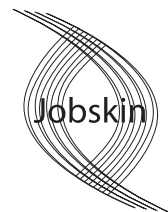




Der richtige Weg zur Narbenvermeidung

Information und Anleitung
für Patienten mit Brandverletzungen



Lieber Patient,

diese Broschüre will Ihnen helfen, nach Abheilung Ihrer Brandverletzungen die Bildung unschöner Narben zu **vermeiden**. Mit Informationen und praktischen Hinweisen, die Ihnen sagen, wie Sie mit **JOBSKIN® Kompressionsbekleidung** Ihre Haut beim Heilungsprozess und bei der Narbenbehandlung optimal unterstützen.

Gerade **am Anfang** einer Kompressionsbehandlung wird Ihnen das Anziehen der Kleidung häufig Schwierigkeiten bereiten. Aber am Ende der Behandlung werden Sie sehen: Es hat sich **gelohnt**. Und nach der Lektüre der folgenden Seiten werden Sie auch wissen, wie sich einige Anziehprobleme ganz vermeiden lassen.

Am besten geben Sie diese Broschüre auch Ihren **Angehörigen und Freunden**. Denn je mehr sie über die Kompressionstherapie wissen, desto besser können Sie sie bei der **Behandlung unterstützen**.

Gute Besserung wünscht Ihnen



Inhalt

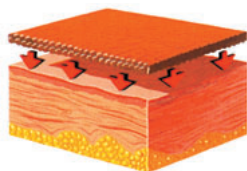
Allgemeine Informationen	4
Alltag mit Kompressionsbekleidung	6
Was ziehe ich wie an?	8
Wadenstrumpf	8
Schenkelstrumpf	9
Strumpfhose	9
Strumpf mit Reißverschluss	10
Hose mit kurzen und langen Reißverschlüssen	11
Armbandage	11
Armbandage mit Reißverschluss	12
Handschuh	12
Gesichtsmaske	13
Kinnbandage	13
Weste	14
Weste mit Reißverschlussärmeln	14
Anzug	14
Pflege der Kompressionsbekleidung	15

Wie aus Wunden Narben werden

Wenn die Verbrennungswunden verheilt sind, bildet sich auf der Haut eine neue, dünne Hautschicht. Diese besitzt zunächst nur geringe Festigkeit, ist sehr unelastisch und gegenüber Verletzungen noch sehr anfällig. Mit der Zeit wird die Hautschicht durch die Bildung von **Kollagen** wieder stärker und fester. Bei der Kollagenbildung kann es allerdings zu unkontrollierten Wucherungen kommen. Denn auf Grund der Verbrennungen wurden sowohl die oberflächlichen als auch tiefen Hautstrukturen zerstört, und somit fehlt der natürliche **Druck** auf das Narbengewebe. Ohne Gegendruck jedoch wachsen große Mengen an Kollagen zu hartem, knotenartigem Gewebe heran – kurz: zu unschönen Narben. Der Arzt spricht dann von **Hypertrophien** (griech.: „Überernährung“), **Keloiden** und **Kontrakturen**. Und die sehen leider nicht nur unschön aus, sie können auch die Beweglichkeit und Rehabilitation erschweren oder gar verhindern.

Wie aus Narben keine schlimmen Narben werden

Die Haut braucht Druck. Und genau den übt JOBSKIN® Kompressionsbekleidung aus und verhindert so, dass sich mehr Kollagen bildet als nötig und die Ausrichtung der Kollagenfasern ebenmäßig erfolgt.



Gegendruck verringert die Kollagenbildung und ermöglicht die Regeneration eines parallel verlaufenden Bindegewebes.

Kompressionsbekleidung wird genau wie andere Wundtherapien vom betreuenden Arzt zur Weiterbehandlung von Verbrennungen ab **2. Grad b** verordnet. Auch wenn Ihnen das An- und Ausziehen zunächst lästig und schwierig scheint und Sie die Kleidung am liebsten in die Ecke werfen würden, am Ende der Behandlung werden Sie für das Tragen belohnt: mit einem wesentlich besseren Hautbild und mit größerer Beweglichkeit.

Wo der Heilungsprozess aufhört, fängt die Kompressionstherapie an

Eine Kompressionstherapie muss unbedingt rechtzeitig begonnen werden, nämlich gleich **nach der Heilung** der Verbrennungswunden. Denn liegen erst einmal hypertrophe Narben vor, lassen sich diese auch durch Kompressionsbekleidung nur schwer wegdrücken. Aber nicht nur der richtige Zeitpunkt ist ausschlaggebend für einen Therapieerfolg, sondern auch der **Zeitraum**. Es kann 12 bis 24 Monate dauern, bis die Narbe so weit gereift ist, dass keine überschießende Narbenbildung mehr befürchtet werden muss. Und so lange muss die Kompressionsbekleidung **kontinuierlich** getragen werden. Sie brauchen also eine gehörige Portion Geduld und auch viel **Sorgfalt** beim Anziehen der Bekleidung. Denn nur wenn die Kompressionsbekleidung **faltfrei und richtig sitzt**, kann sie der Haut auch richtig helfen.

Die maßgeschneiderte Therapie

Für jede Verbrennung gibt es eine entsprechende Kompressionsbekleidung, **die speziell für Sie angefertigt wird**, und zwar so, dass ein gleichmäßiger Druck auf die betroffenen Hautbereiche ausgeübt wird. Damit die Kleidung richtig sitzt und der optimale Druck gewährleistet wird, wird vorher von geschultem **Pflegepersonal** oder **Fachkräften des Sanitätshauses genau Maß** genommen. Für eine optimale Passform hat Jobst ein spezielles Messsystem entwickelt. Innerhalb von acht Tagen wird die Bekleidung dann an Ihr zuständiges Sanitätshaus oder an Ihren Arzt geschickt. Obwohl die Bandage aus anschmiegsamen, weichen Fasern gewebt ist, kann sie **anfangs** etwas eng sitzen. Aber Sie werden sich nach wenigen Tagen daran gewöhnen – wenn Sie die Bekleidung **regelmäßig** tragen.

Wie sieht der Alltag mit JOBSKIN® Kompressionsbekleidung aus?

Natürlich wird Ihr Leben mit Kompressionsbekleidung etwas anders aussehen als ohne, und leider nicht unbedingt angenehmer. Aber denken Sie immer daran: Dafür können Sie sich nach der Therapie umso freier und besser bewegen. Hier einige Punkte, die Sie im Alltag beachten sollten:

1. Nicht ausziehen.

Ein guter Behandlungserfolg lässt sich nur erzielen, wenn Sie die Kompressionsbekleidung ständig tragen, und zwar Tag und Nacht, am besten 23 Stunden lang. Auch wenn Ihnen das Tragen oft lästig und unangenehm ist, Ihre Haut wird es Ihnen danken. Denn sie wird im Laufe der Behandlung elastischer.

2. Sich pflegen und bewegen.

Die verbrannten Hautbereiche müssen auch weiterhin gepflegt und versorgt werden. Allerdings nur mit Hautcremes auf Wasser- und Silikonbasis. Fragen Sie Ihren Arzt, welche Pflegemittel für Ihre Haut geeignet sind. Ist noch ein Wundverband nötig, kann er unter der Kompressionswäsche getragen werden.

Zu einer Kompressionsbehandlung gehört auch immer eine Bewegungsbehandlung. Hautkontrakturen, also Versteifungen der Hautmuskeln, die die Beweglichkeit einschränken, werden so vermieden. Jobskin-Wäsche macht jede Ihrer Bewegungen mit. Die notwendige Physiotherapie kann also ohne Abnehmen der Bekleidung durchgeführt werden.

3. Wo Ausziehen doch erlaubt ist.

Beim Schwimmen, Baden oder Waschen und anschließendem Eincremen legen Sie die Kompressionsbekleidung ab, jedoch bitte nicht länger als 30 Minuten.

Auch beim Essen können Handschuhe und Gesichtsmaske täglich für eine halbe Stunde ausgezogen werden. Denn erstens sind sie hier eher hinderlich, und zweitens sollten sie auch vor Essensresten geschützt werden.

Bei schwerer körperlicher Arbeit, wie etwa Gartenarbeit oder Frühjahrsputz, können Kompressionshandschuhe anbehalten werden. Zum Schutz vor Schmutz sollten Sie jedoch noch ein Paar Handschuhe darüberziehen.

4. Lieber zwei als ein Kompressions-Set.

Die Bekleidung hält bis zu vier Monate. Deshalb sollten gleich mehrere Kleidungsstücke angefertigt werden. Zumindest zwei, so können Sie das eine waschen, während Sie das andere tragen. Also befindet sich eine Bandage am Körper und eine in der Wäsche im täglichen Wechsel.

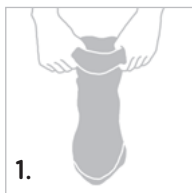
Für Jobskin-Kompressionsbekleidung übernehmen wir eine gesetzliche Garantiezeit von 30 Tagen. Nicht korrekte oder defekte Kleidung melden Sie bitte innerhalb von 10 Tagen dem zuständigen Arzt oder Sanitätshaus. Hier wird Ihnen auch weitergeholfen, wenn Sie Probleme mit der Kleidung haben. Wenn sich zum Beispiel Ihr Gewicht verändert hat, die Reißverschlüsse Ihre Haut reizen oder ähnliches. Meist ist dann neue Kompressionsbekleidung nötig.

Was ziehe ich wie an?

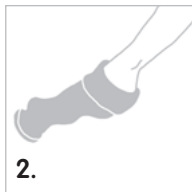
Beim ersten Mal wird Ihnen die **Fachkraft im Sanitätshaus** oder in Ihrer **Arztpraxis** zeigen, wie Sie die Bekleidung richtig anziehen und was dabei zu beachten ist. Damit es auch zu Hause klappt, hier kleine **Tipps** und **Hilfestellungen**. Sollten Sie jedoch trotzdem Schwierigkeiten haben, stehen Ihnen Sanitätshaus oder Arzt natürlich jederzeit zur Verfügung.

Wadenstrumpf:

1. Wenden Sie den Strumpf auf links, die Naht muss unten sein.
Nun halten Sie den Strumpf an beiden Seiten fest und ziehen ihn bis zur Ferse über den Fuß.
2. Den Strumpf etwas dehnen und über die Ferse ziehen.
3. Fassen Sie den übrigen Strumpf, etwa auf Höhe der Zehen, und ziehen Sie ihn hoch.
4. Den vorderen Rand des Strumpfes bis zum Ansatz der Zehen ziehen.
5. Wenn das Fußteil sitzt, ziehen Sie den übrigen Strumpf Stück für Stück über die Wade. Dabei bitte auf faltenfreien Sitz achten.
6. Etwa 1–2 Zentimeter unterhalb des Knies sollte der Strumpf abschließen.



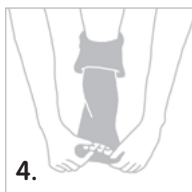
1.



2.



3.



4.



5.



6.



Schenkelstrumpf:

7. Schenkelstrümpfe ziehen Sie zunächst genauso an wie Wadenstrümpfe. Ab Wadenhöhe wird der Strumpf dann Stück für Stück (ca. je 5 cm) übers Knie bis zum Oberschenkel gezogen.

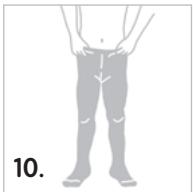


8. Glätten Sie die Falten, und befestigen Sie den Strumpf mit Haltebändern oder einem Hüftgürtel, damit er nicht verrutscht. Sollte es im Kniebereich unangenehm drücken, ziehen Sie den Strumpf ab dem Knie leicht nach unten.



Strumpfhose:

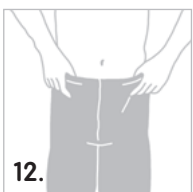
9. Beginnen Sie wie unter „Waden- und Schenkelstrümpfe“ beschrieben, und ziehen Sie die Strumpfhose etappenweise bis zur Mitte der Oberschenkel.

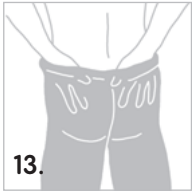


10. Dann stellen Sie sich aufrecht hin, greifen mit beiden Händen das ganze Hosenteil, und ziehen es bis zur Hüfte hoch.

11. Das Hosenteil muss in der Leistenegend exakt und faltenfrei sitzen.

12. Ziehen Sie nun die Hose bis zur Taille hoch. Die vordere Naht muss mittig sitzen.





13. Damit die Hose auch am Po perfekt sitzt, greifen Sie mit beiden Händen (die Handinnenflächen nach außen) hinten in das Hosenteil. Dehnen Sie das Gewebe leicht, und gleiten Sie mit den Händen wieder hinaus. Dabei ziehen Sie die Hose in Richtung Taille.



Strumpf mit Reißverschluss:

14. Der Reißverschluss muss ganz geöffnet sein.
15. Ziehen Sie das Fußteil mit gestrecktem Fuß an. Um Verletzungen vorzubeugen, legen Sie dabei den Daumen zwischen Haut und Reißverschlussanfang.



16. Den Reißverschluss schließen Sie, indem Sie mit der einen Hand den Strumpf etwa 10–15 cm oberhalb des Verschlusses zusammenhalten. Mit der anderen ziehen Sie den Reißverschluss hoch.



17. Bitte achten Sie darauf, dass zwischen Haut und Reißverschluss immer der Unterstoff des Verschlusses liegt. Glätten Sie eventuelle Falten. Sollte der Strumpf an einigen Stellen unbequem sitzen, dehnen Sie dort das Material etwas.



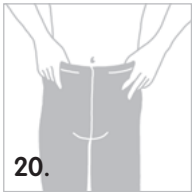


Hose mit kurzen und langen Reißverschlüssen:

18. Das Anziehen wird wesentlich erleichtert, wenn Ihnen dabei jemand hilft. Beginnen Sie wie unter „Strumpf mit Reißverschluss“ beschrieben, und schließen Sie vorsichtig die Reißverschlüsse bis zum Oberschenkel.



19. Stellen Sie sich nun hin, und schließen Sie die Reißverschlüsse vollständig. Das Hosenteil muss in der Leistenegend und am Po perfekt sitzen. (Siehe Beschreibung „Strumphose“.) Entfernen Sie eventuell entstandene Falten.



20. Je besser die Hose überall sitzt, desto bequemer haben Sie es.



Armbandage:

21. Wenden Sie den Armstrumpf bis zur Hälfte auf links. Ziehen Sie ihn dann über die Hand bis zum Ellenbogen hoch. Die Naht verläuft vom Handgelenk, angefangen beim kleinen Finger, seitlich bis zum Ellenbogen.



22. Den restlichen Strumpf ziehen Sie bis zum Oberarm hoch. Die Naht verläuft dabei zur Achselhöhle.



Armbandage mit Reißverschluss:

23. Wenn möglich, sollten Sie sich beim Anziehen helfen lassen. Öffnen Sie den Reißverschluss ganz, und zwar an dem Ende, an dem kein Reißverschluss ist. Der schwarze Punkt markiert den Ellenbogen.



24. Der Reißverschluss wird geschlossen, indem Sie mit der einen Hand die Seiten des Strumpfes alle 10–15 cm zusammenhalten. Mit der anderen Hand ziehen Sie den Verschluss hoch. Achten Sie dabei bitte darauf, dass immer Stoff zwischen Reißverschluss und Haut liegt.



Handschuh:

25. Sie ziehen den Handschuh auf links, lassen aber die Fingerkuppen eingeschlagen. Ziehen Sie nun die Spitzen des Handschuhs über Fingerkuppen und Daumen und dann den restlichen Handschuh an. Diese Methode ist einfacher bei Handschuhen mit Reißverschluss, den Sie, wenn der Handschuh sitzt, schließen.



26. Für den richtigen Sitz an den Fingern ziehen Sie bitte vorsichtig an den Nähten. Der Test, ob alles richtig sitzt: Halten Sie die Hand ins Gegenlicht. Zwischen Handschuh und Fingern darf kein Licht durchscheinen.



27.

Gesichtsmaske:

27. Zunächst den Klettverschluss öffnen. Und dann am Kinn beginnen: Halten Sie die Maske ans Kinn, und halten Sie sie dort fest. Falls Sie keine Hilfe haben, klemmen Sie die Maske zwischen Kinn und Brust ein. Dehnen Sie nun die Maske, und ziehen Sie sie über den Kopf.



28.

28. Die Kopfbandage muss gleichmäßig sitzen. Sie können den Sitz ganz einfach korrigieren, indem Sie durch die Öffnungen der Maske greifen und sie zurechtrücken. Anschließend schließen Sie den Klettverschluss.



29.

Kinnbandage:

27./28. Methode 1: wie unter „Gesichtsmaske“ beschrieben.

29. Methode 2: Sie schließen die Bandage am Hals und ziehen dann das Kopfband nach oben. Prüfen Sie den richtigen Sitz, und korrigieren Sie wie unter „Gesichtsmaske“ beschrieben.



Weste:

30. Beginnen Sie immer mit dem Arm. Lesen Sie bitte unter Anziehen von „Armstrumpf“ nach. Haben Sie beide Ärmel angezogen, ziehen Sie die gesamte Weste über und schließen die Klett- und Reißverschlüsse.



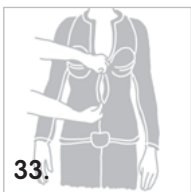
Weste mit Reißverschlussärmeln:

31. Die Reißverschlüsse erst schließen, wenn die Weste richtig und faltenfrei sitzt. Zunächst die Weste und dann die Ärmelreißverschlüsse zuziehen.



Anzug:

32. Steigen Sie von oben in die Beinöffnung. Ziehen Sie dann das Hosenteil hoch, so dass es gut und bequem sitzt.
33. Zum Anziehen des Oberteils lesen Sie bitte unter „Armstrumpf“ nach. Die Bekleidung sollte überall, auch am Kragen, bequem und faltenfrei sein.



Wie wasche und pflege ich Kompressionsbekleidung?

- Tägliches Waschen erhöht die Lebensdauer und ist auch aus hygienischen Gründen ratsam. Salze, Säuren und andere Stoffe, die von der Haut abgegeben werden und sich in der Kompressionswäsche festsetzen, werden so entfernt.
- Waschen Sie die Kompressionswäsche bei 40 °C im Schonwaschgang, und benutzen Sie ein Feinwaschmittel.
- Nicht chemisch reinigen.
- Nicht im Trockner trocknen.
- Nicht bleichen.
- Nicht bügeln.
- Kein Weichspüler.
- Kompressionsbekleidung sollte bei Raumtemperatur, ausgebreitet auf einem Handtuch, trocknen.
- Beim An- und Ausziehen nicht unnötig an den Elastikbändern ziehen, da es ansonsten zu Elastizitätsverlust kommen kann.

Haben Sie noch Fragen?

Sollten Sie noch Fragen zur Kompressionstherapie haben, rufen Sie uns an oder schreiben Sie uns.

TRICONmed e.K.
Dorfstraße 4
D-34587 Felsberg
Telefon 05662 4083-260
Telefax 05662 4083-266
info@triconmed.de
www.triconmed.de

unterstützt die Paulinchen-Initiative für brandverletzte Kinder e.V.

Die Paulinchen-Initiative für brandverletzte Kinder e.V. ist ein bundesweit tätiger, gemeinnütziger Verein. Er berät Familien mit brandverletzten Kindern während des Krankenhausaufenthaltes und der Rehabilitation und engagiert sich präventiv.

Paulinchen e.V. bietet an:

- Telefonische Beratung
- Erfahrungsaustausch und Infoabende mit Referenten zum Thema Brandverletzungen
- Adressen von Therapeuten und Informationen über Korrekturmöglichkeiten
- Seminare als Hilfestellung für die Zukunft
- Eine eigene Zeitschrift „Paulinchen“
- Prävention von thermischen Verletzungen im Kindesalter
- ... und vieles mehr.

Wenn Sie sich informieren möchten:

Paulinchen-Initiative für brandverletzte Kinder e.V.
Segeberger Chaussee 35, 22850 Norderstedt
Telefon 01805 112123* · Telefax 040 52950688
Homepage: www.paulinchen.de
E-Mail: info@paulinchen.de

Spendenkonten:

Sparkasse Nürnberg
Konto 380 001 750, BLZ 760 501 01

Bank für Sozialwirtschaft AG
Konto 112 123, BLZ 251 205 10

Diese Broschüre wurde überreicht von:

*(14 Cent/Min.)



Stempel