



Brazgotine so naravni del celjenja kože po poškodbi, operaciji, opeklini ali drugih ranah. Pri otrocih se koža običajno lepo celi, a je vseeno pomembno, da brazgotino ustrezno negujemo, saj lahko s tem izboljšamo njen videz in zmanjšamo njeno opaznost. Zgodnja in dosledna nega brazgotine je ključna.

Brazgotina nastane na mestu predhodne poškodbe. V zgodnji fazi je koža na mestu rane rdeča ali rožnata, kasneje pa postane trša in zadebeljena ter spremeni barvo na svetlejšo ali temnejšo od okolice. Včasih je prisotno srbenje, zategovanje in povečana občutljivost. Na določenih predelih telesa (ramena, prsni koš ...) se pri posameznikih lahko razvijejo debele, trde ali izbočene brazgotine (imenujemo jih **hipertrofične brazgotine ali keloidi**).

## Kako brazgotino negujemo?

Brazgotino začnite negovati šele, ko je rana popolnoma zaceljena in suha. Za lepši končni videz brazgotine koristijo:

### 1. Redno vlaženje.

Kožo okrog brazgotine in samo brazgotino redno negujte z nevtralno, vlažilno kremo ali mazilom.

### 2. Nežno masiranje brazgotine nekajkrat dnevno s krožnimi gibi.

### 3. Uporaba silikonskih gelov ali obližev.

Za zmanjševanje in preprečevanje debelejših brazgotin se lahko po priloženih navodilih uporabijo silikonski izdelki.

### 4. Zaščita pred soncem

Brazgotino vedno zaščitite pred soncem vsaj 6–12 mesecev po poškodbi, saj lahko UV-žarki povzročijo trajno potemnitev. Uporabljajte zaščitno kremo z visokim faktorjem (SPF 50) ali upoštevajte druge načine zaščite pred soncem (izogibanje soncu, uporaba zaščitnih oblačil).

## Kako preprečujemo zaplete?

### 1. Izogibajte se praskanju brazgotine.

Srbenje je normalen del celjenja, a praskanje lahko poslabša stanje. Nohti naj bodo kratko postrizeni, lahko pa uporabite tudi bombažne rokavičke za spanje.

### 2. Opazite okužbo.

Če opazite rdečino, toploto, izcedek ali bolečino na mestu brazgotine, se čim prej posvetujte z zdravnikom.

### 3. Pazljivost pri brazgotinah na izpostavljenih pregibih (komolec, koleno).

### 4. Redno spremljanje.

Če se brazgotina zadebeli, postane trda, izrazito srbeča ali zelo vidna, se posvetujte z zdravnikom glede dodatnih možnosti zdravljenja.



Gradivo je informativne narave in kot tako namenjeno izključno splošnemu informiranju. Gradivo ne more nadomestiti pregleda pri zdravniku. Opisane informacije so splošne narave in morda niso primerne za vsak posamezen primer. V primeru nejasnosti ali vprašanj se posvetujte s svojim zdravnikom, v primeru nujnih stanj vedno pokličite 112. Gradivo temelji na smernicah, veljavnih v maju 2026. Pregledali so ga pediatri in zdravniki, ki obravnavajo otroke in mladostnike. Avtorji gradiva ne zagotavljajo, da so informacije vedno popolne, popolnoma posodobljene ali primerne za vsak klinični primer. Prav tako ne prevzemajo odgovornosti za kakršnekoli posledice, ki bi lahko nastale zaradi uporabe navedenih informacij. Uporaba gradiva je na lastno odgovornost.