

Ihotautien poliklinikka

Potilasohje Eksote

KOSTEA KÄÄRE

Keittosuolalla kostutettu kääre on hyvä ja nopea tapa rauhoittaa ärtynyt, vetistävä ja kutiava ihottuma.

KÄÄREEN TEKEMINEN

1. Kostuta 4-6 -kertainen liinakangastaitos kääreliuokseen ja purista ylimääräinen neste pois niin, ettei liuosta tipu eikä valu kääreestä.
2. Voitele alue lääkärin määräämällä lääkevoiteella ja laita kääre sen päälle.
3. Kierrä päällimmäiseksi liinakangasta niin, että lopputulos on ilmava, kiristämätön sidos.
 - Kasvojen kääreeseen voi kiinnittää esim. apteekista saatavalla putkiharsolla.
 - Sormien ja varpaiden kääreet kiinnitetään puuvillakäsineillä tai -sukilla.

Aluksi kääre vaihdetaan uuteen noin 6 tunnin välein. Lievemmissä tapauksissa ja jatkohoitona voidaan kääre laittaa vain yöksi.

Kun ihottuma on rauhoittunut tarpeeksi, lopetetaan kääreeseen käyttö ja jatketaan hoitoa vain lääkevoiteilla ohjeen mukaan.

Keittosuolaliuosta (NaCl) voi ostaa apteekista tai valmistaa itse kotona seuraavan ohjeen mukaan:

- Kiehauta 1 litra vettä
- Lisää 2 tl pöytäsuolaa
- Käyttökelpoista yhden vuorokauden ajan, kun liuos on jäähtynyt.