

Ruusu (Erysipelas)

Ruusu on usein bakteerin aiheuttama ihon tai sen alaisen kudoksen tulehdus. Ruusu menee puhekielessä helposti sekaisin vyöruusun kanssa, mutta kyseessä on eri tauti.

Ruusutulehdus esiintyy yleensä alaraajoissa, mutta voi ilmetä sekä yläraajoissa että pään ja kaulan alueilla. Tulehduksen synty edellyttää lähes aina ihorikon, jonka kautta bakteeri pääsee elimistöön. Tästä syystä ihon hoito ja ihon rikkoutumisen ehkäisy ovat ensiarvoisen tärkeitä tulehduksen estossa. Ruusutulehdus ei tartu ihmisestä toiseen.

Nopeasti alkavat ja etenevät oireet:

- Tarkkarajainen punoitus iholla mihin liittyy kipua ja turvoitusta.
- Äkillinen ja korkea kuume.
- Pahoinvointi, päänsärky ja oksentelu

Ruusutulehdus voi edetessään olla vakava, minkä vuoksi se vaatii aina sairaalahoitoa. Terveystieteiden ammattilaisen arvioon tulisi hakeutua, mikäli edellä mainittuja oireita alkaa ilmetä.

Lääkehoitona käytetään usein suonensisäistä antibiootilla. Oireiden lievenemisen jälkeen siirrytään suun kautta otettavaan lääkeyhdistelmään. Lääkekuuri on usein pitkä ja se on syötävä loppuun.

Ehkäisy ja kotihoito

Ruusutulehduksen synty edellyttää ihorikkoja, joten on niiden ehkäisy ja hoito tärkeää. Ihorikot syntyvät useimmiten jalkoihin. Tästä syystä jalkojen hyvä perushoito on erittäin tärkeää. Ruusutulehduksen uusiutumista ehkäistään noudattamalla seuraavia ohjeita säännöllisesti.

Jalkojen perushoito:

- Ihon kunnon säännöllinen seuranta, varvasvälit tarkistettava erikseen ihorikkojen varalta.
- Jalat pestään päivittäin haalealla vedellä ilman saippuaa, elleivät ne ole näkyvästi likaiset.
- Jalat kuivataan huolellisesti pyyhkeellä taputellen pesun jälkeen, etenkin varvasväleistä.
- Jalat rasvataan pesun ja kuivauksen jälkeen. Ylimääräinen rasva tulee pyyhkiä pois ja varmistaa ettei rasvaa jää varvasväleihin aiheuttamaan hautumia. Rasvan valinnasta kannattaa kysyä hoitavan osaston henkilökunnalta.
- Kynnet tulee leikata säännöllisesti varpaan pään tasalle ja muotoon.

Turvotuksen estäminen:

- Ylipainoa tulisi välttää tai vähentää.
- Raajan lepuuttaminen vaakaa- tai lievässä kohoasennossa.
- Tukisukkien käyttö mihin hoitava yksikkö ohjaa.

Sukkien valinta:

- Sukkien koon on oltava sopiva. Liian suuret sukat aiheuttavat hankaumia ja pienet puristavat estäen verenkiertoa.
- Sukat vähentävät jalkaan kohdistuvaa kitkaa ja sen vuoksi myös ehkäisevät ihorikkoja.
- Sukkien terän ja jalkaterän pituuksien tulisi olla samat. Kutistumisvaraa on kuitenkin hyvä jättää hien ja pesujen tuomille muutoksille.
- Sukissa keinokuitu ja sekoitemateriaalit pitävät jalkaterät kuivina keräämällä tehokkaasti kosteutta.

Kenkien valinta:

- Kengät eivät saa estää jalan perusliikkeitä.
- Jaloille on valittava sopivan kokoiset kengät. Liian suuret kengät hankaavat, pienet taas puristavat estäen samalla verenkiertoa ja pakottavat kynsiä kasvamaan ihon sisään.
- Kenkien valinnassa on suositeltavaa kääntyä jalkaterapeutin puoleen.

Mikäli ruusutulehduksen hoitoihin tai kotihoito-ohjeisiin liittyen herää kysymyksiä pyydämme ottamaan yhteyttä kansilehden puhelinnumeroon.



RUUSUTULEHDUS KOTIHOITO-OHJE

Savonlinnan keskussairaala sisätautiosasto 4A

puh. 044 417 3113

www.isshp.fi