



Wegweiser

chronische Wunden

**Tipps zur Verhinderung
und Heilung**

Wir helfen
hier und jetzt.

ASB
Arbeiter-Samariter-Bund

Liebe Leserin, lieber Leser,

von Natur aus versucht der Menschen, Krankheiten vorzubeugen und Unfälle zu vermeiden. Denn sie bedrohen die Gesundheit, wirken sich negativ auf das Wohlbefinden aus und beeinflussen die Lebensqualität negativ. Der Mensch verfügt daher über Mechanismen, um den Körper und die Seele zu schützen und Heilungsprozesse in Gang zu setzen. Hat man sich beispielsweise in den Finger geschnitten, informiert uns der einsetzende Schmerz über die Wunde und der Körper beginnt automatisch mit der Heilung.

Der menschliche Körper ist also dazu fähig, auf bedrohliche Ereignisse wie Wunden zu reagieren und selbstständig den Genesungsprozess zu starten. Krankheiten können aber dazu führen, dass die automatischen Mechanismen für eine Heilung nicht vorliegen und es zu dauerhaften, also chronischen Wunden kommt. In Deutschland werden schätzungsweise knapp 900.000 Menschen mit chronischen Wunden behandelt (PMV, 2015).

Bei chronischen Wunden ist der Heilungsprozess beeinträchtigt. Ursache hierfür können unter anderem Entzündungen, Stoffwechselerkrankungen und Immundefekte sein. Darüber hinaus können chronische Wunden Schmerzen verursachen und zu Folgeerkrankungen führen.

Der Behandlung der Ursache kommt eine genauso große Bedeutung zu wie der Versorgung der Wunde selbst. Bei der Therapie müssen seelische und soziale Einschränkungen mit einbezogen werden. Mögliche Folgeerkrankungen einer chronischen Beeinträchtigung sind ebenfalls in der Behandlung zu berücksichtigen.

Mit dieser Broschüre möchten wir Sie über chronische Wunden informieren. Wir haben Tipps und Hinweise zusammengetragen, die Ihnen zeigen, wie Sie das Risiko für dauerhafte Wunden vermindern und den Verlauf positiv beeinflussen können. Chronische Wunden beeinflussen das Leben von Menschen in vielfacher Weise. Auch den Angehörigen kommt hier eine wichtige Rolle zu. Sie bieten nicht nur körperliche, sondern auch seelische und soziale Unterstützung, um einer dauerhaften Beeinträchtigung durch chronische Wunden entgegenzuwirken und die Lebensqualität von Betroffenen zu verbessern.

Inhaltsverzeichnis

Wie entstehen chronische Wunden?	4
Häufige Wundarten und ihre Ursachen	5
■ Ulcus cruris	
■ Diabetisches Fußsyndrom	
■ Dekubitus	
■ Schmerzmedikation	
■ Umgestaltung des Umfeldes	
Chronische Wunden vermeiden und Tipps zur Linderung	8
■ Bewegung	
■ Hautpflege	
■ Ernährung	
■ Druckentlastung	
■ Kompressionstherapie	
■ Schmerzbehandlung	
■ Medizinische Fußpflege bei diabetischem Fußsyndrom	
Möglichkeiten der Kostenübernahme	18

Hinweis:

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird nach Möglichkeit auf die gleichzeitige Verwendung männlicher und weiblicher Sprachformen verzichtet. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten gleichermaßen für Angehörige aller Geschlechter.

Wie entstehen chronische Wunden?

Wunden heilen meist nach kurzer Zeit wie zum Beispiel eine oberflächliche Schnittverletzung am Finger. Eine Wunde wird als dauerhaft, chronisch, bezeichnet, wenn die Heilung trotz fachgerechter Therapie nicht nach vier bis zwölf Wochen beginnt. Hierbei ist die Art der Wunde und der Gesundheitszustand zu berücksichtigen.

Für die Entstehung chronischer Wunden gibt es eine Vielzahl von Ursachen. Grundsätzlich liegt meist eine Erkrankung vor, die den Heilungsprozess verzögert oder sogar verhindert. Das Risiko erhöht sich, wenn mehrere Erkrankungen gleichzeitig bestehen und altersbedingt die Beweglichkeit nachlässt.

Folgende Einflüsse fördern die Entstehung von chronischen Wunden:

- Durchblutungsstörungen, vor allem im Bereich der Unterschenkel, die zum „offenen Bein“, medizinisch „Ulcus cruris“, führen
- Stoffwechselerkrankungen wie Diabetes, die unter anderem entzündliche Prozesse begünstigen und über längere Zeit das Gewebe schädigen



- mechanische Ursachen wie Scherkräfte sowie Hitze, die Druckgeschwüre, medizinisch „Dekubitus“, zur Folge haben können
- Entzündungen der Haut
- Infektionen
- chemische Reize
- bösartige Gewebeveränderungen, medizinisch „maligner Tumor“, bei denen die Oberfläche der Haut dauerhaft zerstört wird.

Häufige Wundarten und ihre Ursachen

Am häufigsten kommen in Deutschland chronische Wunden am Unterschenkel (Ulcus cruris) vor, gefolgt vom „diabetischem Fußsyndrom“ und dem Dekubitus. Auch verletzungsbedingte chronische Wunden sind häufig, wobei in diesen Fällen meist eine zusätzliche Erkrankung die Heilung behindert. Bei etwa jeder zehnten dauerhaften Wunde sind mehrere Erkrankungen gleichzeitig die Ursache.

die Folge von erkrankten Gefäßen, die zu Durchblutungsstörungen führen. Wird das Hautgewebe in der Umgebung der Gefäße nicht ausreichend durchblutet, kann es dort zu Problemen mit der Sauerstoff- und Nährstoffversorgung kommen. In der Folge stirbt Gewebe ab und es bilden sich Wunden. Solange die Ursache nicht beseitigt wird, besteht die Gefahr von dauerhaften Wunden.



Das Bein ist häufig betroffen, weil die Gefäße am Unterschenkel besonderen Belastungen ausgesetzt sind. Sie tragen beim Gehen und Stehen das Gewicht des Körpers und befinden sich weit entfernt vom Herzen, was Durchblutungsstörungen begünstigt.

Diabetisches Fußsyndrom

Die Zuckerkrankheit, medizinisch Diabetes mellitus, kann zu einer Reihe von Gesundheitsproblemen führen, unter anderem zu Wunden. Das Risiko ist besonders hoch, wenn diabetesrelevante Stoffwechselfparameter häufig nicht richtig eingestellt sind. Die Folge sind Entzündungen an Nerven und Gefäßen, die wiederum die Versorgung des umgebenden Gewebes mit Nährstoffen und Sauerstoff

Ulcus cruris

Das „offene Bein“, medizinisch „Ulcus cruris“, ist eine dauerhafte Wunde am Unterschenkel. Sie ist



einschränken. Bei geschädigten Nerven wird darüber hinaus das Schmerzempfinden herabgesetzt. Aus diesem Grund bleiben Verletzungen zunächst oft unbemerkt und können sich zu chronischen Wunden entwickeln.

Wie bei anderen Wunden erhöht sich das Risiko, wenn mehrere Gesundheitsprobleme gleichzeitig auftreten. Für das diabetische Fußsyndrom sind das vor allem

- Probleme und Einschränkungen im Bereich der Füße, zum Beispiel ungeeignetes Schuhwerk, Fußfehlstellung, Hornhautschwielen, eingeschränkte Beweglichkeit der Gelenke.

- Erkrankungen der Nerven im Fußbereich, medizinisch „Neuropathien“.
- Durchblutungsstörungen der kleinsten Arterien, medizinisch „periphere arterielle Verschlusskrankheit“ (pAVK).
- seelische Erkrankungen, soziale Vernachlässigung.

Dekubitus

Unsere Haut muss an einigen Stellen dauerhaft starkem Druck standhalten. Die Fußsohlen nehmen keinen Schaden, wenn wir länger stehen und auch die Hände werden beim längeren Festhalten nicht wund. Für den Rest der Haut gilt dies jedoch nur sehr eingeschränkt. Sie reagiert empfindlich auf Druck. Insbesondere dort, wo Knochen direkt unter der Haut liegen, ist die Gefahr sehr groß, dass Wunden entstehen.

Das Gewicht des eigenen Körpers reicht bereits aus, die Haut zu schädigen. Solange wir gesund sind, besteht jedoch kein Risiko, da wir automatisch den Druck immer wieder auf unterschiedliche Stellen verteilen. Das funktioniert unbewusst sogar im Schlaf.

Das gilt nicht für geschwächte Menschen und Personen, deren Beweglichkeit eingeschränkt ist. Insbesondere, wenn eine selbstständige und regelmäßige Bewegung nicht mehr möglich ist, steigt das Risiko für Druckgeschwüre.

Druck auf das Gewebe führt dazu, dass Gefäße zusammengedrückt werden. Hält der Zustand länger an und das betreffende Areal wird nicht entlastet, ist die Durchblutung nicht mehr gewährleistet. In der Folge können weder Nährstoffe und Sauerstoff das betroffene Gewebe erreichen, noch werden

Stoffwechselprodukte mit dem Blut abtransportiert. In der Folge können Wunden entstehen, die je nach Ausprägung bis tief in das Gewebe reichen.

Dekubitus-Wunden werden sechs Kategorien zugeordnet. Bereits in der ersten Kategorie, wenn eine Hautrötung besteht, die beim Druck mit dem Finger nicht verschwindet, muss die Dekubitus-Behandlung einsetzen. Zuvor gibt es für gefährdete Menschen eine Vielzahl von Maßnahmen, die der Entstehung einer Wunde vorbeugen. Die wichtigste ist die Bewegung.



Chronische Wunden vermeiden und Tipps zur Linderung

Dauerhafte Wunden beeinträchtigen die Lebensqualität. Sie verursachen häufig Schmerzen und beeinflussen das allgemeine Wohlbefinden. Das wiederum trägt dazu bei, dass die Teilhabe am sozialen Leben eingeschränkt wird. Chronische Wunden wirken sich negativ auf die Gesundheit aus und müssen daher unbedingt behandelt werden. Suchen Sie einen Arzt auf, wenn es Anzeichen dafür gibt, dass eine Wunde nicht verheilt!

Bei Wunden ist die Gefahr von Folgeerkrankungen groß. Aus diesem Grund spielen Vorbeugung und Vermeidung eine wichtige Rolle. Damit keine chronischen Wunden entstehen, müssen die Risikofaktoren bekannt sein. Häufig handelt es sich um die Kombination mehrerer Gefahren. Wenn zum Beispiel eine Erkrankung vorliegt und diese zu Bewegungseinschränkungen führt, können beide Gesundheitsbeeinträchtigungen dazu führen, dass Wunden nicht heilen und dauerhaft bestehen. Risiken können in jedem Einzelfall sehr unterschiedlich ausgeprägt sein. Daher sollten Maßnahmen und Therapien an die jeweilige Situation und die individuellen Ressourcen angepasst werden.



Angehörige können in einem solchen Fall ebenfalls eine wichtige Funktion übernehmen, indem sie zu einer Umgebung beitragen, die förderlich für Wundvermeidung und gegebenenfalls Wundheilung sind. Sie können auch bei der Linderung der Folgen unterstützen. Planen Sie gemeinsam mit dem Arzt oder einer Fachkraft für Wundpflege geeignete Maßnahmen.

Wenn eine Wunde bereits länger besteht und chronisch geworden ist, sollte unverzüglich eine Behandlung beginnen, um die Wunde zu schließen und die Folgen zu lindern. Andernfalls drohen schwerste gesundheitliche Einschränkungen.

Für Wunden gilt, dass sie durch bestehende Erkrankungen beeinflusst werden und dadurch dauerhaft werden können. Daher sollte die Behandlung der Ursache zusätzlich zur Wundversorgung erfolgen.

Auch nach der Heilung besteht das Risiko, dass die Wunde neu entsteht, insbesondere wenn die individuellen Risikofaktoren weiterhin vorliegen, zum Beispiel die Einschränkung der Beweglichkeit. Maßnahmen, um das wiederholte Auftreten zu vermeiden, die Rezi-

divrophylaxe, sind daher Bestandteil professioneller pflegerischer Versorgung. Dazu gehören auch Lagerung, Kompressionstherapie und gezielte Bewegungsübungen.

Welche Maßnahmen im Einzelfall sinnvoll sind, muss gemeinsam mit einem Arzt oder einer Fachkraft für Wundpflege herausgefunden werden. Die Durchführung von Therapien ist in manchen Fällen ausschließlich Fachkräften vorbehalten. Lassen Sie sich unbedingt beraten!



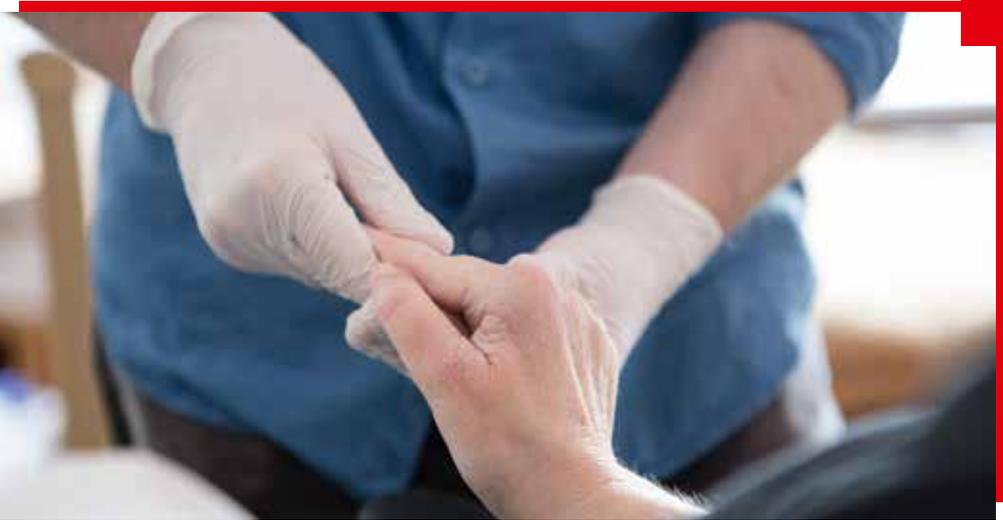
Bewegung

Chronische Wunden können viele Ursachen haben und sind darüber hinaus bei jedem Betroffenen sehr unterschiedlich ausgeprägt. Es gibt daher keine allgemeingültigen Maßnahmen, vielmehr müssen sie an die individuellen Gegebenheiten angepasst werden. Da es sich bei den Auslösern der chronischen Wunden häufig um Erkrankungen handelt, bei denen Bewegung die Vorbeugung und die Heilung unterstützt, spielt die Bewegungsförderung eine wichtige Rolle.



Die Entstehung von chronischen Wunden wird begünstigt, wenn der Lebensstil der Gesundheit schadet und Erkrankungen hervorruft. So erhöht das Rauchen nachweislich die Gefahr von Durchblutungsstörungen und das Krebsrisiko. Diese Erkrankungen können die Entstehung von Wunden begünstigen und deren Heilung verhindern. Die Umstellung von Gewohnheiten kann für Betroffene und Angehörige sehr aufreibend sein. Es kann hilfreich sein, sich von Fachleuten unterstützen zu lassen. Fragen Sie Ihren Arzt oder nehmen Sie Kontakt zu einer Selbsthilfegruppe auf!

Bei der Vorbeugung und der Vermeidung von Wunden nimmt die Bewegung einen besonders hohen Stellenwert ein. Mobilität an sich verbessert nicht nur die Lebensqualität, sondern ermöglicht auch die Teilnahme am sozialen Leben. Das sorgt für seelisches Gleichgewicht und einen guten allgemeinen Gesundheitszustand. Bewegungseinschränkungen können dagegen Erkrankungen verstärken und maßgeblich zur Entstehung von dauerhaften Wunden beitragen. Das wirkt sich wiederum negativ auf das Wohlbefinden und die seelische Gesundheit aus.



Bewegungsübungen müssen an die individuelle Situation angepasst werden. Besonders hilfreich sind Übungen, die den gesamten Körper mit einbeziehen. Soweit das möglich ist. Die Übungen sollten somit das Herz-Kreislauf-System anregen. Dazu gehören zum Beispiel das Spaziergehen sowie Lauf- und Gehübungen. Wenn Hilfsmittel den Gang sicherer machen, sollten sie eingesetzt werden.

Es gibt auch Übungen, die bei eingeschränkter Beweglichkeit und im Liegen durchgeführt werden können. Eine Vielzahl von chronischen

Wunden entsteht im Bein- und Fußbereich. Daher sollten hier Gelenke und Muskeln beweglich gehalten und trainiert werden, indem man zum Beispiel den Fuß um das Sprunggelenk kreisen lässt und die Fußspitze abwechselnd hebt und senkt. Diese Übung sollte mehrmals täglich wiederholt werden.

Bei bettlägerigen Menschen ist das Risiko aufgrund der fehlenden Bewegungsmöglichkeiten hoch, dass dauerhafte Wunden wie Dekubitus entstehen. Besonders wichtig sind in diesem Fall passive Übungen. Da die betroffene Person Bewegungen

nicht mehr selbstständig durchführen kann, wird sie durch eine andere Person, zum Beispiel einem Physiotherapeuten, dabei unterstützt. In jedem Fall sollten Sie sich vor der Planung und Durchführung beraten lassen und Unterstützung von Fachkräften in Anspruch nehmen.

Neben den bereits beschriebenen allgemeinen Maßnahmen gibt es für die unterschiedlichen Wundarten eine Reihe von Behandlungsverfahren, die von Fachleuten für Wundpflege und Ärzten durchgeführt werden. Angehörige können meist bei der Behandlung unterstützen. Verfahren, die bei den häufigsten Wundarten angewandt werden, werden nachfolgend aufgeführt.

Hautpflege

Das Ziel der Hautpflege ist es, die Schutzfunktion der Haut zu erhalten, damit keine Wunden entstehen. Bei einem schlechten Hautzustand ist die Gefahr dafür besonders groß. Hier können zum Beispiel Pflegeprodukte wie Cremes und Salben eingesetzt werden. Dabei sollte unbedingt auf den individuellen Hautzustand und die persönlichen Voraussetzungen geachtet werden. Manche Produkte können aufgrund ihrer Wirkstoffe Allergien auslösen. Außerdem sind Fett- und Wassergehalt von Cremes und Salben zu beachten, denn sie wirken auf der Haut ganz unterschiedlich. Die Pflege der Haut ist jedoch nur bis zu einem gewissen Grad von außen beeinflussbar.

Ernährung

Eine ausgewogene und an den persönlichen Bedarf angepasste Ernährung kann ebenfalls chronischen Wunden vorbeugen. Tatsächlich leiden viele Menschen mit chronischen Wunden unter einer Mangelernährung und sind sogar eher übergewichtig. Das scheint paradox, doch nicht die Menge ist entscheidend für eine gesunde Ernährung, sondern ihre Zusammensetzung. Wer also „viel





vom Falschen“ isst, kann den veränderten Bedarf, der durch das Auftreten von Wunden entsteht, mitunter nicht decken. Für die Ermittlung des Bedarfs und die geeignete Zusammensetzung der Nahrung sollten Sie fachlichen Rat in Anspruch nehmen und mit dem Arzt sprechen. Das betrifft auch das Trinken. Vor allem die Menge, aber auch die Art der Flüssigkeit hat Einfluss auf den körperlichen Zustand und damit auf die Entstehung von Wunden.

Druckentlastung

Bei der Behandlung von Dekubitus und beim diabetischen Fußsyndrom ist die Druckentlastung sehr wichtig. Besondere Bedeutung kommt hier dem Untergrund zu, auf dem Menschen liegen. Es gibt unterschiedliche Matratzen, die je nach Situation und Wundgeschehen eingesetzt werden können. Dabei ist zu beachten, dass Hilfsmittel die Eigenbewegungen nicht vollständig ersetzen können und zusätzlich die Bewegung gefördert werden muss.

Insbesondere sehr weiche Matratzen erschweren die eigenständige Lageveränderung, beanspruchte Körperstellen werden nicht entlastet und die ordentliche Durchblutung verhindert. Es kommt zu Druckstellen, welche die Gefahr von chronischen Wunden erhöhen.

Kompressionstherapie

Abhängig von den Ursachen können unterschiedliche Therapien zur Vermeidung von Wunden zum Einsatz kommen. Um Dekubitus vorzubeugen und zu behandeln, ist die Druckvermeidung entscheidend. Dagegen muss bei venösen

Erkrankungen der Druck erhöht werden. Die Kompression ist hier die wirksamste Vorbeugungsmaßnahme bzw. verspricht den besten Heilerfolg. Bei der Kompressionstherapie wird von außen Druck auf das Bein ausgeübt, damit sich keine Flüssigkeit staut. Die Ursache dafür sind Veränderungen der Blutgefäße. In diesem Fall wird nicht ausreichend Blut in Richtung des Herzens transportiert. Die aufgestaute Flüssigkeit besteht unter anderem aus Stoffen, die das Gewebe schädigen. Durch die Flüssigkeitsansammlung im Gewebe wird die Bildung von Wunden begünstigt.



Zur Therapie werden meist Kompressionsstrümpfe oder Kompressionsverbände eingesetzt. Welche Methode die richtige ist, hängt von individuellen Faktoren ab und wird durch den Arzt festgelegt.

Wichtige Empfehlungen sind:

- Eine Kompressionstherapie soll nur bei entstauten Venen erfolgen, zum Beispiel vor dem Aufstehen am Morgen oder nachdem die Beine zuvor hochgelegt wurden, sodass gestaute Flüssigkeit abfließen konnte.
- Bei einer Bandagierung kann ein Schlauchverband die Haut schützen, eine Unterpolsterung wirkt zudem Einschnürungen entgegen.
- Die Kompression muss entfernt werden, wenn Beschwerden auftreten. Dazu gehören Schmerzen, Verfärbung der Zehen, plötzliche Bewegungseinschränkungen, Kribbeln oder Taubheitsgefühl.

TIPPS

- Lassen Sie einen Kompressionsverband ausschließlich durch Fachpersonal anlegen und abnehmen.



- Vermeiden Sie es, an der Wunde zu kratzen oder sie in irgendeiner Form zu bearbeiten.

Schmerzbehandlung

Wunden verursachen häufig Schmerzen, die je nach Art und Gesamtsituation sehr stark sein können. Heilt die Wunde nicht, dann bleibt auch der Schmerz. Dieser kann ebenso wie die Wunde chronisch werden.

Menschen, die an Schmerzen leiden, ziehen sich häufig zurück und bewegen sich weniger. Damit wird jedoch ein sich verstärkender

Kreislauf in Gang gesetzt. Denn weniger Bewegung fördert wiederum das Risiko der Wundentstehung.

Die Beurteilung von Schmerz spielt bei chronischen Wunden eine sehr wichtige Rolle. Er lässt sich mithilfe von Medikamenten und eventuell nichtmedikamentösen Methoden behandeln. Grundsätzlich sollten Sie sich beraten lassen und mit einem Arzt die geeignete Therapie besprechen und planen.

Medizinische Fußpflege bei diabetischem Fußsyndrom

Das diabetische Fußsyndrom kann unter bestimmten Bedingungen bei der Zuckerkrankheit, medizinisch Diabetes mellitus, auftreten und zu chronischen Wunden führen. Insbesondere im Bereich der Zehen können Entzündungen und Wunden dauerhafte Probleme zur Folge haben.

Wichtig ist daher, dass die Füße und insbesondere die Zehen bei Menschen mit Diabetes besonders gut gepflegt werden. Das können Fachleute wie Podologen, übernehmen. Bei der podologischen Therapie werden Hornhautverdickungen abgetragen und die Zehennägel

geschnitten. Podologen können zudem das Schuhwerk und die Einlagen prüfen und geben Tipps für die Pflege der Haut an den Füßen.

TIPPS

- Überprüfen Sie täglich Ihre Füße und Fußsohlen. Achten Sie auf Hornhaut, Hinweise von Fußpilz, Verletzungen, Wunden, Rötungen, Schwellungen, Blasen.
- Kontrollieren Sie täglich die Zehen auf eingewachsene Nägel, Hinweise auf Nagelpilz, Auffälligkeiten in den Zehenzwischenräumen, Hühneraugen.
- Behandeln Sie Probleme an den Fußnägeln oder Füßen nicht selbst, sondern wenden Sie sich an entsprechendes Fachpersonal, zum Beispiel einen Podologen.
- Tasten Sie die Schuhinnenseiten vor dem Anziehen ab und achten Sie dabei auf eventuell drückende Unebenheiten! Achten Sie auf ausreichend Platz in den Schuhen und tragen Sie helle Strümpfe ohne Nähte. Helle Strümpfe haben den Vorteil, dass Veränderungen und Anzeichen von Wunden – wie zum Beispiel Blut – besser sichtbar sind und daher schneller



erkannt werden können. Nähte können Druckstellen verursachen, die wiederum zu Wunden führen.

- Vermeiden Sie lange Bäder und duschen Sie stattdessen.
- Benutzen Sie zum Reinigen keine Bürsten und rubbeln Sie die Füße nicht trocken! Das Reinigen kann mit einem weichen Lappen erfolgen und das Trocknen mit einem weichen Handtuch. Achten Sie darauf, dass die Füße vollständig abgetrocknet sind.
- Verwenden Sie feuchtigkeitsspendende Hautpflegeprodukte.
- Achten Sie auf eine gleichmäßige Einstellung des Blutzuckers.
- Kontaktieren Sie bei Auffälligkeiten umgehend Fachpersonal wie zum Beispiel eine professionelle Fußpflege, um die Ursachen zu klären und gegebenenfalls frühzeitig eine Behandlung einzuleiten.

Möglichkeiten der Kostenübernahme

Die Kosten für die Behandlung dauerhafter Wunden werden weitestgehend von den Krankenkassen übernommen. Voraussetzung ist, dass die Leistungen medizinisch erforderlich sind und ihr Arzt die Behandlung anordnet. Für Verbandmittel gelten die gesetzlichen Zuzahlungsrichtlinien. Das bedeutet, dass Sie je Verbandmittel einen Betrag zwischen fünf und zehn Euro selbst zahlen müssen. Zu den Verbandmitteln gehören Kompressen, Wundauflagen, Binden und Verbände einschließlich Fixiermaterial.

Das Wechseln von Verbänden durch einen Pflegedienst in der eigenen Häuslichkeit wird ebenfalls von den Kassen übernommen, wenn dafür eine ärztliche Verordnung vorliegt.

Sofern Hilfsmittel benötigt werden, dazu gehören unter anderem Kompressionsstrümpfe und Wechseldruckmatratzen, können die Kosten ebenfalls von der Krankenkasse übernommen werden. Voraussetzung ist auch hier, dass es sich um eine medizinisch notwendige Maßnahme handelt und dass die Hilfsmittel nach wirtschaftlichen Grundsätzen gewählt werden.

Die Kosten für die medizinische Fußpflege werden ebenfalls von den Kassen getragen, wenn die entsprechenden Voraussetzungen gegeben sind, zum Beispiel bei stark erhöhtem Risiko infolge einer Diabetes-Erkrankung.

Es gibt Therapien und Behandlungsmethoden, die im Einzelfall sinnvoll sind, jedoch aufgrund der mangelnden Bekanntheit, der geringen wissenschaftlich erwiesenen Wirkung oder zu hoher Kosten nicht durch die Kassen übernommen werden. Sprechen Sie mit Arzt, Apotheker oder mit Ihrer Krankenkasse, welche Behandlungen in Frage kommen und ob die Kasse die Kosten dafür erstattet.



Weiterführende Links und Hinweise:

Aerzteblatt.de:

[www.aerzteblatt.de/nachrichten/54236/
Stuerze-die-haeufigste-Unfallursache-in-Deutschland](http://www.aerzteblatt.de/nachrichten/54236/Stuerze-die-haeufigste-Unfallursache-in-Deutschland)

Aktion das sichere Haus:

www.das-sichere-haus.de

Bundesinteressenvertretung für alte und pflegebetroffene Menschen e. V. (BIVA):

www.biva.de/dokumente/broschueren/Sturzprophylaxe.pdf

Pflegeinfos.de:

www.pflegeinfos.de/pflege-informationen-fuer-angehoerige/sturzrisiko

Sozialversicherung:

[www.sozialversicherung-kompetent.de/pflegeversicherung/leistungsrecht/
201-wohnumfeldverbessernde-massnahmen.html](http://www.sozialversicherung-kompetent.de/pflegeversicherung/leistungsrecht/201-wohnumfeldverbessernde-massnahmen.html)

Deutsches Netzwerk für Qualitätsentwicklung in der Pflege (DNQP) (2013)

Expertenstandard Sturzprophylaxe in der Pflege. 1. Aktualisierung, Osnabrück

Impressum:

Herausgeber:

Arbeiter-Samariter-Bund
Deutschland e. V.
Sülzburgstraße 140
50937 Köln

Telefon 0221/4 76 05-0
Telefax 0221/4 76 05-303

E-Mail: info@asb.de
Internet: www.asb.de
www.facebook.com/asb.de

Druck:

DFS Druck Brecher GmbH, Köln

Bildnachweise:

A. Behrendt (Umschlag),
B. Bechtloff (S. 7-9, 11, 13, 15).
Hannibal (S. 6, 10, 14, 18),
A. Rieber (S. 4, 5, 17),
stock.adobe.com: Bojan (S. 12)

Text:

Redaktionsteam Unterarbeitsgruppe
ambulante Pflege

Redaktion und Gestaltung:

Stabsstelle Presse- und Öffentlichkeits-
arbeit, ASB-Bundesverband

© ASB Deutschland e. V., März 2019

