

Nutzung der Komplementärmedizin im Rahmen der Wundbehandlung

Fachbereichsarbeit
zur Erlangung des Wundmanagers
für den gehobenen Dienst für Gesundheits- und Krankenpflege
am AZW Innsbruck

eingereicht von

Andrea STOCKER

beurteilt von

Herrn Hermann SCHLÖGL
DGKP, ZWM, komplementäre Pflege

Rum, im Juli 2013

Vorwort

Persönliche Daten:

Name: Andrea Stocker
Geburtsdatum: 01.03.1989
Geburtsort: Lienz
Staatsbürgerschaft: Österreich

Schulbildung:

2007-2010 Gesundheits- und Krankenpflegeschule Lienz
2004-2006 2. u. 3. Klasse der Fachschule für wirtschaftliche Berufe der Dominikanerinnen Lienz
2003-2004 1. Klasse der Höhere Bundeslehranstalt für wirtschaftliche Berufe Lienz
1999-2003 Hauptschule Lienz/Nord
1995-1999 Volksschule Assling

Berufsweg:

seit Oktober 2010 DGKS in der Privatklinik Hochrum

Im Rahmen der Ausbildung zum Wundmanager für den gehobenen Dienst für Gesundheits- und Krankenpflege habe ich das Thema „Nutzung der Komplementärmedizin im Rahmen der Wundbehandlung“ als Fachbereichsthema gewählt.

Ich habe mich schon immer für die alternative Medizin interessiert. Mein Interesse kommt nicht von ungefähr. Meine Oma griff bei etwaigen Problemen wie zum Beispiel Kopfschmerzen, Halsschmerzen, Hautreizungen und anderen Krankheiten kaum zu Tabletten oder ähnlichen Arzneien. Stets wusste sie die Pflanzen in ihrem Garten bzw. die Kräuter der Wiese und des Waldes zu nutzen.

Jahrelange Erfahrung und ihre Belesenheit halfen ihr für jedes Leiden auch das beste Hausmittelchen zu finden.

Das hat mich schon seit klein auf sehr fasziniert und mein Interesse für Pflanzen und ihre Wirkung war geweckt.

Ebenso wuchs mein Interesse für Wunden beziehungsweise für das „moderne Wundmanagement“ durch ein Praktikum in meiner Ausbildung zur diplomierten Gesundheits- und Krankenschwester in der Unfall-Ambulanz und Chirurgie-Ambulanz in Lienz. In dieser Zeit bin ich mit den verschiedensten Wunden in Kontakt gekommen und durfte bei der Diagnosestellung durch den Arzt, bei der Verbandauswahl, bei den verschiedensten Débridements, bei der Wundreinigung, und beim Verbandswechsel dabei sein. Die Ärzte und das diplomierte Pflegepersonal brachten mir in diesem Praktikum sehr viel bei.

Ich beschloss, dass ich nach meiner Ausbildung so schnell wie möglich die Weiterbildung zum Wundmanager in Angriff nehmen werde. Im Februar 2013 begann ich schließlich mit der Ausbildung am AZW Innsbruck.

Ich möchte mich hiermit noch bei einigen Menschen, die mich bei der Informationssammlung und beim Korrekturlesen sehr unterstützt haben, bedanken: meiner Familie, meinen Freunden und meinen Arbeitskollegen.

Das Ziel meiner Arbeit ist es, durch Vermittlung von Grundlagenkenntnissen einen Überblick über die „Nutzung der Komplementärmedizin im Rahmen der Wundbehandlung“ zu schaffen.

Ich hoffe, dass ich Ihnen mit dieser Arbeit einige Informationen näher bringen kann und Ihr Interesse für die Komplementärmedizin im Rahmen der Wundbehandlung wecke.

Die Materialien und Unterlagen zum Thema meiner Fachbereichsarbeit entnehme ich aus Fachbüchern, Fachzeitschriften und Internetrecherchen.

Inhaltsverzeichnis

1	Einleitung.....	6
2	Definitionen	7
2.1	Komplementär	7
2.2	Weitere Definitionen.....	7
2.2.1	Aromapflege.....	7
2.2.2	Phytotherapie.....	8
2.2.3	Die Kommission E.....	8
2.3	Teezubereitungen	8
2.3.1	Infus.....	8
2.3.2	Dekokt	9
2.3.3	Mazerat.....	9
2.4	Tinktur:.....	9
3	Allgemeines.....	10
3.1	Geschichte.....	10
3.2	Was muss man bei der Anwendung von Aromapflegeprodukten	
beachten.....		11
3.2.1	Allgemeines.....	11
3.2.2	Hygienerichtlinien.....	11
3.2.3	Lagerung	11
3.2.4	Einverständniserklärung	12
3.2.5	Allergietest.....	12
4	Wirkstoffe der Heilpflanzen.....	13
4.1	Schleimstoffe	13
4.2	Gerbstoffe.....	13
4.3	Flavonoide	13
4.4	Ätherische Öle	14
5	Anwendungsmöglichkeiten der Wundreinigung	14
5.1	Bäder	14
5.2	Spülung.....	15
5.3	Nass- und Trockenphase.....	15
6	Wundreinigung mit Heilpflanzen.....	16

6.1	Salbei (<i>Salvia officinalis</i> L.)	16
6.2	Kamille (<i>Matricaria recutita</i> L.)	18
6.3	Ringelblume (<i>Calendula officinalis</i> L.)	19
6.4	Eichenrinde (<i>Quercus robur</i> L.)	21
7	Haut- und Wundrandpflege mit Ölen	23
7.1	Ätherische Öle	23
7.1.1	Bergamotte	23
7.1.2	Cistrose	24
7.1.3	Manuka	24
7.1.4	Palmarosa	24
7.1.5	Rosmarin	24
7.2	Fette Öle	24
7.2.1	Jojobaöl (Wachs)	25
7.2.2	Mandelöl (süß)	25
7.2.3	Olivenöl	26
7.2.4	Johanniskrautöl	26
7.3	Wärmekreis	27
8	Medizinischer Honig	27
8.1	Wirkung	28
8.2	Anwendung	29
9	Phasen der Wundheilung mit dem Einsatz komplementärer Methoden	29
9.1	Reinigungsphase (ca. 3 – 4 Tage)	29
9.2	Granulationsphase (ca. 10 Tage)	30
9.3	Epithelisierungsphase (mehrere Wochen bis Monate)	31
10	Zusammenfassung	31
11	Diskussion und Schlussfolgerung	32
12	Literaturverzeichnis	34
13	Abbildungsverzeichnis	36

1 Einleitung

Zu Beginn meiner Arbeit, möchte ich einen Erfahrungsbericht aus dem Buch „Aromapflege Handbuch“ wiedergeben.

Ein männlicher Patient mit 60 Jahren kam ins Krankenhaus. Die Diagnose wurde rasch gestellt: Erysipel am rechten Unterschenkel. Das Bein war heiß, gerötet, geschwollen, schmerzhaft und juckend. Der Patient hat auch noch ein chronisches Lymphödem, bedingt durch rezidivierende Erysipele über Jahre.

Ebenso hat der Mann eine sehr trockene, rissige Haut und Fersenrhagaden.

„Nach Anweisung durch den Hausarzt wurde anfänglich das Erysipel am rechten Unterschenkel mehrmals täglich mit Eucerin^R behandelt, zur Kühlung und Abschwellung dienten kalte, nasse Wickel. Die Hautpflege am linken Bein erfolgte mit dem schulmedizinischen Standard-Mittel Ultrasic^R, Ultrabas^R. Dazu hochdosierte Antibiotikatherapie (4-mal täglich), verordnete Bettruhe, betroffenes Bein durch Hochlagerung ruhiggestellt.

Der Patient war mit der verordneten Therapie jedoch nicht zufrieden. Durch die sehr zähe Eucerinsalbe fühlte er sich „beengt“, die nassen kalten Tücher wurden als unangenehm empfunden. Er erkundigte sich daraufhin bei uns nach anderen Pflegemethoden. Nach Absprache mit dem Hausarzt wurde folgendermaßen vorgegangen: Auf beiden Beinen Hautpflege mit Karitebutter (Sheabutter), vor allem die Fersen wurden dick eingecremt. Statt des nassen Wickels wurden auf ein darüberliegendes trockenes Leinentuch dünne Eisbeutel aufgelegt. Diese Behandlung wurde als sehr angenehm empfunden. Schon nach einem Tag war eine allgemeine Verbesserung des Hautzustandes (v.a. an den Fersen) festzustellen. In Verbindung mit der Antibiotika-Kur zeigte sich nach 7 Tagen eine deutliche Abnahme der Schwellung des Erysipels und des Spannungsgefühles und ein insgesamt wohltuendes Hautgefühl wurde festgestellt.

Ab dem 8. Tag: Hautpflege mit Sanddorn-Basisbalsam. Der Patient gibt an, sich nach vielen Jahren erstmals wieder „in seiner Haut wohlfühlen.“ (Deutsch E., Buchmayr B., Eberle M. 2013, S. 179)

Dies ist nur ein Beispiel, wie Komplementärmedizin erfolgreich eingesetzt wurde.

2 Definitionen

2.1 Komplementär

Der Begriff „komplementär“ kommt aus dem lateinischen und bedeutet „ergänzend“.

Das Wort „Komplementärmedizin“ wird auch häufig durch das sinnverwandte Wort „Alternativmedizin“ ersetzt.

Am bekanntesten in der Komplementärmedizin sind die Begriffe „Homöopathie“ und „Akupunktur“. Wie die Definition schon sagt, soll die komplementäre Medizin die „Schulmedizin“ ergänzen und nicht ersetzen.

Bei der komplementären Therapie wird auf den Patienten individuell eingegangen. (vgl. www.fremdwort.de)

Zum besseren Verständnis der Arbeit werden nun einige Begriffe, die häufig vorkommen, näher erklärt.

2.2 Weitere Definitionen

2.2.1 Aromapflege

Unter „Aromapflege“ versteht man den gezielten, geschulten Einsatz von 100 % naturreinen ätherischen Ölen, fetten Pflanzenölen, Hydrolaten und deren Aromapflegeprodukte in bester Qualität. „Aromapflege“ zählt zu den komplementären Pflegemethoden. Sie dient der Förderung und Erhaltung der Gesundheit- und des Wohlbefindens, sowie den pflegerischen und prophylaktischen Maßnahmen. Genauso wird durch die „Aromapflege“ eine Erhaltung und Verbesserung der Haut gewährleistet. Die Produkte der „Aromapflege“ werden durch die Haut über Waschungen, Hautpflege, Einreibungen und Wickel oder Kompressen aufgenommen. Die Anwendung kann auch über den Geruchssinn durch Raumbeduftung erfolgen. (vgl. Deutsch E., Buchmayr B., Eberle M., 2013, S. 14 ff)

2.2.2 Phytotherapie

Unter dem Begriff „Phytotherapie“ versteht man die Heilkunde der Pflanzen.

„Phytotherapie“ ist Heilung, Linderung und Vorbeugung von Krankheiten bis hin zu Befindensstörungen durch Arzneipflanzen, deren Teile oder Bestandteile sowie deren Zubereitungen. (Bühning U., 2011, zit. EU-

Definition, o.J., S. 13) Bei der Phytotherapie werden ausschließlich Wirkstoffe der Heilpflanze verwendet. Deshalb können auch hier Nebenwirkungen entstehen wie allergische Reaktionen, Wechselwirkungen mit anderen Medikamenten, mutagene, toxische oder karzinogene Effekte. (vgl. Bühning U., 2011, S. 13)

2.2.3 Die Kommission E

Eine sehr große Rolle in der Komplementärmedizin spielt die Kommission E.

Die Kommission E steht in enger Verbindung mit der komplementären Pflege.

Im Jahre 1978 wurde die „Kommission E“ erweckt, um die Arzneipflanzen zu überprüfen. Darunter versteht man, dass sich Menschen aus verschiedenen Bereichen des Gesundheitswesens zusammenschließen um die Wirksamkeit und Unbedenklichkeit der Pflanzen zu überprüfen.

Daraus entstanden dann die sogenannten „Monographien“ die bis heute noch gültig sind. Sie gelten als Grundlage für die Neuzulassung pflanzlicher Arzneimittel. (vgl. Bühning U., 2011, S. 15)

2.3 Teezubereitungen

Hier werden nun die drei Teezubereitungsarten erklärt, sie spielen eine wesentliche Rolle in Verbindung mit Heilpflanzen. Die Zubereitung, Ziehzeit und so weiter ist je nach Pflanze unterschiedlich. Aber dazu jetzt mehr.

2.3.1 Infus

Der Begriff „Infus“ steht für einen heißen Aufguss. Dafür werden Blüten und Blätter von Pflanzen verwendet. Ein Infus wird wie folgt angesetzt:

Man braucht 150 bis 200 ml heißes nicht mehr kochendes Wasser und einen Teelöffel Droge, so nennt man die getrocknete Heilpflanze, oder einen Esslöffel frische Pflanze. Während der Ziehzeit muss man den Tee mit einem Deckel

verschließen, damit die ätherischen Öle nicht verloren gehen. Je nach Pflanze soll der Tee drei bis zehn Minuten ziehen.

Anschließend werden die entstandenen Kondensstropfen abgestreift und in die Teeschale zum Tee geben. (vgl. Bühring U., 2011, S. 32)

2.3.2 Dekokt

„Dekokt“ kommt aus dem lateinischen und wird mit dem Wort „Abkochung“ übersetzt. Durch das Kochen von Wurzel- oder Rindendrogen gewinnt man die wertvolle Essenz.

Für einen Dekokt braucht man einen Teelöffel Droge und 150 bis 200 ml Wasser. Die Mischung wird kurz kalt angesetzt und anschließend zum Kochen gebracht. Zehn bis fünfzehn Minuten das Gaze ziehen lassen und anschließend abseihen. (vgl. Bühring U., 2011, S. 33 ff)

2.3.3 Mazerat

Der Begriff „Mazerat“ bedeutet in der Teezubereitung Kaltauszug. Diese Zubereitung wird speziell für schleimhaltige Drogen wie Samen, Blüten, Blätter, Wurzeln angewendet, denn wenn man diese Schleimstoffe bei Hitze ansetzt, wird die Wirkung der Heilprodukte vermindert. Die Teezubereitung wird wie folgt gemacht. Einen Teelöffel Droge auf 150 bis 200 ml kalten Wasser ansetzen und hin und wieder umrühren. Die zerkleinerten Heilpflanzen lässt man ein bis fünf Stunden ziehen. Die Blüten und Blätter werden in einem Zeitraum von ein bis zwei Stunden angesetzt. Die Wurzeln hingegen brauchen drei bis fünf Stunden.

Zum Trinken kann man dann den Kaltauszug im Wasserbad erwärmen oder so genießen. Bei dieser Anwendung von Tee besteht eine Keimbelastung und deshalb soll man den Tee nur tassenweise zubereitet werden. (vgl. Bühring U., 2011, S. 32 ff)

2.4 Tinktur:

Eine Tinktur ist ein alkoholischer Auszug von Heilpflanzen – getrocknet oder frisch. Tinkturen kann man in der Apotheke kaufen, oder selbst herstellen. (vgl. Bühring U., 2011, S. 42)

3 Allgemeines

3.1 Geschichte

Wie alt ist die Geschichte der Pflanzenheilkunde?

Man kann sagen, dass diese so alt ist, wie die Geschichte der Menschheit.

Unsere Vorfahren haben sich viel Wissen angeeignet, aufgeschrieben und mündlich weitergegeben, somit können wir in der heutigen Zeit gut davon profitieren. (vgl. Bühring U., 2011, S. 3)

„Denn die Zukunft fällt nicht aus dem lautlosen Himmel; sie wächst geduldig aus dem Boden, den Jahrtausende bestellten.“ (Bühring U., zit.

Bergengruen W., 2011, S. 3)

Heute steht uns das Wissen von vergangener Zeit zur Verfügung. Die ersten Aufzeichnungen und Rezepturen wurden schon vor Christi Geburt in Mesopotamien gefunden. Die indische Heilkunst „Ayur-Veda“, auch bekannt als „Lehre vom langen Leben“, wurde schriftlich in einem Lehrbuch festgehalten. Das berühmteste Fundstück ist das „Papyrus Ebers“, das 877 Rezepte mit Heilpflanzen umfasst. Pythagoras von Samos, Hippokrates aus Griechenland und Theoprast waren nur einige, die sich sehr viel mit der Heilung von Krankheiten und Wunden mit Heilpflanzen befassten. Hildegard von Bingen (1200 nach Christus), ist wohl auch heute noch, eine der bekanntesten Frauen, im Zusammenhang mit der Heilmittellehre der Pflanzen. Paracelsus galt als Forscher und schrieb das Werk „die große Wundarznei“. Er sagte schon immer, dass alle Dinge Gift besitzen, doch durch die richtige Dosis ist es kein Gift mehr.

Im Jahre 1800 nach Christus wurden die Pflanzen von Carl von Linné mit den lateinischen und griechischen Namen versehen, die man heutzutage in allen Büchern findet. Das „L“ hinter dem Namen der Heilpflanze soll seinen ersten Buchstabe des Nachnamen darstellen.

Die Chemie setzte sich 1900 nach Christi durch und verdrängte viele Heilpflanzen mit ihren Wirkungen. Aber das über tausende von Jahren angeeignete Wissen kommt immer wieder mehr zum Vorschein und zum Einsatz. Im 20. Jahrhundert bürgerte ein Franzose namens Leclerc der Arzt war das Wort „Phytotherapie“ ein.

Ab diesem Zeitpunkt wurde die Pflanzenheilkunde als eigene Wissenschaft fundiert. (vgl. Bühring U., 2011, S. 3 ff)

3.2 Was muss man bei der Anwendung von Aromapflegeprodukten beachten

3.2.1 Allgemeines

Bei der Heilkräuteraanwendung ist auch Vorsicht geboten. Dies gilt bei Allergien, Schwangeren, Kleinkindern und komatösen Menschen. Ebenso bei Personen mit unklarer Genese und bei Notsituationen.

3.2.2 Hygienerichtlinien

Vor der Anwendung sind die Hände zu desinfizieren. Das Produkt bzw. die Flaschenöffnung sollte nicht kontaminiert werden. Die Öle sollten auf dem Pflegewaagen bleiben und von dort aus genutzt werden. Bei orientierten und klaren Patienten kann auch mal ein umgefülltes Produkt in ein kleineres Gefäß beim Patienten ins Zimmer gestellt werden. Hier ist wichtig, dass das umgefüllte Gefäß beschriftet wird, sodass es zu keinen Verwechslungen kommt. Beim erstmaligen Öffnen der Flasche, ist diese mit dem Datum zu beschriften. Die Gefäße sind nach jeder Anwendung zu reinigen. Außerdem müssen die Etiketten gut lesbar sein. (vgl. Deutsch E., Buchmayr B., Eberle M., 2013, S. 31)

3.2.3 Lagerung

Die Lagerung muss in Braun-, Blau- oder Violettglasflaschen erfolgen.

Es ist auch darauf zu achten, dass die Gefäße nach der Anwendung wieder geschlossen sind. Die Raumtemperatur, wo die Produkte aufbewahrt werden, sollte immer gleichbleibend sein.

Falls die Flaschen falsch gelagert werden, kommt es zu einer Beschleunigung des Alterns, ätherische Öle oxidieren oder verharzen. Aromapflegeprodukte und fette Öle werden ranzig. Falls dies eintritt, dürfen diese Produkte nicht mehr verwendet werden. (vgl. Deutsch E., Buchmayr B., Eberle M., 2013, S. 33 f)

3.2.4 Einverständniserklärung

Vor einer Behandlung mit komplementären Methoden muss der Patient darüber aufgeklärt werden, was „Aromapflege“ ist und wie sie angewendet werden kann.

Es soll auch auf den Patienten eingegangen werden, in der Hinsicht ob er Duftvorlieben beziehungsweise Abneigungen gegen Düfte hat.

Wenn man bei einem Menschen mit komplementären Mitteln arbeitet, muss man sich vorher das Einverständnis der zu behandelnden Person einholen. Empfehlenswert ist hierfür eine schriftliche Einverständniserklärung. Falls dies nicht erfolgt, sollte man es auf jeden Fall in der Pflegedokumentation vermerken. Zum Beispiel Herr. X ist nach der ausführlichen Aufklärung damit einverstanden, dass bei ihm komplementäre Methoden angewendet werden dürfen. (vgl. Deutsch E., Buchmayr B., Eberle M., 2013, S. 37)

3.2.5 Allergietest

Bevor die erste Anwendung erfolgt, ist ein Allergietest durchzuführen und das Ergebnis zu dokumentieren.

Das ausgewählte Produkt – auf keinen Fall ein pures ätherisches Öl - wird auf die Unterseite des Unterarmes oder auf die Innenseite des Oberarmes aufgetragen. Nach einer Zeitspanne von drei Minuten sieht man dann das Ergebnis. Falls weder Rötung noch Juckreiz entstanden sind, kann man das gewünschte Mittel benutzen, ansonsten darf das Aromapflegeprodukt nicht zur weiteren Behandlung verwendet werden.

Bei sensibler, eventuell allergieanfälliger Haut wird nach dem Schnelltest noch einmal nach 24 und nach 72 Stunden eine Hautkontrolle durchgeführt. Sollte eine Hautreaktion auftreten, muss es nicht gleich bedeuten, dass es eine Allergie ist. Von einer Allergie spricht man erst, wenn nach wiederholtem Test dieselbe Reaktion entsteht. Trifft dies zu, muss alles sofort gestoppt und von einem Facharzt abgeklärt werden. Eine Hautreaktion soll am besten mit einem Jojobaöl versorgt werden. (vgl. Deutsch E., Buchmayr B., Eberle M., 2013, S. 37 ff)

4 Wirkstoffe der Heilpflanzen

Diese Wirkstoffe unterstützen die Wundreinigung und somit die anschließende Heilung.

4.1 Schleimstoffe

Die Pflanzen, die Schleimstoffe enthalten, schichten den Schleim über die Haut und Schleimhaut. Durch dieses Ablegen des Schleimes wirkt der Schutzfilm reiz- und entzündungsmildernd, schmerz- und juckreizlindernd.

Die Ringelblume enthält Schleimstoffe und spielt in der Wundheilung eine wesentliche Rolle. Die Anwendung von Schleimstoffen sollte man nach einer Woche für sieben Tage unterbrechen. (vgl. Bühring U., 2011, S. 36)

4.2 Gerbstoffe

Die Wirkungen der Gerbstoffe sind: zusammenziehend, austrocknend, entzündungshemmend, wundheilungsfördernd und oberflächlich blutstillend. Da es bei der Anwendung von Gerbstoffen zur „Verkleinerung“ der Haut kommt, wird die Funktion der Hautnerven eingeschränkt und somit kommt es zur Linderung der Schmerzen und des Juckreizes.

Durch den Schleim dringen auch keine Viren, Bakterien und Pilze ein.

Salbei enthält Gerbstoffe und wird bei Wunden äußerlich angewendet.

Nicht in Gebrauch sollte man Gerbstoffen nehmen, wenn es sich beispielsweise um ein trockenes Ekzem handelt. (vgl. Bühring U., 2011, S. 34 f)

4.3 Flavonoide

Die Farbstoffe der Flavonoide sind gelblich-orange und gehören zu den wichtigsten „Phytotherapien“. Aufgrund der unterschiedlichen Wirkungen, ist das Anwendungsgebiet dieser Stoffe sehr groß.

Flavonoide wirken entzündungshemmend, verbessern die Durchblutung und verhindern die Entstehung von Ödemen, da die Kapillardurchlässigkeit reduziert wird.

Pflanzen die Flavonoide enthalten sind: Arnika, Johanniskraut, Kamille, Ringelblume. Diese Heilpflanzen spielen alle eine bedeutende Rolle in der

Wundheilung. Flavonoide haben keine Nebenwirkungen und sind deshalb für die dauerhafte Anwendung gut geeignet. (vgl. Bühring U., 2011, S. 32)

4.4 Ätherische Öle

Ätherische Öle sind die Duftstoffe der Heilpflanzen. Der pflanzliche Inhaltsstoff kann in Blättern, Rinden, Wurzeln, Blüten und so weiter enthalten sein.

Ätherische Öle enthalten keine Fette, und benötigen deshalb einen Emulgator damit sie sich gut mit dem Wasser binden können, ansonsten „schwimmen“ die Öle auf der Wasseroberfläche. Zum emulgieren eignet sich gut Milch, Honig, Sahne, fettes Öl oder Salz.

Ätherische Öle eignen sich gut zur Wundpflege und Keimreduzierung. Entzündungshemmend sind zum Beispiel Arnika, Kamille, und Ringelblume. Keimhemmend wirkt dagegen Salbei und Thymian. Die Durchblutung wird wiederum von Arnika angeregt.

Die Gewinnung der Wirkstoffe erfolgt durch Wasserdampfdestillation.

Ätherische Öle enthalten auch einige Nebenwirkungen. Es kann zu Allergien, Hautreizungen, Leber- oder Nierenschädigungen oder sogar zum Abort kommen. Deshalb sollte ein vorsichtiger Umgang mit ätherischen Ölen die Regel sein. (vgl. Bühring U., 2011, S. 29)

5 Anwendungsmöglichkeiten der Wundreinigung

5.1 Bäder

Hier kann man entscheiden zwischen Vollbad, Teilbad oder Sitzbad. Für ein Vollbad werden fünf bis maximal zehn Tropfen verwendet und bei einem Teilbad nimmt man dann die Hälfte der Anzahl an Tropfen. Ein Emulgator muss unbedingt hinzugefügt werden.

Gut geeignet dafür sind Milch, Sahne, Meersalz oder Honig. Für ein Vollbad hier die Mengenangaben. Es wird entweder Milch (1/4), Sahne (50 bis 100 ml, Rutschgefahr), Meersalz (zwei bis drei Esslöffel) oder Honig (drei bis vier Esslöffel) mit dem Öl vermischt und anschließend zum Badewasser hinzugegeben und mit der Hand kann man es dann gut in der Badewanne miteinander vermischen.

Für ein Teilbad wird wieder nur die Hälfte verwendet. (vgl. Deutsch E., Buchmayr B., Eberle M., 2013, S. 22 f)

5.2 Spülung

Für eine gute Wundheilung ist es wichtig, die Wundbeläge wie Fibrin, Zelltrümmer, Keime, Biofilm, Nekrosen und Schmutz mit Hilfe einer Spülung zu lösen und zu entfernen.

Der zubereitete, körperwarme Tee wird dann mit Hilfe einer Einmalspritze über die Wunde gespült. Dabei ist zu beachten, dass die Flüssigkeit mit wenig Druck auf die Wunde appliziert wird. Man muss auch darauf achten, dass die Spülflüssigkeit gut und schnell wieder abrinnen kann. Deshalb ist die Lagerung bei der Wundspülung ein wichtiger Faktor. Falls Tinkturen verwendet werden, muss man unbedingt die Packungsbeilage beachten und je nachdem auch mit einer anderen Flüssigkeit (Ringer, abgekochtes Wasser) verdünnen.

Bei einer Spülung sollte die Flüssigkeit Körpertemperatur haben, da eine zu kalte Flüssigkeit die Wundheilung für Stunden unterbrechen kann. (vgl. www.at.hartmann.info)

5.3 Nass- und Trockenphase

Eine Wundreinigung sollte schonend und effektiv gemacht werden, deshalb ist die Nass- und Trockenphase ein gut funktionierendes Vorgehen. Diese Methode eignet sich gut zum Reduzieren beziehungsweise zum Lösen von Zelltrümmern, Fremdkörpern und Belägen von Wunden und Wundumgebung.

Es werden sterile Kompressen – am besten drei Stück - mit einem geeigneten Tee (Eichenrinde, Kamille...) getränkt, dann werden die befeuchteten Kompressen auf die Wunde aufgelegt, zwei trockene Kompressen kommen im Anschluss noch darauf. Dann wird das Ganze mit einer Bandage oder einem Schlauchverband fixiert, damit die feuchten Umschläge einen direkten Kontakt mit dem Wundgrund und der Wundumgebung haben. Nun kann die Flüssigkeit von der Wunde gut aufgenommen werden. Die Nassphase sollte am besten 20 Minuten andauern. In den ersten fünf bis zehn Minuten wird die Flüssigkeit in die Wunde und Umgebungshaut abgegeben. Anschließend kommt es dann durch die

Körperwärme zur Verdunstung der Flüssigkeit. Der Patient empfindet deshalb die Einwirkungszeit als wohltuend, da es zu einer Kühlung und somit zur Juckreizstillung kommt. Detritus (= Zelltrümer) fängt an sich abzulösen und wird von der Kompresse aufgenommen. Nach der Abnahme des mit Detritus bestückten Umschlages wird durch ein kurzes Wischverfahren der Rest des gelösten Belages entfernt. Nun werden zwei trockene Kompressen auf die Wunde aufgelegt. Diese Phase sollte aber nur fünf bis zehn Minuten andauern, damit sich das Ganze nicht mit der Wunde verklebt und die Wunde nicht austrocknet. Wenn auch diese Zeit vorbei ist, kann alles entfernt werden und eine Beurteilung der Wunde erfolgen. (vgl. www.wfi.ch)

6 Wundreinigung mit Heilpflanzen

Im Anschluss kommen vier Heilpflanzen im Porträt. Es sind vier wichtige Pflanzen, die die Wundheilung unterstützen.

6.1 Salbei (*Salvia officinalis* L.)

Familie:

Lamiaceae (Lippenblütler-Gewächse).

Inhaltsstoffe:

Ätherische Öle, Gerbstoffe, Bitterstoffe, Flavonoide. (vgl. www.heilkraeuter.de)



Abb. 1: Salveiblätter (wala pflanzenarchiv, 22. Mai 2013)

Der Salbei hat den Ruf des ewigen Lebens. Früher galt der Leitsatz, warum soll jemand sterben, wenn der Salbei im Garten steht?

Der Salbei besitzt runzelige Blätter mit Silberpelz, welcher als Sonnenschutz dient. Das in den Blättern befindliche Öl wird aus den Öldrüsen geborgen, die auf der Unterseite der wollig behaarten Blätter liegen. Die Pflanze ist ab Ende Mai mit blauvioletten Blüten bestückt. Der Salbei wird 30 bis 80 cm hoch und die Blüten 3 cm groß.

Salbeipflanzen wachsen gut im trockenen Boden und bevorzugen eine sonnige Lage. Die Erntezeit ist ganzjährig, wobei man daran denken soll, das im Winter die Pflanzen weniger Heilkräfte und Aroma besitzen. Wegen dem hohen Gehalt an Inhaltsstoffen sollte man den Salbei für den medizinischen Gebrauch pflücken, bevor die Blüte in ihrer Pracht entsteht.

Die Blätter werden abgezapft und an einem schattigen Platz luftdicht aufbewahrt. Die im Salbei enthaltenen ätherischen Öle haben eine virenhemmende, pilztötende und antibakterielle Wirkung. Ebenso wirkt der Salbei zusammenziehend, austrocknend, schweißhemmend und stärkt die Abwehrkräfte. Also viele Eigenschaften, die in der Behandlung von Wunden eine große Rolle spielen.

Aber es können auch Nebenwirkungen auftreten.

Bei der äußerlichen Anwendung von Salbei sind noch keine Nebenwirkungen bekannt. Jedoch bei längerer Einnahme oder Überdosierung kann es zu toxischen Wirkungen führen. Epileptische Anfälle, Herzrasen, Schwindel oder Sehstörungen wurden beobachtet.

Zur innerlichen Anwendung wird ein Tee oder eine Tinktur zubereitet. Der Tee hilft hier zum Beispiel gegen Halsentzündungen und Kehlkopfentzündungen. Bei Zahnfleischentzündungen eignet sich der Tee gut zum Spülen.

Der Salbei wird bei schlecht heilenden Wunden und bei Geschwüren eingesetzt.

Die äußerlichen Indikationen kommen in Form von Wickel, Fußbäder, Waschungen oder Spülungen vor.

Waschungen eignen sich gut bei Menschen die stark schwitzen, da der Salbei die Schweißproduktion verringert und dadurch bei älteren Menschen einen Teil zur Dekubitusprophylaxe beiträgt.

Bei der Salbei Zubereitung wird ein Infus gemacht, dieser besteht hier aus 150 ml heißem, nicht mehr kochendem Wasser mit einem Teelöffel Salbeiblätter. Diese Menge lässt man dann zehn Minuten zugedeckt ziehen. Dieser Tee eignet sich gut zum sanften Spülen einer Wunde, somit wird diese gereinigt. Ebenso kann man zur Reinigung von Wunden an den Füßen ein Fußbad zubereiten. Dieses wird in einer Schüssel mit heißem Wasser und einem Liter doppelt starken Tee vorbereitet. Vorsicht ist bei Diabetikern geboten. (vgl. Bühring U., 2011, S.218 ff)

6.2 Kamille (*Matricaria recutita* L.)

Familie:

Familie der Korbblütengewächse (Asteraceae, Compositae).

Inhaltsstoffe:

Ätherische Öle, z.B. Matricin, Chamazulen und alpha-Bisabolol, außerdem Flavonoide, Cumarine. (vgl. www.heilkraeuter.de)



Abb. 2: Kamille (wenn du das Foto selbst gemacht hast dann deinen Namen **Arzneipflanzen, 12.07.2013**)

auflegen und dann im Dunkeln lagern. Die Wirkung der Heilpflanze ist entzündungshemmend, reizlindernd, heilungsfördernd. Sie hilft auch gegen Bakterien, Pilze und Viren.

Die Kamille besteht aus aufrichtigen Stängel und diese besitzen zwei bis dreifach gefiederte Blättchen. Die gelben hohlen Blütenköpfe werden von ca. 15 weißen Blütenzungen umgeben.

Die Kamille ist eine einjährige Pflanze. Als Wildpflanze wird sie bis zu 50 cm groß. Ansonsten ist sogar eine Größe von bis zu 80 cm möglich.

Für medizinische Zwecke werden nur die duftenden Blütenköpfe verwendet.

Nach der Ernte, die das ganze Jahr über erfolgen kann, soll man die gepflückten Blütenköpfe auf einem Leinentuch flach

In der Wundbehandlung hat die Kamille einen hohen Stellenwert, da sie die Wundheilung fördert und Schmerzen lindert. Sehr gut funktioniert die Heilpflanze bei eitrigen und schlecht heilenden Wunden. Besondere Anwendung findet die Kamille beim Ulcus Cruris, Dekubitus, Windeldermatitis und bei Verbrennungen zweiten Grades. Auch bei Magenschleimhautentzündungen, Magengeschwüren, Hautinfektionen, Entzündungen im Mund- und Rachenraum, Hämorrhoiden und Analfissuren hat sie eine unterstützende Wirkung.

Nur selten tritt als Nebenwirkung eine allergische Reaktion auf, jedoch sollte keine Anwendung bei Allergien auf Korbblütler erfolgen.

Zur innerlichen Indikation wird ein Tee zubereitet, hierfür einen Teelöffel Kamillenblüten mit 150 ml heißem Wasser übergießen und fünf bis zehn Minuten ziehen lassen.

Ebenso gibt es äußerliche Indikationen. Zum Beispiel wird ein Sitzbad/Teilbad mit 50 Gramm Blüten auf zehn Liter Wasser zubereitet. Zur Wundauflage oder Spülung bei schmierigen Wundrändern wird Kamillentee verwendet.

Die Spülungen haben dieselbe Vorbereitung wie der Kamillentee, aber mit zwei Teelöffel Blüten. Eine verdünnte Kamillentinktur wird eins zu zehn im warmen Wasser angerichtet. Die Salbe zur äußerlichen Anwendung für die Wundrand und Hautpflege erhält man in der Apotheke. (vgl. Bühring U., 2011, S. 144 ff)

6.3 Ringelblume (*Calendula officinalis* L.)

Familie:

Asteraceae (Korbblütengewächse).

Inhaltsstoffe:

Ätherisches Öl, Saponine, Carotinoide, Xanthophylle, Bitterstoffe, Schleime, Flavonoide. (vgl. www.heilkraeuter.de)



Abb. 3: Ringelblume (Kräuterfrau, 12.07.2013)



Abb. 4: Ringelblumenwiese (Arzneipflanzen, 06.06.2013)

Die Heilpflanze kann bis zu 50 cm wachsen. Ihre Gelb- und Orangentöne der Blüten stechen hervor und sind nicht zu übersehen. Jede Pflanze kann bis zu 50 Blütenköpfe tragen, die eine Größe von vier Zentimeter erreichen können.

Die Blätter der Pflanze sind spatelförmig, weich behaart und am Rande bewimpert.

Die Ringelblume ist eine der bekanntesten Wundheilungspflanzen, da sie die Eigenschaften hat, eine Wunde schnell und komplikationslos abzuheilen. Die Wirkung der Wundheilungspflanze Nummer eins ist: lymphabflussfördernd, antiödematös, virustatisch, antibakteriell (*Staphylococcus aureus*), fungistatisch, granulationsfördernd, antiseptisch, wundheilungsfördernd, entzündungshemmend, zellregenerierend und erweichend. Sie findet Anwendung bei Hautentzündungen, Verbrennungen bis zweiten Grades, Ekzemen und schlecht heilenden Wunden. Weiters wird die Heilpflanze auch bei Quetsch-, Schnitt-, Schlag-, Biss- und Risswunden verwendet. Genauso bei Windeldermatitis, Erfrierungen, Bestrahlung nach Brustkrebs, Dekubitus, Ulcus cruris und nach Amputationen. Nebenwirkungen sind im Zusammenhang mit der Ringelblume nicht bekannt. Äußerst selten kann es aber zur Korbblütlerallergie kommen.

Zur innerlichen Indikation verwendet man ein Tee. Dabei wird ein Teelöffel getrockneter Blütenköpfchen mit einer Tasse kochendem Wasser übergossen. Anschließend sieben Minuten bedeckt ziehen lassen und abseihen. Dreimal am Tag sollte man eine Tasse zu sich nehmen und somit wird der Lymphfluss im Körper angeregt. Gut geeignet also bei Lymphschwellungen nach Brustoperationen.

Für die Reinigung der Wunde wird Ringelblumentee verwendet. Wenn man eine Spülung möchte, dann werden zwei Teelöffel Blütenblätter pro Tasse Wasser benötigt. Den lauwarmen Tee gießt man dann über die frische Wunde. Ebenso gut eignet sich ein Teilbad, zum Beispiel für Patienten mit Wunden an den Füßen. Hierfür wird eine Spülung vorbereitet und der Tee wird dann zum Bad geleert. Vorsicht bei Diabetikern. Genauso kann man eine Kompresse mit lauwarmen Tee befeuchten und als Auflage auf die Wunde legen für 15 bis 20 Minuten zur sogenannten Nassphase. Besonders geeignet für die Reinigung tiefer Wunden ist eine Mischung, bestehend aus zwei bis vier ml Tinktur auf $\frac{1}{4}$ oder $\frac{1}{2}$ Liter Wasser. Bei der späteren Behandlung kommt dann die Ringelblumensalbe zum Einsatz.

Sie ist in jeder Apotheke erhältlich. Man kann sie aber auch selbst produzieren. Dafür nimmt man 20 g frisch gepflückte Blütenköpfe in 100 ml Sonnenblumenöl, dann 15 Minuten lang erhitzen. Anschließend abseihen und das Ringelblumenöl wieder retour in den Topf geben. 15 g Bienenwachs aus der Apotheke in demselben Topf zum Schmelzen bringen, den Topf vom Herd nehmen und dann die Salbe in kleine Gefäße gießen, mit Küchenrolle zudecken, abkühlen lassen und nachher erst mit den Deckeln verschließen. Dieses Produkt ist dann im Kühlschrank für ein Jahr haltbar.

Die Ringelblumensalbe eignet sich gut zur äußerlichen Anwendung als Wundrandpflege oder Hautpflege. Sie darf aber auf keinen Fall in die offene Wunde geraten. Gut eignet sich die Salbe auch bei Verbrennungen bis zweiten Grades. (vgl. Bühring U., 2011, S. 204 ff)

6.4 Eichenrinde (*Quercus robur* L.)

Familie:

Fagaceae (Buchengewächse).

Inhaltsstoffe:

Catechingerbstoffe, Gallussäure. (vgl. www.heilkraeuter.de)



Abb. 65: zerkleinerte Eichenrinde
(Eichenrinde, 14.08.2013)



Abb. 56: Eiche (Phytokodex-Eichenrinde,
29.08.2013)

Die Eiche ist ein Baum der 1000 Jahre alt werden kann und dabei eine Höhe von bis zu 50 m erreichen kann. Der Stamm besteht aus Hartholz und die charakteristischen Blätter sind nicht zu übersehen. Im Mai wird dann die Rinde geerntet, idealerweise bevor der Austrieb der Blätter beginnt. Für medizinische Zwecke wird jedoch nur die junge Rinde der Äste verwendet.

Der Gerbstoff der Eichenrinde ist sehr hoch (bis zu 20 %).

Die Eichenrinde hat auf der Haut und Schleimhaut eine austrocknende und zusammenziehende Wirkung. Ebenso eine blutstillende, entzündungshemmende, sekretionshemmende, gewebverdichtende und keimhemmende Eigenschaft.

Durch die austrocknende Eigenschaft eignet sich die Eichenrinde deshalb gut bei stark nässenden Wunden.

Bei der Eichenrinde sind keine Nebenwirkungen bekannt. Achten muss man aber darauf, dass bei großflächigen Wunden keine äußerliche Anwendung oder Vollbäder gemacht werden.

Innerlich wird wieder ein Tee zubereitet mit ½ Teelöffel (1,5 g) fein geschnittener oder grob gepulverter Rinde. Diese wird in 200 ml kaltem Wasser zum Sieden gebracht. Nach fünf Minuten köcheln muss der Tee noch fünf Minuten ziehen.

Zum Beispiel verwendet man den Tee bei Magen- und Darmgeschwüren, weil durch die entzündungshemmende Wirkung die Abheilung beschleunigt werden kann.

Auch bei den äußerlichen Indikationen werden einige Dinge angewendet.

Wenn man einen Umschlag oder mit Eichenrinde eine Spülung machen möchte, ist die Vorbereitung folgendermaßen:

Es werden drei Esslöffel (20g) zerkleinerte Rinde mit einem Liter Wasser zum Kochen gebracht. Dieses dann für zehn Minuten ziehen lassen und abgießen. Damit kann man dann die Wunde abtupfen, einen Umschlag machen oder die Wunde spülen.

Für ein Sitzbad nimmt man 500 Gramm Eichenrinde und gibt diese in vier Liter Wasser. Dann 15 Minuten kochen lassen, abgießen, auf 38 Grad kühlen. Die Anwendung zweimal täglich für 15 Minuten.

Die Dauer der Anwendungen mit Eichenrinde erfolgt ein bis zwei Wochen. (vgl. Bühring U., 2011, S. 78 ff)

7 Haut- und Wundrandpflege mit Ölen

Wichtig im Zusammenhang mit der richtigen Versorgung einer Wunde, ist die Haut und Wundrandpflege. Diese spielt eine wesentliche Rolle in der Wundbehandlung. Hierfür gibt es im komplementären Bereich viele wirksame Öle. Die Öle werden nach der Wundreinigung zur Wundrand- und Hautpflege verwendet. Zum Auftragen um die Wunde eignet sich gut der sogenannte Wärmekreis. Dieser wird im Anschluss näher beschrieben.

7.1 Ätherische Öle

7.1.1 Bergamotte

Bergamotte wird aus Kaltpressung der Fruchtschale gewonnen.

Das ätherische Öl wirkt antiseptisch, fiebersenkend, antiviral, antibakteriell, entzündungshemmend, epithelisierend, hautregenerierend und juckreizlindernd.

Man sollte das Öl vorsichtig einsetzen, da es zu einer phototoxischen Reaktion bei Sonnenbestrahlung kommen kann. (vgl. Deutsch E., Buchmayr B., Eberle M., 2013, S. 21)

7.1.2 Cistrose

Gewonnen wird das Öl durch Wasserdampfdestillation aus den Blättern und Zweigen.

Cistrose wirkt stark wundheilend, antiviral, antibakteriell, antimykotisch, blutstillend, hautpflegend, entstauend und durchblutungsfördernd. (vgl. Deutsch E., Buchmayr B., Eberle M., 2013, S. 223)

7.1.3 Manuka

Manuka erhält man durch Wasserdampfdestillation der Blätter und der jungen Zweige.

Manuka wirkt antimykotisch, antiallergisch, juckreizstillend, hautschützend und wundheilend. (vgl. Deutsch E., Buchmayr B., Eberle M., 2013, S. 230)

7.1.4 Palmarosa

Das ätherische Öl wird durch Wasserdampfdestillation des blühenden Grases gewonnen.

Palmarosa wirkt antibakteriell, antiviral, antimykotisch, entzündungshemmend, hautpflegend, hautregenerierend und fördert den Lymphabfluss.

Es findet Anwendung bei Windeldermatitis, ~~Intertrigo~~Intertrigo und beim Wundliegen. (vgl. Deutsch E., Buchmayr B., Eberle M., 2013, S. 235)

7.1.5 Rosmarin

Das Öl dieser Pflanze wird ebenso durch Wasserdampfdestillation von den blühenden Zweigen erworben.

Es wirkt entzündungshemmend, antibakteriell, antiviral, antimykotisch, antiseptisch, schmerzlindernd, hautstoffwechselanregend, epithelisierend, venös entstauend und durchblutungsfördernd. (vgl. Deutsch E., Buchmayr B., Eberle M., 2013, S. 239)

7.2 Fette Öle

Bei den fetten Ölen ist zu beachten, dass sie nicht in die Wunde gelangen. Fette Öle können nämlich die Wunde verstopfen und somit kann sie nicht mehr atmen.

Es kann zu Infektionen und Hitzestau führen. Deshalb ist es wichtig die Öle nur dünn am Wundrand aufzutragen. (vgl. www.phytodoc.de)

7.2.1 Jojobaöl (Wachs)

Jojobaöl hat den Charakter vom flüssigen Wachs. Der Jojobastrauch gibt dieses begehrte Öl ab, es befindet sich im Samen der sogenannten Nuss. Durch die Kaltpressung der Nüsse entsteht das wertvolle Öl. Die Ernte kann erst nach fünf bis sechs Jahren erfolgen. Jojobaöl wird auch als „flüssiges Gold“ bezeichnet. Es hat eine große Bedeutung zur Wundheilung und Pflege der Haut. Das Öl ist sehr beständig gegen Bakterien. Das Wachs kann nicht ranzig werden und ist auch deshalb sehr beliebt.

Das Jojobaöl sollte nur äußerlich und nicht jeden Tag angewendet werden. Bei täglicher Anwendung nur in Kombination mit anderen Pflanzenölen. Auch bei Menschen mit fettiger Haut sollte man vorsichtig sein.

Anwendung:

- als Pflege-Öl, da es gut in die Haut einzieht und die Haut geschmeidig macht,
- bei empfindlicher, gereizter und trockener Haut – Haut wird widerstandsfähiger,
- zur Stärkung des Bindegewebes,
- als natürlicher Lichtschutzfaktor (zirka 4),
- zur Förderung der Regenerationsfähigkeit der Hautzellen,
- Unterstützung des Heilungsprozesses der Haut (zum Beispiel Sonnenbrand),
- Zusatzstoff bei Narbenpflegeöl. (vgl. Deutsch E., Buchmayr B., Eberle M., 2013, S. 266)

7.2.2 Mandelöl (süß)

Das Mandelöl wird vom Mandelbaum gewonnen und zwar aus den reifen Samen der Süßmandel oder aus der Bittermandel.

Innerlich verwenden sollte man nur das Süßmandelöl, da beim Bittermandelöl der Gehalt an Giftigkeit zu hoch ist und deshalb nicht eingenommen werden darf.

Das Öl hält für zirka ein bis zwei Jahre und ist für alle Hauttypen gut verträglich.

Anwendung:

- ausgezeichnet bei trockener, rissiger, spröder und juckender Haut,
- zur Pflege und Schutz der Haut,
- gut als Massageöl geeignet. (vgl. Deutsch E., Buchmayr B., Eberle M., 2013, S. 267)

7.2.3 Olivenöl

Ein Öl, das man in fast jeder Küche findet und besondere Wirkstoffe hat, ist das Olivenöl.

Das Olivenöl kommt vom Olivenbaum und wird aus dem Fruchtfleisch durch Kaltpressung gewonnen. Die Haltbarkeit beträgt ein bis zwei Jahre. Die Einnahme vom Olivenöl unterstützt den Heilungsprozess und beugt Infektionen vor.

Anwendung äußerlich:

- als Hautpflegeprodukt,
- Einsatz bei schlecht durchbluteter, trockener, schuppiger und rissiger Haut,
- als Hautschutz vor UV-Strahlen (wegen der Ölsäuren),
- bei Muskel- und Gelenksschmerzen. (vgl. Deutsch E., Buchmayr B., Eberle M., 2013, S. 269)

7.2.4 Johanniskrautöl

Johanniskrautöl wird aus der Johanniskrautpflanze gewonnen.

Johanniskrautöl ist ein Mazerat, das heißt, es wird mit den Blüten kalt angesetzt und anschließend das Ganze zu einem hochwertigen kaltgepressten Pflanzenöl gegeben. Gut geeignet dafür ist auch ein kaltgepresstes Olivenöl.

Anwendung:

- wirkt entzündungshemmend und wundheilungsfördernd,
- als Hautpflege und als Pflegeöl bei Narben, Verbrennungen und Erfrierungen,
- als Dekubitusprophylaxe,
- als Schmerzlinderung. (vgl. Deutsch E., Buchmayr B., Eberle M., 2013, S. 265)

7.3 Wärmekreis

Der Wärmekreis gehört zu der rhythmischen Einreibung. Diese wurde von Dr. Ita Wegmann erfunden und von Fr. Dr. Margarethe Hauschka weiterentwickelt.

Die Wirkung der rhythmischen Einreibung:

- *Durchblutungsverbesserung*
- *Bewegung der Gewebsflüssigkeit*
- *Fehlspannungen in Muskel und Gewebe regulieren*
- *Vertiefung der Atmung*
- *Verbesserung der Herz- Kreislautsituation*
- *Normalisierung der Verdauung*
- *Wiederherstellung des gesunden Wach- Schlafrhythmus.* (vgl. Schlögl H., 2013, o.S.)

2013, o.S.)

Zum Auftragen der Öle um die Wunde ist der Wärmekreis eine gute Methode. Es werden die Wirkstoffe des jeweiligen Öls durch die Haut in die Wundumgebung aufgenommen. Der Heilungsprozess wird somit beschleunigt.

Der Wärmekreis läuft wie folgt ab:

Das Öl wird auf den Handflächen aufgetragen, verteilt und somit gleich angewärmt. Die Richtung beider Hände verläuft immer im Uhrzeigersinn.

Die linke Hand bleibt immer mit der Haut in Kontakt und löst sich nicht ab. Sie beginnt bei sieben Uhr, taucht ein mit den Fingerbeeren und verläuft im Kreis weiter. Die rechte Hand beginnt mit den Handwurzeln bei ein Uhr, wenn die linke Hand bei sieben Uhr eintaucht. Somit umschließt man die Wunde mit kreisenden Bewegungen. Der Druck dabei ist sehr weich, sodass die Haut nicht verschoben wird. Die Einreibung dauert ein bis zwei Minuten und anschließend wird noch zehn bis fünfzehn Minuten nachgeruht. (vgl. Schlögl H., 2013, o.S.)

8 Medizinischer Honig

Dieser „Medizinische Honig“ ist antibakteriell und wird speziell für die Wundversorgung zubereitet. Er wird auf seine Reinheit und Sterilität geprüft und extra filtriert.

Deshalb darf man zur Wundversorgung keinen Bio-Honig oder einen gewöhnlichen Honig, wie man ihn in jedem Supermarkt erhält verwenden. Der „Medizinische Honig“ ist mit dem CE-Gütesiegel bestückt.

8.1 Wirkung

Der „Medizinische Honig“ besitzt eine antibakterielle Wirkung. Er ist reich an Zucker und entzieht dem Gewebe somit Feuchtigkeit. Die Keime können sich nun schlechter vermehren. Ebenso besitzt der Honig eine reinigende Wirkung, denn durch den Feuchtigkeitsentzug kommt es zum Ablösen von Belägen, Nekrosen und Bakterien aus dem Wundgrund in die Wundaufgabe und zur Reduktion von Ödemen. Die nächste gute Eigenschaft ist, dass der Honig auch entzündungshemmend auf die Wunde wirkt.



Des Weiteren ist er auch geruchsmindernd. Hierbei kommt es zur Hemmung der Ammoniakprodukte und der Bakterien. Der Wundhonig wirkt auch schmerzlindernd, nach dem Auftragen kommt es zu einem kurzen, leichten Brennen und anschließend folgt eine kühlende Wirkung. Dies ist dann sehr wohltuend.

Der „Medizinische Honig“ hat keine Nebenwirkungen, keine Resistenzbildung und es gibt auch kaum Allergien. Doch das Produkt sollte nicht angewendet werden, wenn jemand eine Allergie auf Honig oder Honigprodukte hat. Bei einer Unverträglichkeit auf Bienengift besteht kein Grund, den Honig nicht zu verwenden. Ebenso gibt es auch keine Gegenanzeigen in der Anwendung bei Diabetikern. Besonders hilfreich ist er beim Multi-resistenten-Staphylococcus aureus (MRSA), Vancomycin-resistenten Enterokokken (VRE) und Extended-Spectrum Beta- Laktamase (ESBL).

Abb. 7: Medizinischer Honig (Antibakterieller Medizinischer Honig, 29.08.2013)

8.2 Anwendung

Die Anwendung vom „Medizinischen Honig“ kann bei folgenden Wunden stattfinden: Akute und chronische Wunden, Dekubitus, Transplantationsstellen, belegte Wunden, schlecht heilende Wunden, infizierte Wunden, chirurgische Wunden/Operationswunden, tiefe Wunden, Verbrennungen, Verbrühungen, Wunden mit Fistelgängen, nekrotische Wunden, diabetische Wunden, Fußulzera und Beinulzera, übel riechende Wunden, Schnitt- und Schürfwunden und oberflächliche Wunden. Bei der Anwendung des Honigs auf den verschiedenen Wunden, sollte man beachten, dass der Honig mit einem Träger zum Beispiel einem sterilen Mundspatel auf die Wunde aufgetragen wird. Dabei ist zu beachten, dass der Konus der Tube nicht mit dem Spatel in Berührung kommt. Man sagt, zwei bis drei Milliliter des Wundhonigs sollen auf die Wunde appliziert werden, oder 20 Gramm auf eine Fläche von zehn mal zehn Zentimeter auftragen. Falls die Wunde tiefer ist, kann man den Verbandstoff mit Honig tränken und gut in die Wunde geben. Und bei Fistelgängen wird der Honig in die Wunde appliziert. Wichtig ist drauf zu achten, dass der Honig immer Kontakt mit dem Wundgrund hat. Auf die Wunde mit dem Honig wird anschließend dann die ausgewählte Wundaufgabe aufgelegt und verbunden. (vgl. www.medihoney.de)

9 Phasen der Wundheilung mit dem Einsatz komplementärer Methoden

9.1 Reinigungsphase (ca. 3 – 4 Tage)

Die bei der Wundentstehung verletzten Blut- und Lymphgefäße sondern solange Blut, Sekret und Lymphe ab, bis er zur Vasokonstriktion und Blutgerinnung kommt. Hieraus entsteht der Wundschorf, der die Wunde vor dem Austrocknen, Verunreinigung



Abb. 8: Schnittverletzung Daumen (Privatfoto)

beziehungsweise dem Eintritt von Krankheitserregern schützt.

Granulozyten treten aus den Kapillaren aus und räumen Infektionserreger, Schmutzpartikel und untergegangenes Zellmaterial durch Phagozytose ab.

Aufgrund der Mehrdurchblutung kommt es zur Rötung und Temperaturerhöhung.

Die Reinigung erfolgt dann durch Spülung oder Teekompressen mit Eichenrinde, Kamille oder Ringelblume. Schmierig belegte Wunden können mit Honig gereinigt werden.

Hier bei diesem Foto wurde eine unterstützende Reinigung mit Kamillentee als Spülung durchgeführt.

9.2 Granulationsphase (ca. 10 Tage)

In dieser Phase beginnt die Neubildung des Gewebes, indem Kapillaren in das Wundgebiet sprießen und Eiweißfasern von den Bindegewebszellen gebildet werden. Das vom Wundrand her gebildete, gefäßreiche Gewebe wird als Granulationsgewebe bezeichnet. Es kann in Form von Fleischwärtchen am Wundrand beobachtet werden und ist Voraussetzung für den späteren Wundverschluss. Parallel hinzu folgt eine Straffung der Kollagenfasern, die zum Zusammenziehen der Wunde führt und ihr eine größere Festigkeit verleiht.



Abb. 9: Schnittverletzung Daumen (Privatfoto)

Hier können Auflagen mit Kamillen- oder Ringelblumentee aufgelegt werden. Der Wundrand wird in dieser Phase mit Johanniskrautöl versorgt. Ebenso wirkt Honig in dieser Phase gut, da der Wundhonig eine nährnde Substanz hat.

Bei diesem Foto wurde die Heilung des Daumens mit Kamillenteeauflagen unterstützt. Zur Hautpflege kam das Johanniskrautöl zum Einsatz.

9.3 Epithelisierungsphase (mehrere Wochen bis Monate)

Es wird die Epithelisation fortgesetzt, bis die Wunde mit einer feinen Haut überzogen ist. Zugleich erfolgt eine Vernetzung und Festigung der Bindegewebsfasern, die ausreifen.

Nach 14 Tagen hat die entstandene Narbe eine Festigkeit erreicht. Erst ca. drei Monaten nach der Wundentstehung ist die Narbe maximal belastbar. Die Narbe erhält erst nach 12 Monaten ihre vollständige Belastung wieder.

Hier ist es nun wichtig, auch nach der Narbenbildung noch regelmäßig die Wund- und Hautpflege durchzuführen.



Abb. 10: abgeheilte Schnittverletzung Daumen (Privatfoto)

In dieser Phase wird die Wunde mit Mandelöl oder Olivenöl versorgt. Die Wundheilungsphasen laufen nicht strikt nacheinander ab, sie können auch parallel zueinander verlaufen. (vgl. Ortner A., 2010, o.S.)

Dieses Foto zeigt nun die abgeheilte Wunde. Die Komplementären Mittel haben hier eine gute unterstützende Leistung gebracht. Die Verheilung der Wunde dauerte ein Monat.

Jetzt wird nur noch eine tägliche Haut- und Narbenpflege mit Johanniskrautöl durchgeführt.

10 Zusammenfassung

In meiner Arbeit geht es über „Nutzung der komplementär Medizin im Rahmen der Wundbehandlung“.

Es gibt natürlich sehr viele Heilpflanzen die eine gute Wirkung auf Wunden besitzen. Ich aber, habe die für mich wesentlichen Heilpflanzen herausgefiltert und

beschrieben. Mit allen genannten Heilpflanzen habe ich in meiner Verwandtschaft, Bekanntschaft, Familie, Freundeskreis und auch bei mir selbst schon positive Erfolge verbuchen können. Die Anwendungen, die in meiner Arbeit zu finden sind, können die Wundheilung gut unterstützen. Ich habe das Augenmerk auf alle Wunden gerichtet, die in Verbindung mit komplementären Methoden stehen und wo man diese auch umsetzen kann. Bei den Anwendungen habe ich nur die häufigsten Methoden näher beschrieben.

11 Diskussion und Schlussfolgerung

Dieses Thema interessiert mich schon seit Jahren und da auf meiner Arbeitsstelle im Krankenhaus viel mit komplementären Methoden gearbeitet wird, bekam ich einen guten Einblick in die Arbeit mit diesen Mittel. Ich lernte viel neues Wissen dazu. Als ich dann hörte, dass ein Grundkurs zur komplementären Pflege bei uns im Krankenhaus angeboten wird, nutzte ich die Gelegenheit und startete mit diesem Kurs.

Da ich bei der Weiterbildung zum Wundmanager hörte, dass wir das Thema für die Abschlussarbeit selbst aussuchen dürfen, war für mich klar, dass ich dieses Fachgebiet wählen werde. Somit ergriff ich gleich die Chance, mein schon recherchiertes und neu dazugewonnenes Wissen niederzuschreiben. Aber schon bald musste ich feststellen, dass es für mich eine große Herausforderung werden würde. Ich ging mit viel Eifer an die Sache ran, merkte aber schnell, dass es wenig Literatur im Zusammenhang mit Komplementären Methoden und Wundheilung gibt. Also entschied ich mich, das Beste draus zu machen und so gut es mir gelingt einige wesentliche Informationen zu vermitteln.

Ich persönlich habe im stationären Bereich die komplementären Methoden bei Wunden noch nie anwenden können. Aber im Zusammenhang mit Hautpflege bei sehr trockener Haut arbeite ich viel mit Mandelöl und erziele damit sehr gute Erfolge. Aus persönlicher Erfahrung kann ich nur sagen, dass die komplementäre Pflege immer mehr erwünscht wird und in unserer Abteilung auch gut zum Einsatz kommt. Wir sind auf der Station mit einigen gut ausgewählten Ölen versorgt.

Ein Ziel von mir ist es, die komplementäre Pflege noch mehr im Zusammenhang mit Wunden in Einsatz zu bringen und den Patienten somit eine bestmögliche Therapie zu gewährleisten, sofern es erwünscht ist.

Ich persönlich finde, dass über das Thema „Komplementäre Methoden im Zusammenhang mit Wunden“ noch viel zu wenig geredet und informiert wird.

Man kennt und weiß viel über Heilpflanzen, aber sie werden nur in wenigen Fällen unterstützend verwendet.

Meiner Meinung nach stehen wir immer noch in den Anfängen des Einsatzes der Komplementärmedizin in der Wundbehandlung, aber ich glaube, dass Menschen in Zukunft immer mehr auf die Kräfte der Natur zurückgreifen werden.

12 Literaturverzeichnis

- Bühning U. (2007, 2011). *Alles über Heilpflanzen. Erkennen, anwenden und gesund bleiben*. Stuttgart: Eugen Ulmer KG
- Bühning U. (2011). *Praxis-Lehrbuch der modernen Heilpflanzenkunde. Grundlagen – Anwendung – Therapie*. Stuttgart: Karl F. Haug Verlag
- Deutsch E., Buchmayr B., Eberle M. (2013). *Aromapflege Handbuch. Leitfaden für den Einsatz ätherischer Öle in Gesundheits-, Krankenpflege- und Sozialberufen*. Österreich: Thomas Grasl
- Fachagentur Nachwachsende Rohstoffe e.V. (FNR). (o.J.). *Arzneipflanzen*. [WWW Document]. URL <http://www.arzneipflanzen.fnr.de> (06.06.2013)
- Kammerlander G., Eberlein T., Asmussen P., Brunner U., Andriessen A., Zimpfer F. (2006). *Bedeutung der „Nass-Trocken-Phase“ im Management chronischer Wunden*. [WWW Document]. URL http://www.wfi.ch/sites/dl/download/Nass-Trocken_ZfW.pdf (14.08.2013)
- Krause und Pachernegg GmbH. (o.J.). *Phytokodex-Eichenrinde*. [WWW Document]. URL <http://www.kup.at/db/phytokodex/vollbild/Eichenrinde.html> (29.08.2013)
- Marbach E. (2011). *Heilkräuter-Seiten*. [WWW Document]. URL <http://www.heilkraeuter.de> (05.05.2013)
- Mathez L. (2007). *Heilpflanzen erfahren*. [WWW Document]. URL <http://www.kraeuterfrau.ch> (12.07.2013)
- Medihoney (Europe). Ltd. (o.J.). *Der medizinische Honig zur Wundbehandlung*. [WWW Document]. URL <http://www.medihoney.de/sites/medienberichte.html> (20.08.2013)

Ortner A. (2010). *Verbandstofflehre*. Skriptum, Lienz.

Paul Hartmann AG. (2009). *Wund Forum. Das Magazin für Wundbehandlung und Wundheilung*. [WWW Document]. URL <http://www.at.hartmann.info/images/PHW309.pdf> (16.08.2013)

PhytoDoc Limited. (2013). *Natürlich gesund*. [WWW Document]. URL <http://www.phytodoc.de/erkrankung/wunden> (07.09.2013)

Privatfoto

Reese J. (o.J.). *Das Wissensportal im deutschsprachigen Raum*. [WWW Document]. URL <http://www.fremdwort.de/suchen/bedeutung/Komplement%C3%A4rmedizin> (13.06.2013)

Schlögl H. (2013). *Die rhythmische Einreibung nach Wegmann Hauschka*. Skriptum, Innsbruck

Stutz A. (o.J.). *Medihoney™ Antibakterieller Medizinischer Honig und Medihoney™ Antibakterielles Wundgel für die Hausapotheke*. [WWW Document]. URL http://www.nlnv.de/front_content.php?idart=1061 (29.08.2013)

Wähling U. (o.J.). *Magic Herbs-Kräuter, Öle und Zubehör*. [WWW Document]. URL www.magicherbs.de (14.08.2013)

WALA Heilmittel GmbH. (o.J.). *Wala Pflanzenarchiv*. [WWW Document]. URL www.wala.de/qualitaet/pflanzenarchiv (22. Mai 2013)

13 Abbildungsverzeichnis

<u>Abb. 1: Salbeiblätter (wala pflanzenarchiv, 22. Mai 2013)</u>	16	Feldfunktion geändert
<u>Abb. 2: Kamille (Arzneipflanzen, 12.07.2013)</u>	18	Feldfunktion geändert
<u>Abb. 3: Ringelblume (Kräuterfrau, 12.07.2013)</u>	20	Feldfunktion geändert
<u>Abb. 4: Ringelblumenwiese (Arzneipflanzen, 06.06.2013)</u>	20	Feldfunktion geändert
<u>Abb. 6: Eiche (Phytokodex-Eichenrinde, 29.08.2013)</u>	22	Feldfunktion geändert
<u>Abb. 5: zerkleinerte Eichenrinde (Eichenrinde, 14.08.2013)</u>	22	Feldfunktion geändert
<u>Abb. 7: Medizinischer Honig (Antibakterieller Medizinischer Honig, 29.08.2013) .</u>	28	Feldfunktion geändert
<u>Abb. 8: Schnittverletzung Daumen (Privatfoto)</u>	29	Feldfunktion geändert
<u>Abb. 9: Schnittverletzung Daumen (Privatfoto)</u>	30	Feldfunktion geändert
<u>Abb. 10: abgeheilte Schnittverletzung</u>	31	Feldfunktion geändert

14 Eidesstattliche Erklärung

Ich erkläre, dass die vorliegende Arbeit von mir selbst verfasst wurde, und ich ausschließlich die von mir angegebenen Werke und Hilfsmittel verwendet habe.

Rum, am 20. August 2013

Andrea Stocker