

## Mit freundlicher Unterstützung durch:

### Wundex – Die Wundexperten GmbH

Marie-Curie-Straße 1 · 48308 Senden  
Hamburg und Umgebung: Janine Kietzer: 0152 54 31 45 47  
janine.kietzer@wundex.com · www.wundex.com

### ifB Institut für Bildung Beratung und Dienstleistung im Gesundheitswesen

Am Alten Bahnhof 5 · 52382 Niederzier  
Tel: 0 24 28 / 90 58 12 · Fax: 0 24 28 / 90 57 43  
buero@institutfuerbildung.de · www.institutfuerbildung.de

### Schülke & Mayr GmbH

Robert-Koch-Straße 2 · 22851 Norderstedt · www.schuelke.de

### LIGAMED medical Produkte GmbH

Pfannenstielstraße 2 · 90556 Cadoitzburg  
Tel. 09103 / 2046 · info@ligamed.de · www.ligasano.com

### Dr. Ulrich Benthin

Praxis am Landratspark  
Am Landratspark 4 · 23795 Bad Segeberg  
Tel. 04551 / 90 150-0 · Fax: 04551 / 90 150-25  
info@dr-benthin.de · www.dr-benthin.de

### ADIUTO MED HOMECARE SERVICE

Heselstücken 28 · 22453 Hamburg  
Tel. 040 / 22 66 69 80 · www.homecareservice.hamburg

### provita arndt GmbH

Kranichstraße 6 · 17235 Neustrelitz  
Tel. 03981 / 23 77-0 · Fax: 03981 / 23 77-23  
info@provita-arndt.de · www.provita-arndt.de

### Zentrum für ambulante Krankenpflege

Wandsbeker Chaussee 46 · 22089 Hamburg  
Tel. 040 / 251 251 8 · Fax: 040 / 250 260 4  
kontakt@pflegedienst-hh.de · www.pflegedienst-hh.de

### MVZ Elbe-West GmbH

Jürgensallee 44 · 22609 Hamburg  
Jürgensallee: Tel. 040 / 82 28 12 82 · Rugenbarg: Tel. 040 / 86 62 15 58-0  
info@mvz-elbe-west.de · www.mvz-elbe-west.de

### KLINIK DR. GUTH der Klinikgruppe Dr. Guth GmbH & Co. KG

Jürgensallee 46-48 · 22609 Hamburg  
Tel. 040 / 8 22 81-0 · Fax: 040 / 82 39 45  
klinik-dr-guth@dr-guth.de · www.klinikdr-guth.de

### URGO GmbH

Justus-von-Liebig-Straße 16 · 66280 Sulzbach  
Hotline: 0800 87 46 46 24 · Tel. 06897 / 579-0 · Fax: 06897 / 579-212  
info@urgo.de · www.urgo.de

### Hauspflegungstation Barmbek-Uhlenhorst

Eine Einrichtung der Elbdiakonie  
Humboldtstraße 104 · 22083 Hamburg  
Tel. 040 / 22 72 15-0 · Fax: 040 / 22 72 15-23  
info@hauspflegestation.de · www.elbdiakonie.de



Institut für Bildung  
Beratung und Dienstleistung  
im Gesundheitswesen

**schülke**

**LIGASANO**  
*Wund Expert*

**PRAXIS  
AM  
LAND  
RATSPARK**

**A** adiuto med  
**Homecare Service**

**provita  
arndt**

Zentrum für  
ambulante  
Krankenpflege

**MVZ ELBE-WEST**

**KLINIK  
DR. GUTH**

**URGO  
MEDICAL**  
Healing people®

**ELB  
DIAKONIE**  
HAUSPFLEGESTATION

# Wundwissen

**Wundzentrum  
Hamburg**  
- überregionales Wundnetz -



## einfach – praktisch

Informationen für Betroffene und Angehörige

## Inhaltsverzeichnis

Liebe Betroffene, liebe Angehörige .....	3
Was ist eine Wunde?.....	4
Was ist eine chronische Wunde? .....	4
Prinzipien der Wundversorgung.....	5
Was sind Verbandmittel?.....	6
Hygienischer Umgang mit Verbandmitteln.....	8
Was ist eine Wundspülung? .....	11
Erstattungsfähigkeit – wer übernimmt die Kosten? .....	13
Schmerzvermeidung beim Verbandwechsel .....	14
Pflege und Schutz der Haut.....	18
Ernährung.....	21
Was kann ich unterstützend selber tun? .....	23
Rechtliche Grundlagen .....	25
Gesetzliche Zuzahlungsregelung für Verbandstoffe .....	26
Glossar.....	27
Welche Fragen habe ich noch? .....	29
Kontaktadressen .....	30
Impressum.....	31

## Impressum

### Herausgeber: Wundzentrum Hamburg e.V.

Internet: [www.wundzentrum-hamburg.de](http://www.wundzentrum-hamburg.de)  
Vereinsregister VR 17253, Amtsgericht Hamburg

### Kontakt:

E-Mail: [kerstin.protz@gmx.de](mailto:kerstin.protz@gmx.de)

### Unter Mitarbeit von:

Kerstin Protz  
Jan Hinnerk Timm  
Kerstin Jungjohann  
Regina Knoth-Rickert  
Werner Sellmer  
Jessica Wrang  
Daniela Karbe  
Britta Steenfatt  
Katrin Meckbach

### Foto-/Abbildungsquellen:

Titelblatt sowie Fotos und Grafiken auf den Seiten 5, 6, 7, 8, 10, 11, 12 (unten), 13, 14, 15, 16, 17, 18, 20, 22, 23, 24, 25 (J. H. Timm und K. Protz)  
Seite 3 (A. Schwarz), Seite 12 oben (W. Sellmer), Seite 19 (P. Berger)

Diese Broschüre wurde durch den Verein Wundzentrum Hamburg e. V. finanziert. Umseitig genannte Sponsoren hatten keinen inhaltlichen Einfluss.

**3. überarbeitete Auflage, Hamburg April 2020**



Einfach QR-Code scannen  
und direkt zur Homepage  
des Wundzentrum  
Hamburg gelangen.

## Kontaktadressen

## Liebe Betroffene, liebe Angehörige,

diese Broschüre bietet Ihnen Informationen und gibt Hilfestellungen im Umgang mit Ihrer Wunde und den damit verbundenen Versorgungsmaßnahmen. Sie erhalten unter anderem Erläuterungen zu Verbandstoffen, deren Wirkweise und Erstattungs-fähigkeit, zu hygienischen Grundsätzen, zur Hautpflege und zur Ernährung.

Diese Broschüre wurde von medizinischen Fachexperten und Pflegefachkräften zusammengestellt, um Sie über wichtige Maßnahmen und Verhaltensweisen im Umgang mit Ihrer Wunde zu informieren.

- **Deutscher Wundrat e. V.**  
E-Mail: [kontakt@wundrat.de](mailto:kontakt@wundrat.de)  
Internet: [www.wundrat.de](http://www.wundrat.de)
- **Initiative Chronische Wunden (ICW) e. V.**  
E-Mail: [organisation@icwunden.de](mailto:organisation@icwunden.de)  
Internet: [www.icwunden.de](http://www.icwunden.de)
- **Netzwerk Patienten- und Familienedukation in der Pflege e. V.**  
E-Mail: [kontakt@patientenedukation.de](mailto:kontakt@patientenedukation.de)  
Internet: [www.patientenedukation.de](http://www.patientenedukation.de)
- **Wundzentrum Hamburg e. V.**  
E-Mail: [info@wundzentrum-hamburg.de](mailto:info@wundzentrum-hamburg.de)  
Internet: [www.wundzentrum-hamburg.de](http://www.wundzentrum-hamburg.de)
- **BVMed – Bundesverband Medizintechnologie e. V.**  
E-Mail: [info@bvmed.de](mailto:info@bvmed.de)  
Internet: [www.bvmed.de](http://www.bvmed.de)





### **Mazeration:**

Wundrand und -umgebung werden durch Wundfeuchtigkeit gereizt, aufgeweicht und geschädigt

### **Verbandmittel:**

Auch Verbandstoffe oder Wundauflagen genannt, dienen der Abdeckung und der Versorgung von Wunden

### **Wunde:**

Als Wunde wird der Barriereverlust zwischen dem Körper und der Umgebung durch Zerstörung von Gewebe an äußeren oder inneren Körperoberflächen bezeichnet. (ICW 2016)

### **Wundspülung:**

Entfernt beim Verbandwechsel Abfallprodukte, wie Zelltrümmer, Bakterien und Verbandmittelreste aus der Wunde

## **Prinzipien der Wundversorgung**

Traditionell werden Wunden mit Kompressen oder entsprechenden Pflastern versorgt, die vorrangig Feuchtigkeit aufnehmen. Mögliche Nachteile sind:

- Austrocknen der Wunde mit daraus folgender Verzögerung der Wundheilung
- Ankleben von Verbandmitteln, dadurch Schmerzen beim Verbandwechsel
- Schorfbildung, die das Abheilen der Wunde behindert
- Infektion durch Eindringen von Keimen in die Wunde

Die Zellen, die für die Abheilung einer Wunde sorgen, benötigen ausreichend Feuchtigkeit, um mobil zu sein und so in jede Ecke der Wunde gelangen zu können.



Trockene  
Wundversorgung

Feuchte  
Wundversorgung



Dieses Prinzip bezeichnet man als feucht-warme Wundversorgung. Zeitgemäße Verbandmittel gewährleisten, neben der Aufnahme von Feuchtigkeit sowie einer Polster- und Schutzfunktion, ein optimal feucht-warmes Wundklima. Ihr Arzt und Ihre Pflegefachkraft beraten Sie, wie Ihre Wunde am Besten zu versorgen ist.

### **Was sind Verbandmittel?**

Verbandmittel (siehe Glossar) dienen der Versorgung von Wunden. Insbesondere decken sie Wunden ab und saugen Wundflüssigkeit auf. Viele dieser Produkte haben darüber hinaus weitere Eigenschaften, die der Wundheilung dienen. Zum Beispiel wirken sie wundreinigend, geruchsbindend, schmerzlindernd oder desinfizierend.

Verbandmittel lassen sich wie folgt unterteilen:

#### **Traditionelle Verbandmittel**

- zum Beispiel Kompressen, elastische Mullbinden, saugende Wundauflagen, Pflaster, Heft-/Rollpflaster zum Befestigen von nicht haftenden Verbandmaterialien.



## **Glossar**

### **Chronische Wunde:**

Eine Wunde, die nach acht Wochen nicht abgeheilt ist, wird als chronisch bezeichnet. Unabhängig von dieser zeitlich orientierten Definition, gibt es Wunden, die von Beginn an als chronisch anzusehen sind, da ihre Behandlung eine Therapie der weiterhin bestehenden Ursache erfordert. Hierzu gehören beispielsweise Fußwunden bei Diabetes mellitus, Druckgeschwüre (siehe Dekubitus) oder Wunden bei Durchblutungsstörungen. (ICW 2016)

### **Dekubitus:**

Wunde, die durch andauernden Druck, z. B. durch langes Liegen ohne Positionswechsel sowie in Kombination mit Reibung entsteht; wird auch Druckgeschwür oder „Wundliegen“ genannt

### **Diabetes mellitus:**

Auch Zuckerkrankheit genannt, gekennzeichnet durch dauerhaft erhöhte Blutzuckerwerte

### **Hautschutzbarriere:**

Auch Säureschutzmantel genannt; natürlicher Schutz der Haut vor Bakterien; besteht unter anderem aus Schweiß, Fett und Talg

## Gesetzliche Zuzahlungsregelung für Verbandstoffe

Gesetzlich Krankenversicherte haben nach Vollendung des 18. Lebensjahres grundsätzlich eine Zuzahlung zu leisten. Diese beträgt 10 % des Betrags, mindestens jedoch 5 € und höchstens 10 € pro Rezeptzeile. Kostet das Produkt jedoch weniger als 5 €, ist nur der tatsächliche Preis zu zahlen.

Beispiele:

Kosten des Verbandstoffs in €	3,98	25,00	50,00	75,00	ab 100,00
Zuzahlung in €	3,98	5,00	5,00	7,50	10,00

Bei Hilfsmittelverordnungen ist eine pauschale Zuzahlung von 10 % des Preises zu entrichten, maximal 10 €.

## Beschränkung der Zuzahlungspflicht – Belastungsgrenze

Gesetzlich Krankenversicherte haben während eines Kalenderjahres Zuzahlungen in Höhe von 2 % ihrer jährlichen Bruttoeinnahmen als Eigenbeteiligung zu leisten. Für chronisch Kranke liegt diese Belastungsgrenze bei 1 %. Bei Überschreiten der Belastungsgrenze kann bei der Krankenkasse ein Antrag auf Zuzahlungsbefreiung gestellt werden. Zu weiteren Details befragen Sie den Sachbearbeiter Ihrer Krankenkasse.

## Zeitgemäße Verbandmittel mit und ohne Wirkstoffe

- Hierzu gehören Folienverbände, Hydrokolloidverbände, Alginat, Hydrofasern, Schaumverbände oder Hydrogelkompressen. Einige dieser Produkte enthalten weitere Zusätze wie Silber oder den Wirkstoff Polihexanid (PHMB) zur Wunddesinfektion, Aktivkohle zur Geruchsbindung, den Schmerzwirkstoff Ibuprofen oder Tenside zur Aufweichung von Belägen und Verschmutzungen.



## Sonderfall Hydrogele

- Hydrogele, in Tuben, Spritzen oder anderen Behältnissen sind, obwohl nicht sofort als Verbandstoff erkennbar, trotzdem durch Ihren Arzt verordnungsfähig und werden von Ihrer Krankenkasse erstattet. Hier wird unterschieden



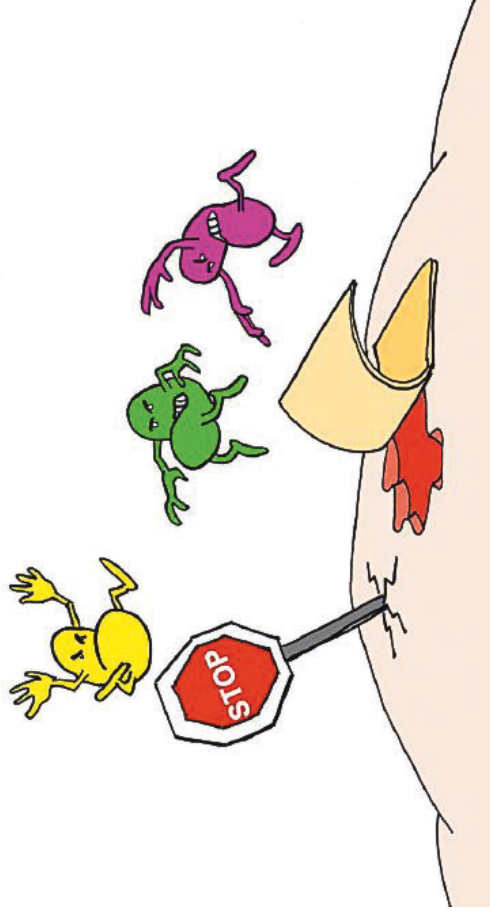
zwischen Einmalprodukten (öffnen, danach wegwerfen) und konservierten Produkten. Diese sind nach Öffnung eine bestimmte Zeit lang weiter zu verwenden. Genauere Informationen entnehmen Sie hierzu der Packungsbeilage.

## Wo bekomme ich die verordneten Verbandmittel?

- Gegen Vorlage des Rezeptes erhalten Sie die verordneten Produkte in Apotheken, bei Homecare-Unternehmen oder von Sanitätshäusern. Für diese Verbandmittel sind Zuzahlungen (siehe Seiten 25-26) zu entrichten.

## Hygienischer Umgang mit Verbandmitteln

Jede Wunde ist steril (keimfrei) zu behandeln. Keime können die Heilung behindern, in einigen Fällen sogar unmöglich machen oder Infektionen auslösen. Ihre Wunde ist zwar auch nicht frei von Keimen, doch dürfen keinesfalls zusätzlich Keime eingeschleppt werden!



## Rechtliche Grundlagen

Gesetzlich Krankenversicherte haben Anspruch auf die Versorgung mit Verbandmitteln nach §31 Absatz 1, Sozialgesetzbuch V.

## Wer verordnet Verbandmittel?

Die für die Versorgung der Wunde benötigten Verbandmittel werden Kassenpatienten von ihrem Arzt auf einem Kassenrezept verordnet.

A sample German medical prescription form (Rezept) for a pharmacist. The form is titled 'Rp. (Bitte Leeräume durchstreichen)'. It contains various fields for patient information, including name, address, date of birth, and insurance status. There are also fields for the doctor's name, address, and the date of the prescription. The form is divided into several sections, including 'Krankenkasse bzw. Kostenträger', 'Name, Vorname des Versicherten', 'Geburtsdatum', 'Status', 'Datum', 'Arzt-Nr.', 'Kassen-Nr.', 'Versicherten-Nr.', 'Arzt-Nr.', 'Unterbetrieb oder Arbeitgebernummer', and 'Abgabedatum in der Apotheke'. The form is printed on a light blue background with a grid pattern.

## Wer übernimmt die Kosten für die verordneten Verbandmittel?

Die Kosten für die verordneten Verbandmittel übernimmt Ihre Krankenkasse. Allerdings besteht für Sie eine **Zuzahlungspflicht** pro Rezeptzeile.



- Reduzieren Sie ein eventuell bestehendes Übergewicht.



- Zur optimalen Schuhwahl und -anpassung ist ein Besuch bei einem Orthopädie-Schuhtechniker angeraten.


- Verzichten Sie auf hohe Absätze!



- Achten Sie darauf, sich bewusst und ausreichend zu bewegen, z. B. Treppen zu steigen, statt den Lift zu benutzen.

- Auch kleine Übungen, wie mit dem Fuß kreisen oder auf- und abwippen, unterstützen Ihre Durchblutung.

## Umgang mit den Materialien

- Vor Anwendung ist immer das Verfallsdatum zu überprüfen – siehe dieses Zeichen  auf der Verpackung

- Abgelaufene Produkte sind zu entsorgen
- Alle Materialien, die direkten Wundkontakt haben, müssen steril sein

- Dieses Zeichen  auf der Verpackung bedeutet Einmalprodukt:  
**Nach Anbruch keine Weiterverwendung!**

- Beachten Sie, dass die Wundauflage mit der richtigen Seite auf die Wunde aufgelegt wird.



### Tipp

Die beschriftete Seite liegt grundsätzlich nicht auf der Wunde. Die Wunde kann nicht lesen!

- Verbandmaterial ist vor Hitze geschützt und trocken sowie staubfrei zu lagern, z. B. Nutzung von abwischbaren und verschleißbaren Kunststoffboxen



- Viele Wundauflagen dürfen nicht zurechtgeschnitten werden (siehe Packungbeilage)



### Tipp

Bei den Verbandmitteln lieber kleinere Größen verordnen lassen, bevor Sie teures Restmaterial wegen Verkeimung entsorgen müssen!

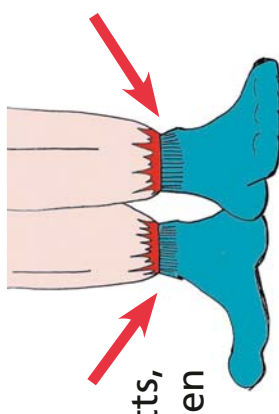
## Was kann ich unterstützend selber tun?

Nachfolgend finden Sie ergänzende Tipps, die Ihnen helfen, den Abheilungsprozess Ihrer Wunde zu unterstützen.

- Bei Zuckerkrankheit (Diabetes mellitus, siehe Glossar) ist der Blutzuckerspiegel regelmäßig zu überprüfen, um diese Krankheit optimal einzustellen und Wundheilungsstörungen vorzubeugen.
- Tragen Sie atmungsaktive und nicht einschnürende Kleidung z. B. aus Baumwolle, Wolle oder Mikrofaser.

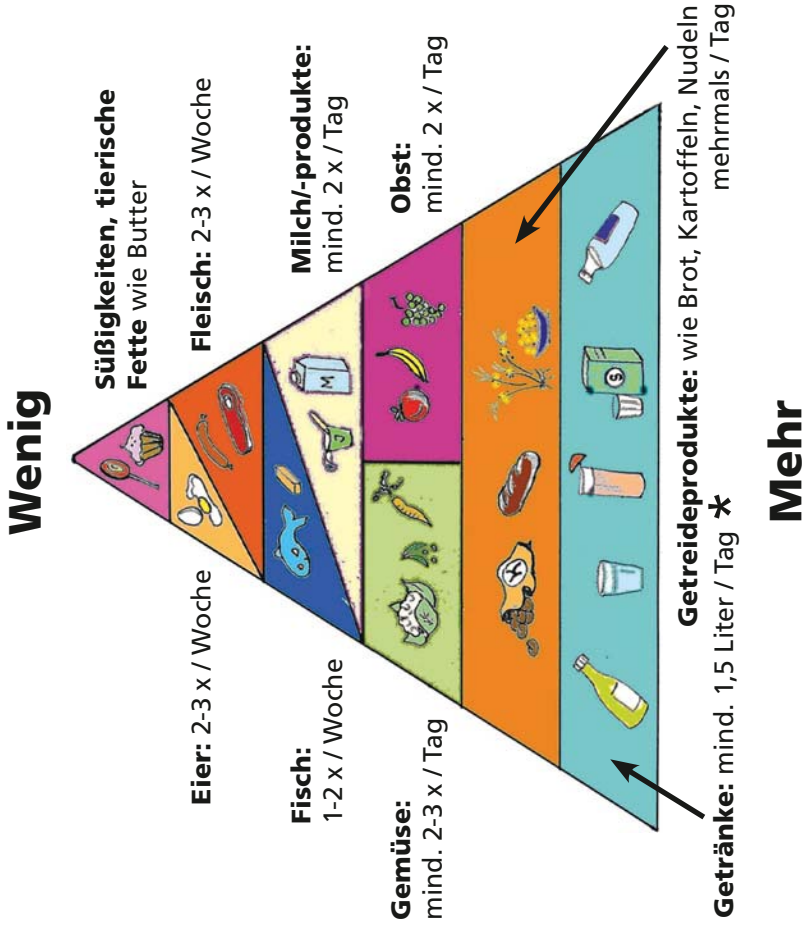
### Achtung

Zu vermeiden sind Socken und Strümpfe mit engen Bündchen sowie Miederhosen und Korsetts, da diese die Durchblutung stören und verringern.



- Bedenken Sie: Rauchen fördert Durchblutungsstörungen!

## Die Ernährungspyramide



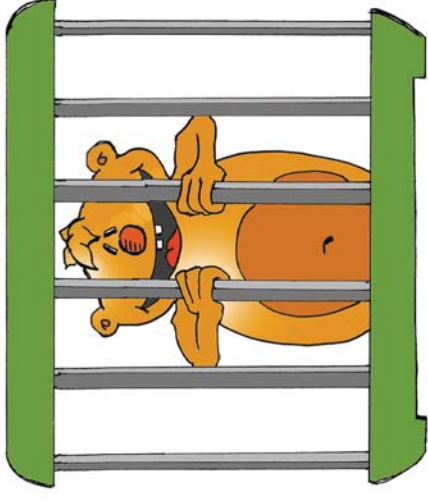
★ bei bestimmten Krankheiten informiert Sie Ihr Arzt über individuelle Einschränkungen



### Tipp

Weiterführende Informationen erhalten Sie z. B. von Ernährungsberatern, in Apotheken, bei Sanitätshäusern oder über Homecare-Unternehmen sowie von spezialisierten Pflegefachkräften und Ärzten.

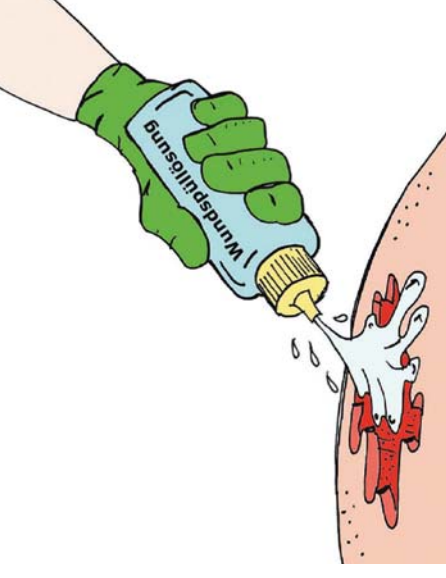
## Keine Haustiere beim Verbandwechsel



Um Keimübertragungen zu vermeiden, dürfen sich Haustiere während des Verbandwechsels nicht im Zimmer aufhalten. Bei kleineren Tieren ist der Käfig ausreichend.

## Was ist eine Wundspülung?

Regelmäßiges Reinigen der Wunde beschleunigt die Heilung. Bei der Wundspülung (siehe Glossar) werden sterile Spüllösungen oder Wunddesinfektionsmittel



genutzt. Leitungswasser ist hierfür **nur** geeignet, wenn spezielle Duschwasserfilter, sogenannte endständige Wasserfilter, verwendet werden.



## Verwendbarkeit von Spüllösungen

Ringer- und physiologische Kochsalzlösung (NaCl 0,9 %) sind unkonserviert und deshalb direkt nach Anbruch zu verworfen.



Es gibt aber auch konservierte Spüllösungen. Diese dürfen nach Anbruch weiter verwendet werden. Über die Verbrauchsfristen informiert Sie die Packungsbeilage.



### Tipp

Das Datum des Anbruchs ist mit einem wasserfesten Stift direkt auf der Flasche zu vermerken.

## Ernährung

Essen und Trinken hält Leib und Seele zusammen. Die Ernährung unterstützt die Aufrechterhaltung der Körperfunktionen und ist somit ein wichtiger Faktor für die Wundheilung. Fehlen dem Körper aufgrund einseitiger und unausgewogener Nahrung wichtige Nährstoffe, spricht man von Fehl- oder Mangelernährung. Diese entsteht z. B. durch fehlende oder geringe Aufnahme von Vitaminen, Eiweiß (Protein) und Spurenelementen. Die Nahrung sollte sich ausgewogen aus Kohlenhydraten (Zucker), Fetten und Eiweiß sowie Vitaminen, Mineralstoffen und Spurenelementen zusammensetzen.

Zusätzlich benötigt der Körper Wasser. Achten Sie auf eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr und ausgewogene Ernährung. So unterstützen Sie Ihren Stoffwechsel, die Durchblutung und damit insgesamt die Wundheilung.

Die nachfolgende Ernährungspyramide gibt Ihnen einen Überblick über eine ausgewogene Ernährungs- und Flüssigkeitszufuhr.





## Vermeiden Sie in der Hautpflege

- **Alkoholische Lösungen**, z. B. Franzbranntwein, reizen die Haut und trocknen diese aus
- **Zu viel Seife und zu heißes Wasser** (über 37°C) entfetten die Haut und schädigen die Hautschutzbarriere
- **Abdichtende Pasten** führen zu einem Wärmestau und lassen keine Hautbeobachtung zu
- **Fette und Öle**, z. B. Babyöl, Melkfett, verstopfen die Hautporen und behindern die Hautatmung
- **Salben, Cremes, Zinkpasten** nicht in offene Wunden reiben



- **Zusatzstoffe**, z. B. Wollwachs, Parfum, ätherische Öle, haben oft ein allergisches Potenzial
- **Puder** erzeugen Hautreizungen und trocknen die Haut aus

## Erstattungsfähigkeit – wer übernimmt die Kosten?

Die Kosten für Wundpüllösungen und Wunddesinfektionsmittel werden überwiegend nicht von der Krankenkasse übernommen. Dies bedeutet für Sie, Ihr Arzt darf Ihnen diese Produkte nicht auf einem Kassenrezept verordnen.



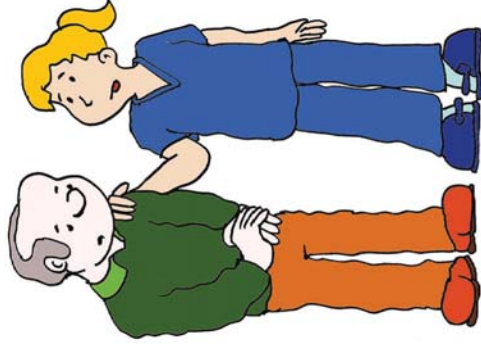
### Tipp

Eine Ausnahme besteht für Ringer- und physiologische Kochsalzlösungen (NaCl 0,9 %) der Firmen B. Braun und Fresenius. Für diese übernimmt, bei ärztlicher Verordnung, Ihre Krankenkasse die Kosten.



## Schmerzvermeidung beim Verbandwechsel

Schmerzen können durch eine angepasste Wundbehandlung und bestimmte Strategien beim Verbandwechsel sowie eine individuelle Einstellung mit Medikamenten reduziert oder behoben werden.

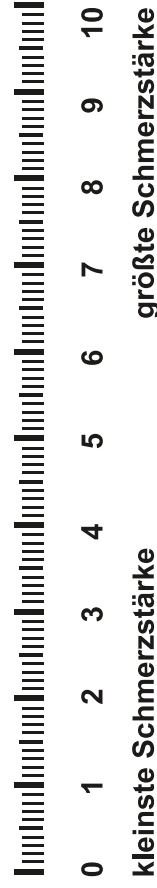


## Schmerzerfassung

Jeder Mensch empfindet Schmerzen anders. Um eine angepasste und erfolgreiche Schmerzbehandlung zu ermöglichen, informieren Sie Ihre Pflegefachkraft und Ihren Arzt über Dauer und Intensität Ihres Schmerzes sowie die bisher durchgeführte Schmerztherapie. Sie können anhand einer Schmerzskala Ihre Schmerzintensität beurteilen (siehe nachfolgende Beispiele).

## Numerische Rangskala:

- Sie benennen auf einem Zahlenstrahl von 0 (= kein Schmerz) bis 10 (= höchster vorstellbarer Schmerz) Ihre Schmerzstärke



## Tipp

Viele Hautschutzpräparate sind als Spray oder Stäbchen durch Ihren Arzt verordnungsfähig. Dies gilt **nicht** für Hautpflegeprodukte. Diese sind grundsätzlich von Ihnen selber zu bezahlen.

## Empfehlenswerte Hautpflegemaßnahmen

- Bei sehr trockener Haut: Salben oder Fettcremes (= Wasser-in-Öl-Emulsionen)
- Bei normaler oder leicht trockener Haut: Lotionen (=Öl-in Wasser-Emulsionen)



## Tipp

Sowohl Salben oder Fettcremes, wie auch Lotionen, gibt es mit feuchtigkeitsspeichernden Wirkstoffen, wie Harnstoff (Urea) oder Milchsäure.

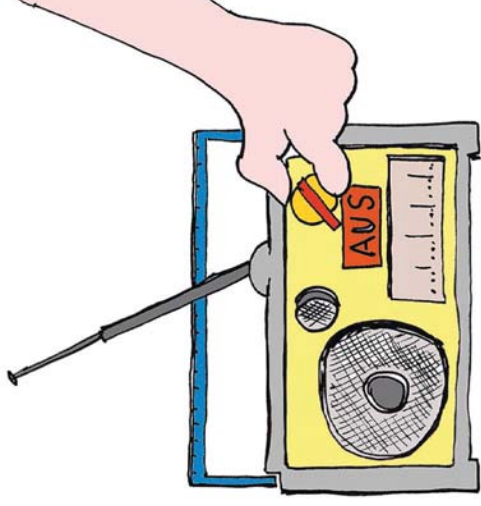






- Ihre Pflegefachkraft klärt Sie vorab genau über die einzelnen Schritte und Vorgehensweisen auf.

- Schaffung einer stressfreien Umgebung und Ausschalten von Lärmquellen, z. B. Radio, Fernseher, Telefon – außer, Sie empfinden dies als willkommene Ablenkung



- Durch Schließen der Fenster wird Zugluft und eine schmerzhaft Reizung von freiliegenden Nerven in der Wunde vermieden.

- Verbandmittel sind schonend, z. B. durch vorheriges Anfeuchten, von der Wunde abzulösen.

- Wundspüllösungen werden, um schmerzhafte Kältereize zu vermeiden, vor dem Einsatz auf Körpertemperatur angewärmt, z. B. im Wasserbad oder unter laufend warmen Wasser.

**Achtung** ⚡ nicht in der Mikrowelle!



- Verbandmittel ohne Klebeflächen oder mit hautfreundlichen Beschichtungen, z. B. mit Silikon, können Schmerzen beim Verbandwechsel reduzieren.

- Der Verband wird abschließend spannungsfrei angebracht. Es ist darauf zu achten, dass es keine Einschnürungen durch zu festes Anlegen von fixierenden Binden gibt.

- Fragen Sie Ihren Arzt bzw. Ihre Pflegefachkraft nach weiteren Möglichkeiten der Schmerzvermeidung.



**Tipp**

Sollten trotz aller Maßnahmen Schmerzen auftreten, können rechtzeitig – 30 Minuten – vor dem Verbandwechsel schmerzlindernde Medikamente eingenommen werden. Ihr Arzt verordnet Ihnen entsprechende Schmerzmittel und legt gemeinsam mit Ihnen den Zeitpunkt der Einnahme vor dem Verbandwechsel fest.