

Bianca Peters

Narbentherapie

Praxisbuch für Ergotherapeuten
und Physiotherapeuten

Mit 208 Abbildungen

 Springer

Inhaltsverzeichnis

1	Gewebeaufbau und Hautschichten	1
1.1	Aufgaben und Funktionen der Haut	2
1.1.1	Weiterleitung von Reizen über Hautrezeptoren	2
1.1.2	Schutzfunktion	2
1.1.3	Wärme- und Kreislaufregulation	2
1.2	Strukturen und Aufbau der Haut	4
1.2.1	Strukturen der Haut	4
1.2.2	Hautschichten	4
1.3	Sonderform Faszien	5
1.3.1	Form und Funktion der Faszie	5
1.3.2	Tensegrity-Modell	6
1.3.3	Fasziendysbalancen	7
1.3.4	Fasziendysbalancen – Beispiel und Behandlungsansatz	11
	Literatur	13
2	Wundheilung	15
2.1	Wundarten	16
2.2	Formen der Wundheilung	16
2.3	Beeinflussende Faktoren	18
2.4	Phasen der Wundheilung	19
2.5	Nahtmaterial und Nahttechniken	21
2.5.1	Nahtmaterial	21
2.5.2	Nahttechniken	21
2.5.3	Entfernung der Nähte	22
2.6	Therapeutischer Fragebogen (Wundheilung)	22
	Literatur	23
3	Ödeme/Schwellungen	25
3.1	Lymphgefäße und Lymphknoten	26
3.1.1	Lymphgefäße	26
3.1.2	Oberflächliche und tiefe Lymphgefäße	27
3.1.3	Lymphknoten	27
3.2	Ursachen von Ödemen	28
3.3	Entstehung von Ödemen	29
3.4	Unterscheidung von Ödemen	29
3.5	Besonderheiten von Ödemen	30
3.6	Befundung von Ödemen	30
3.7	Ödembehandlung	31
	Literatur	31
4	Ernährung und Narbenheilung	33
4.1	Störungen der Nährstoffaufnahme	34
4.2	Ausgewogene Ernährung	34
4.3	Vitamine	35

4.4	Vitaminmangel und -überdosierung	37
4.5	Mineralstoffe	37
4.6	Mineralstoffmangel und -überdosierung	41
	Literatur	41
5	Narben als Störfeld aus Sicht der Naturheilkunde	43
5.1	Narben und naturheilkundliche Ansätze	44
5.1.1	Adler-Langer-Druckpunkte.....	44
5.1.2	Akupunktur – Störfeld im Meridiansystem.....	45
5.1.3	Osteopathie – Störfeld im Organismus.....	45
5.1.4	Head'sche Zonen – Störfeld im Organsystem.....	46
5.2	Weitere naturheilkundliche Ansätze	48
5.2.1	Neuraltherapie.....	49
5.2.2	Akupunktur, Akupunktur mit elektrischen Reizen.....	49
5.2.3	Ohrakupunktur.....	49
5.2.4	Akupunkt-Massage.....	49
5.2.5	Homöopathie.....	49
5.2.6	Akupunktur und Homöopathie (Homöosiniatrie).....	50
5.2.7	Osteopathie.....	50
5.3	Phytotherapie in der Wund- und Narbenbehandlung	50
5.3.1	Anwendung der Phytotherapie.....	50
5.3.2	Heilpflanzen zur Unterstützung der Wund- und Narbenbehandlung.....	51
5.4	Schüssler-Salze in der Wund- und Narbenbehandlung	54
5.4.1	Art der Anwendung.....	54
5.4.2	Dosierung.....	54
5.4.3	Die einzelnen Salze und ihre Wirkweise.....	55
5.5	Heilerde	56
	Literatur	56
6	Narbentypen	57
6.1	Die „normale“ Narbe.....	58
6.2	Die hypertrophe Narbe.....	58
6.3	Die keloide Narbe.....	60
6.4	Die atrophe Narbe.....	61
6.5	Weitere Narbentypen	63
6.5.1	Verbrennungsnarben.....	63
6.5.2	Verätzungsnarben.....	66
	Literatur	66
7	Schmerz	69
7.1	Schmerzende Narben	70
7.2	Schmerzgedächtnis.....	71
7.3	Schmerzweiterleitung und -verarbeitung.....	72
7.4	Akuter und chronischer Schmerz	73
7.4.1	Akuter Schmerz (Nozizeptorschmerz).....	73
7.4.2	Chronischer Schmerz.....	74
7.5	Gate-Control-Theorie	76
7.6	Schmerzmedikamente (Analgetika)	76

7.6.1	Einteilung von Analgetika	76
7.6.2	Analgetika und Abhängigkeit	79
7.6.3	Analgetisch wirksame naturheilkundliche Anwendungen	79
7.7	Schmerzdokumentation	80
7.8	Schmerztagebuch	81
7.9	Therapieverfahren zur Schmerzreduktion	81
7.9.1	Vermeiden von Kontrakturen	81
7.9.2	Verbesserung der Beweglichkeit	82
7.9.3	Wärmebehandlungen	82
7.9.4	Unterstützende Bewegungsübungen zur Kopplung eines positiven Erlebens bzw. Empfindens in Bezug auf den Schmerz	83
7.9.5	Vermitteln von Sicherheit	83
7.9.6	Selbstbestimmung gegenüber dem Schmerzerleben vermitteln	83
7.9.7	Ablenkung von Schmerzreizen	83
7.9.8	Sonderform Counterirritation	84
	Literatur	85
8	Therapieablauf	87
8.1	Erster Kontakt – Therapieeinstieg	89
8.1.1	Grundlagen der Kommunikation	89
8.1.2	Erste Kontaktaufnahme	90
8.1.3	Therapieeinstieg	91
8.2	Anamnese	93
8.3	Inspektion	93
8.4	Palpation	93
8.4.1	Teil 1: Palpation Narbe	94
8.4.2	Teil 2: zusätzliche Palpationstechniken	94
8.5	Funktionsprüfung	95
8.5.1	Funktion des Narbengewebes	96
8.5.2	Funktion des Faszien Gewebes	96
8.5.3	Funktion des Muskelgewebes	96
8.5.4	Funktion des Knochengewebes bzw. des Gelenks	96
8.6	Dokumentation	96
8.6.1	Patientenakte und Dokumentationsbögen	97
8.6.2	Patientendokumentation	97
8.6.3	Patientenrechtgesetz	97
8.6.4	Dokumentation Hand/Körper	98
8.6.5	Dokumentationsblatt (Therapieinhalte, Therapieverläufe)	98
8.6.6	Aufklärungsbogen und Einwilligung des Patienten in die Behandlung	98
8.6.7	Visualisierungsbogen	100
8.7	Therapieplan	101
8.7.1	Welche Daten liegen vor?	101
8.7.2	Was ist das Ziel des Patienten?	101
8.7.3	Was ist das Ziel des Behandlers?	101
8.7.4	Anwendung	102
8.7.5	Wirkungsweise	102
8.7.6	Indikationen und Kontraindikationen	102
8.7.7	Behandlungsintervalle	103

8.7.8	Behandlungsverlauf	103
8.8	Beratung zur eigenen Narbentherapie, Aufklärung über Therapieverlauf, Aushändigen eines Info- bzw. Übungsblattes.	103
8.8.1	Beratung zur eigenen Narbentherapie	103
8.8.2	Aufklärung über den Therapieverlauf	103
8.8.3	Aushändigen eines Info- bzw. Übungsblattes	104
8.9	Narbenprotokoll des Patienten	104
8.9.1	Vorgehensweise und Durchführung	105
8.9.2	Inhalte des Narbenprotokolls	105
8.10	Abschluss	105
8.11	Eigenreflexion Therapieplanung, Erstgespräch und Folgebehandlung	107
8.12	Arztgespräch am Telefon (optional für weitere Informationen)	107
	Literatur	108
9	Therapiematerialien	109
	Literatur	111
10	Desinfektion, Hygiene und Infektionsschutz	113
10.1	Desinfektion	114
10.1.1	Händedesinfektion und Handpflege	114
10.1.2	Flächendesinfektion	114
10.1.3	Desinfektionsplan	114
10.2	Hygieneplan	114
10.3	Infektionsschutz	114
	Literatur	117
11	Behandlungstechniken	119
11.1	Narbenkompression	122
11.2	Flossing als Sonderform der Kompression	124
11.3	Narbenmassage	127
11.4	Narbenstab	128
11.5	Dehnung und PIR (postisometrische Relaxation)	131
11.6	Traktion	133
11.7	Faszienmassage	135
11.8	Faszienrolle	138
11.9	Schröpfen	140
11.10	Nadelreizmatte	146
11.11	Weitere Therapiemittel und Applikationen	149
11.11.1	Schallwelle	150
11.11.2	Kleines Massagegerät mit Aufsätzen	150
11.11.3	Zahnbürste bzw. elektrische Zahnbürste	151
11.11.4	Hautmassageroller	152
11.11.5	Massagebürste und Frotteehandtuch	152
11.11.6	Massagering	153
11.11.7	Igelball	153
11.11.8	Linsenbad, Rapsbad	154
11.12	Creμες, Gele, Salben und Öle	155

11.12.1	Vaseline (Petrolatum)	155
11.12.2	Silikongel	156
11.12.3	Ureacreme	156
11.12.4	Cremes paraffin- und parfümfrei	156
11.12.5	Hyaluronhaltige Cremes	157
11.12.6	Ringelblumensalbe	157
11.12.7	Johanniskrautöl	157
11.12.8	Olivenöl	157
11.13	Thermische Anwendungen	158
11.13.1	Paraffinbad	159
11.13.2	Heiße Rolle	161
11.13.3	Warme Handbäder	164
11.13.4	Linsenbad	166
11.13.5	Kälteanwendungen	167
11.14	Ödemreduktion	169
11.15	Taping	171
11.15.1	Tape bei hypertrophen Narben	173
11.15.2	Tape bei keloiden Narben	174
11.15.3	Tape bei Narben über dem Gelenk	175
11.15.4	Tape bei Narben nach einer Karpaltunneloperation	175
11.15.5	Lymphtape	176
11.15.6	Gittertape	176
11.15.7	Weitere Behandlungsverfahren und Applikationen	177
	Literatur	178
12	Biofeedback in der Narbentherapie	179
12.1	Ursprung und Ziele des Biofeedback	180
12.2	Anwendung des Biofeedback	180
12.3	Biofeedback-Parameter	180
12.3.1	Puls als Feedback	180
12.3.2	Hauttemperatur als Feedback	181
12.3.3	Hautleitwert (EDA) als Feedback	181
12.3.4	Muskelspannung (EMG) als Feedback	182
12.4	Wirkungsweise, Indikationen/Kontraindikationen, mögliche Nebenwirkungen	183
12.5	Behandlungsintervalle und Behandlungsverlauf	184
	Literatur	184
13	Anwendungsbeispiele	185
13.1	Struktur der Behandlung im Überblick	186
13.2	Karpaltunnelsyndrom	187
13.2.1	Anatomische Gegebenheiten, Diagnostik und chirurgisches Vorgehen	187
13.2.2	Narbentherapie nach Karpaltunneloperation	189
13.3	Dupuytren'sche Kontraktur	194
13.3.1	Anatomische Gegebenheiten, Diagnostik und chirurgisches Vorgehen	194
13.3.2	Narbentherapie nach Operation einer Dupuytren'schen Kontraktur	196
13.4	Kaiserschnitt	199
13.4.1	Die Kaiserschnittnarbe	199