

Bien cicatriser après une plaie

Dr Denis

Février 2014

Vous ou votre enfant venez de recevoir des soins pour une plaie. Le médecin vous a mis des Stéristrips ou a fait des points de suture ou a simplement recouvert de tulle gras. Suivez les recommandations ci-après pour éviter une surinfection, et garantir une belle cicatrice.

1 LA PLAIE EST RECOUVERTE UNIQUEMENT PAR DES STÉRISTRIPS

Vous ne devez pas les ôter de vous-même, mais les laisser se décoller naturellement au bout de quelques jours. Éviter absolument de mouiller la plaie, car les strips vont se décoller. N'utilisez pas d'antiseptique.

2 LA PLAIE A ÉTÉ SUTURÉE / OU A ÉTÉ RECOUVERTE DE TULLE GRAS

1. Soins locaux les premiers jours, jusqu'à l'ablation des fils (ne concerne pas les plaies du cuir chevelu):
 - Nettoyez la plaie une à deux fois par jour en commençant par asperger la plaie avec une dosette de sérum physiologique (5 ml) au dessus d'un linge ou du lavabo,
 - vaporisez un peu de chlohexidine (Biseptine spray), puis séchez en tamponnant avec une compresse,
 - mettez une plaque de Tulle gras (ou autre produit), le cas échéant et si cela a été prescrit. Il est utile de calfeutrer une cicatrice avec du tulle gras lorsque les points de suture n'ont pas été capable de rapprocher parfaitement les deux berges de la plaie.
 - mettez une ou deux compresses puis refermez avec un pansement adhésif, ou encore mieux à l'aide d'une bande de crêpe (ne serrez pas la bande).

Faites ôter les points de suture par votre médecin ou une infirmière, en respectant le délai prescrit.

2. Soins locaux après l'ablation des fils : appliquer une petite quantité de crème CICALFATE (vendue sans ordonnance) et massez, matin et soir pendant 10 jours. Évitez le soleil pendant 1 an sur cette partie de la peau.

3 CE QUE JE DOIS SURVEILLER

Je m'alarme et je consulte dans les 24 heures si

- j'ai de la fièvre et/ou
- si j'ai mal (normalement vous ne devez ressentir qu'une sensation de tiraillement, parfois assez forte), et/ou
- le pourtour de la plaie est devenue rouge ET il y a un écoulement jaune épais qui fait des croûtes sales (un écoulement jaune clair et liquide est normal).