HOE OM JOU WOND TE VERSORG

NA MEDIESE BESNYDENIS VIR MANS (MBM)

Geluk met jou besnydenis! Maak seker dat jy 100% herstel, en lees hierdie brosjure oor hoe om jou wond te versorg.

ONS IS HIER OM JOU TE HELP

Onthou hierdie nommer: Indien jy bekommerd is oor jou wond, bel die 24-uur MBM-hulplyn of stuur 'n gratis *PLEASE CALL ME* en gesels met een van ons verpleegkundiges.

082 808 6152

PEPFAR
U.S. President's Emergency Plan for AIDS Relief

health
Department:
Health
REPUBLIC OF SOUTH AFRICA

BROTHERS FOR LIFE

Right to care
Treating Health Seriously

BAIE BELANGRIK!

MBM verminder jou risiko om MIV of SOI's op te doen, maar dit verwyder nie die risiko in sy geheel nie. Vir maksimum beskerming moet jy altyd 'n kondoom gebruik, en net een seksmaat hê. Kondome verhoed ook onbeplande swangerskappe.

ONTHOU:

Hoewel die wond gou genees, kan dit skeur want die vel om die wond is swak. Vermy enige seks en masturbasie vir ses weke na die MBM om te sorg dat die wond behoorlik genees. As die wond oopskeur sal dit langer neem om te genees, en dit kan ook die risiko van infeksie en ander komplikasies verhoog.

Gesels met jou seksmaat oor die feit dat julle seks moet vermy solank die wond genees, dan kan julle albei gemaklik daaroor voel.

HOE OM JOU WOND TE VERSORG

Enkele ure na die besnydenis:

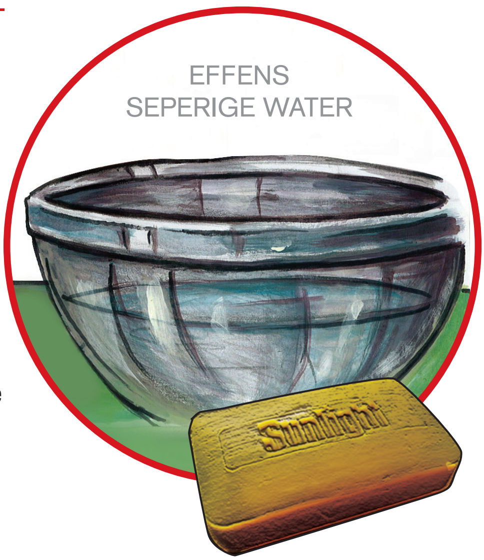
- Nadat die inspuiting uitgewerk is, sal jy pyn om die wond ervaar.
- Neem die pynstillers wat die kliniek jou gee, soos voorgeskryf.
- Dra skoon, lospassende onderklere. Trek die rek van jou onderbroek oor die penis sodat dit regop staan. Dit sal ook swelling en bloeding verminder.
- Vee jou lyf af met 'n waslap, maar moenie jou penis was nie.

Dag 3 tot 7 na jou besnydenis:

- Moenie enige oefeninge of swaar handearbeid doen nie.
- Hou aan om skoon onderklere aan te trek en jou penis regop te hou.
- Nadat die verband afgehaal is, kan jy jou lyf soos gewoonlik was.
- Was die wond drie maal per dag met water en seep.
- Ons beveel aan dat jy geel Sunlight-seep gebruik.

Die eerste twee dae na jou besnydenis:

- Rus soveel jy kan, en vermy oefening en swaar handearbeid.
- Trek elke dag skoon onderklere aan.
- Dra skoon, lospassende onderklere en hou jou penis regop.
- Moenie die verband afhaal nie. Indien dit afval, moenie dit probeer terugsit nie. Gaan kliniek toe.
- Moenie jou penis was nie.
- Gaan twee dae na die besnydenis terug na die kliniek of dokter toe sodat 'n gesondheidskundige die verband kan afhaal om na die wond te kyk.



Hoe om jou penis skoon te maak:

- Kook water en laat dit afkoel sodat jy dit kan gebruik. Dit sal verseker dat die water skoon en sonder kieme is.
- Spoel 'n bak met die gekookte water uit.
- Vul die bak met die gekookte water
- Maak 'n skoon handdoek of waslap nat en smeer dit met seep.
- Vee die wond liggies met die handdoek of waslap af. Moenie aan die steke trek nie.
- Droog die wond liggies af met 'n skoon handdoek.
- Moenie watte gebruik nie want dit kan in die wond vassteek en infeksie veroorsaak.

Dag 8 tot 6 weke na jou besnydenis:

- Die steke sal vanself begin uitval na 10 tot 14 dae soos wat die wond toegroei.
- Moenie aan die steke trek nie. Laat hulle vanself uitval anders kan jy dalk die wond oopmaak en 'n infeksie kry.
- Hou aan om die wond liggies skoon te maak, selfs nadat die steke uitgeval het.
- Jy kan weer met oefeninge begin sodra meeste van die steke uitgeval het.

ONTHOU: Moet nooit enige salwe soos Dettol, kruie of boererate soos as of dieremis op die wond sit nie want dit kan infeksies veroorsaak.

WEES OP DIE UITKYK HIERVOOR

Dit is raar dat daar enige probleme na 'n besnydenis voorkom, maar soms is daar bloeding, swelling en pyn. Met behoorlike sorg kan hierdie probleme maklik behandel word.

Besoek jou kliniek of dokter of bel die gratis 24-uur MBM-hulplyn op 082 808 6152 indien jy enige van die volgende probleme ervaar want dit mag 'n teken wees dat jy 'n infeksie het.

- 'n Hoë koors of as jy baie warm voel.
- As jy siek of swak voel of naar is.
- Jou maag voel hard of styf.
- Jou kakebeen voel styf.
- Jy kry aanvalle.
- 'n Slegte reuk kom uit die wond.
- Etter kom uit die wond.
- As jy moeilik water afslaan.
- Jou vel verander van kleur.
- As jou lies of die gebied om die wond geswel of teer is.
- Die wond pyn skielik, veral as jy geen pyn gehad het nie.

Hou altyd die nommer van die MBM-hulplyn op jou selfoon.
Jy kan 'n gratis *PLEASE CALL ME* te enige tyd stuur en met een van ons verpleegkundiges gesels.

082 808 6152

J7717-3-L - Afrikaans | PAPRIKA | 011 468 5951

WEES OP DIE UITKYK VIR VERVOLG...

Bloeding:
Dit is normaal om bietjie te bloei na die MBM. Om die bloeding te stop: hou jou penis in jou hand en plaas druk op die wond met 'n skoon Fwaslap vir 10-15 minute. Indien die bloeding aanhou of meer word, gaan so gou moontlik na jou plaaslike kliniek/diensverskaffer of bel die MBM-hulplyn.

Swelling:
Dit is normaal direk na die MBM. Die swelling behoort na 'n paar dae te bedaar. Hou jou penis regop met die rek van jou onderbroek om die swelling te laat sak. Indien die swelling vererger, of as daar etter uit die wond loop moet jy asseblief jou kliniek kontak of the MBM-hulplyn dadelik skakel.

Bestuur die pyn:
Dit is normaal om effens pyn na die besnydenis te ervaar. Neem die pynstillers wat deur die gesondheidskundiges verskaf is na die operasie. Indien die pyn vererger moet jy jou kliniek kontak of the MBM-hulplyn skakel.

Ereksies:
Ereksies kan ongemak veroorsaak terwyl jou wond genees. Meeste mans vind dat dit help om die penis af te koel deur dit liggies met koue water af te vee, of om ys in 'n skoon waslap te sit en oor die penis te hou. Dit help ook om baie water te drink sodat jy baie water afslaan. Probeer om op jou sy te slaap, met jou knieë opgetrek. Probeer om nie op jou rug te slaap nie.

LW: ONTHOU ONS IS HIER OM JOU TE HELP. INDIEN JY BEKOMMERD IS OF ENIGE TEKENS VAN INFEKSIE TOON, SKAKEL OF STUUR 'N GRATIS *PLEASE CALL ME*

082 808 6152

Hierdie brosjure is in vennootskap met PEPFAR, die nasionale Departement van Gesondheid en Right to Care saamgestel, met befondsing van USAID. Die inhoud hiervan weerspieël nie noodwendig die siening van USAID of van die regering van die Verenigde State van Amerika nie.

PEPFAR U.S. President's Emergency Plan for AIDS Relief

health Department: Health REPUBLIC OF SOUTH AFRICA

BROTHERS FOR LIFE

Right to care Treating Health Seriously