

Ce dépliant vous renseigne sur les soins à apporter à votre plaie qui vient d'être suturée avec des points de sutures ou de la colle.

Les soins pour votre plaie

Une laceration de la peau est une porte d'entrée pour les bactéries. Il est important de vous **laver les mains** avant de prodiguer des soins à votre plaie.

Soins de plaies lors de points de sutures :

1. Laisser le pansement en place durant les premières 48h. Changez-le seulement s'il est mouillé ou sale. Vous devez garder la plaie au sec les premières 48h
2. Par la suite, vous pouvez retirer le pansement si désirez. Vous pouvez porter un pansement sec pour la protéger pendant des activités. Si vous désirez mettre un pansement sec, il doit être changé chaque jour minimalement.
3. Après 48h, votre plaie peut être mouillée sans être immergée
4. Vous pouvez la nettoyer avec un savon doux sans parfum avec de l'eau. Bien rincer et assécher la plaie après la douche. Ne pas frotter la plaie.
5. Ne pas immerger la plaie dans un bain ou une piscine jusqu'au retrait des points de sutures

Soins de plaies avec de la colle :

1. La croûte formée avec la colle tombera lorsque la plaie sera cicatrisée entre 5 à 14 jours (en général une dizaine de jours). N'y touchez pas.
2. La plaie peut rester à l'air sauf sur les zones exposées au soleil. Si vous mettez un pansement, remplacez-le s'il est mouillé/souillé.
3. Ne pas immerger la plaie dans un bain ou une piscine jusqu'à 7 jours
4. Ne mettez pas de produit tel que de la crème hydratante ou antibiotique en crème sur la colle.

Retrait des points de sutures

Si vous avez des points de suture non fondants, vous devriez faire retirer vos points de suture par une infirmière de votre CLSC dans 7-10 jours. Une prescription vous sera remise au rendez-vous afin de vous mentionner le moment pour le retrait des points. Contactez votre CLSC pour prendre rendez-vous aux soins ambulatoires / services courants.

Surveillance

Vous devez surveiller l'apparition des signes suivants ;

1. Apparition d'une douleur progressive au niveau de la plaie
2. Apparition d'une rougeur, d'un gonflement ou d'une chaleur locale (une rougeur discrète autour de la plaie est normale les premiers jours)
3. Présence d'un écoulement purulent au niveau de la plaie
4. Présence d'une odeur nauséabonde au niveau de la plaie
5. Apparition de fièvre
6. La suture se détache ou la colle s'enlève et la plaie s'ouvre.

Si tel est le cas, *veuillez vous référer à la clinique Au Centre d'Elle* :

Cicatrice

Une fois la plaie fermée et guérie, une cicatrice sera probablement visible. Plusieurs facteurs influencent la guérison d'une plaie tels que votre âge, la taille de la plaie, la qualité de votre peau, la présence d'une infection ou les problèmes de santé tel le diabète.

Pour atténuer l'apparence de votre cicatrice, une fois la plaie fermée complètement et guérie, appliquez une crème hydratante à base de vitamine E chaque jour pour 4-6 semaines.

Gestion de la douleur

Il peut être normal de ressentir de la douleur légère ou de l'inconfort à la plaie après avoir eu des points de suture. Vous pourriez ressentir de la douleur au toucher de la plaie durant les premiers jours. Afin de soulager votre douleur ou inconfort, vous pouvez prendre de l'acétaminophène en vente libre en pharmacie (adressez vous au pharmacien pour toutes contre-indications ou inquiétudes).