



Komplementäre Pfleagemethoden bei Haut- und Schleimhautdefekten

Sabine Gärtner
Fachpflegekraft Onkologie,
BA Management im Gesundheitswesen
Pflegedienstleitung



Gesunde Haut

Resultiert u. a. aus der Balance zwischen Feuchtigkeits- und Fettkomponenten

Innerliche Hautpflege:

- Hochwertige native Öle in der täglichen Ernährung
- Ausreichend Flüssigkeit



Trockene fettarme Haut

bei genetischer Disposition evtl. angeboren, ca. ab dem 7. Lebensjahrzehnt üblich

Menschen mit Interferon-, Cortison- und Chemo-, Strahlen-, Hormontherapie



Reinigung der trockenen fettarmen Haut

Weniger ist mehr!

Keine Schaumbäder, Duschgels oder Seife

Lieber Duschen, selten Baden, nicht zu heiß und für die Rückfettung Öl zugeben

(Achtung Rutschgefahr in der Badewanne!)

Linden- und Malvenblütentee für Waschungen sind feuchtigkeitsspendend

Kamille wirkt entzündungshemmend, Pfefferminze wirkt kühlend

Milchsäure und Obstessig unterstützt die physiologische Hautflora



Pflege der trockene fettarme Haut

- Verwenden Sie ausschließlich naturreine Produkte: kaltgepresste fette Öle, genuine ätherische Öle, natürliche Emulgatoren... und mischen Sie diese nicht in konventionelle Produkte.
- Beachten Sie Hygienerichtlinien und Haltbarkeit, ranzige Öle sind toxisch für die Haut.
- Körperöle auf der Hand mit Wasser mischen oder auf der feuchten Haut einmassieren.
- Vermeiden Sie starkes Reiben oder Zerren an der Haut.
- Tragen Sie nur so viel auf wie die Haut benötigt, nach 20 Min. sollte kein Fettfilm mehr vorhanden sein.
- Abwechslung tut der gesunden Haut gut!



Narbenpflege

Johanniskrautöl

Schmerzlindernd, Wundheilung fördernd,
entzündungshemmend, für spröde, trockene,
gereizte Haut

Vorsicht! fotosensibilisierend:

Direkte Sonneneinstrahlung vermeiden.

Nicht anwenden vor und während der Bestrahlung.



Rötung und Überwärmung

Quarkauflagen

Quark wirkt abschwellend und schmerzlindernd, was durch seine feuchte Kühle unterstützt wird. Dank seiner guten Hautverträglichkeit eignet er sich auch bei empfindlicher Haut.

Durch den Kontakt mit der Haut, leitet er einen Milchsäureprozess ein und wirkt anziehend auf Entzündungsstoffe. Diese werden durch die saure Substanz abgeleitet.



Quarkauflage (Kühl)



Dauer:

bei akuten Entzündungen
maximal 20 Minuten, bei allen
anderen Anwendungen
solange angenehm,
spätestens wenn der Quark
eintrocknet.

Kontraindikation:

offene Wunden,
Milcheiweißallergie.



Quarkauflage

(Kühl)

Durchführung



- Breiten Sie die Kompresse oder das Baumwolltuch auf einem Teller o. ä. aus
- Streichen Sie den Quark fingerdick in der Größe des betroffenen Hautareals aus
- Schlagen Sie nun die Seiten der Kompresse oder des Baumwolltuchs ein, so dass ein Päckchen entsteht
- Legen Sie die Quarkauflage max. 20 Minuten auf bzw. entfernen Sie die Auflage bei Erwärmung
- Die Quarkauflage muss nach einmaligem Gebrauch entsorgt werden
- Die Anwendung kann bis zu 3xtäglich wiederholt werden
- Reinigen Sie die Haut mit kaltem Wasser und tupfen Sie die Haut trocken



Vorbeugung und Behandlung von Bestrahlungsschäden

Sanddornfruchtfleischöl

Das rot-orange, fette Fruchtfleischöl ist hautpflegend und wirkt antiseptisch, entzündungshemmend, reizmildernd, juckreiz-stillend. Abwehr- und Schutzmechanismen der Haut werden unterstützt, Heilungsprozesse werden verbessert und beschleunigt.



Heilanwendungen mit Sanddornfruchtfleischöl

Ölmischung herstellen, d.h. ein Basisöl (z.B. Mandelöl) mit 1-2% Sanddornfruchtfleischöl mischen

Sanddornöl vorsichtig verwenden, denn es färbt stark (durch Kochwäsche entfernbar)

Zwischen Benutzung des Öls und der Bestrahlung müssen mindestens 2 Stunden Pause liegen



Hautekzemen

Schwarzteekompressen

Wirken astringierend, keim- und entzündungshemmend, schmerz- und juckreizstillend.

5 Beutel mit 250 ml kochendem Wasser überbrühen
10 Minuten ziehen lassen – abkühlen lassen – Tee kann auch gekühlt angewendet werden

Kompressen tränken und auflegen –
Einwirkzeit 15 Minuten, danach Hautfalten gut trocknen



Vorbeugung von Entzündungen der Mundschleimhaut



- Regelmäßige Zahnpflege mit weicher Zahnbürste und Zahnseide
- Während der Chemotherapie Eiswürfel lutschen
- 4 x tgl. Mundspülung mit Salbei/ Thymian Tee (3 Min. ziehen lassen)



Behandlung von Entzündungen der Mundschleimhaut



- Regelmäßige Zahnpflege mit weicher Zahnbürste und Zahnseide
- 6 x tgl. Mundspülung mit Salbei/ Thymian Tee (5 Min. ziehen lassen)
- Bläschenausschlag und Prothesendruckstellen mit Myrrhetinktur behandeln



Behandlung von Mundtrockenheit



- Häufige Spülung mit Leinsamen- oder Eibischwurzelkaltauszug
- Eibischwurzeldragées
- Spitzwegerichpastillen
- Olivenöl/Zitronen „kauen“



Vielen Dank für ihre
Aufmerksamkeit