

Krammel (Hg.)

HILFE ZUR SELBSTHILFE – Wunden besser verstehen und versorgen



Michaela Krammel (Hg.):

Hilfe zur Selbsthilfe – Wunden besser verstehen und versorgen

Eine Anleitung für die Praxis

Wir danken den folgenden Unternehmen und Einrichtungen für die freundliche Unterstützung zur Realisierung dieses Werks:



Impressum

© Verlagshaus der Ärzte GmbH, Nibelungengasse 13, 1010 Wien, Österreich
www.aerzteverlagshaus.at
1. Auflage 2021

Das Werk ist urheberrechtlich geschützt. Die dadurch begründeten Rechte, insbesondere das der Übersetzung, des Nachdrucks, der Entnahme von Abbildungen, der Funksendung, der Wiedergabe auf fotomechanischem oder ähnlichem Wege und der Speicherung in Datenverarbeitungsanlagen, bleiben, auch bei nur auszugsweiser Verwendung, vorbehalten.

Geschützte Warennamen (Warenzeichen) werden im Buch nicht besonders kenntlich gemacht. Aus dem Fehlen eines solchen Hinweises kann aber nicht geschlossen werden, dass es sich um einen freien Warennamen handelt.

ISBN 978-3-99052-245-5

Umschlag: Grafikbüro Lisa Hahsler, 2232 Deutsch-Wagram

Umschlagfoto: Herbert Fleischmann Event Photography

Grafik: Malanda-Buchdesign, Andrea Malek-Rappitsch, 8010 Graz

Projektbetreuung: Hagen Schaub

Druck & Bindung: 2imPress s.r.o., 83104 Bratislava

Printed in Slovakia

Sämtliche Angaben in diesem Buch erfolgen trotz sorgfältiger Bearbeitung und Kontrolle ohne Gewähr und müssen vom jeweiligen Anwender/der jeweiligen Anwenderin im Einzelfall anhand anderer Literaturstellen auf ihre Richtigkeit überprüft werden. Eine Haftung der Herausgeberin, der Autorinnen und Autoren oder des Verlags aus dem Inhalt dieses Werks ist ausgeschlossen.

Vorwort

Nicht oder nur schlecht heilende Wunden, besonders an den Füßen und Beinen, werden von vielen Betroffenen noch immer als Schicksal betrachtet, mit dem man sich eben abfinden muss. Dabei handelt es sich bei Ulcus cruris oder der Gangrän weder um eine harmlose noch eine seltene Erkrankung. Allein in Österreich sind Zehntausende Menschen in durchaus sehr unterschiedlicher Ausprägung von chronischen Wunden betroffen.

Patientinnen und Patienten mit Unterschenkelgeschwüren und Fußwunden leiden sehr häufig an Schmerzen und Wundinfektionen, die sich auch auf das Allgemeinbefinden negativ auswirken. Die Lebensqualität ist durch nässende und oft übelriechende Wunden stark reduziert, nicht selten kommt es zu Isolation und sozialem Rückzug.

Unser erstes Ziel muss es werden, Patientinnen und Patienten sowie deren Angehörige zu motivieren, auch bei kleineren Wunden – also früh im Krankheitsverlauf – Hilfe zu suchen und anzunehmen. Die Ursache für Unterschenkelgeschwüre sind fast immer Störungen der Durchblutung, oft in Verbindung mit Zuckerkrankheit. Viel seltener – aber umso wichtiger in der Früherkennung – sind Krebserkrankungen an der fehlenden Wundheilung schuld. Venenschwäche und Verengungen der Beinarterien können mit den Möglichkeiten der modernen Medizin erkannt und mit unterschiedlichen Methoden – von Operation bis zu Gefäßdehnung und Venenverödung – wirksam behandelt werden. Ist die nachteilige Durchblutung korrigiert, verhelfen moderne Wundverbände zu einer rascheren und weniger schmerzhaften Abheilung. Wichtig für die Aufrechterhaltung der Gefäßgesundheit ist eine gesunde Lebensführung mit Kontrolle von Blutzucker, Blutfetten, Blutdruck und Nikotinkarenz. Der Weg führt von einer gezielten Diagnostik der Gefäß- und Stoffwechselsituation zu einem individuellen Therapieplan mit dem Ziel, die Wunde zu heilen oder zu stabilisieren und die Lebensqualität zu verbessern.

Mein großes persönliches Anliegen an Sie als Betroffene/r ist: Nehmen Sie kompetente medizinische Hilfe in Anspruch! Es gibt für jede Patientin und für jeden Patienten mit einer chronischen Wunde eine Möglichkeit zur Verbesserung der Situation. Der vorliegende Ratgeber soll durch entsprechende Beiträge von Expertinnen und Experten mit umfangreichen Informationen, durch Aufklärung sowie praktische Tipps und Pflegeanleitungen einen wesentlichen Beitrag dazu leisten.

Bleiben Sie gesund!

Ihr

Prim. PD Dr. Afshin Assadian

INHALT

Die chronische Wunde ... 11

von Afshin Assadian

Ursachen und Auswirkungen von chronischen Wunden am Bein (Ulcus cruris)	13
Diabetes als Ursache für ein Ulcus cruris	14
Seltene Ursachen des Ulcus cruris	15

Die Wundversorgung ... 17

von Michaela Krammel

Einleitung	18
Eine kurze Geschichte der Wundversorgung	20
Wundversorgung	23
Ziele	23
Wundbeschreibung	25
Was man über die Wundheilung wissen sollte	28
Formen der Wundheilung	29
Welche Einflussfaktoren spielen bei der Wundheilung eine Rolle? ...	29
Phasengerechte Wundversorgung	30
Wann spricht man von einer chronischen Wunde?	31
Welche Wundarten gibt es?	31
Die offene Wunde am Bein (Ulcus cruris)	32
Die diabetische Wunde	34
Tumorwunden oder exulzierende Wunden	35
Der Dekubitus	35
Wissenswertes zu den Wundheilungsphasen	36
Störfaktoren der Wunde	37
Infektionen/Keimübertragung	40
Notwendige Diagnostik und Differenzialdiagnostik	46
Palliative Wunden und Wunden im palliativen Setting	48
Was können Pflegeexperten/-expertinnen dazu beitragen, um Schmerzen zu verhindern, mindern, zu lindern?	50

Wichtige ergänzende Maßnahmen	51
Aseptischer Verbandwechsel	51
Hygienische Maßnahmen bei multiresistenten Keimen	53
Mögliche Lokalthherapie und ihre Anwendungsgebiete	55
Biologisches Débridement (Madentherapie mit Lucilla-sericata-Larven)	56
Verbandtechnikarten	58
Wichtige Ansprüche an die Lokalthherapie	59
Wie setzt sich die Lokalthherapie zusammen?	60
Verbandstoffe einfach erklärt	61
Hautpflege und Wundrandschutz	65
Auswahlkriterien von Hautpflegemitteln	66
Wundrand- und Hautschutz	66
Was bedeutet Exsudatmanagement?	67
Wichtige Faktoren der Hautpflege – Hautpflegeprodukte	67
Pflege bei gestörtem/defektem Hautbild	70
Altershaut/Pergamenthaut	70
Ekzeme	71
Juckreiz – Pruritus	73
Inkontinenzassoziierte Dermatitis (IAD)	73
Diabetisches Fußsyndrom	74
pAVK – arterielle Durchblutungsstörung	78
Chronisch-venöse Insuffizienz (CVI)	78
Narbenpflege	79
Kompressionstherapie	79
Venen	81
Arterien	83
Lymphgefäße	86
Was ist Kompression?	87
Kompressionsvarianten	88
Weitere Therapieformen	91
Sonderformen	93
Ernährung bei der Wundheilung	94
Mögliche Folgen einer Mangelernährung	95
Ursachen einer Mangelernährung	96
Orthopädische Schuh- und Prothesenversorgung	96
Wissenswertes zur orthopädischen Schuhversorgung	96
Anpassung von Prothesen	101

Eduktion: Verbandwechsel, Hautpflege, Kompression, Heilbehelfe	103
Checkliste für einen aseptischen/sauberen Verbandwechsel	106
Wundprotokoll	107
Additive Wundversorgung: Plasma Care, Photonentherapie	110
Plasma-Care-Therapie	110
Emoled-Photonentherapie	111
Schnittstellen in der Wundversorgung und Interdisziplinarität: Warum ist die Zusammenarbeit aller Berufsgruppen so wichtig?	114
Wunde und Psyche	116

Laienpflege in der Wundversorgung und die Lebensqualität von Menschen mit Wunden ... 119

von Vlastimil Kozon

Beratung und Schulung	120
Ziele der Wundversorgung	121
Maßnahmen in der Wundversorgung	121
Fehler im Wundmanagement	121
Prozess der Wundversorgung durch geschulte Laien	123
Lebensqualität von Menschen mit Wunden – der Wound-QoL-Fragebogen	124
Beratung für Menschen mit Wunden	126

Mobiles Wundmanagement ... 127

von Katharina Wrobel

Casemanagement Wunddiagnostik und Wundversorgung zu Hause	128
Fachgerechte Klassifizierung und Versorgung von Wunden	128
Lebenssituation des Patienten/der Patientin	130
Gesetzliche Grundlagen und Finanzielles	131

Was ist ein Dekubitus? ... 133

von Gabriele Kroboth

Druck	134
Scherkräfte	134
Wo entsteht ein Dekubitus?	135
Kategorien des Dekubitus	136

Risikofaktoren	139
Vorbeugung	140
Bewegungsförderung	140
Hautpflege	140
Druckentlastung	141
Freilagerung der Fersen	142
Sitzkissen	142
Lagerungssysteme zur Dekubitusprophylaxe	142
Wundversorgung	143

Operative Therapie für Lymphödem und Weichteildefekte ... 145

von Chieh-Han John Tzou unter Mitarbeit von Ines Tinhofer, Johannes Steinbacher

Lymphödem	146
Weichteildefekte	151

Psychotherapeutische Behandlungsmöglichkeiten ... 153

Wie Hypnosepsychotherapie zur Lebensqualität, zum Heilungsprozess, zur Angstbewältigung und zum Stressabbau beitragen kann

von Petra Heidler

Einleitung	154
Hypnose als Therapieform	155
Beispiele aus der Praxis	157
Phänomene und Ziele hypnosepsychotherapeutischer Interventionen	158

Wundheilung durch Aktivierung des „inneren Arztes“ ... 161

von Nicole Albert-Wilding

Das Lymphsystem als Quelle, Ernährer und Verteidiger des inneren Arztes	163
Was ist das Lymphsystem?	163
Wozu dient das Lymphsystem?	165
Wie kann man das Lymphsystem unterstützen?	166
Lymphdrainage und Kräuter – zwei besonders wirksame therapeutische Mittel	169
Ein Gedanke zum Abschluss	171

Chronische Wunden und Ernährung – Mikro- und Makronährstoffe ... 173

von Peter Panhofer, Steffi Rothe

Makronährstoffe	174
Mikronährstoffe	175
Mikrobiom	177
Ursachen für Nährstoffmängel	178
Nährstoffmangel bei chronischen Wunden	179
Makronährstoffe bei chronischen Wunden	180
Mikronährstoffe bei chronischen Wunden	181
Behandlungsstrategie bei chronischen Wunden	183
Literatur	186
Autorinnen/Autoren und ihre Beiträge	191
Abbildungsnachweis	195

DIE WUNDVERSORGUNG

Michaela Krammel

Einleitung

Die Versorgung von chronischen Wunden wie *Ulcus cruris venosum* bzw. *arteriosum*, das Diabetische Fußsyndrom, postoperative Wundheilungsstörungen, palliative Wunden, Dekubitus und akute Wunden erfordert ein professionelles Vorgehen, das phasengerecht erfolgt und von Expertinnen und Experten begleitet wird.

Nicht selten übernehmen letztlich Angehörige, also Laien, die Versorgung von Patientinnen und Patienten und sind dann oft mit der Situation, dem Druck überfordert.



Daher sollte diese Versorgung unter Einhaltung von hygienischen, atraumatischen Standards und von Maßnahmen zur Schmerzbefreiung so weit wie gesetzlich möglich den Laien nähergebracht werden. Edukation – beraten, schulen und informieren – ist daher auch eine wesentliche Aufgabe der ausgebildeten Expertinnen und Experten für Wunddiagnostik und Wundmanagement/WDM.

In der Wundbehandlung sollte die Lebensqualität der Patienten und Patientinnen, aber auch der pflegenden Angehörigen im Vordergrund stehen.

Patientinnen und Patienten mit einer chronischen Wunde werden durch unterschiedliche Beratungen und Lokaltherapien verschiedener Organisationen oft verunsichert. Es werden viele Ordinationen oder Ambulanzen in der Hoffnung aufgesucht, hier einerseits Aufklärung zu bekommen, andererseits aber auch eine Besserung der Leiden zu erfahren. Man hört viele Meinungen, erfährt von vielen Therapiemöglichkeiten. Betroffene und ihre pflegenden Angehörigen bekommen viele Fakten, aber nur selten Aufklärung vermittelt und sollen dann auf dieser Basis über durchzuführende Therapien selbst entscheiden.

Auch die Ökonomie in der Wundversorgung wird oft nicht eben gefördert. Viele Meinungen, andere Sichtweisen führen zu übermäßigen Verordnungen von Wundprodukten, die selten aufgebraucht werden. Die finanzielle Belastung der Betroffenen nimmt zu. Entsprechend den jeweiligen Kassenverordnungen stehen den Patientinnen und Patienten Heilbehelfe auch nicht uneingeschränkt zur Verfügung und werden nur quartalsweise oder halbjährlich bewilligt.

Dieser Ratgeber soll Licht ins Dunkel bringen und Ihnen und Ihren Angehörigen helfen, Ihre Wunden und die dazu passende Lokaltherapie oder er-

gänzende Maßnahmen zu verstehen. Im Weiteren sollen Sie aber auch alle therapeutischen Maßnahmen erlernen und erkennen können, wann Sie besser auf professionelle Hilfe durch Pflegeexpertinnen/-experten oder Fachärztinnen und Fachärzte zurückgreifen sollten.

Als ergänzende Maßnahme sind folgende Bereiche ein sehr notwendiger Beitrag zur Versorgung von chronischen und akuten Wunden:

- ▶ Kompressionstherapie zur Unterstützung der Venenerkrankungen,
- ▶ Hautpflege,
- ▶ Nahrungsergänzungsprodukte,
- ▶ Heilbehelfe,
- ▶ additive Methoden der Wundversorgung,
- ▶ notwendige Lymphdrainagen,
- ▶ Gehtraining,
- ▶ orthopädische Maßschuhe,
- ▶ Orthesen oder Prothesen oder Lagerungsprodukte
- ▶ und viele andere mehr – jede Situation oder Wundart erfordert ein individuelles Handeln.

Die Versorgung von Patientinnen und Patienten mit chronischen Wunden erfordert Betreuungskontinuität. Die Notwendigkeit einer professionellen multidisziplinären und einer phasengerechten Wundversorgung ist erforderlich, um die größtmögliche Autonomie (Zustand der Selbstbestimmung, Unabhängigkeit/Souveränität, Selbstverwaltung oder Entscheidungs- bzw. Handlungsfreiheit) der Betroffenen zu erreichen.

Pflegende Angehörige gehen an ihre Grenzen. Konflikte sind vorprogrammiert, da auch eine Coabhängigkeit zwischen Patienten/Patientinnen und pflegenden Angehörigen entsteht. Dabei spielen oft folgende Fragen eine große Rolle:

- ▶ Warum heilt die Wunde nicht?
- ▶ Was mache ich falsch?
- ▶ Bin ich für meine Angehörigen eine Belastung?
- ▶ Verliere ich mein Bein?
- ▶ Kann ich mir die Therapie noch lange leisten?
- ▶ Wann kann ich wieder gehen?
- ▶ Riecht man mich?
- ▶ Wann hören die Schmerzen auf?
- ▶ Wer kann mir helfen?