

Nemle yara iyileşmesi nedir?

Meme uçlarının ağrılı veya çatlamış olması durumunda, tüm diğer cilt sorunları gibi, önerilen en etkili tedavi cildin nemini arttırmak ve onu daha fazla kurumaktan korumaktır. Nemli ortamlarda, yaralar genelde daha çabuk iyileşir ve kabuklaşma olgusu azalır. Kuru ortamlara göre, leke kalma oranı daha azdır. Nemle yara iyileştirme yöntemi, derinin içindeki doğal nemi tekrar kazanmasıdır. Hızlı bir iyileşmeye ve kabuklaşmadan tedavi olmaya yol açar.

LANSINOH, cildin üstünde, nemle yara iyileşmesini mümkün kılan bir tabaka oluşturur.

LANSINOH bir bakteriostatiktir. İçinde su olmadığı için, bakterilerin üremesine izin veren bir ortam yaratmaz. LANSINOH gibi bir nemlendiriciyi uygulamak, kuru ve çatlamış bölgeyi yumuşatır, rahatlatır, sancılı bölgedeki serbest sinir uçlarını örter ve böylece sancıyı bitirir.

®,

1970-1990 yılları arasında, eğer cilt nemli ise ve ciltte tahriş belirtileri varsa, cildi kuru tutmanın önemli olduğuna inanılırdı. Meme ucunun kuru tutulması önerilir, hatta bir saç kurutma makinesi ile kurutulması tavsiye edilirdi. Bu yöntemle meme ucunda hızlı bir kuruma olur, bu da aslen çatlamayı arttırdı. .

Oysa memenin ucundaki, artık süt ve benzeri nemli bölümler, çok hafifçe bir pet yardımı ile silinebilir. Daha sonra sürülen LANSINOH ise, cildin iç nemini tutar ve çatlak bölgenin iyileşmesini sağlar.

Nemle yara iyileşmesi yöntemi, çeşitli hidrojel içerikli yara bandajları ile birlikte incelenmiştir. Bu bandajlar, aslen kronik bacak ülserlerinde ve diğer benzeri, bandajın bir süre yaranın üzerinde kalması gereken durumlarda kullanılmak üzere üretilmiştir. Oysa emzirme sürecinde, bandajlar sıkça çıkarılır ve değiştirilir. Bir araştırmada (Brent et al, 1998) hidrojel içerikli bandajların, sancıyı azaltmada LANSINOH'dan daha az etkili oldukları saptanmıştır. Hatta bandajların daha fazla enfeksiyon düzeyi yarattığı tespit edilince, daha fazla zarar vermemek için, çalışma durdurulmuştur.

®

Nemlendirici nedir?

Kuru ve esnekliğini yitirmiş cilde uygulandığı zaman, cilde yumuşatıcı etki yapan, cilde nem kazandıran kreme, nemlendirici denilir. Lanolin, ciltteki nem kaybını azaltarak – tamamen yok ederek değil – cildin içindeki doğal su miktarını artırır. Lanolin, cilde fazladan nem eklemeyiz; cildin kendi nemini korur.

Yarı geçişli ne demektir?

Lanolin tabakasının içinden bir miktar hava ve nemin yavaş bir süreçte geçebilmesi, onu yarı geçişli kılar. Cildin, iyileşmek için havaya ihtiyacı vardır. Örneğin, eğer yaranın üstüne geçişsiz (hava deliksiz) bir yara bandı koyarsanız veya parmağınızın etrafına bir parça seloteyp dolarsanız, bunu birkaç gün bırakırsanız, alttaki derinin beyazlaştığını ve içinde su birikimi olduğunu görürsünüz. Ciltteki fazla su miktarı dışarı çıkamamış ve hava içeri girememiştir. Bu durumdaki cilde hafif bir sürtme ile bile zarar verebilirsiniz. Oysa cildinizin üstüne hava delikli bir bandaj koysanız veya LANSINOH uygularsanız, cildiniz çok daha sağlıklı kaldığını görürsünüz.

Sağlık uzmanlarının sancılı meme ucu tedavisi için daha fazla bilgiye ihtiyaç duymaları halinde, aşağıdaki listeye göz atmaları önerilir:

Huml, S. *Sore Nipples – a new look at an old problem through the eyes of a dermatologist*. The Practising Midwife, Feb 1999, Vol 2, No. 2, pp 28-31.

Brent N, Rudy SJ, Redd B et al. *Sore nipples in breastfeeding woman – a clinical trial of wound dressings vs conventional care*. Arch Pediatr Adolesc Med, Nov 1998, Vol 152; pp 1077-1082.

Huml, S. *Cracked Nipples in the Breastfeeding Mother* ADVANCE for Nurse Practitioners, April 1995

Huml, S. *Moist Wound Healing – Current Concepts in Treatment*, National Conference, June 1993 Assoc of Women's Health, Obstetrics and Neonatal Nurses

Becker, G. *Treating Sore Nipples*. BEST Services 1993