**Schürfwunden richtig behandeln**[[1]](#footnote-1)

**Eine Schürfwunde sieht oft schlimm aus, aber meistens sind die Verletzungen nur oberflächlich. Doch weil die Wunde nicht stark blutet, kann sie die Haut entzünden.**

**Was ist eine Schürfwunde?**

Ist nur die oberste Hautschicht verletzt, spricht man von einer Schürfwunde. Sie tritt zum Beispiel auf, wenn ein Mensch mit einer Einschränkung stürzt oder ausrutscht. Die Wunde ist meistens grossflächig und blutet gering. Ist nur die Oberhaut verletzt, tritt das Blut punktförmig aus. Allerdings kann Gewebewasser austreten, das heisst die Wunde nässt.

**Schürfwunde behandeln**

Bei Menschen mit einer Einschränkung hilft erst einmal eine trostreiche Umarmung gegen den Schreck und den Schmerz. Oft empfinden diese Menschen eine in ein sauberes Geschirrtuch gewickelte Kühlkompresse angenehm. **Die Schürfwunde heilt am besten, wenn sie während 20 Min. in Schmierseifenwasser baden**. Dies 2 x pro Tag und während 3 Tagen wiederholen.

**Wann braucht die Schürfwunde ein Pflaster?**

Ein Pflaster deckt die Wunde ab und schützt sie so vor Krankheitserregern. Bei kleinen Verletzungen ist nicht unbedingt ein Pflaster erforderlich, aber Menschen mit einer Einschränkung fühlen sich oft besser wenn die blutige Stelle mit einem bunten Schutz verdeckt ist. Für grossflächige Schürfwunden bei diesen Menschen eignen sich sterile Salbenkompressen, die mit elastischen einer elastischen Binde fixiert werden. Aber bei so grossen Verletzungen ist es besser, stets einen Arzt zu konsultieren.

**Heilungsprozess bei Schürfwunden**

Wenn sich Schorf auf der Wunde bildet, kann das Pflaster abgenommen werden. Das passiert meistens nach einem Tag. Wenn Menschen mit einer Beeinträchtigung daran kratzen, können allerdings Erreger in die Wunde eindringen. Bei diesen Menschen ist es besser, die Wunde weiterhin mit einem Pflaster abzudecken. Der Schorf fällt von alleine ab, wenn sich eine neue Oberhautschicht gebildet hat. Kontrolliere unbedingt den Genesungsverlauf der Schürfwunde. Treten Schwellungen und Rötungen auf oder beginnt die Wunde sogar zu eitern, suche sofort einen Arzt auf.

**Moderne Pflastergeneration**

Inzwischen gibt es sogenannte hydroaktive Pflaster. Sie enthalten eine Art Gel, das die Wunde vor dem Austrocknen schützt. Dadurch heilt die Wunde schneller ab ohne eine Schorfschicht zu bilden. Weil das Pflaster nicht mehr mit dem Schorf verklebt, ist der Wechsel der Wundauflage viel angenehmer.

**Vorsicht Tetanus!**

Überprüfe bei jeder Verletzung, ob noch ausreichend Schutz gegen Tetanus besteht. Die letzte Impfung sollte höchstens 10 Jahre zurückliegen. Ansonsten den Arzt kontaktieren und die Impfung auffrischen.

 [[2]](#footnote-2) [[3]](#footnote-3)

1. http://www.gesuendernet.de/service-und-wissen/therapie-a-behandlung/ [↑](#footnote-ref-1)
2. https://www.adlershop.ch/pp/46919/141134/gold-schmierseife-fest-1kg-800x800.jpg [↑](#footnote-ref-2)
3. [↑](#footnote-ref-3)