

# Wir wünschen Ihnen Gesundheit!

Ihr Kompetenzzentrum Pflege

## Gesundheitsinformation

### Chronische Wunden

Wenn Sie Fragen haben, steht Ihnen Ihr Landesverband gerne zur Verfügung:

**Landesverband Berlin e.V.**

Alfred-Jung-Str. 17  
10367 Berlin

Tel: 030 / 30 86 92 0  
Fax: 030 / 27 92 46 9

[www.volkssolidaritaet.de/berlin](http://www.volkssolidaritaet.de/berlin)

**Landesverband Sachsen e.V.**

Arndtstr. 4  
01099 Dresden

Tel: 0351 / 43 11 01 0  
Tel: 0351 / 42 11 02 9

[www.volkssolidaritaet.de/sachsen](http://www.volkssolidaritaet.de/sachsen)

**Landesverband Brandenburg e.V.**

Benzstr. 10  
14482 Potsdam

Tel: 0331 / 70 42 31 0  
Fax: 0331 / 70 42 31 20

[www.volkssolidaritaet.de/brandenburg](http://www.volkssolidaritaet.de/brandenburg)

**Landesverband Sachsen-Anhalt e.V.**

Leipziger Str. 16  
39112 Magdeburg

Tel: 0391 / 60 88 60  
Tel: 0391 / 60 88 61 10 9

[www.volkssolidaritaet.de/sachsen-anhalt](http://www.volkssolidaritaet.de/sachsen-anhalt)

**Landesverband Mecklenburg-Vorpommern e.V.**

Platz der Jugend 15  
19053 Schwerin

Tel: 0385 / 58 15 59 5  
Fax: 0385 / 58 15 59 6

[www.volkssolidaritaet.de/mecklenburg-vorpommern](http://www.volkssolidaritaet.de/mecklenburg-vorpommern)

**Landesverband Thüringen e.V.**

Magdeburger Allee 31  
99086 Erfurt

Tel: 0361 / 51 15 96 70  
Fax: 0361 / 51 15 96 80

[www.volkssolidaritaet.de/thueringen](http://www.volkssolidaritaet.de/thueringen)



Altenpflege  
Krankenpflege  
Gesundheitspflege  
Kinderkrankenpflege  
Häusliche Versorgung  
Stationäre Versorgung

Volkssolidarität LV Brandenburg e.V.  
Referat Pflege (Andreas Heil / Birgit Mohr)  
Benzstraße 10  
14482 Potsdam

**Durchwahl:** 0331 - 70 42 31 - 12  
**Zentrale:** 0331 - 70 42 31 - 0

Internet: [www.volkssolidaritaet.de/brandenburg/](http://www.volkssolidaritaet.de/brandenburg/)

**Hinweis:**

Die in den „Gesundheitsinformationen“ erteilten Auskünfte beruhen auf dem aktuellen Kenntnisstand und dienen der unverbindlichen Unterstützung im Alltag. Sie ersetzen jedoch nicht das Aufsuchen eines Arztes oder Apothekers. Auf Basis der Informationen können weder Diagnosen gestellt, noch Therapien eingeleitet werden.

## Was sind chronische Wunden?

Chronische Wunden sind Wunden, die in einem Zeitraum von vier bis acht Wochen nicht abheilen und keine Tendenz zur Abheilung zeigen. Chronische Wunden führen insbesondere durch Schmerzen, Einschränkungen in der Mobilität, Wundabsonderungen und -geruch zu erheblichen Beeinträchtigungen in der Lebensqualität.

## Die häufigsten chronischen Wunden sind

- Ein **Dekubitus**, auch Wundliegen oder Druckgeschwür genannt. Es entsteht durch extremen Druck, insbesondere an den sogenannten Gefährdungsstellen wie z.B. Gesäß, Fersen und Hüfte. Ein Dekubitus kann innerhalb kürzester Zeit sichtbar werden. Ursächliche Faktoren sind Druck, Zeit und Reibung.
- **Diabetisches Ulcus**, ist eine Spätfolge bei Patienten mit Diabetes mellitus. Dabei wird zwischen einer Schädigung der Nerven des Fußes, welche zu schmerzlosen Druckgeschwüren und einer Schädigung der Blutgefäße des Fußes, welche zu Durchblutungsstörungen führen kann, unterschieden.
- **Ulcus cruris (Unterschenkelgeschwür)** wird umgangssprachlich „**offenes Bein**“ genannt. Diese Wunden entstehen durch verschiedene Veränderungen im venösen oder im arteriellen Gefäßsystem sowie durch Nervenschädigungen.

## Was beeinflusst die Heilung chronischer Wunden?

- Bei verschiedenen Grunderkrankungen, wie z.B. Diabetes mellitus, ist darauf zu achten, dass der Blutzuckerspiegel nicht dauerhaft erhöht ist. Auch das Tragen zu enger Schuhe stört bei Diabetes die Wundheilung, da die Betroffenen den Druck auf die Wunden häufig nicht spüren.
- Bei Menschen mit einer Venenschwäche wird häufig ein hoher Blutdruck behandelt. Ein wichtiger Teil der Behandlung eines Beingeschwüres zudem darin, das Bein mit elastischen Binden zu umwickeln oder Kompressionsstrümpfe zu tragen. Durch den Druck auf das Gewebe werden die Venen entlastet.
- Menschen, die unter einem Druckgeschwür leiden sind meist körperlich geschwächt. Sie brauchen oft Unterstützung, um sich zu bewegen. Eine regelmäßige Bewegung, Mobilisation und / oder Lagerung sind wichtig, um die Entstehung weiterer Wunden zu verhindern.
- Infizierte Wunden werden möglicherweise mit einem Antibiotikum behandelt.

## Weitere Therapiemöglichkeiten

- Bei der **Ultraschalltherapie** werden chronische Wunden mit Schallwellen bestrahlt. Dadurch erwärmen sich diese Körperstellen und die Selbstheilung kann gefördert werden.

- Bei der **Vakuumversiegelungstherapie** wird die Wunde abgedeckt und über einen Schlauch mit einer Pumpe verbunden, um das Wundsekret abzusaugen. Dadurch verbessert sich die Durchblutung im Wundgebiet.
- Verschiedene **Wundauflagen** können die Heilung fördern z.B. feuchte Kompressen, Folien, sogenannte Hydrogele, silberhaltige Wundauflagen und Schaumstoffverbände. Diese sollen die Wunden feucht halten.

## Beratung und Anleitung

Durch Beratung und Anleitung sollen die Patienten und ihre Angehörigen so geschult werden, dass sich positive Effekte für die Wundheilung und Lebensqualität erzielt werden. Beratungsinhalte sind:

- Grundlagen zu Wundarten
- Lagerung und Bewegung
- Kompressionstherapie
- moderne Wundversorgung
- hygienische Aspekte
- Grundlagen des Schmerzmanagements
- Ernährung

## Hautpflege und -schutz

Eine gesunde Haut unterstützt die Heilung von Wunden oder verhindert deren Entstehung. Das können Sie selbst tun:

- regelmäßige Pflege mit hautschonenden Produkten (z.B. ph-neutrale Seifen und Cremes mit Urea Beimischung, Wasser/Öl Emulsionen)
- regelmäßige Hautinspektion, um Verletzungen rechtzeitig zu erkennen (schauen Sie auch mit einem Spiegel unter Ihre Füße)
- achten Sie darauf, dass Ihre Füße immer trocken sind
- tragen Sie keine einengende Kleidung
- Textilien aus Naturfasern oder Funktionswäsche bevorzugen

## Ernährung

Die Ernährung hat Einfluss auf den gesamten Organismus des Menschen. Achten Sie deshalb auf eine ausgewogene und vitaminreiche Ernährung sowie auf eine ausreichende Flüssigkeitsaufnahme.