

## **Leitfaden**

### **chronische Wunden**

#### **Was ist eine chronische Wunde ?**

Eine Wunde gilt dann als chronisch, wenn sie nach vier bis zwölf Wochen - trotz fachgerechter Versorgung und Therapie - keine Heilungstendenzen zeigt.

#### **Was ist die Ursache einer chronischen Wunde ?**

Die Ursache Ihrer chronischen Wunde ist wahrscheinlich eine andere chronische Erkrankung, die erkannt und behandelt werden muss, um die Wundheilung zu beschleunigen.

Bei einem venös bedingten offenen Bein wird die chronisch venöse Insuffizienz durch Kompressionstherapie behandelt.

Bei einem Diabetischen Fußsyndrom erfolgt die Behandlung der ursächlichen Zuckerkrankheit durch die Blutzuckereinstellung und eine Druckentlastung des Fußes.

Bei einem Druckgeschwür oder Wundliegen schließt die Therapie zusätzliche Bewegung, eine Umlagerung oder andere Hilfsmittel ein.

**Nur wenn Sie die Behandlung Ihrer ursächlichen Krankheit unterstützen, kann Ihre chronische Wunde heilen.**

**Wie kann ich aktiv eine rasche Wundheilung unterstützen und neuen Wunden vorbeugen ?**

1. Vermeiden Sie zu häufiges und zu heißes Baden oder Duschen !
2. Reinigen und pflegen Sie Ihren Körper, insbesondere die Haut um die Wunden sorgfältig !
3. Benutzen sie schonendes rückfettendes Reinigungsmittel und keine parfümierten Seifen !

4. Pflegen Sie die Wundumgebungshaut nach der Reinigung mit Wasser-Oel-Emulsionen, rückfettenden Salben oder Cremes !
5. Vermeiden Sie beim Abtrocknen starkes Rubbeln oder Reiben !

### **Was kann ich sonst noch tun ?**

- Achten Sie auf eine gesunde und ausgewogene Ernährung um Mangelerscheinungen vorzubeugen
- Halten sie sich an die Empfehlungen Ihres Arztes und beachten Sie die für Sie geltenden krankheitsbedingten Ernährungsempfehlungen
- Trinken sie ausreichend nach Empfehlung Ihres behandelnden Arztes
- Sorgen Sie im Rahmen Ihrer Möglichkeiten für eine ausreichende Bewegung. Das stärkt den Kreislauf, Ihr Immunsystem und fördert die Durchblutung
- Auch wenn Sie körperlichen Einschränkungen unterworfen sind, gibt es Möglichkeiten zur sportlichen Betätigung
- Fragen Sie Ihren Arzt oder Krankengymnasten, was Sie aktiv für Ihre körperliche Ertüchtigung tun können

### **Achtung !**

Bitte teilen Sie Ihrem Arzt alle auftretenden Veränderungen mit !

Achten Sie auf Schmerzen, Bewegungseinschränkungen oder Haut- und Wundveränderungen !

Bemerken Sie auch kleinste Verletzungen und neue Wunden an Ihrer Haut, teilen Sie diese dem Arzt bitte sofort mit !

Je eher eine chronische Wunde erkannt wird, desto größer sind die Heilungschancen.

## **Weiterführende Informationen finden sie unter:**

**[www.icwunden.de](http://www.icwunden.de)**

Initiative chronische Wunden e.V.

**[www.dfgw.de](http://www.dfgw.de)**

Deutsche Gesellschaft für Wundheilung und Wundbehandlung  
DGfW e.V.

Haben sich noch Unklarheiten oder Fragen ergeben ?

Sie können sich gerne an uns wenden:

Hauskrankenpflege

Kramer & Kramer

Pappelallee 22

10437 Berlin

Bürozeiten: Mo - Fr von 08.00 - 16.00 Uhr

**Tel: 448 55 04**

Email: [info@kramer-kramer.eu](mailto:info@kramer-kramer.eu)