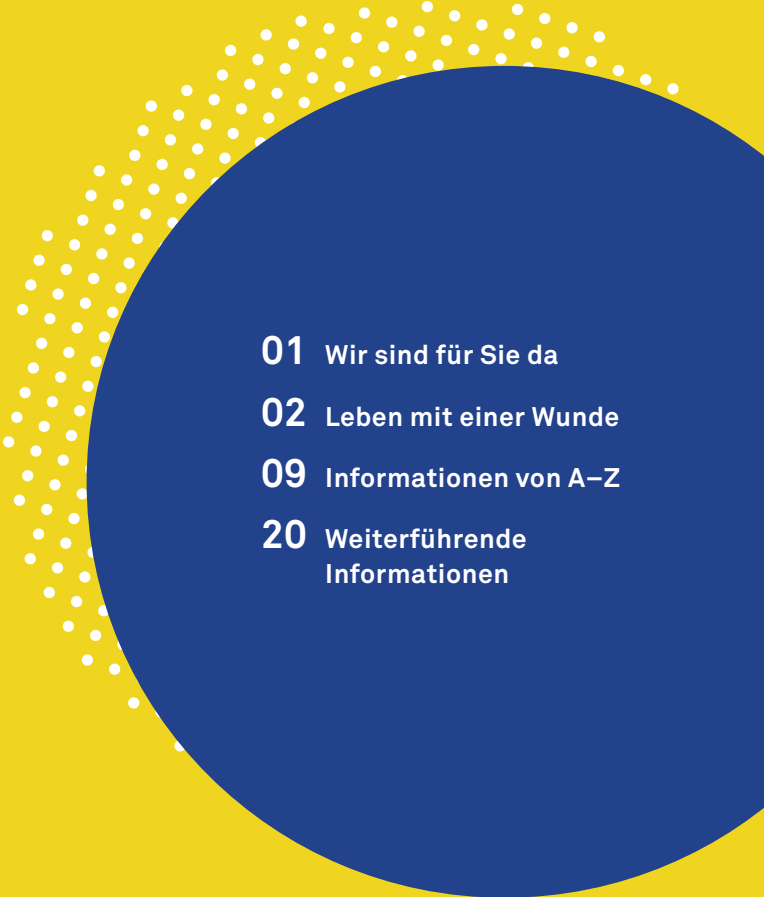


## DAS WUND-ABC

Ratgeber für betroffene  
Patientinnen und Patienten

**MEDIZINISCHE  
KLINIK**



- 
- 01** Wir sind für Sie da
  - 02** Leben mit einer Wunde
  - 09** Informationen von A–Z
  - 20** Weiterführende  
Informationen

# WIR SIND FÜR SIE DA

Als Wunde bezeichnet man einen Gewebsdefekt. Tiefe Wunden heilen mit einer Narbe ab. Sie werden auch «Ulcus» genannt. Es werden akute und chronische Wunden unterschieden. Die akute Wunde entsteht zum Beispiel durch eine Verletzung und heilt innert 2-3 Wochen ab. Eine chronische Wunde dagegen ist auch nach 4-6 Wochen nicht abgeheilt. Oft liegt ihr eine chronische, bereits länger andauernde Erkrankung zugrunde.

Die Wundheilung ist ein komplexer biologisch-chemischer Vorgang, der in mehreren Phasen abläuft. Für diesen Ablauf sind Zellenzyme, Vitamine, Hormone, Gerinnungsfaktoren und Mediatoren erforderlich.

Die häufigsten Ursachen chronischer Wunden sind das Krampfaderleiden (venöse Insuffizienz) und die arterielle Durchblutungsstörung (Arteriosklerose, Schaufensterkrankheit). Auch Zuckerkrankhe, das heisst Personen mit Diabetes mellitus, sind besonders gefährdet. Daneben gibt es seltene andere Ursachen wie beispielsweise Lymphabflussstörungen, Tumore, Gefässentzündungen, Erkrankungen des Nervensystems und bestimmte Arzneimittel.

Dieses Wund-ABC soll Ihnen die Bewältigung des Alltags mit einer Wunde erleichtern und Sie mit praktischen Tipps und Informationen unterstützen.

Ihr Team des Wundzentrums  
(Fachärzte Angiologie und Wundexpertinnen)

# LEBEN MIT EINER WUNDE

## Die Ernährung

spielt eine wichtige Rolle im Wundheilungsprozess, da ein erhöhter Energie- und Nährstoffbedarf vorliegt. Eine Ernährungsberatung und die Substitution wichtiger Nährstoffe (wie z.B. Eiweisse, Kohlenhydrate, Fette und Vitamine) sind oft hilfreich.

Wichtigste Massnahme, um eine chronische Wunde zum Abheilen zu bringen, ist **die korrekte und konsequente Behandlung der Ursache** der Wunde. Befolgen Sie konsequent die Vorgaben der Fachpersonen (Ärzte und Wundexpertinnen). Teilen Sie Probleme unverzüglich mit und ändern Sie nicht von sich aus die eingeleitete Therapie.

**Einige Medikamente und Substanzen** (wie beispielsweise **Nikotin**) haben negative Einflüsse auf die Wundheilung. Geben Sie an, welche Medikamente Sie einnehmen, so dass eventuell Änderungen vorgenommen werden können. Und versuchen Sie, mit dem Rauchen aufzuhören. Es gibt dazu diverse Hilfs- und Unterstützungsmassnahmen (Siehe Kapitel «Weiterführende Informationen»).

**Eine gute Hautpflege** ist besonders wichtig. Bewährt haben sich Körperlotionen, die wenig Harnstoff oder Milchsäure enthalten. Sie können mittels ärztlichen Rezepts verschrieben werden und sollten an nicht direkt von der Wunde betroffenen Körperregionen eingesetzt werden.

**Schmerzen** treten insbesondere dann auf, wenn ein Infekt vorliegt oder bei extremer Durchblutungsstörung. Eine chronische Wunde ist aber nicht gleichbedeutend mit chronischem Schmerz. Es gibt zahlreiche Medikamente und Massnahmen zur Schmerzbekämpfung. Berichten Sie über die Art und Dauer allfälliger Schmerzen, damit gegebenenfalls eine bestehende Schmerzmedikation

ergänzt oder geändert werden kann. Oft ist auch die vorübergehende Behandlung mit einem Antibiotikum erforderlich, um die Schmerzursache zu behandeln.

Lassen Sie sich nicht entmutigen. Die Behandlung chronischer Wunden benötigt viel Zeit. Sie lässt aber genügend Raum, um ein weitgehend uneingeschränktes «normales» Leben zu führen. Und es lohnt sich – fast alle Patienten können geheilt werden!

## **UNTERSUCHUNGEN UND SPEZIELLE THERAPIEN**

Da mehr als 50% der chronischen Wunden am Bein durch eine Funktionsstörung der Venen bedingt sind, ist hier eine genaue Abklärung wichtig. In erster Linie wird klinisch und mit Ultraschall die Funktion und Durchgängigkeit der Venen getestet. Vereinfacht gesagt gibt es zwei Arten von Erkrankungen im Bereich des Venensystems: zum einen im Bereich der tiefen Venen meist als Folge einer Thrombose oder aber im Bereich der oberflächlichen Venen bei sogenanntem Krampfaderleiden.

Manchmal liegt zusätzlich zum Venenproblem oder auch isoliert davon eine arterielle Durchblutungsstörung vor. Dabei handelt es sich um die sogenannte Arteriosklerose (Gefäßverkalkung) wie sie auch bei Herzinfarkt- und Schlaganfall-Patienten vorliegt. Wenn die Blutversorgung relevant gestört ist, kann



# LEBEN MIT EINER WUNDE

eine Wunde nicht abheilen. Folglich ist es wichtig, die Durchblutung zu messen, was ähnlich wie eine Blutdruckmessung geschieht.

Zusätzlich werden Ultraschall- und MR-Untersuchungen durchgeführt. Selten ist eine direkte Kontrastmitteldarstellung (Angiografie) erforderlich. In bestimmten Fällen kann mittels Katheter-Eingriff (sogenannte PTA) oder mittels Operation (Bypass) die Durchblutung verbessert werden.

Neben der genauen Überprüfung der Venen- und der Durchblutung-Funktionen sind häufig weitere Untersuchungen erforderlich wie beispielsweise Wundabstrich, Röntgenbild, Gewebeprobenentnahme und/oder Blutuntersuchung. Eine klinische Untersuchung wird jeweils ebenfalls durchgeführt, um beispielsweise eine Gefühlsstörung (Neuropathie) ausschliessen zu können.

Eine gute Dokumentation mit Fotos ist hilfreich, um Aussehen und Grösse der Wunde im Verlauf zu beurteilen. Daher werden in regelmässigen Abständen Fotos der Wunde gemacht.

## **DAS PRINZIP DER FEUCHTEN WUNDBEHANDLUNG**

Das physiologische Klima einer Wunde ist feucht. Wenn man eine Wunde austrocknen lässt, hat dies einen Zellenrückgang zur Folge. Diejenigen Zellen, die für die Wundheilung wichtig sind, sind im feuch-

ten Milieu am aktivsten. Viele der heutigen modernen, synthetisch hergestellten Wundauflagen unterstützen diese sogenannte physiologische Wundheilung.

Je nach Wundstadium wird eine entsprechende Wundauflage angewendet, welche diese Feuchtigkeit optimal konserviert. Meistens reicht es, die Wundauflage 2-3 Mal pro Woche zu wechseln. Das vielfältige Angebot in der Lokalthherapie der chronischen Wunde ermöglicht es, eine massgeschneiderte Lösung zu finden. Auch mit den modernsten Verbandsmaterialien kann man keine Wunde heilen, wenn die Ursache nicht behandelt wird.


## KOMPRESSION

Für die Behandlung des venösen offenen Beines ist die Kompressionstherapie von grösster Bedeutung. Ohne Kompression heilt kein venöses offenes Bein. Sie hilft mit, den venösen Rückfluss zu fördern und unterstützt die Muskelvenenpumpe. Eine wirksame Kompression wird nur erreicht, wenn Sie sich bewegen. Wir können verschiedene Kompressionsverfahren anbieten und auf Ihre Bedürfnisse eingehen. Unser Ziel ist es, dass Sie die Kompression positiv erleben.



# LEBEN MIT EINER WUNDE

## DRUCKENTLASTUNG



Durch zu viel Druck auf die Wunde wird die Heilung behindert. Besonders Patienten mit Störungen im Bereich der Sensibilität (Gespür) aufgrund einer Polyneuropathie (Gefühlsstörung verschiedenster Ursache, häufig bei Diabetes mellitus) sind gefährdet. Sie haben ein reduziertes oder fehlendes Schmerzempfinden und bemerken eine neue Wunde oder eine Grössenzunahme einer vorhandenen Wunde nicht. Daher muss mit Hilfsmitteln wie Spezialschuhen, Schienen, Gips etc. der Druck auf das Gewebe gesenkt werden. Auch nach einem Schlaganfall oder Unfall kann das Gespür gestört und die Mobilität eingeschränkt sein. Bei bettlägerigen Patienten und Personen im Rollstuhl werden Kissen zur Freilagerung gefährdeter Körperregionen (oft Ferse) benutzt, und der Patient wird häufig umgelagert.

## PROBLEME UND KOMPLIKATIONEN

Oft verläuft der Heilungsprozess nicht geradlinig, sondern auf Umwegen. Häufige Probleme sind Infektionen. Dabei kommen krankhafte Erreger vermehrt im Wundbereich vor. Der Patient verspürt mehr Schmerzen, die Wundumgebung ist überwärmt und gerötet, und es gibt mehr und oft übelriechendes Wundsekret. In diesen Fällen kann der Einsatz eines Antibiotikums (in der Regel in Tablettenform) hilfreich sein.



Eine andere mögliche Komplikation sind Allergien und Unverträglichkeiten. Sei es auf das Verbandsmaterial, auf Bestandteile der Verbandsmaterialien oder auf Medikamente. Insbesondere scheinbar harmlose pflanzliche Cremes und Tinkturen und sogenannte «Hausmittelchen» lösen oft Unverträglichkeitsreaktionen aus. Dies äussert sich in einer juckenden, gereizten und geröteten Wundumgebung. In diesen Fällen kann die kurzfristige Anwendung einer Cortison-haltigen Salbe hilfreich sein.

## **DIE ZEIT «DANACH»**

Obwohl Ihre Wunde abgeheilt ist, braucht die Haut regelmässige Pflege. Verwenden Sie dazu das Hautpflegeprodukt, das Ihnen empfohlen wurde. Ziehen Sie die Kompressionsstrümpfe regelmässig, möglichst früh am Morgen an. Seien Sie besorgt, alle sechs Monate neue Kompressionsstrümpfe anzupassen. Vermeiden Sie Verletzungen. Sobald Sie eine Veränderung der Haut, Schmerzen oder eine Überwärmung feststellen, kontaktieren Sie Ihren Arzt oder das Wundzentrum. Die konsequente Kompressionstherapie, eine gute Hautpflege sowie regelmässige Bewegung sind die besten Voraussetzungen, um einen Rückfall zu verhindern.





# INFORMATIONEN VON A–Z

Auf den nachfolgenden Seiten finden Sie unser Glossar mit praktischen Tipps und Informationen von A wie Allergie bis Z wie Zinkleim.

# INFORMATIONEN VON A–Z

## A

### Allergie

Unter einer Allergie versteht man eine fehlerhafte oder überschüssige Immunreaktion des Körpers.

Es gibt verschiedene Arten von Allergien. In einigen Fällen werden Medikamente nicht vertragen und es können lebensbedrohliche Situationen entstehen. In anderen Fällen besteht lediglich eine lokale Unverträglichkeit wie beispielsweise einer Creme oder Wundauflage. Eine Allergie tritt nicht beim ersten Mal auf, sondern entwickelt sich nach zwei oder mehreren Kontakten mit der entsprechenden Substanz.

### Angiologie

Angiologie ist die Lehre von den Gefässen (griechisch «Angios» = das Gefäss).

### Arbeitsunfähigkeit

In bestimmten Situationen (grosse Wunden, Wunden am Fuss, fiebriger Infekt etc.) kann – abhängig von der Art der Arbeitstätigkeit – eine in aller Regel befristete Arbeitsunfähigkeit eintreten. Der zuständige Arzt wird in diesem Falle ein entsprechendes Zeugnis ausstellen.

### Arteriosklerose

Bei Arteriosklerose handelt es sich um Arterienverkalkung.

## B

### Baden → Körperpflege

### Blutverdünnung

Einige Patienten benötigen eine Blutverdünnung. Dies insbesondere dann, wenn eine relevante Herzrhythmusstörung oder eine → **Thrombose**/Embolie vorliegt. Die Blutverdünnung erfolgt durch Medikamente (Tabletten und/oder Spritzen), deren Wirkung teils laborchemisch kontrolliert werden muss. Es ist wichtig, den Anweisungen des verordnenden Arztes genau zu folgen und den Blutverdünnungsausweis stets mit sich zu tragen.

## D

### Débridement

Unter Débridement versteht man das Entfernen von störenden Wundbelägen. Dies wird mit speziellen Instrumenten durch die Wundexpertinnen durchgeführt. Das Débridement gehört zur Wundbettvorbereitung einer chronischen Wunde.

## Dekubitus-Druckgeschwür

Druckgeschwüre entstehen immer infolge zu viel Druckes. Die wichtigste Massnahme dagegen ist die Druckentlastung, sei dies mit speziellen Schuhen, Matratzen oder Entlastungsmaterial im Alltag. Wir unterstützen Sie gerne dabei.

## Diabetes mellitus

Diabetes mellitus (Zuckerkrankheit) ist ein Hauptrisikofaktor für die → **Arteriosklerose**. Zuckerkrankte sind besonders gefährdet für die Entstehung von Druck- oder Infektbedingter Wunden. Durch das Vorliegen einer (entzündeten) Wunde wiederum kann die Blutzuckereinstellung erschwert sein.

## Duschen → Körperpflege

# E

## Ernährung

Die Ernährung spielt eine wichtige Rolle im Wundheilungsprozess, da ein erhöhter Energie- und Nährstoffbedarf vorliegt. Wichtige Nährstoffe sind Eiweisse, Kohlenhydrate, Fette und Vitamine. Gerne melden wir Sie zu einer Ernährungsberatung bei den entsprechenden Fachpersonen an.

# F

## Fusspflege

Es ist wichtig, dass Sie Ihre Füsse regelmässig pflegen und kontrollieren.

Gerade bei einer Blutzuckererkrankung kann es zu einer → **Polyneuropathie** kommen. Dies kann sich dahingehend äussern, dass Sie Ihre Füsse nicht mehr richtig spüren. In solchen Fällen ist es angezeigt, dass Sie die Pflege der Füsse regelmässig in die Hände von Fachpersonen (Podologen) geben. Kontrollieren und waschen Sie Ihre Füsse täglich und trocknen Sie sie sorgfältig ab, besonders auch zwischen den Zehen. Vermeiden Sie ausserdem Druckstellen, tragen Sie angepasstes Schuhwerk und gehen Sie nie barfuss, da die Verletzungsgefahr gross ist. Cremen Sie die Füsse täglich ein, jedoch nicht zwischen den Zehen. Auch wenn Sie nicht an der Blutzuckerkrankheit leiden, gönnen Sie Ihren Füssen regelmässig Aufmerksamkeit.

## Fusspilz

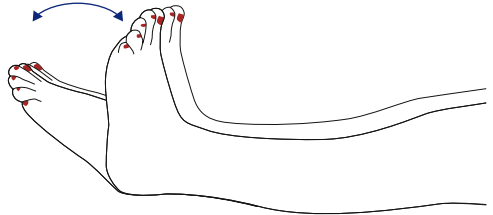
Fusspilz ist ein häufiges Problem, da er ansteckend ist. Er kommt zwischen den Zehen, an den Nägeln (Nagelpilz), aber auch an der Fusssohle vor und sollte behandelt werden. Dazu dienen spezielle Cremes, aber auch

# INFORMATIONEN VON A–Z

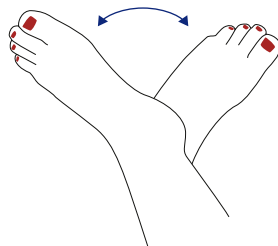
Nagellacke und Tabletten. Entweder führen wir im Rahmen der Behandlung auch die Fusspilztherapie durch oder Sie erhalten ein entsprechendes Rezept. Wichtig sind die folgenden einfachen Verhaltensweisen, um den Fusspilz zum Verschwinden zu bringen: nach dem Duschen gut abtrocknen, Wäsche (Socken, Handtücher) möglichst bei 90°C waschen sowie Geduld und Konsequenz bei der Behandlung.

gen. Es gibt auch spezielle Übungen, die regelmässig durchgeführt werden sollten (S. Bilder). Sie müssen Ihr Bein nicht schonen, denn → **Immobilität** wirkt sich negativ auf den Heilungsprozess aus. Lediglich bei schwer eingeschränkter Durchblutung gilt dieser Grundsatz nicht.

## Übung 1:



## Übung 2:



## G

### Geruch

Normalerweise riechen Wunden nicht. Es kann aber Situationen geben, wo ein störender Wundgeruch entstehen kann. Dies ist in den meisten Fällen die Folge einer Wundinfektion oder der Geruch der Wundauflage. Sollten die von den Wundexpertinnen verwendeten, geruchsbindenden Wundauflagen nicht ausreichen, muss eventuell vorübergehend ein ärztlich verordnetes Medikament eingenommen werden.

### Gymnastik

Sie können die Wundheilung unterstützen, wenn Sie die sogenannte Wadenmuskelpumpe aktivieren. Dafür ist es notwendig, dass Sie sich trotz Kompressionsverbänden oder Strümpfen möglichst viel bewe-

# H

## Hausarzt

Ihr Hausarzt wird über den Verlauf der Behandlung informiert. Die Therapie erfolgt in der Regel in enger Zusammenarbeit. Für allgemeine Fragen und Probleme, die nicht in direktem Zusammenhang mit der Wunde stehen, bleibt der Hausarzt Ihr Hauptansprechpartner.

## Hausmittel

Sogenannte «Hausmittel» wie Arnica-salbe, Franzbranntwein, Kirschwasser etc. sind weit verbreitet und erscheinen auf den ersten Blick harmlos. Sie lösen aber häufig → [Allergien](#) und Reizungen aus. Dies geschieht erst oft nach einer gewissen Zeit und obwohl Sie diese bis dahin gut vertragen haben. Bitte setzen Sie Hausmittel nicht ohne unser Wissen ein und halten Sie sich strikt an die Verordnungen der Fachpersonen

## Hautpflege

Eine gute Hautpflege ist wichtig – insbesondere nach Abheilung einer Wunde, damit eine neue verhindert werden kann. Aber auch generell gibt es besondere Ansprüche der Haut älterer Patienten oder bei Unverträglichkeit bestimmter Zusatz-

stoffe. Wir geben gerne Tipps zur Hautpflege. Einige Pflegeprodukte werden von der Krankenversicherung bezahlt, sofern sie ärztlich verordnet wurden.

## Hilfsmittel

Hilfsmittel erleichtern den Alltag mit einer chronischen Wunde. Dies können An- oder Ausziehilfen sein, Handschuhe, Spezialbetten, Rollatoren etc., aber auch Schuhe und Orthesen (Schienen). Bitte teilen Sie uns Ihre Alltagsprobleme mit. Wir helfen Ihnen gerne, Lösungen zu finden.

## Hitzegefühl

Ein Hitzegefühl im Bein kann bei Stauungsbeschwerden im Rahmen einer venösen Insuffizienz (Krampfaderleiden) auftreten und dies insbesondere gegen Abend oder bei warmer Witterung. Dagegen hilft eine gute → [Kompression](#). Ein Hitzegefühl mit lokaler Rötung im Bereich der Wunde deutet auf eine Entzündung hin. Bitte teilen Sie uns diese Empfindung immer mit, wenn sie auftritt.

## Honig

Honig wirkt antibakteriell und wundheilungsfördernd. Er kann für die Behandlung von chronischen Wunden gezielt eingesetzt werden. Es handelt sich dabei um sterilen medizinischen Honig.

# INFORMATIONEN VON A–Z

**I**  
**Immobilität** → Gymnastik

## **Invalidenversicherung**

In bestimmten Fällen übernimmt die Invalidenversicherung die Kosten für erforderliche → **Hilfsmittel** – zum Beispiel für Spezialschuhe bei Diabetikern. Die Anmeldung erfolgt durch den Patienten selbst in Zusammenarbeit mit dem behandelnden Arzt.

## **J**

### **Juckreiz**

Juckreiz ist oft eine Folge zu trockener Haut und kann mit spezieller → **Hautpflege** verbessert werden. Gelegentlich ist er Ausdruck einer Unverträglichkeit. In diesem Fall gilt es herauszufinden, welche Substanz nicht vertragen wird, damit diese künftig vermieden werden kann. Neben der speziellen Pflege können auch Tabletten oder Tropfen gegen → **Juckreiz** eingesetzt werden.

## **K**

### **Kompression**

Damit Ihre Beine abschwellen, wird in den meisten Fällen am Anfang ein Kompressionsverband angelegt. Dieser ist mehrlagig und besteht aus einem Baumwollschlauch, der die Haut schützt, einer Polsterwatte, damit keine Einschnürungen entstehen, zwei elastischen Binden sowie einer Fixation. Diesen Verband müssen Sie bis zur nächsten Kontrolle im Wundzentrum belassen. Sollten Sie ein Schweregefühl in den Beinen verspüren, kann es hilfreich sein, die Beine hochzulegen. Wenn Sie nachts an einem unangenehmen Wärmegefühl in den Beinen leiden, kann es helfen, das Bein nicht mit der Bettdecke abzudecken. Eine leichte Decke, kühlende Bettwäsche oder Schlafkleidung können ebenfalls helfen.

Nach der Abheilung des venösen offenen Beines wird Ihnen ein Kompressionsstrumpf abgegeben. Dieser wird mit Ihnen zusammen ausgesucht. Es gibt verschiedene Modelle zur Auswahl: offene oder geschlossene Fussspitze, diverse Farben oder Materialien sowie eine für Sie angepasste Anziehhilfe. Den Kompressionsstrumpf sollten Sie mög-



lichst früh am Morgen anziehen, bevor die Beine anschwellen. In der Nacht ziehen Sie den Strumpf aus. Es ist wichtig, sich alle sechs Monate einen neuen Strumpf anmessen zu lassen.

### **Körperpflege**

Wir empfehlen, das Baden zu unterlassen. Bäder bergen die Gefahr von Wundinfektionen. Je nach Wundauflage dürfen Sie duschen. Falls nötig, erhalten Sie im Wundzentrum einen entsprechenden Duschschutz («Plastiksack» für die Beine).

### **Krampfadern**

Krampfadern sind kranke oberflächliche Venen, bei denen die Funktion des Blutrücktransportes gestört ist. Meist ist dies anlagebedingt und erblich. Selten tritt dies als Folge von erlittenen → **Thrombosen** auf (sogenannte Umgehungskreisläufe). Als Folge des gestörten Blutrückflusses kommt es zu Stauungsproblemen, geschwollenen Beinen und im Extremfall zu Störungen in der Versorgung des Gewebes. Letzteres führt zur Ausbildung einer Wunde.

## **L**

**Lymphdrainage** → **Physiotherapie**

## **M**

### **Madentherapie**

Die Madentherapie wird auch Biochirurgie genannt. Steril gezüchtete Fliegenlarven werden in einem Teebeutel ähnlichen Säcklein direkt auf der Wunde angebracht. Die Maden haben die Eigenschaft, störenden oder toten Wundbelag durch ein Sekret aufzulösen und aufzusaugen. Die Behandlung dauert in der Regel 3-5 Tage und kann unter stationären Bedingungen im Spital oder ambulant durchgeführt werden. Sie kann Schmerzen verursachen, gegen die Schmerzmittel eingesetzt werden können. Die Therapie erfolgt nach ärztlicher Verordnung. Die Kosten werden von der Krankenversicherung übernommen.

**Mobilität** → **Gymnastik**

## **N**

**Nagelpilz** → **Fusspilz**

### **Narbe**

Tiefe Wunden heilen mit einem Ersatzgewebe (Narbe) ab. Es hat nie die gleichen Eigenschaften wie das ursprüngliche Gewebe und bedarf einer besonderen Pflege.

# INFORMATIONEN VON A–Z

## Niederdrucktherapie (NPWT)

Die Niederdrucktherapie ist eine spezielle Wundbehandlung. Ein Schaumstoff wird auf Wundgrösse zugeschnitten, mit einer Folie luftdicht abgedeckt und mit einem Drainageschlauch an ein Vakuum angeschlossen. Der daraus entstehende Sog bewirkt eine aktive Wundreinigung, regt die Wundheilung an und transportiert das Wundsekret ab. Diese Behandlung kann unter stationären Bedingungen im Spital oder ambulant durchgeführt werden. Sie erfolgt nach ärztlicher Verordnung. Die Kosten werden von der Krankenversicherung übernommen.

## Nikotin

Nikotin ist ein Hauptrisikofaktor für die → [Arteriosklerose](#) und auch für eine → [Thrombose](#). Ein Rauchstopp ist unbedingt anzustreben. Wir unterstützen Sie dabei (Siehe Kapitel «Weiterführende Informationen»).

## O

## Operation

Eine Operation ist ein chirurgischer Eingriff, der in der Regel im Operationssaal unter Voll- oder Teilnarkose durchgeführt

wird. Es können Venenoperationen zur Entfernung erkrankter → [Krampfadern](#), Bypass-Operationen zur Verbesserung der Durchblutung, → [Débridements](#) zur Reinigung und (Haut-)Transplantationen zur Deckung einer Wunde sinnvoll sein.

## P

## Perkutane Transluminale Angioplastie (PTA)

Die PTA ist ein Verfahren, bei dem mit einem Eingriff unter Lokalanästhesie eine Engstelle (Stenose) in einer Arterie behoben werden kann. Somit wird die Durchblutung verbessert und das Abheilen der Wunde unterstützt. Allerdings ist eine PTA nicht in allen Fällen angezeigt. Ihr behandelnder Angiologe wird Sie über die Notwendigkeit und/oder Möglichkeit aufklären.

## Phlebitis → Venenentzündung

## Physiotherapie

Mittels Physiotherapie kann die Beweglichkeit verbessert und erhalten werden. Dies ist eine wichtige Voraussetzung für eine gute Funktion der Venen. Die Lymphdrainage ist eine spezielle Massage zur Förderung des lymphatischen Rückflusses. Sie unterstützt ein Abschwellen

bei Ödemen und wird zusammen mit einer Kompressionstherapie eingesetzt. Lymphdrainage wird von speziell ausgebildeten Physiotherapeuten im Spital Thun oder in privaten Physiotherapiepraxen durchgeführt.

**Podologie** → Fusspflege

### **Polyneuropathie**

Bei Polyneuropathie besteht ein vermindertes Gespür. Die Ursachen sind zum Beispiel → **Diabetes mellitus**, Vitaminmangel oder Alkoholkrankheit. Patienten mit Polyneuropathie sind besonders gefährdet für die Entwicklung von Wunden insbesondere im Bereich der Füsse. Sie spüren den Druck durch zu enge Schuhe nicht oder bemerken eine Verletzung kaum.

## **R**

**Rötung** → Hitzegefühl

## **S**

### **Sauna**

Solange eine Wunde besteht sollten Sie nach Möglichkeit auf Saunabesuche verzichten (Infektgefahr).

### **Schlafprobleme**

Probleme, die während der Nacht auftreten und den Schlaf stören, wiegen besonders schwer. Dies können unter anderem → **Schmerzen** sein, Unruhe, → **Juckreiz** oder → **Hitzegefühl**. Bitte teilen Sie uns diese Probleme mit, damit wir entsprechende Behandlungen einleiten können. So kann beispielsweise eine Schmerzmittelreserve verschrieben oder die Dosis der Schmerzmittel angepasst werden.

### **Schmerzen**

Chronische Wunden können Schmerzen verursachen. Es ist uns ein Anliegen, diese Problematik frühzeitig zu erfassen und Ihnen Unterstützung zu bieten. Häufig lindert schon die feuchte Wundbehandlung einen Teil Ihrer Schmerzen. Trockene Wunden können äusserst schmerzhaft sein und es bedarf nebst der lokalen Behandlung auch einer vom Arzt verordneten Schmerztherapie. Es gibt verschieden starke Schmerzmittel. Sie können als Tabletten, Tropfen, Pflaster oder Spritzen verabreicht werden.

### **Sklerotherapie**

Die Verödung krankhafter Venenabschnitte (Sklerotherapie) ist ambulant möglich und kann zu einer rascheren Wundheilung bei krampfader-bedingten Wunden führen.

# INFORMATIONEN VON A–Z

## Spitex

Die Spitex unterstützt Sie bei der selbständigen Behandlung Ihrer Wunde, wenn Sie nicht regelmässig ins Wundzentrum ins Spital kommen können. Das Wundzentrum und die Spitex arbeiten eng zusammen und stehen in regelmässigem Kontakt miteinander.

## Sport

Bewegung ist gut. Bei venös bedingten Wunden sollten Sie Sport mit Kompressionsstrümpfen betreiben. Bei erheblicher Durchblutungsstörung und relevanter Wunde ist eine extensive sportliche Belastung dagegen nicht ratsam.

## T

### Thrombose

Unter einer Thrombose versteht man ein Blutgerinnsel (Verstopfung) in einer tiefen Vene. Es besteht die Gefahr einer Embolie. Eine sofortige → [Blutverdünnung](#) ist daher wichtig. Auch benötigen Patienten mit Thrombose eine → [Kompression](#), damit der venöse Rückfluss, der ins Stocken geraten ist, unterstützt wird. Bei einer Thrombose werden Venenklappen zerstört, so dass in der Folge die Venenfunktion eventuell gestört ist. Ein Hauptrisikofaktor für das Ent-

stehen einer Thrombose ist → [Immobilität](#) (Bewegungsarmut).

## U

### Übergewicht

Übergewicht stellt einen Risikofaktor für die → [Arteriosklerose](#) dar. Davon abgesehen ist nicht das Übergewicht alleine das Problem, sondern vielmehr die häufig damit verbundene Bewegungsarmut. Gerade bei Übergewicht muss auf eine sehr sorgfältige → [Hautpflege](#) geachtet werden, um zum Beispiel Pilzinfektionen vorzubeugen, die gerne in Körperfalten entstehen.

## V

### Venenentzündung

Eine Phlebitis – eine Venenentzündung im Bereich einer oberflächlichen Vene – ist im Vergleich zur → [Thrombose](#) ein harmloseres Krankheitsbild. Nichtsdestotrotz gehört eine Phlebitis abgeklärt und muss behandelt werden, da sonst eine echte → [Thrombose](#) entstehen kann. Bei → [Krampfadern](#) sind Phlebitiden relativ häufig. Vorbeugt werden können diese, indem Sie eine gute → [Kompression](#) durchführen.

## **Verbandsmaterial**

Die heutigen modernen Wundauflagen werden synthetisch hergestellt. Je nach Wundstadium helfen sie mit, das feuchte Wundmilieu aufrechtzuerhalten. Es ist ausreichend, wenn diese Wundauflagen 2–3 Mal pro Woche gewechselt werden. Gerne geben wir Ihnen Reservematerial für den Fall mit, dass die Wundauflage verrutscht oder abfällt. Je nach persönlicher Situation ist es auch möglich, dass Sie den Verbandwechsel 1 Mal pro Woche selbständig machen können. Wir werden Sie anleiten und Ihnen das notwendige Material mitgeben. Sollte die Wunde nässen gibt es spezielle Wundauflagen mit grosser Aufnahmekapazität. Ist die Wunde trocken, kann sie mit einem speziellen Gel angefeuchtet werden. Ist die Wunde feucht, setzen wir eine Wundauflage ein, die diese Feuchtigkeit konserviert.

## **W**

### **Wundexperten (WEX)**

Wundexpertinnen sind Pflegefachpersonen, die eine Zusatzausbildung in Wundbehandlung absolviert haben und sich regelmässig weiterbilden.

## **Z**

### **Zinkleim**

Der Zinkleimverband ist eine unelastische Form der Kompressionstherapie. Es handelt sich ebenfalls um einen Dauerverband, der auch nachts getragen wird. Der Zinkleimverband wird von Fachpersonen angelegt und besteht aus speziellen Zinkbinden, die zusätzlich eine beruhigende Wirkung bei → [Juckreiz](#) haben.

# WEITERFÜHRENDE INFORMATIONEN

## LINKS

Schweiz. Diabetesgesellschaft,  
[www.diabetesgesellschaft.ch](http://www.diabetesgesellschaft.ch)

Schweiz. Gesellschaft für Wundbehandlung,  
[www.safw.ch](http://www.safw.ch)

## LITERATUR

DNQP, Deutsches Netzwerk für Qualitätsentwicklung in der Pflege, Expertenstandard, Pflege von Menschen mit chronischen Wunden

Pflege von Menschen mit chronischen Wunden, Panfil Eva-Maria, Schröder Gerhard, 2009, Verlag Hans Huber



## ADRESSEN:

### **Schweizer Podologen-Verband SPV**

Bahnhofstrasse 7b

6210 Sursee

Tel. 041 926 07 61

[www.podologie.ch](http://www.podologie.ch)

### **Selbsthilfe Schweiz**

Laufenstrasse 12

4053 Basel

Tel. 061 33 86 01

[www.selbsthilfeschweiz.ch](http://www.selbsthilfeschweiz.ch)

### **SVOT – Schweizer Verband der Orthopädie-Techniker**

Moosstrasse 2

3073 Gümligen-Bern

Tel. 031 952 78 81

[www.svot.ch](http://www.svot.ch)

### **Medizinische Klinik, Wundzentrum SAFW / Angiologie**

Tel. 058 636 28 42

[angiologie@spitalstsag.ch](mailto:angiologie@spitalstsag.ch)

### **Spital STS AG Thun**

Krankenhausstrasse 12

CH-3600 Thun

Tel. 058 636 26 26

[info@spitalstsag.ch](mailto:info@spitalstsag.ch)

[www.spitalthun.ch](http://www.spitalthun.ch)

