC MUTUAL si:

- El dolor no cedeix amb els analgèsics pautats.
- La zona afectada s'enrojeix.
- Augmenta la temperatura (febre).
- Té una picor intensa.
- Es produeix una hemorràgia o hi apareix pus.
- La ferida desprèn una olor desagradable.



# CONSELLS SANITARIS EN LA CURA D'IMMOBILITZACIONS

Si seguiu les nostres recomanacions, aconseguireu una adequada cura de la immobilització que us hem practicat a MC MUTUAL.

Recomanacions generals:

- Seguiu les instruccions del nostre personal sanitari.
- No introduïu cap objecte per rascar-vos: hi ha un risc elevat que es produeixin lesions en la pell.
- No feu moviments bruscos amb la zona afectada.
- Manteniu l'extremitat afectada en posició elevada:
  - Si es tracta d'un **braç**, col·loqueu la mà per damunt del colze i l'avantbraç (podeu utilitzar un cabestrell) i eviteu anells, polseres i rellotges que dificultin la circulació.
  - Si es tracta d'una **cama**, eleveu-la sobre un coixí o tamboret, fins i tot estant estirat.



- Tingueu especial cura amb la pell que toca el guix o embenatge, mantenint una bona higiene i hidratació.
- No mulleu l'embenatge o el guix.
- Feu moviments amb els dits de l'extremitat immobilitzada, controleu-ne la mobilitat i la coloració.
- No talleu ni retireu l'embenatge per iniciativa pròpia.

## Signes d'alarma:

Acudiu al vostre centre sanitari de MC MUTUAL si:

- El dolor no cedeix, amb els analgèsics pautats, en aixecar l'extremitat.
- La inflor no cedeix en alçar l'extremitat.
- Els dits presenten color blavós o fredor.
- Noteu canvis de sensibilitat o mobilitat en l'extremitat afectada.
- L'embenatge desprèn una olor desagradable.
- L'embenatge presenta taques.
- L'embenatge es trenca o s'afluixa.





MÚTUA COI-LABORADORA  
AMB LA SEGURETAT SOCIAL

---

**NÚMERO 1**

24 hores d'atenció  
**900 300 144**  
[www.mc-mutual.com](http://www.mc-mutual.com)