



# Zeit allein heilt keine Wunden

**Das macht bei uns Linda Rung.  
Die Wundexpertin gehört  
seit sechs Monaten zum Team  
des Senioren-Wohnstifts St. Elisabeth.  
Chronische Wunden sind ihr Fachgebiet.  
Wir haben sie bei ihrer Arbeit begleitet.**

An drei Vormittagen in der Woche ist Linda Rung im St. Elisabeth in Sachen Wundheilung unterwegs. Nach ihrer Ausbildung als examinierte Gesundheits- und Krankenpflegerin am Klinikum Aschaffenburg war sie für ein Sanitätshaus tätig. Im Außendienst schulte sie Pflegemitarbeiter und pflegende Angehörige in der Versorgung von Patienten mit Tracheostoma und enteraler Ernährung. Im Rahmen dieser Tätigkeit bildete sie sich vor neun Jahren zur Wundmanagerin weiter.

Im St. Elisabeth versorgt sie Bewohner mit chronischen Wunden. »Bei hochbetagten Menschen mit bestimmten Vorerkrankungen besteht die Gefahr einer chronischen Wunde. Es ist etwas ganz besonderes in der Region, dass wir im St. Elisabeth eine Fachkraft haben, die ausschließlich in der Wundversorgung tätig ist. Damit sichern wir unseren Bewohnern bestmögliche Heilungschancen und eine fundierte Wundprävention«, betont Pflegedienstleiterin Ulrike Westermann.

### »Wunde Punkte« sind häufig Ursachen chronischer Wunden

Wunden, die länger als acht Wochen nicht abgeheilt sind, gelten als chronisch. »Mein Fachgebiet ist die Versorgung chronischer Wunden. Was mir an meiner Tätigkeit besonders gefällt, sind die sichtbaren Erfolge, wenn Wunden kleiner werden oder ganz abheilen«, erklärt Linda Rung. Oft wird sie auch angesprochen, wenn jemand Hautveränderungen

oder Hautreizungen hat. »Das Thema Haut ist ein anderer, großer Bereich. Das muss man von meinem Arbeitsgebiet trennen.«

Als häufigste Ursache für chronische Wunden macht die Expertin Gefäßerkrankungen aus. Durch die schlechte Durchblutung wird auch die Haut in Mitleidenschaft gezogen, vor allem an den Unterschenkeln kann sich ein sogenannter Ulcus cruris entwickeln, im Volksmund als »offenes Bein« bekannt. Oft reicht in dem Fall eine kleine, unbehandelte Verletzung aus, um eine chronische Wunde auszulösen.

Eine weitere Hauptursache chronischer Wunden sind Druckstellen. Ein Druckgeschwür (Dekubitus) entsteht bei Menschen, die in ihrer Beweglichkeit eingeschränkt sind. Besonders gefährdete Stellen sind Steißbein und Ferse. Anfangs ist nur eine Rötung sichtbar – ein deutliches Warnsignal! Ältere Menschen sind besonders anfällig dafür. Langes Sitzen sollten sie deshalb vermeiden. Linda Rung empfiehlt: »Ein Mittagsschlaf im Bett ist allein deshalb sinnvoll, damit man nicht die ganze Zeit im Sessel in gleicher Position sitzt. Bewegung regt die Durchblutung an. Auch Lageumswechsel im Bett nachts und ein gutes Sitzkissen am Tag beugen Druckstellen vor.« Ein weiterer Risikofaktor für chronische Wunden ist eine Diabeteserkrankung. Diabetische Wunden entstehen oft an den Füßen, in Form des Diabetischen Fußsyndroms, da durch Nervenschädigungen Schmerzen nicht adäquat wahrgenommen werden. Deshalb werden Verletzungen erst zu spät bemerkt und



**Wundexpertin Linda Rung hat immer verschiedene Wundauflagen und Verbände im Gepäck.**

Ärzte und Wundmanagement

### Dr. Xenia Schaefer



In besonderen Fällen begleitet Linda Rung den Hausarzt auch bei seiner Visite, um die Behandlung einer Wunde abzustimmen. Hausärztin Dr. Xenia Schaefer schätzt diese Zusammenarbeit.

#### **Frau Schaefer, wie verändert sich die Haut im Alter?**

Der Altershaut geht ein Schutzfilm verloren, da die Talgdrüsen nur noch mit verminderter Funktion arbeiten. Dadurch trocknet die Haut aus und wird schuppig. Außerdem bildet sich altersbedingt das Fettgewebe unter der Haut zurück. Der Hautfaltentest, durch den man landläufig eine Austrocknung erkennt, ist daher bei alten Menschen nicht aussagekräftig, weil die Haut sowieso stehen bleibt.

#### **Wie beurteilen Sie die Zusammenarbeit mit Frau Rung? Was ist der Vorteil einer Wundberaterin vor Ort?**

Die Zusammenarbeit mit einer Wundberaterin, die in der Einrichtung beschäftigt ist, spart Material durch gezielte Absprachen. Verbandsmaterial ist teuer, daher sollten wir wirtschaftlich damit umgehen.

heilen dann aufgrund der Erkrankung schwer ab. Gut sitzendes Schuhwerk und regelmäßige medizinische Fußpflege sind für Diabetiker besonders empfehlenswert und eine gute Prophylaxe.

#### **Wundbehandlung sollte fachgerecht erfolgen**

Ist bereits eine Wunde entstanden, wird eine fachgerechte Behandlung notwendig. Die Wundberaterin rät dringend von fragwürdigen Hausmitteln ab, wie beispielsweise Zucker oder Honig auf die Wunde zu geben. »Zwar wird auch Honig in der Wundheilung eingesetzt, aber dabei handelt es sich um speziellen medizinischen Honig.«

Bei schlecht heilenden Wunden sollte immer ein Arzt hinzugezogen werden. Auf dessen Anordnung erfolgt dann die Behandlung der Wunde durch das Pflegepersonal und Wundexpertin Linda Rung. Zunächst wird die Wunde mit sterilen Utensilien und Wundspüllösungen gesäubert. Anschließend sorgen eine Wundaufgabe und ein Wundverband dafür, dass die Wunde feucht gehalten wird. Durch diese lokale Feuchttherapie erhält die Wunde das richtige Klima zum Abheilen. Lange Zeit ging man davon aus, dass Wunden abtrocknen müssen. Heute weiß man, dass die meisten Wunden ein warmes, feuchtes Milieu brauchen, um gut abzuheilen. Das wird durch interaktive Wundaufgaben gefördert, die die Wunde feucht halten, Wundsekret aufnehmen und teilweise auch antibakteriell wirken. Linda Rung versorgt durchschnittlich zehn Patienten mit Wunden. »Dabei sind chronische Wunden glücklicherweise im St. Elisabeth selten, da wir schon früh reagieren, wenn Warnzeichen einer entstehenden chronischen Wunde auftauchen«, stellt sie fest.

#### **Fachliche Dokumentation und enge Zusammenarbeit**

Manche Bewohner werden dreimal wöchentlich versorgt, bei anderen reicht es, wenn Linda Rung einmal in der Woche vorbei schaut. Zum Arbeitswerkzeug der Wundberaterin gehören auch Fotoapparat und Maßband. Aufgrund der Aufnahmen werden der Heilungs-



**Tätigkeiten einer Wundexpertin: Wundauflage sorgfältig platzieren, Verband fachgerecht anlegen und den Heilungsprozess der Wunde am Computer dokumentieren.**

prozess und die Größe der Wunde festgehalten. Auch wird alles schriftlich dokumentiert, damit für alle Pflegekräfte der Verlauf, die Vorgehensweise und die passende Behandlung nachvollziehbar sind.

Alle Maßnahmen erfolgen auf die Anordnung des behandelnden Arztes. Die Kommunikation mit dem Arzt über den Fortschritt der Wundheilung und über passende Maßnahmen sowie die enge Zusammenarbeit mit den Mitarbeitern sind Basis für Erfolge in der Wundheilung. Eine Wunde tut weh, schränkt die Mobilität ein und verursacht einen unangenehmen Geruch. Damit die Lebensqualität des Betroffenen erhalten bleibt, braucht es ein gutes Wundmanagement, bei dem alle Berufsgruppen, also Ärzte, Wundberaterin, Pflegekräfte, Physiotherapeuten und medizinische Fußpfleger zusammenarbeiten. Aber auch der Bewohner selbst und dessen Angehörige tragen durch ihre Mitarbeit zum Heilungsprozess bei.

### **Eiweißreiche Ernährung bei Wunden ratsam**

Auch die richtige Ernährung spielt für die Wundheilung eine große Rolle. Besonders wichtig ist eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr. Hochbetagte Menschen bevorzugen eher Tees, Suppen oder püriertes Obst, um ihren Flüssigkeitsbedarf zu decken. Wenn Wundsekret gebildet wird, geht dem Körper viel Eiweiß verloren. Da kann schon einmal

eine Zusatznahrung mit Aminosäuren gut sein. »Manchmal wissen Besucher nicht genau, was sie ihren Angehörigen mitbringen können. Ein roter Saft, ein gutes Kissen, ein Eiweißgetränk sind eine gute Sache«, schlägt die Wundexpertin vor.

### **Wunden vorbeugen ist besser als Wunden heilen**

Sicher lassen sich Wunden niemals ganz vermeiden. Dennoch gilt die Devise: Vorbeugen ist besser als Heilen. Deshalb möchte Linda Rung auch gern aufklären und ihr Fachwissen weitergeben. »Bewohner sollten verstehen, warum Maßnahmen wie Beine wickeln oder für sie lästige Lagerungen in der Nacht wichtig sind.« Wenn man sich nachts umdreht, wird der Druck auf verschiedene Körperregionen verteilt. Bei Menschen, die dies nicht selbstständig tun können, wird das regelmäßig vom Pflegepersonal durchgeführt.

Die Wundexpertin wirbt hier bei den Betroffenen für Verständnis. Auch kleine, minimale Positionswechsel verändern den Druck und entlasten gefährdete Körperpartien. Für die Pflegekräfte plant Linda Rung Schulungen zur Wundversorgung und -prophylaxe. Es gibt eine Vielzahl an Wundauflagen und Verbänden; gutes Fachwissen ist wichtig. So heilt durch professionelles Wundmanagement, moderne Wundbehandlung, gute Ernährung und Bewegung mit ein bisschen Geduld die Zeit viele Wunden.