

# உங்கள் காயத்தை சரிபார்த்து, தையலை அகற்றுதல்

காயத்தை பரிசோதிக்கும் போது கரைக்க முடியாத தையல்கள் குணமான காயத்திலிருந்து விரைவாகவும், பொதுவாக வலியுடனும் அகற்றப்படுகின்றன.

Kieran Hirpara © 2024



இந்தப் பக்கம் இயந்திரத்தால் மொழிபெயர்க்கப்பட்டது; இன்னும் மருத்துவரால் சரிபார்க்கப்படவில்லை. **ஆங்கிலப் பதிப்பே** அதிகாரப்பூர்வமானது.

உங்கள் அறுவை சிகிச்சை பிறகு நீங்கள் ஒரு **காயம் சரிபார்ப்பு**: ஒரு குறுகிய காயம் சரியாக குணமடைந்துள்ளதா என்பதை உறுதிப்படுத்திக் கொள்ளவும். நீக்கப்பட வேண்டிய தையல்கள், அவற்றை நீக்க. இது ஒரு விரைவான, வழக்கமான பார்வையிட, மற்றும் பெரும்பாலான மக்கள் அது ஆரம்ப கட்டுப்பாடுகள் இந்த பக்கம் எதிர்பார்ப்பது என்ன விளக்குகிறது, எனவே அது எந்த ஒரு வருகிறது (இதற்கிடையில் காயத்தின் தினசரி பராமரிப்புக்காக, எங்கள் தனித்தனி **காயம் பராமரிப்பு** பக்கம்; இந்த பக்கம் பரிசோதனை மற்றும் தையல்கள்)

## அது எப்போது நிகழ்கிறது, யார் செய்கிறார்கள்

அறுவை சிகிச்சைக்குப் பிறகு 10 முதல் 14 நாட்களுக்குள் காயம் சரிபார்க்கப்படுகிறது. துல்லியமான நேரம் அறுவை சிகிச்சை மற்றும் காயம் எங்கே பொறுத்தது; நாங்கள் உங்களுக்கு கொடுக்கும் நீங்கள் வீட்டில் செல்லும் முன் ஒரு தேதி. அது எங்கள் அறைகளில் செய்யப்படலாம், அல்லது நாம் உங்கள் GP அல்லது ஒரு பயிற்சி செவிலியர் அதை வீட்டிற்கு அருகில் செய்ய ஏற்பாடு செய்யுங்கள். வழி அது அதே எளிய காசோலை, மற்றும் நீங்கள் பார்க்கும் எவரும் என்ன பார்க்க வேண்டும் என்று தெரியும் க்கு.

அந்த நியமனம் வரை, மிக முக்கியமான விஷயம் டிரஸிங் விட்டு முழுமையாகவும், உலர்ந்ததாகவும் இருக்கும். கீழே உற்றுப் பார்க்கவோ அல்லது அதை நீங்களே மாற்றவோ

ஆசைப்படாதீர்கள் நாம் குறிப்பாக நீங்கள் கேட்டாலொழிய. ஒரு சுத்தமான, undisturbed உடைகள் வைத்திருக்கிறது தோல் ஒன்றாக பிணைக்கப்படும் போது காயம் பாதுகாக்கப்படுகிறது. தளர்வான, ஈரமாகிறது, அல்லது நீங்கள் கீழே என்ன பற்றி கவலைப்படுகிறீர்கள், எங்களுக்கு பதிலாக அழைப்பு அதை கண்முடித்தனமாக செய்வதை விட.

## வெவ்வேறு வகையான தையல்கள்

எல்லோருடைய காயமும் ஒரே மாதிரியாக மூடப்படுவதில்லை, அது எப்படி மூடப்படுகிறது என்பதை தீர்மானிக்கிறது எதையாவது அகற்ற வேண்டுமா என்று.

- **கரைக்கக்கூடிய (உறிஞ்சக்கூடிய) தையல்கள்** சில நாட்களில் தானாகவே மறைந்துவிடும் வாரங்கள்; உங்கள் உடல் மெதுவாக அவற்றை உடைக்கிறது, எனவே வெளியே எடுக்க எதுவும் இல்லை. பெரும்பாலும் அவை சருமத்தின் கீழ் மறைக்கப்பட்டு, நீங்கள் அவற்றை ஒருபோதும் பார்க்க மாட்டீர்கள். தையல் மேற்பரப்பில் அதன் வழி வேலை அது கரைகிறது மற்றும் நீங்கள் ஒரு சிறிய கவனிக்க ஒரு சிறிய புண் போன்ற புள்ளி; இது “**துப்புவது**”, மற்றும் அது பொதுவாக கவலைப்பட ஒன்றுமில்லை. அது அமைகிறது என தையல் கரைந்து முடிகிறது. அதை இழுக்க வேண்டாம்; அது பிடிக்கும் அல்லது வலி என்றால், குறிப்பு அது உங்கள் கணக்கில்.
- **கரைக்க முடியாத தையல்கள்** (மற்றும் எந்த **முக்கிய பொருட்கள்**) நீக்க வேண்டும், மற்றும் அந்த காயம் சரிபார்ப்பு முக்கிய வேலை, பொதுவாக 10 முதல் 14 நாட்கள் வரை, தோல் மூடப்பட்டவுடன்.
- சில நேரங்களில் தோல் **ஸ்டெரி-ஸ்ட்ரிப்ஸ்** (மெல்லிய ஒட்டும் காகிதத் துண்டுகள்) அல்லது **அறுவை சிகிச்சை பசை** தையல்களுக்கு பதிலாக, அல்லது தையல்களுக்கு சமமாக. இவை தேவையில்லை நீக்குதல்; துண்டுகள் தங்களைத் தாங்களே ஒரு வாரம் அல்லது இரண்டு, மற்றும் பசை உலர்ந்து மற்றும் அதன் சொந்த விட்டு செதில்கள். அவர்கள் விட்டு வரட்டும் இயற்கையாகவே அவர்களைத் துன்புறுத்துவதை விட.

நீங்கள் எந்த வகையான உறுதியாக இல்லை என்றால், அது முற்றிலும் பரவாயில்லை; நாம் தெரியும், நாம் சந்திப்பு நீங்கள் சொல்லும்.

## அகற்றுதல் எப்படி உணர்கிறது

நீங்கள் தையல் அல்லது கீற்றுக்கள் வெளியே வர வேண்டும் என்றால், நல்ல செய்தி நீங்கள் எதிர்பார்ப்பதை விட அவற்றை வெளியேற்றுவது மிகவும் எளிதானது. ஒவ்வொரு தையலும் வெட்டப்பட்டு மெதுவாக இலவசமாக ஸ்லைடு; முக்கிய ஒரு சிறப்பு சிறிய remover ஒவ்வொரு வெளியே தூக்கி. நீங்கள் ஒரு லேசான இழுப்பு அல்லது ஒரு சிறிய பிஞ்சு உணர் வேண்டும் ஒவ்வொரு ஒரு விட்டு வருகிறதுஃ ஒரு சிறிய விசித்திரமான உணர்வு, ஆனால் பொதுவாக வலி இல்லை, அது ஒரு நிமிடம் அல்லது இரண்டு முடிந்துவிட்டது. இங்கேயும் அங்கேயும் சிறிது சிறிதாக இரத்தப்போக்கு வருவது இயல்பானது. அது எவ்வளவு விரைவானது மற்றும் சம்பவமற்றது.

# நாம் சோதிக்கிறோம்

காயம் சரிபார்ப்பு மட்டுமே தையல் பற்றி அல்ல. யார் நீங்கள் பார்க்க மேலும் செய்கிறது நிச்சயமாக காயம் குணமடைந்து சீல் சரியாக மற்றும் இல்லை என்று நோய்த்தொற்றின் அறிகுறிகள்; அவை சிவப்பு நிறம் பரவுவது போன்றவற்றைத் தேடும், வீக்கம், வெப்பம், அல்லது ஏதேனும் வெளியேற்றம், அது வசதியாக இருந்ததா என்று கேளுங்கள். எல்லாம் அது இருக்க வேண்டும் போல் தெரிகிறது என்றால், அந்த உங்கள் பச்சை ஒளி மீண்டும் தளர்த்தி தொடங்க இயல்பு நிலைக்கு.

## சோதனைக்குப் பிறகு

காயம் உறுதிசெய்யப்பட்டு குணமடைந்ததும் மற்றும் எந்த தையல்களும் வெளியேற்றப்பட்டவுடன்:

- அதை ஈரமாக்குதல்:** நீங்கள் வழக்கமாக \*\* காயத்தை ஈரமாக்குவதைத் தொடங்கலாம் இந்த கட்டத்தில் வழக்கமாக\*\* குளியலறையில் கழுவுதல்; நாங்கள் எப்போது சரியாக உறுதிப்படுத்துவோம், அது அவ்வப்போது மாறுபடுகிறது. அதை தேய்த்து விட மெதுவாக உலர தட்டுங்கள், மற்றும் தவிர்க்க குளியல், குளம் அல்லது ஸ்பாவில் சிறிது நேரம் ஊறவைத்தல்.
- வடுக்கள் பராமரிப்பு:** காயம் முழுமையாக மூடப்பட்டவுடன், நீங்கள் \*\* மென்மையான வடுவைத் தொடங்கலாம் மசாஜ்\*\* வடு மென்மையாகவும் நெகிழ்வாகவும் இருக்க உதவுகிறது. **வடு மேலாண்மை** எப்படி, எப்போது தொடங்குவது என்பதைப் பற்றிய ஒரு பக்கம் உள்ளது.
- செயல்பாடு:** சில ஆரம்பகால கட்டுப்பாடுகள் நீக்கப்படும்போதுதான் சோதனை நடைபெறுகிறது. உங்கள் அறுவை சிகிச்சை தொடர்பாக நாங்கள் உங்களுக்கு வழங்கும் குறிப்பிட்ட ஆலோசனையை பின்பற்றவும், வாகனம் ஓட்டுதல் மற்றும் வேலை அல்லது விளையாட்டுக்கு திரும்புதல்; அந்த மைல்கர்கள் நீங்கள் செய்த அறுவை சிகிச்சை, காயத்தின் நிலை மட்டுமல்ல.

## விரைவில் உதவி தேடுவது எப்போது

ஏதேனும் தவறு இருப்பதாகத் தோன்றினால் நீங்கள் நியமனத்திற்காக காத்திருக்க வேண்டியதில்லை. எங்களுக்கு, உங்கள் GP, அல்லது உங்கள் திட்டமிடப்பட்ட சோதனை முன் மருத்துவ சிகிச்சை பெற காயம் என்றால்\*\*

- மாறுகிறது **அதிகரிக்கும் சிவப்பு, சூடான, வீக்கம் அல்லது வலி**, குறிப்பாக சிவத்தல் பரவுகிறது
- தொடங்குகிறது **கசிந்த திரவம், புண் அல்லது இரத்தம்**, அல்லது ஒரு **கெட்ட வாசனை**
- திறக்கிறது அல்லது திறக்கிறது** அது குணமடையும் முன் வரிசையில்

• ஒரு உடன் உள்ளது **வெப்பம்** பொதுவாக உடல்நிலை சரியில்லாமல் இருப்பது

நன்றாக குணமடைந்து வரும் காயங்கள் முதல் வாரத்திலோ அல்லது இரண்டு. வேறு திசையில் செல்கிறது என்று எதையும் ஒரு தொலைபேசி அழைப்பு மதிப்பு; நாம் எப்போதும் நீங்கள் காத்திருக்க விட ஆரம்பத்தில் அதை சரிபார்க்க.