

Consigli per la salute

Colpi e contusioni

In caso di colpi, cadute o impatti, si verificano spesso lesioni ai vasi sanguigni e linfatici, con conseguenti lividi e tumefazioni. Come prima misura di soccorso, il rapido raffreddamento delle zone colpite ha la massima priorità. Trattamento della lesione con ghiaccio o una compressa in gel fredda per circa 15 minuti. Il freddo fa contrarre i vasi e nei casi fortunati il livido non s'ingrandisce troppo. Le contusioni cutanee o muscolari di ridotta entità di solito guariscono da sole. Se il dolore causato da un livido dura più di quattro giorni, è consigliabile consultare un medico. In caso di contusioni della testa o dell'addome, consultare sempre un medico; le lesioni degli organi devono essere escluse.

Attenzione ai graffi e i morsi degli animali domestici

Come è noto ai proprietari di animali domestici: dopo aver giocato in modo troppo energico con il cane o aver coccolato il gatto nella zona sbagliata, siete stati graffiati. Le ferite profonde sono fortunatamente rare. Tuttavia, tutti i graffi e i morsi devono essere trattati: la lesione deve essere accuratamente irrigata e disinfettata da un medico. Purtroppo, e soprattutto i morsi di gatto, sono un rischio di infezione molto elevato. Quindi la lesione va trattata con una medicazione sterile, ad esempio di FLAWA. Ricordate anche di controllare la vaccinazione antitetanica. È consigliabile che l'ultimo richiamo non sia stato effettuato più di cinque anni prima. In caso di dubbi, è necessario agire rapidamente e consultare un medico. In Svizzera, le infezioni potenzialmente letali causate dalla rabbia o dal tetano sono molto rare, ma sono ancora un rischio in molti paesi. Consultare sempre un medico se si riportano morsi o graffi più estesi da animali con stato sanitario sconosciuto. Ci si deve rivolgere immediatamente a un medico anche se dopo aver riportato la lesione appaiono tumefazioni e arrossamenti. La ferita è probabilmente infetta e ha bisogno di cure urgenti.

Tagli da rasoio

Basta un attimo di disattenzione durante la rasatura e vi siete già tagliati. Non è nulla di tragico, ma è spiacevole. Soprattutto perché i piccoli tagli netti prodotti dal rasoio sanguinano in modo esagerato. Fermare l'emorragia può essere impegnativo. L'acqua fredda può aiutare a restringere i vasi. In farmacia, si trovano anche speciali bastoncini emostatici, e anche l'ovatta emostatica di FLAWA può contribuire a promuovere la coagulazione del sangue. Con i cerotti FLAWA fate sempre la cosa giusta: coprono la ferita e proteggono i vestiti dalla contaminazione.

Trattamento delicato delle ferite in caso di cute sensibile

La cute è il più grande organo umano e ha un'importante funzione protettiva, ma a volte spetta a noi proteggerla. Ciò è particolarmente vero per le lesioni a livello delle zone cutanee sensibili, come la testa, il collo, le ascelle o l'incavo del ginocchio. Su queste parti corporee sensibili, utilizzate cerotti morbidi dermoprotettivi, con un adesivo che non diventa rigido. Curare



delicatamente le ferite è importante anche per la cute invecchiata o in caso di neonati e bambini piccoli. In questi casi potete contare sui nostri prodotti dermoprotettivi FLAWA sensitive.

Trattamento efficace delle **ferite delle dita**

Quando si tagliano le cipolle, basta un attimo per tagliarsi. La cosa importante è che le lesioni delle dita e delle mani sono difficili da trattare. La maggior parte dei cerotti non si adatta e non resta attaccata perché non segue l'anatomia delle dita e delle articolazioni. Spesso, non rimane che adottare una soluzione di fortuna che consiste nel tagliare un cerotto con le forbici per adattarlo. È più facile dotare direttamente il vostro armadietto dei medicinali con le pratiche medicazioni per le dita di FLAWA. Si adattano alle articolazioni e ai polpastrelli, e mantengono la libertà di movimento.

Bagni e vacanze divertenti nonostante le **lesioni cutanee**

Le abrasioni superficiali, le escoriazioni o piccoli graffi sono di solito poco critici. Se sono ancora freschi, il contatto con il cloro o l'acqua di mare può causare una sgradevole sensazione di bruciore. Ma c'è un'altra ragione per mantenere la ferita più asciutta possibile: se la crosta resta sempre ammorbidita, il processo di guarigione rallenta. Inoltre, esiste un rischio di infezione. Con la giusta medicazione delle ferite, potete continuare a divertirvi con i bagni e la vacanza. In questo caso, vi consigliamo i cerotti impermeabili, come FLAWA Aqua Plast. Tengono fuori l'acqua in modo affidabile e stanno perfettamente attaccati anche durante gli sport acquatici.

Bagno e doccia in caso di **cicatrici fresche**

Dopo un'operazione, un piercing o un tatuaggio, la cute ha bisogno di riposo e l'acqua deve stare più lontano possibile. Devono essere evitate a ogni costo le infiammazioni causate dalla penetrazione dei germi. Nel caso delle suture chirurgiche, il rischio d'infezione aumenta finché i punti di sutura non vengono rimossi; con i piercing, il rischio aumenta fino alla completa guarigione del canale di passaggio. Fino a quel momento si raccomanda di mantenere la ferita perfettamente asciutta, sebbene sia comunque possibile fare la doccia e lavarsi. I prodotti impermeabili FLAWA Forte Plast offrono una valida protezione. Il cerotto per doccia tiene l'acqua lontano dalla zona sensibile in modo affidabile.

Trattamento delle **combinazioni di lesioni** causate dalle cadute

Molte palestre hanno pavimenti in plastica, e all'esterno su molte superfici dedicate allo sport viene utilizzata anche erba artificiale. Questo causa spesso classiche combinazioni di lesioni da caduta. Quando si scivola sul pavimento, si genera calore per attrito. Oltre alle abrasioni cutanee, questo provoca bruciature. Tali ferite devono essere accuratamente pulite e le particelle estranee accuratamente rimosse. Si raccomanda quindi di proteggere l'area interessata con un'adeguata copertura della ferita. I moderni prodotti Lohmann & Rauscher per la medicazione delle ferite, come Suprasorb H, vi offrono un supporto ottimale.

Prevenzione e trattamento delle **vesciche**

Scarpe nuove, camminate insolitamente lunghe o calze poco aderenti: se la cute del piede viene sollecitata eccessivamente in determinate aree, si formano rapidamente vesciche dolorose. Di solito, tali aree sono situate abbastanza classicamente al tallone, la prominenza dell'alluce o sotto l'alluce. Prima di una lunga escursione, o quando indossate per la prima volta scarpe nuove con i tacchi alti, ha senso fare provvista di cerotti per vesciche. Anche se si è già formata una vescica, i cerotti per vesciche FLAWA forniscono sollievo. Ammortizzano l'area interessata e alleviano la pressione. Per le vesciche aperte, i cerotti per vesciche FLAWA alleviano il dolore e favoriscono la guarigione delle ferite. I cerotti per vesciche FLAWA fanno parte della farmacia per zaino o della farmacia da viaggio individuale FLAWA.

Tattamento corretto delle **scottature**

Che si tratti della stufa o del ferro da stiro, ci vuole proprio poco a procurarsi piccole scottature che possono causare spiacevoli dolori. In quei momenti serve un sollievo rapido. Le scottature superficiali devono essere innanzi tutto raffreddate sotto acqua corrente fredda. Quindi, asciugate accuratamente la ferita e utilizzate una medicazione raffreddante. In questo caso, vi consigliamo Suprasorb di Lohmann & Rauscher. Contribuisce a ridurre il dolore urente e l'imbottitura protegge l'area sensibile.

Dolore del ginocchio? Come evitarlo

Nello sport e nella vita di tutti i giorni, le nostre ginocchia sono esposte a una varietà di stress e tensioni. Sforzi eccessivi e carichi errati possono causare dolore delle ginocchia. Con il bendaggio per le ginocchia di Cellacare è possibile proteggere preventivamente le articolazioni. Il bendaggio offre un valido supporto preventivo per lo sport, il tempo libero e il lavoro. Riscalda l'articolazione, favorisce la circolazione sanguigna, sostiene e dà una sensazione di sicurezza durante il movimento. Avete già un certo dolore? Anche in questo caso, un bendaggio per le ginocchia di Cellacare offre un significativo sollievo: Supporta l'allineamento dell'articolazione e contribuisce a mantenere la vostra mobilità. Se il disagio o il dolore persistono, chiedete consiglio al medico curante.

Assistenza per il **dolore del polso**

I movimenti monolaterali e costantemente ripetitivi delle mani sono all'ordine del giorno, specialmente nella vita lavorativa quotidiana, e possono mettere a dura prova le articolazioni. Difficilmente possiamo permetterci limitazioni parziali o totali delle prestazioni. Pertanto, al primo segno di sovraccarico o tenosinovite si raccomanda di sostenere le articolazioni con un bendaggio per il polso Cellacare. Il bendaggio allevia lo sforzo sul polso, lo riscalda, migliora la circolazione sanguigna e lo protegge. Il vostro polso è stato danneggiato da un carico pesante o da un oggetto contundente? Anche in questi casi, è utile indossare un bendaggio per il polso. Sostiene l'articolazione riducendo il carico su di essa e protegge dai movimenti sbagliati.

Primo soccorso per l'**epistassi**

Di solito, l'epistassi improvvisa sembra peggiore di quanto non sia realmente, perché la mucosa nasale è riccamente irrorata di sangue. Anche la rottura di una piccola vena può causare forti emorragie. Mantenete la calma! In mancanza di segni che facciano presupporre un'emergenza o una lesione, state in piedi e piegate la testa in avanti. L'emorragia dovrebbe poter defluire. Per esercitare una pressione sui vasi sanguigni, il paziente deve comprimere le narici con il pollice e l'indice. Il sanguinamento di solito si ferma dopo 5-10 minuti. In caso contrario, ripetere la procedura. Un'alternativa per favorire la coagulazione del sangue consiste nell'applicare una compressa fredda sul collo. Il freddo fa sì che i vasi sanguigni si restringano e l'emorragia possa fermarsi più rapidamente. Se l'epistassi dura più di 20 minuti, o 10 minuti per i bambini, contattare immediatamente un otorinolaringoiatra. Non inserire strisce di garza, ovatta o simili nel naso per bloccare la fuoruscita del sangue. La ferita può riaprirsi quando si rimuove il materiale.