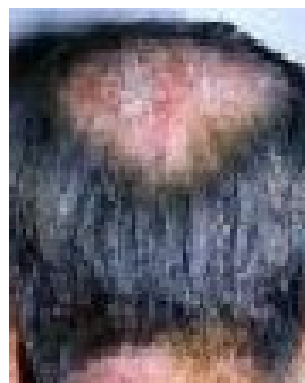


**Pacienti in svojci,
ki aktivno sodelujejo
pri zdravljenju in negi
lasišča lahko veliko
pripomorejo k
izboljšanju stanja
lasišča.**



Oddelek za kožne in spolne bolezni

Služba zdravstvene
nege

**NEGA
BOLNEGA LASIŠČA
IN
PRAVILEN POSTOPEK
NAMEŠČANJA
OLJNE KAPE**



Navodila za pacienta in njihove svojce

Postopek pravega nameščanja oljne kape

S pravilnim nameščanjem oljne kape odstranimo obloge in zagotovimo boljšo nego lasišča

V primerno široko in plitvo posodo si pripravite predpisano olje oz. kremo (učinkovino).

- Če imate predpisano olje in kremo ju lahko v posodi zmešate. Lahko pa najprej nanesete kremo in nato olje. Pri obratnem vrstnem redu nanos kreme ne bo uspešen (slika 1.).



Slika 1.

- Učinkovino boste pravilneje in lažje nanesli, če vam bo pri tem pomagala druga oseba (svojec, skrbnik).
- Z gazo ali čisto krpo si zaščitite oči in obraz.
- Učinkovino začnite nanašati na zatilju in jo nato postopno nanašajte proti vrhu glave in obrazu. Tako boste preprečili, da bi vam olje teklo v oči in na obraz.
- Učinkovino nanašate z zložencem (slika 2.),



Slika 2.

- Po nanosu učinkovine lasišče zmasirajte s prsti.
- Naoljeno lasišče prekrijete z enim ali dvema sterilnima zložencema odvisno od velikosti glave (slika 3.).



Slika 3.

- Pokrito lasišče zavijete s povojem v obliki kape (slike 4., 5., 6., 7., 8., 9., 10.).



Slika 4.



Slika 5.



Slika 6.



Slika 7.



Slika 8.



Slika 9.



Slika 10.

Priporočila

- Če vam zdravnik ni naročil drugače oljno kapo namestite 1 x na dan, 3 dni zaporedoma;
- oljna kapa naj bo nameščena 24 ur, nato jo odstranite in ponovite postopek nameščanja;
- po treh dneh oziroma 4. dan odstranite oljno kapo, glavo si operite s kalijevim milom ali priporočenim šamponom (oronazol);
- nato si lase razčesite z gostim glavnikom;
- v kolikor, po pranju, ni več oblog oziroma so le-te odstranjene, na lasišče nanesite lotion ali kremo, ki vam jo je predpisal zdravnik.