

# “Senda mina, putzu mina...”

...joan da, joan da, haurren mina”. Eta mina joan dadin eta zauria sendatu, iodoa eta ur oxigenatua erabiltzen dute askok, baina horiek ez dira sendabiderik egokienak; onen-onena izaten da zauria gazur fisiologikoarekin garbitzea

**GURE ORGANISMOAK** badaki zerbait, nola ez. Edozein zauri sumatzen duela ere, prozesu fisiologiko landu-landua jartzen du abian: odoljariora kontrolatzea eta infekzioa saihestea izaten du lanetako bat, eta ondotik, kalteak jasan dituen ehuna konponatzen hasten da. Eta, sendabidea organismoak berak jartzen badu, zertarako balio dute hortaz antiseptikoez eta sendagaiek? Bada, organismoari laguntzeko balio dute, sendatzeko prozesu hori azkarrago egin dezan. Baina ustez laguntzeko erabili izan diren erremedio guztiak ez dira eraginkorrak; azido azetikoa, ur oxigenatua eta iodoa erabiltzeko ohitura, adibidez, oso hedatua dago, baina, zauriak zernolako infekzioa duen aintzat hartu ezean (akutua edo kronikoa), deus gutxitarako balio dute horiek, eta, gainera, zauria orbaintzeko prozesua atzeratu egiten dute. Ohiko zauriak sendatzeko biderik egokiena gazur fisiologikoa erabiltzea da (32-35 °C-ko tenperatura eduki behar du).

Zauri akutu batek prozesu jakin bati jarraitzen dio sendatzeko bidean: 10 egun igaro baino lehen itxi behar du, eta ehuna lehengoratu, bai haren ezaugarri anatomikoak eta bai funtzionalak ere. Denbora hori igaro eta zauria ez bada ari behar bezala orbaintzen, zauri kroniko bihurtuko da. Zauri akutuek, bestalde, honako ezaugarri hau ere badute: zauria egin eta berehala, prozesu zelular eta bascularrak abiarazten ditu organismoak, koagulazioa sustatzeko eta zauria

sendatzen lagunduko duten zelulak hara bideratzeko. Zauriak berak jartzen du abian sendabidea, eta ehun zauritua lehengoratzeko behar izaten diren zelula berriak sortzeko prozesua ere zauriaren beraren eraginez azkartzen da. Sendatzeko pauso guztiak ordena bati jarraiki gertatzen dira, etenik gabe. Aldiz, zauria garbitzeko ardura duten zelulek egoki erantzuten ez dutenean (granulozitoez eta makrofagoez), mikroorganismoak ugaritu egiten dira, eta bakterioak ere bai, ez baitago horiek kontrolatuko dituenik. Hori gertatzen denean, zauria hanpatu egiten da, ertzak gorritu egiten zaizkio eta oinazea agertzen da. Infekzio horren erruz, zauriak denbora gehiago behar izaten du sendatzeko, eta jario garden eta horixka bat agertzen da, zornetsua ere bai zenbaitetan. Zenbait patologiarekin, ordea, infekzio zantzuz horiek oharkabean pasatu ohi dira; hori gertatzen da, adibidez, diabetesarekin.

## Zauria garbitu

Gure larruazaleko mikroorganismoek kutsatu egiten dituzte zauri mota guztiak. Mikroorganismoak ugaritzea edo ez, hori norberaren sistema immunologikoaren araberakoa izaten da, baina zauria garbitzea eta babes-tea ezinbestekoa izaten da bakterioak kontrolpean edukitzeko. Horregatik da garrantzitsua zaurian geratu diren hondakin eta gorputz arrotzak kentzea (lur hondarrak edo zelula hilak,



## ZAURI ARINENTZAT:

esaterako), bakterio gehiago sortzeko bide eman ez dezaten. Gazur fisiologikoa oso egokia izaten da horretarako (32- 35 °C-ren inguruan ibili behar luke); bitarteko hezea da eta lagundu egiten du ehuna pikortzen eta sortzen, eta, gainera, oso likido-truke gutxi eragiten ditu zelula osasuntsuen artean. Halakoetan, edateko ura ere erabil daiteke.

Sendagai antiseptikoez, berriz, “betidanik” erabili izan diren horiek, alegia, ez dira hain egokiak: azido azetikoa, ur oxigenatua, sodio hipokloritua, pobidona duten sendagaiak... Horiek guztiak badituzte arrisku batzuk gure organismoarentzat, eta horiek aintzat hartzea komeni da. Iodo pobidona erabiltzea, adibidez (iodo molekularra eta pobidona eduki ohi ditu, eta antiseptiko eta desinfektatzaile moduan saltzen dute), aukera ona da zauri zikinak eta infekzio-arrisku handikoak garbitzeko, baina ez larruazal osasuntsuetan eta zauri garbietan erabiltzeko, erre

egin baitezake, alergiak sortu eta are desagerrarazi organismoak berak infekzioa kontrolatzeko duen gaitasuna.

Antiseptikoez era askotakoak daude, ezaugarri eta eragin desberdinetakoak oso, eta horiek erabiltzerakoan, diluzio normalak erabili behar dira, eta kontserbatze-neurriak oso zorrotz zaindu. Halakoak eman aurretik, noiz iraungitzen den ikusi behar da, eta ez dira luzaroan erabili behar, zelulak toxikatzen gai baitira.

Azkenik, giro hezeko sendabide-txaplatak deitzen diren horiek zauri kronikoak sendatzeko erabiltzen diren arren (ultzerak eta), zauri akutuentzat ere egokiak dira. Geriatria- eta Gerontologia-Erizaintzako Espainiako Elkartearen aldizkarian (Gerokomos) ageri den ikerketa batek dionez, txaplata horiei esker, askoz azkarrago orbaintzen da zauria, eta traumatismoetatik ere babesten dute; gainera, germenak ugaritzea ere eragozten dute. //

Sendatzen hasi aurretik, eskuak ongi garbitu. Odola eta zauri gunea ez hatzekin ukitu.

Zauria urarekin garbitu, edo sendagai gatzdunen batekin. Oso zikina badago, xaboiarekin ere egin daiteke, baina gero uretan pasatu behar da kontu handiz, zaurian ez dadin geratu zikin arrastorik.

Antiseptiko eraginkor bat erabili germen asko badaude; adibidez, klorhexidina duen sendagairen bat (betiere, argibide terapeutikoei jarraituz).

Txaplata batekin estali behar da (itsasten ez den horietakoa), hidrokoloide batekin edo poliuretano aparrez. Ez da komeni kotoia erabiltzea, ehunetara itsasten baita eta kentzerakoan min egin dezake, edo odola eragin. Baliteke zuntz arrastoak uztea zaurian eta horrek infekzioak sortzea.

Zauri batzuk sendatzeko, osasun etxera joan beharko dugu: zaurian objekturen bat sartuta badugu, odoljariora gelditzeko zailtasunak baditugu, puntuak eman behar badizkigute, animalia baten batek hozka egin badigu edo onddoz edo bakterioz kutsatuta egoteko itxura duen zerbaitek zauritu bagaitu, edo tetanosa eduki dezakeela iruditzen bazaigu. Halakoetan, medikuak esango digu zer botika hartu behar dugun (antibiotikoez edo beste zerbait).

