

WUNDE ENTDECKT

SCHRITT-FÜR-SCHRITT-ANLEITUNG

1. WUNDE ENTDECKT

Bewahren Sie Ruhe – auch, wenn es schwierig erscheint. Je nach Größe und Tiefe der Wunde kann diese besonders schmerzhaft sein. Hier ist es besonders wichtig, einen kühlen Kopf zu bewahren, damit Ihnen schnell geholfen werden kann.

2. GROSSE UND TIEFE WUNDEN

Bei größeren und / oder tieferen Wunden sollten Sie umgehend einen Arzt oder Wundspezialisten kontaktieren, um eine Verschlechterung des Wundzustandes zu vermeiden. Es kann bspw. durch eine falsche Versorgung der Wunde zu einer Infektion kommen oder eine akute Wunde kann zu einer chronischen Wunde werden.

3. KLEINERE WUNDEN

Im Alltag kann es schnell zu kleineren Wunden kommen. Dazu gehören bspw. Schürf-, Schnitt- oder Platzwunden. Ist kein tieferliegendes Gewebe betroffen, gibt es Möglichkeiten, die Wunde selbst zu versorgen.

- Waschen Sie sich gründlich die Hände mit sauberem Wasser und Seife. Sollten Sie Einweghandschuhe parat haben, nutzen Sie diese. Eine Ausnahme liegt vor, wenn sich die Wunde an den Händen befindet.
- Achten Sie darauf die Wunde nicht mit den bloßen Fingern zu berühren, um keine Keime zu übertragen.
- Sollte die Wunde leicht bluten, lassen Sie diese einen kurzen Moment weiter bluten. So reinigt sich die Wunde selbst von Keimen. Blutet die Wunde stark, nutzen Sie eine sterile Kompresse oder ein sauberes Tuch und drücken diese/s auf die Wunde, bis sie nicht weiter blutet. Hört die Wunde nach fünf Minuten nicht auf zu bluten, kontaktieren Sie einen Wundexperten oder einen Arzt.
- Spülen Sie vorsichtig die Wunde mit einer Wundspüllösung aus.
- Befindet sich ein Fremdkörper in der Wunde, so darf dieser nur von einem Arzt oder einem Spezialisten entfernt werden.
- Bei einer ausgespülten Wunde ohne Fremdkörper können Sie, wenn vorhanden, ein antiseptisches Wundgel auftragen, damit die Wunde sauber gehalten wird.

- Bei Schnitt- und Platzwunden schließen Sie die Wunde mit einem Pflaster oder einem sterilen Verband. Achten Sie darauf, dass die Wundränder dabei eng aneinander liegen.
- Kleine Schürfwunden können offen verheilen. Ein Verband sorgt für den Schutz von größeren Schürfwunden. Achten Sie darauf, dass die Wunde nicht mit dem Verband verklebt.
- Wenn Sie einen Verband angelegt haben, wechseln Sie diesen täglich und kontrollieren Sie zudem, ob Anzeichen für eine Wundinfektion vorliegen, bspw. Schwellungen, Rötungen, Fieber und / oder Schmerzen.

4. ALLGEMEINES

- Schauen Sie in Ihrem Impfpass nach dem aktuellen Stand Ihrer Tetanus-Impfung (Wundstarrkrampf). Müsste diese erneuert werden, sollten Sie direkt einen Arzt oder Wundspezialisten kontaktieren.
- Kontaktieren Sie den Arzt oder Wundspezialisten lieber einmal zu viel als zu wenig.