

Kleine Wunden zu Hause versorgen.

Kleine Wunden zu Hause versorgen.

Beim Brotschneiden ritzt das Messer die Fingerkuppe, der Sohn fällt vom Rad und schürft sich das Knie auf. Solche Bagatellverletzungen gehören zum Alltag. Kleine Wunden werden in der Regel zu Hause behandelt. Doch dabei kann man einiges falsch machen. "Eigentlich sollte jede Wunde vom Arzt begutachtet und behandelt werden. Aber das macht natürlich kaum jemand", beobachtet Stefan Osche vom Deutschen Roten Kreuz (DRK) in Berlin.

Trotz Schmerz und Blut: Eine Wunde darf nur mit gründlich gesäuberten Händen versorgt werden. Sie sollte dabei dennoch nicht mit den Händen berührt werden. Dann ist die erste Frage: Muss die Wunde gereinigt werden? "Bei einer kleinen Schnittwunde, die zum Beispiel durch Küchenarbeiten entstanden ist, liegt durch die Blutung eine gewisse Reinigung vor", erläutert Prof. Peter Elsner, Direktor der Universitäts-Hautklinik in Jena.

Bei geringer Blutung oder deutlicher Verschmutzung ist es hingegen sinnvoll, die Wunde zu säubern. "Dazu wird die Wunde Stelle am besten unter fließendes Wasser gehalten", rät Heidrun Holstein, Patientenberaterin der Verbraucherzentrale Baden-Württemberg in Karlsruhe. "Durch eine anschließende Desinfektion wird die Infektionsgefahr so gering wie möglich gehalten", sagt die Medizinerin. Sprays haben den Vorteil, dass sich das Desinfektionsmittel gleichmäßig und ohne Zuhilfenahme eines Fremdkörpers wie eines Aufbringtuchs verteilen lässt. Das Desinfektionsmittel sollte auf keinen Fall Alkohol enthalten. "Er brennt und schadet außerdem dem Gewebe", warnt Elsner.

Nach jeder Verletzung aktiviert der Körper innerhalb kürzester Zeit seine Abwehr- und Selbstheilungsfunktionen. Eine kleinere Wunde heilt auf diese Weise schnell von selbst. "Wenn sie an einer Stelle ist, wo sie nicht der Reibung von Kleidungsstücken oder starkem Schmutz ausgesetzt ist, braucht sie nicht zwingend ein Pflaster oder einen Verband", erklärt Holstein. "Sie wird in kurzer Zeit Schorf bilden." Sobald darunter neue Haut entstanden ist, fällt der Schorf von alleine ab.

Muss eine frische Wunde vor Schmutz und anderen Reizen geschützt werden, so reicht oft ein Pflaster. Seine Wundaufgabe muss immer größer sein als die Wundfläche. Einzelpflaster (Strips) sind praktisch und in der Herstellung steril. Das gilt für Pflaster von der Rolle nur mit Abstrichen. Allerdings lässt sich Meterware passgenau zuschneiden.

Die Stiftung Warentest hat im Jahr 2006 Wundpflaster unter die Lupe genommen. Das Ergebnis: Alle eignen sich für die Versorgung kleinerer Verletzungen. In der Regel genügt Standardpflaster. Für bestimmte Verletzungen oder Personengruppen bieten sich darüber hinaus unterschiedliche Pflastertypen an: Dehnbare Textilpflaster passen sich Körperrundungen sowie Bewegungen an und eignen sich gut für Verletzungen in der Nähe von Gelenken. Sensitivpflaster haben eine besonders hautfreundliche Klebeschicht - das ist gut für Leute mit empfindlicher Haut.

Kinderpflaster und wasserabweisende Pflaster bestehen meist aus Kunststofffolien und lassen sich gut entfernen. Sie sollten jedoch nur verwendet werden, solange die betroffene Stelle mit Wasser in Berührung kommt. "Unter den Folien entsteht sonst schnell ein feuchtes Klima, in dem sich Bakterien wohl fühlen und die Wunde schlecht heilt", warnt Holstein.

Die Haut um die Wunde herum muss sauber, trocken und fettfrei sein, damit das Pflaster gut klebt. Die Wundaufgabe des Pflasters darf beim Aufbringen nicht mit den Händen berührt werden. Und: Je weniger Falten entstehen, desto besser. Die moderne Pflaster-Variante kommt aus der Sprühflasche. "Sprühpflaster haben den Nachteil, dass sie zum Teil schwer zu entfernen sind, wenn später doch noch der Arzt aufgesucht wird", erläutert Dermatologe Elsner.

Ein Pflaster reicht aber nicht immer aus. "Bei größeren Wundflächen oder stärkerer Blutung ist ein Wundverband notwendig", erläutert DRK-Experte Osche. Dazu wird eine sterile Mullkompressen durch Heftpflasterstreifen, eine Mullbinde oder ein Dreieckstuch so fixiert, dass sie möglichst nicht verrutscht. Bei sehr starker Blutung wird auf die Kompressen zusätzlich ein Druckpolster etwa aus zwei Verbandspäckchen gelegt und ein Druckverband angelegt.

Ob mit Pflaster oder Verband oder ohne - zusätzliche Salben und Cremes haben auf Wunden nichts zu suchen. "Insgesamt findet sich eine gute Grundausstattung für die kleine Wundversorgung im Verbandskasten, wie er im Auto üblich ist", sagt Osche. Wie im Auto gilt dabei auch in der Hausapotheke: Die Haltbarkeit der Verbandsmaterialien muss regelmäßig überprüft werden.

Quelle: dpa