



## Sprechen Sie mit Ihrem Arzt

Gehen Sie bereits bei ersten Verdachtsmomenten zum Arzt und lassen Sie Ihr Bein untersuchen. Eine klare Diagnose ist der erste und wichtigste Schritt.

Liegt tatsächlich ein Beingeschwür vor, besteht die Behandlung aus zwei Komponenten: Versorgung der Wunde, sowie Klärung und Bekämpfung der Ursachen.

Zur Wundbehandlung gehören in erster Linie Reinigung, Verbände aus keimreduzierenden Wundauflagen und Schmerzmittel. Zudem bedarf die Umgebungshaut einer besonderen Pflege, um einer Vergrößerung der Wunde entgegenzuwirken. Je nach Schweregrad, betroffenem Körperteil und diagnostizierter Ursache, stehen dem Arzt weitere Maßnahmen zur Verfügung.

Die Ursachen sind vielfältig. Es gibt Menschen mit ungünstiger Veranlagung. Oft ist aber der Lebensstil entscheidend. Daher lassen sich mit der Umstellung der Ernährung, Verzicht aufs Rauchen, Bewegung und - im Falle von Durchblutungsstörungen in den Beinen - einer konsequenten Kompressionstherapie sehr gute Erfolge erzielen. Schulungen helfen Betroffenen dabei, Warnsignale des Körpers künftig zu erkennen und richtig zu reagieren.



## Wenden Sie sich an Ihr Sanitätshaus mit dem Lächeln

Sanitätshäuser sind in diesem Bereich besonders kompetent. Dort tätige Wundexperten begleiten die Therapie in Absprache mit dem Arzt, Pflegediensten und Heimmitarbeitern, sowie den pflegenden Angehörigen und sichern so die bestmögliche Versorgung der Patienten.

Im Sanitätshaus erhalten Sie Material zur Wundversorgung, darunter insbesondere sterile Wundauflagen mit keimreduzierender Wirkung. Außerdem sorgen die Experten mit Bandagen und Strümpfen für die passgenaue Kompressionstherapie nach Verordnung durch den Arzt. Darüber hinaus beraten Sie Sanitätshäuser zu einem gesünderen Wohnumfeld und Lebenswandel.



## Ulcus - was ist das?

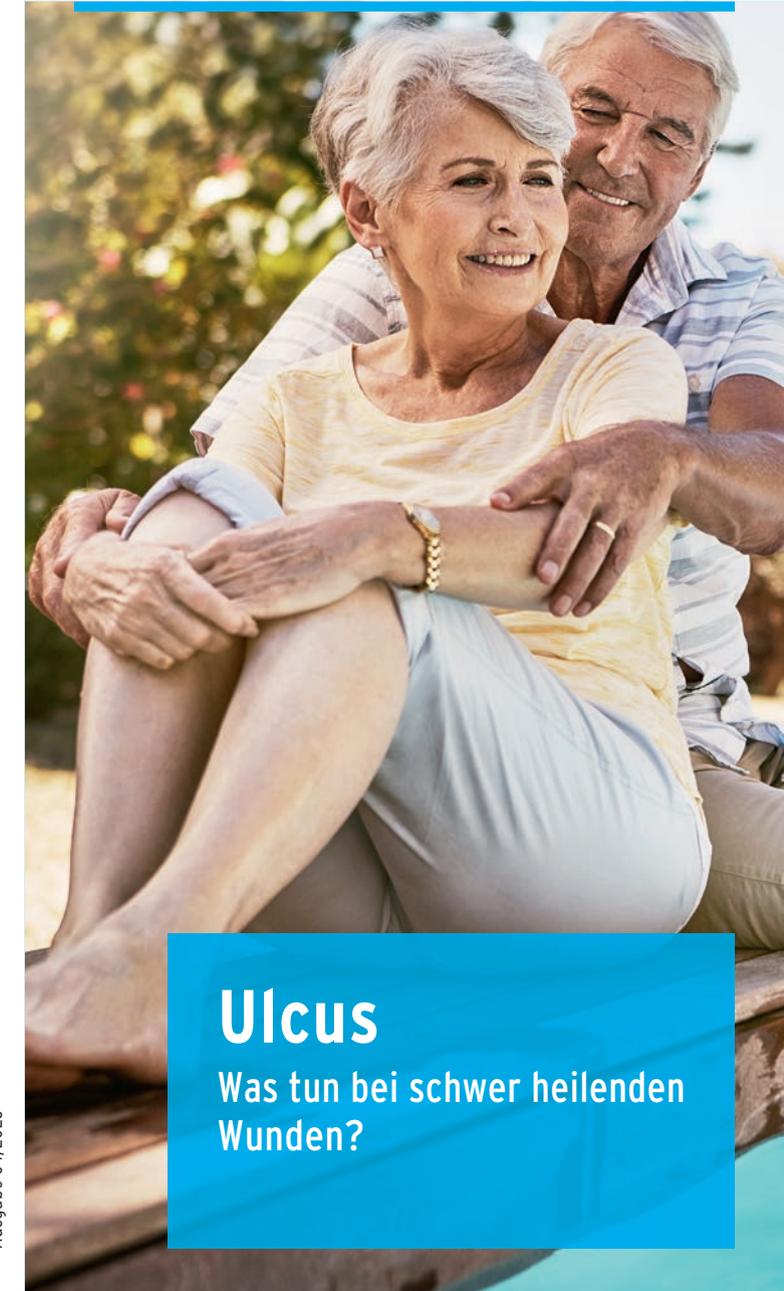
Als Ulcus bezeichnet man einen chronischen Defekt der Haut. Da der Bereich rund um die Fußknöchel besonders häufig betroffen ist, sprechen Laien bei diesem Krankheitsbild vom „offenen Bein“.

Als Ursachen für Beingeschwüre kommen u. a. Venenschwächen, Störungen der arteriellen Versorgung, Tumore und Infektionen, sowie Mischformen aus mehreren Faktoren in Frage. Am häufigsten jedoch sind Venenschwächen für Durchblutungsstörungen verantwortlich. In Folge staut sich das Blut und die Haut in diesem Bereich wird unterversorgt. Typische Warnsignale sind schwere, müde und geschwollene Beine, insbesondere am Abend. Mit der Zeit färbt sich die Haut rötlich-braun und fühlt sich zunehmend trocken und schuppig an. Häufig zeigen sich auch spinnengewebsartige Gefäßabbildungen. Unbehandelt kann es zu Beingeschwüren kommen.

Ulcera unterscheiden sich deutlich von Verletzungen, die durch traumatische Ereignisse, wie einem Unfall, entstehen. Solche Wunden kann der Körper aus eigener Kraft verschließen und heilen. Ein Ulcus ist chronisch und bedarf einer professionellen und auf Dauer angelegten Behandlung.

## Lassen Sie sich helfen: Sprechen Sie Ihren Arzt und die Spezialisten in Ihrem Sanitätshaus an.

Unser Lächeln hilft



## Ulcus Was tun bei schwer heilenden Wunden?

Herausgegeben von  
**Sanitätshaus Aktuell AG**  
Auf der Höhe 50 · 53560 Vettelschoß  
Telefon: +49 2645 95 39-0 · Telefax: +49 2645 95 39-90  
www.sani-aktuell.de · info@sani-aktuell.de

Ausgabe 04/2023

# Chronische Wunden behandeln und heilen

Die Haut ist das größte Organ des Menschen. Sie schützt den Körper vor schädlichen Umwelteinflüssen und Krankheitserregern. Aber sie ist mehr als eine „Schutzhülle“. Wir brauchen sie auch als Sinnesorgan. Sie verrät uns, ob es warm oder kalt ist und ob wir jemanden oder etwas berühren. Wie wichtig gesunde Haut ist, merken wir oft erst dann, wenn ein Schaden vorliegt.

Schwer heilende Wunden wie Ulcera sind sehr unangenehm. Sie sind chronischer Natur, schmerzen sehr und drücken daher stark auf die Lebensqualität. Glücklicherweise bietet eine professionelle und auf Dauer angelegte Wundbehandlung die Möglichkeit, den Leidensdruck zu mindern und den Heilungsverlauf zu unterstützen.

In dieser Broschüre erfahren Sie mehr über das Krankheitsbild des Ulcus und Maßnahmen zur Linderung der Schmerzen und Förderung der Genesung.

**Lassen Sie sich helfen!**



© Bild: BSN

## Ulcus - woran erkenne ich es?

- Oberflächliche Wunde**: Illustration of a shallow wound on a person's back.
- Stagnierende Abheilung**: Illustration of a wound on an arm with an hourglass icon, indicating slow healing.
- Unregelmäßige Form**: Illustration of an irregularly shaped wound on a hand.
- Abfallende Wundränder**: Illustration of a wound on a nose with sloughing edges.
- Gelbes und/oder rotes Gewebe**: Illustration of a wound on a person's chest with yellow and red tissue.
- Mittlere bis große Mengen von Wundsekret (Exsudat)**: Illustration of a wound on an arm with significant drainage.
- Überwärmung und Schwellung**: Illustration of a wound on a person's torso with wavy lines indicating heat and swelling.
- Häufig sehr schmerzhaft**: Illustration of a wound on a person's shoulder with a target icon and lightning bolts, indicating pain.

## Was können Sie selbst tun?

Holen Sie sich professionelle Hilfe. Gehen Sie bereits bei ersten Warnsignalen zu Ihrem Hausarzt, auf jeden Fall aber mit akutem Ulcus. Chronische Wunden bedürfen einer ganz besonderen, langfristig angelegten Therapie, für eine nachhaltige Heilung.

**Generell gilt: Vorsorge ist besser als Nachsorge. Ein gesunder Lebensstil zahlt sich aus und es ist nie zu spät, damit zu beginnen!**



### Bewegen Sie sich:

Bringen Sie Ihren Puls mindestens 2-3-mal pro Woche in Schwung. So fördern Sie die Durchblutung und beugen Schäden vor. Aber auch mit Ulcus hilft Bewegung bei der Wundheilung.



### Verzichten Sie auf Tabakgenuss:

Rauchen verengt und verhärtet die Blutgefäßwände. Das schränkt den Blutfluss und die Sauerstoffversorgung ein. Aufhören lohnt sich auch in fortgeschrittenem Alter.



### Ernähren Sie sich gesund:

Essen Sie abwechslungs- und vitaminreich. Trinken Sie viel, am besten Wasser. Alkohol sollten Sie allenfalls selten und in kleinen Mengen zu sich nehmen.



### Pflegen Sie Ihre Haut:

Nutzen Sie auf Ihre Haut abgestimmte Pflegeprodukte und wenden Sie sie regelmäßig an. Klären Sie auffällige Veränderungen (Rötungen, Schwellungen) mit Ihrem Arzt ab.



### Beginnen Sie die Therapie frühzeitig:

Sprechen Sie mit den Experten in Ihrem Sanitätshaus. Dort erhalten Sie Kompressionsmittel (z. B. Strümpfe) für bessere Durchblutung und Nährstoffversorgung Ihrer Haut und beugen damit Komplikationen vor.



### Passen Sie auf sich auf:

Kontrollieren Sie Ihre Haut aufmerksam und klären Sie auffällige Veränderungen mit Ihrem Arzt ab. Nehmen Sie die Signale Ihres Körpers, z. B. Schwellungen und Schmerzen, ernst.

