

Burn Care

Know how to care for your burn to prevent infection. Make sure you:

- Keep the burned area raised above the level of your heart.
- Keep the bandages clean and dry.
- Change the bandages each day. Follow these steps:
 1. Wash your hands well with soap and water before touching your burn or bandages.
 2. Remove the old bandages. If the old bandages stick to the burn, soak them off with warm water.
 3. Clean off the old cream or ointment with a washcloth wet with warm water and a gentle soap or baby shampoo. Try not to break blisters.
 4. Wash your hands again.
 5. Apply cream or ointment as directed by your doctor:
 - Apply silver sulfadiazine (Silvadene Cream) in a thin layer about the thickness of a nickel.
 - Apply _____ antibiotic ointment. Use just enough ointment to make the burn look shiny.
 6. Follow the direction from your doctor:
 - Do not cover your burn with a bandage.
 - Use non-stick gauze covered with several layers of dry gauze.
 - Use non-stick gauze over antibiotic cream or ointment then several layers of dry gauze.
 - Other _____

Soins des brûlures

Sachez comment soigner vos brûlures pour prévenir une infection. Assurez-vous de :

- Maintenir la zone brûlée au-dessus du niveau de votre cœur.
- Garder les bandages propres et secs.
- Changer les bandages tous les jours. Suivez ces étapes :
 1. Lavez-vous bien les mains avec de l'eau et du savon avant de toucher votre brûlure ou vos bandages.
 2. Retirez les vieux bandages. Si les vieux bandages collent à la brûlure, rincez-les à l'eau chaude.
 3. Nettoyez l'ancienne crème ou la pommade avec un tissu humidifié à l'eau chaude et un savon doux ou du shampoing pour bébé. Essayez de ne pas percer les cloques.
 4. Lavez-vous à nouveau les mains.
 5. Appliquez de la crème ou de la pommade selon les recommandations de votre médecin :
 - Appliquez du sulfadiazine d'argent (crème Silvadene) en fine couche d'environ l'épaisseur d'une pièce de 5 centimes.
 - Appliquez _____ de pommade antibiotique. Utilisez juste une quantité de pommade qui rend votre brûlure brillante.
 6. Suivez la recommandation de votre médecin :
 - Ne recouvrez pas la brûlure avec un bandage.
 - Utilisez de la gaze non adhérente recouverte de plusieurs couches de gaze sèche.
 - Utilisez de la gaze non adhérente sur de la crème ou de la pommade antibiotique, puis plusieurs couches de gaze sèche.
 - Autre _____

For burns on hands or feet, always place a layer of gauze between fingers or toes.

- Gently exercise the area four times a day by bending the joints 10-20 times. Gentle exercise helps prevent stiffness.
- Drink plenty of liquids, at least 10-12 glasses a day.
- Eat extra protein found in meat, eggs, fish, chicken and dairy products. Eat foods high in Vitamin C such as fruits, especially citrus fruits, and vegetables. Good nutrition will help your burn heal.

Call your doctor **right away** if you have:

- Redness or swelling around the wound
- Red streaks going up your arm or leg
- Pus draining from the wound
- Fever greater than 101° F or 38° C
- Increasing pain or pain that is not relieved by medicine
- Foul odor noted **after** the wound has been cleaned and the old dressing has been thrown away

If you cannot reach your doctor, go to the Emergency Room.

Pour les brûlures au niveau des mains et des pieds, placez toujours une couche de gaze entre les doigts ou les orteils.

- Faites de l'exercice au niveau de ces zones quatre fois par jour en pliant les articulations 10 à 20 fois. Effectuer doucement ces exercices permet de prévenir les raideurs articulaires.
- Buvez beaucoup de liquides, au moins 10 à 12 verres par jour.
- Mangez davantage de protéines : vous pouvez les trouver dans la viande, les œufs, le poisson, le poulet et les produits laitiers. Mangez de la nourriture riche en vitamine C comme les fruits, en particulier les agrumes, et les légumes. Une bonne nutrition facilitera la guérison de votre brûlure.

Appelez **immédiatement** votre médecin si vous avez :

- Une rougeur ou un gonflement autour de la blessure
- Des traînées rouges remontant sur votre bras ou votre jambe
- Du pus qui s'écoule de votre brûlure
- De la fièvre avec une température supérieure à 38° C (101° F)
- Une douleur qui augmente ou une douleur qui n'est pas soulagée avec un médicament
- Une odeur nauséabonde constatée **après** avoir nettoyé la blessure et avoir jeté les vieux bandages

Si vous ne parvenez pas à joindre votre médecin, allez au service des urgences.

Burn Care. African French.

1/2006. Developed through a partnership of The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health and OhioHealth, Columbus, Ohio. Available for use as a public service without copyright restrictions at www.healthinfotranslations.com.