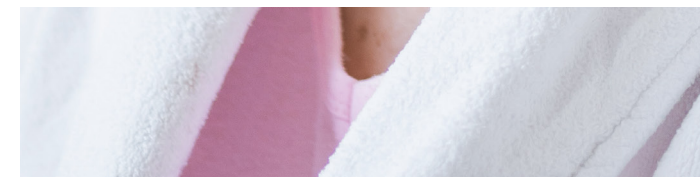




Informationsbroschüre „Wunden“



Seniorenresidenz Gut Thesdorf
Rellinger Str. 37 · 25421 Pinneberg
Tel.: 04101 – 78772101 · Fax: 04101 – 78772100
www.gut-thesdorf.de

Wir als stationäre Einrichtung stellen sicher, dass Sie eine adäquate, professionelle und individuelle Wundbehandlung und Beratung erhalten. Sie können dazu beitragen, dass sich der Verlauf der Wundheilung positiv verändert. Deshalb möchten wir Ihnen folgende Informationen zum Thema Wunden mit auf den Weg geben.

Was ist eine Wunde?

Eine Wunde ist eine Schädigung der äußeren (Haut) oder inneren (Schleimhäute) Körperoberfläche mit oder ohne Gewebeerlust. Diese kann durch eine Verletzung entstanden sein, oder als Folge einer Krankheit, zum Beispiel eines Geschwürs. Eine Wunde wird zu einer chronischen Wunde, wenn diese nach 3 Monaten noch nicht abgeheilt ist oder nach vierwöchiger optimierter Behandlung keine Heilungstendenz zeigt.

Risikogruppen für chronische Wunden:

- Bettlägerige
- Diabetes mellitus
- Immunschwache
- paVk (periphere arterielle Verschlusskrankheit)
- Ernährungsmangel

Zur optimalen Wundbehandlung gehören ein sauberes Wundgebiet und eine gute Durchblutung des Gewebes. Zur besseren Wundheilung tragen folgende Maßnahmen im Wesentlichen bei:

Ernährung als wichtige Komponente zur Wundbehandlung

- ausreichend Trinken
- hoher Eiweiß- und Vitamingehalt
- Gemüse, Obst, Fisch, Fleisch, Milch sowie Milchprodukte
- ggf. zusätzliche Trinknahrung über den Hausarzt verordnet

Hautschutz als Vorbeugung von Wunden

- Hautdefekte erkennen durch Hautbegutachtung
- Trockene Haut mit Hautlotion einreiben
- Um die Haut zu schützen und vor Austrocknung zu bewahren, ist es wichtig, Waschungen so viel wie nötig, aber so wenig wie möglich durchzuführen.

Bleiben Sie in Bewegung

- Wenn möglich sollten Sie im Wechsel die von uns oder ggf. die von Ihrem Physiotherapeuten gezeigten Bewegungsübungen und Entlastungen des betroffenen Wundgebietes durchführen.
- Bei Einschränkungen in den Bewegungsabläufen durch Schmerzen wird die Schmerztherapie ggf. von Ihrem Hausarzt angepasst.

Chronische Wunden und wie geht es weiter?

Die Lebensqualität kann durch eine chronische Wunde beeinträchtigt werden, wie z.B. durch Schmerzen und / oder daraus resultierenden Einschränkungen in der Mobilität, Wundgeruch, Einschlaf- oder Durchschlafstörungen.

Was könnte Ihnen helfen?

Bei Schmerzen

- Über den Hausarzt verordnete Medikamente gegen Schmerzen sowie zum besseren Schlafen.
- Je nach Wunde sollten Sie für Entlastung des Wundgebietes sorgen.

Einschränkungen in der Mobilität

- bestmögliche Kompensation durch Geh-, Bewegungs- oder Lagerungshilfen
- wird über Rezept vom Hausarzt verordnet und über das Sanitätshaus geliefert

Kooperation

- externe Wundschwester
- Hausarzt ansprechen bezüglich der Einnahme von Präparaten mit hohen Anteilen an Vitaminen und Spurenelementen (z.B. Zink, Selen,...etc.)