

Hautpflege als wichtiger Therapie-Baustein für Lymphpatienten

„Die Hautpflege kann Komplikationen in der Kompressionstherapie verhindern.“



Interview mit Professor Dr. med. Markus Stücker

Der Dermatologe Professor Dr. med. Markus Stücker beschäftigt sich seit vielen Jahren mit den speziellen Anforderungen der Haut von Lymphpatienten. Als Präsident der Deutschen Gesellschaft für Phlebologie sowie als Geschäftsführender Direktor der Klinik für Dermatologie der Ruhr-Universität Bochum und leitender Arzt des Venenzentrums Bochum ist er Experte für die besonderen Herausforderungen der Hautpflege bei Menschen mit Lymphödemen.

Herr Professor Dr. Stücker, als Hautarzt behandeln Sie täglich Menschen mit Lymphödemen. Wie wichtig ist die Hautpflege bei diesen Patienten?

Die Hautpflege ist eine wichtige Säule in der Therapie von Lymphpatienten. Neben der Kompression, der manuellen Lymphdrainage, der maschinellen Lymphdrainage und der Bewegungstherapie gehört sie zu den Grundlagen der erfolgreichen Lymphtherapie. Bei der Versorgung mit Kompressionsstrümpfen und -bandagen wird die Haut immer auch mechanisch belastet. Dabei kann es zu Trockenheit, Juckreiz und entzündlichen Veränderungen der Haut kommen. Wird die Haut immer trockener, entstehen unter Umständen kleine Einrisse, durch die auch Bakterien eindringen und Erysipele (Wundrose) entstehen können. Erysipele sind bakterielle Entzündungen der oberen Hautschichten und Lymphwege durch Streptokokken – eine typische Komplikation beim Lymphödem. Darüber hinaus neigt die Haut von Lymphpatienten durch den Lymphstau dazu, stärker zu schuppen oder zu verhornen. So sinkt die Hautelastizität und gleichzeitig ist die Haut verletzlicher. Die richtige Hautpflege kann Komplikationen in der Kompressionstherapie verhindern und ist darüber hinaus bei der Behandlung von Lymphödemen und den dabei auftretenden Hautproblemen enorm wichtig.

Welche Risiken können auftreten, wenn die Haut nicht richtig gepflegt wird?

Beim Lymphödem gehört die Wundrose zu den häufigsten Komplikationen. Sie tritt bei Lymphpatienten vermehrt auf, weil der Lymphabfluss verlangsamt ist und die Lymphseen stillstehen. Das reduziert die Immunabwehr. Ein zusätzlicher Risikofaktor für Wundrosen ist rissige Haut, die den Bakterien dann als kleine „Eintrittspforte“ dient. Die Wundrose kann durch Entzündungsprozesse zu einer Schädigung des Lymphsystems führen. In diesen Entzündungsprozessen im Bereich der Lymphspalten verkleben die Lymphgefäße miteinander. Dann können im Extremfall Bakterien vom Lymphsystem in den allgemeinen Kreislauf übertreten und zu einer Sepsis führen. Das ist aber eher selten der Fall.

Was ist bei der Hautpflege für Lymphpatienten zu beachten, besonders hinsichtlich der Inhaltsstoffe?

Wichtig ist, dass die Hautpflege regelmäßig durchgeführt wird. Patienten sollten sich Präparate aussuchen, die für sie angenehm zu handhaben sind, so dass sie sie wirklich jeden Tag anwenden. Idealerweise wird die Haut am Abend gepflegt, nachdem die Kompressionsstrümpfe ausgezogen wurden. Das Produkt sollte

möglichst wenige Inhaltsstoffe enthalten, um allergische Reaktionen zu vermeiden. Ein wichtiger Bestandteil ist allerdings Harnstoff, auch Urea genannt. Fünf bis zehn Prozent sollte der Anteil am Hautpflegeprodukt ausmachen.

Seife ist in der Regel für die Hautpflege bei Lymphpatienten eher ungeeignet, oder?

Baden oder übermäßiges Waschen entzieht der Haut immer Fett. Auch dann, wenn rückfettende Seifen oder Körperwaschmittel angewendet werden. Mit ihnen ist bestenfalls eine weitere Entfettung aufzuhalten, aber ein Ölbad oder dergleichen führt der Haut weder Fett noch Feuchtigkeit zu. Deshalb rate ich Lymphpatienten eher zum Duschen.

Sind Lymphpatienten beim Thema Pflege im medizinischen Fachhandel gut beraten?

Ja, der medizinische Fachhandel klärt genau darüber auf, wie die Haut während der Kompressionstherapie gepflegt werden sollte. Dort sind in aller Regel Hautpflegepräparate im Angebot, die auf die besonderen Ansprüche der Lymphtherapie mit Kompressionsstrümpfen abgestimmt sind.

Der medizinische Fachhandel hat natürlich ein großes Interesse daran, dass die Patienten die Strümpfe regelmäßig tragen. Deshalb sollte der Patient von dem Moment an, in dem er Kompressionsstrümpfe erhält, auch sofort Hinweise zur korrekten Hautpflege bekommen. Nur mit der richtigen Hautpflege ist die Therapie komplett, denn sonst treten eventuell Beschwerden auf und daraus folgend werden die Strümpfe nicht mehr getragen. So ist es ja zum Beispiel auch im Schuhgeschäft: Wenn Sie Schuhe kaufen, wird Ihnen dazu die passende Schuhcreme angeboten. Im Sanitätshaus ist es idealerweise genauso, denn für jeden Träger von Kompressionsstrümpfen gibt es die passende Hautpflege.

Was können Patienten noch tun, um die Haut zu unterstützen?

Gerade im Winter ist unsere Haut durch die trockene Heizungsluft empfindlicher. Deshalb rate ich in dieser Jahreszeit zu einer besonders intensiven Pflege. Im Sommer hingegen schwitzen wir eher. Die Kompressionsstrümpfe können aber trotzdem getragen werden, da die modernen Strumpftextilien in aller Regel atmungsaktiv sind. Bei sehr großer Hitze schaffen Kühl-Akkus auf den Strümpfen, feuchte Umschläge oder das Befeuchten der Strümpfe schaffen Erleichterung. Auch hier gilt, die Haut nicht durch zu viel Feuchtigkeit auszutrocknen.

Es ist immer wichtig, die Haut zu beobachten. Sie verändert sich im Laufe der Jahreszeiten und auch im Laufe der Lebensjahre. Mit zunehmendem Alter wird die Haut trockener und produziert weniger Fett. Oft geht ein Lymphödem mit Übergewicht einher. Gerade diese Patienten müssen sich bemühen, die Füße und Unterschenkel anzusehen. Es ist sinnvoll, jeden Tag zu schauen, ob die Haut eine normale Farbe hat oder ob sich Schuppen und kleine Risse zeigen. Mit der Zeit können sich Allergien bilden und Juckreiz sowie Rötungen verursachen. Ob es sich wirklich um eine Allergie handelt, lässt sich leicht prüfen: Einfach etwas von der Pflege auf die Haut am Arm auftragen. Treten die Symptome auch hier auf, ist es eine Allergie. Wer sicher gehen will, sollte beim Dermatologen einen Allergietest durchführen lassen. Möglicherweise ist die gerötete Haut aber auch zu wenig gepflegt und durch die Kompressionstherapie stark gereizt. Dann sollte der Patient nach einer Alternative bei der Hautpflege suchen.

Können Sie Ernährungstipps für eine gesunde Haut nennen?

Es gibt keine spezielle Ernährung, die der Haut besonders gut tut. Für sie ist es wichtig, dass sich der Mensch ausgewogen und abwechslungsreich ernährt und ausreichend Wasser trinkt. Für Nahrungsergänzungsmittel existiert kein echter Wirkungsnachweis. Sie schaden nicht, aber eine abwechslungsreiche Ernährung mit vielen frischen Zutaten und möglichst wenig Fastfood ist die beste „Medizin“ für unsere Haut.

Herr Prof. Dr. Stücker, vielen Dank für das Gespräch.



Gewiauspiel

Von medi gibt es eine Pflegeserie, die auf die sensiblen Bedürfnisse von Lymphpatienten abgestimmt ist. Die Produkte sind ausschließlich im medizinischen Fachhandel erhältlich. Damit ist es ganz einfach, die Haut zu pflegen und zu regenerieren.

medi und Lympholife verlosen 25 Pflege-Pakete. Sie beinhalten eine Pflege für die Nacht, ein kühlendes Gel und Spray für den Tag sowie Fußpflege-Produkte.

Bitte schreiben Sie eine Postkarte an: medi Verbraucherservice, Stichwort „medi Pflege-Paket“, Medicusstraße 1, 95448 Bayreuth oder eine E-Mail an lympholife@medi.de.

Einsendeschluss ist der 29. Mai 2015.*

Weitere Tipps und kostenloses Informationsmaterial zu Kompressionsstrümpfen, Farben und Mustern, Anziehhilfen und Hautpflege kann bei medi angefordert werden.

Telefon +49 (0) 921 / 912-750
E-Mail lympholife@medi.de
Händlerfinder auf www.ifeelbetter.com

*Die Teilnahme ist kostenlos und unabhängig vom Erwerb von Waren oder Dienstleistungen. Mit der Teilnahme an der Verlosung werden die Teilnahmebedingungen akzeptiert. Es werden nur die oben genannten Preise verlost. Einsendeschluss ist der 29. Mai 2015. Die Gewinner werden zeitnah zur Verlosung unter Verwendung der gemachten Angaben benachrichtigt. Barauszahlung, Auszahlung in Sachwerten oder Tausch der Gewinne ist nicht möglich. Die Losentscheidung geschieht nach dem Zufallsprinzip. Anfragen können nicht beantwortet werden. Die zur Teilnahme gemachten Angaben werden nicht an Dritte weitergegeben. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.