**Na čarodějnice stoupá riziko popálenin. Zásadní je včasná první pomoc**

**PRAHA, 21. DUBNA 2022 – Poslední dubnový den je v Česku tradičně spjatý s „pálením čarodějnic“. Hra s ohněm ale může mít fatální následky. Jak správně postupovat při lehkém a středně těžkém popálení?**

Nejenom otevřený oheň, ale také vroucí voda, rozpálená žárovka, chemické látky i silné ozáření sluncem – to vše způsobuje popáleniny od prvního až po výraznější třetí stupeň. Zatímco s mírnými popáleninami si pokožka sama poradí do několika dní, při větším poškození kůže hrozí riziko zanesení infekce a je vhodné vyhledat odbornou pomoc. „Bezprostředně po zranění je žádoucí ránu chladit studenou vodou. Čím dřív k chlazení popálení dojde, tím méně hlubších struktur kůže zasáhne. Pokud je poranění hodně citlivé, spíš než proud vody přímo na ránu člověku uleví, když nechá vodu k postiženému místu pozvolna stékat po zdravé kůži. Poté je třeba ránu překrýt navlhčeným sterilním obvazem nebo speciálním popáleninovým obvazem, který je napuštěn olejem. Žádné jiné oleje, masti, zásypy a podobně na ránu nepatří, mohly by způsobit vysychání či zanést infekci, což proces hojení značně ztěžuje. Při větším rozsahu popálení by měla být rána okamžitě ošetřena odborníkem. Za nebezpečné považujeme i menší popáleniny v oblasti krku, obličeje, hrudníku a genitálií,“ vyjmenovala Iva Bílková, hlavní fyzioterapeutka FYZIOkliniky.

Při klasické léčbě se povrchové popáleniny obvykle zhojí za 14 dnů. U hlubších ran, které zasáhly podkožní vrstvy, je doba hojení kolem šesti týdnů, nenastanou-li komplikace s infekcí. Nové metody péče o popáleniny ale umí dobu hojení výrazně zkrátit. „V moderní fyzioterapii využíváme ke mírnění bolesti a podpoře hojení planární rázovou vlnu. Obracejí se na nás lidé především s popáleninami 2. stupně, ať už s mírnějšími formami, které se projevují zčervenáním a puchýři, nebo se závažnějšími popáleninami, které zasahují do hlubších vrstev kůže. Aplikace planární rázové vlny v každém případě urychluje tvorbu nové krycí tkáně. Stupeň zrychlení hojení je velmi závislý na stupni poškození tkáně a dalších faktorech, ale zjednodušeně lze říct, že pokud začneme s hojením do jednoho dne po úrazu a tkáň je po celou dobu léčby chráněna před kontaminací bakteriemi sterilním krytím, efekt hojení bude až pětinásobně vyšší,“ popsala Iva Bílková.

Kromě kratší rekonvalescence a brzkého návratu k aktivnímu životu mírní moderní léčba popálenin bolestivost i trvalé následky poškození kůže. „Popálenina je zpravidla vnímána podstatně bolestivěji, než například rána řezná nebo sečná. Podle míry poškození tkáně proto aplikujeme planární rázovou vlnu přes sterilní fólii nebo přímo na ránu sonografický gel, který přenáší ráz. Aplikace může být někdy vnímána jako mírné pálení, ale téměř bezprostředně po ošetření uvádějí pacienti ústup bolesti zhruba o 60 procent. Přibližně tři dny po aplikaci planární rázové vlny na čerstvou ránu odpovídá stav nově vzniklé tkáně samovolnému hojení po téměř dvou týdnech,“ uvedla specialistka.

Mezi nejohroženější skupiny těžkými popáleninami patří děti do tří let a senioři. Vysoké riziko s sebou nesou ale i určité profese. Včasná odborná péče po popálení je důležitá také vzhledem ke vzniku jizvy. „Měli jsme pacienty s hlubokými popáleninami od rozžhavené žárovky i se zraněními o ploše až dva decimetry. Ošetřujeme jak malé děti popálené v obličeji při oslavě narozenin, tak i dospělé převážně na končetinách. Velmi efektivní je léčba menších popálenin rukou kuchařů, kteří patří k nejčastějším a pravidelným klientům. Pokud přijde pacient včas, aplikace planární rázové vlny zvyšuje procento pokrytí původní kůži a zamezuje tak vzniku jizvy. Planární rázová vlna stimuluje množení buněk původní tkáně, proto čím čerstvější rána je, tím víc se nově vzniklá tkáň podobá té původní, respektive obsahuje větší množství elastických vláken. Vznik jizvy dokážeme naprosto eliminovat i u několik milimetrů hlubokých ran,“ podotkla Iva Bílková.

Díky svým vlastnostem pomáhá aplikace planární rázové vlny i na zjemnění již srostlých jizev, například po operacích, císařském řezu a dalších. „Kromě urychlení hojení popálenin a řezných ran máme s planární rázovou vlnou výborné výsledky v léčbě jizev, které jsou nevzhledné, tuhé a táhnou za podkožní měkké tkáně. Někdy dokonce mohou pacientům takové jizvy způsobovat bolest a nepříjemné tahy ovlivňují funkci měkkých tkání a orgánů uvnitř těla. Po ošetření jizva získá větší elasticitu, změkne a pacientovi se citelně uleví,“ dodala fyzioterapeutka.

**KONTAKT PRO MÉDIA:**

**Mgr. Eliška Crkovská\_mediální konzultant**

****

**+420 605 218 549,** **eliska@pearmedia.cz**

**FYZIOklinika,** [**www.FYZIOklinika.cz**](http://www.FYZIOklinika.cz)

Je nestátní zdravotnické zařízení zaměřené na prevenci a léčbu bolestivých stavů pohybového aparátu. FYZIOklinika do české praxe uvedla nový koncept služeb FYZIOterapie All-Inclusive a FOKUS All-Inclusive – kombinaci dostupných metod, od ultrazvukové diagnostiky přes manuální fyzioterapii po využití radiálních nebo fokusovaných rázových vln, v rámci jedné komplexní návštěvy klienta. Označení „fyzioklinika" je registrovanou ochrannou známkou společnosti FYZIOklinika s. r. o.

V oblasti fyzikální terapie je FYZIOklinika největším centrem pro léčbu rázovou vlnou v ČR a řadí se mezi největší pracoviště na světě. Aplikace této inovativní technologie zvyšuje efekt manuální fyzioterapie – je užitečným doplňkem při léčbě bolesti v léčebných programech a v případě planární rázové vlny dokonce umožňuje výrazné urychlení hojení ran. FYZIOklinika získala prestižní ocenění Firma roku 2017 v regionu Praha a umístila se na druhém místě v celostátní soutěži Ordinace roku 2017 v kategorii Rehabilitační ordinace. Ve stejném roce obsloužila v pražském centru přes 6000 návštěv. Spravuje největší databázi videonávodů na FYZIOcvičení v ČR, kterou neustále rozšiřuje a zveřejňuje na svém webu. V dubnu 2018 složila vedoucí fyzioterapeutka FYZIOkliniky Mgr. Iva Bílková, Cert. MDT, mezinárodní zkoušku na McKenzie Institute International a získala tak jako jedna z mála Čechů tuto akreditaci.