



**HIRSLANDEN**



KLINIK ST. ANNA

# NARBEN UND IHRE PFLEGE

INFORMATIONEN FÜR PATIENTEN MIT OPERATIONSWUNDEN  
UND NARBENBILDUNG.

HIRSLANDEN  
A MEDICLINIC INTERNATIONAL COMPANY

## LIEBE PATIENTIN, LIEBER PATIENT

Mit diesen Informationen zeigen wir auf, wie sich Ihre Narbe verändert, wann Sie einen Arzt aufsuchen sollten und wie Sie Ihre Narbe selber pflegen können.

---

### WAS IST EINE OPERATIONS- WUNDE?

Das ist eine Wunde, die bei Operationen entsteht. In der Regel sind dies Schnittwunden (durch Skalpell), die durch eine Naht verschlossen wurden. Dazu können unterschiedliche Materialien verwendet werden (z.B. Klammern, selbstauflösende Fäden).

### WIE SIEHT EINE NARBE AUS?

Eine neue Narbe hat anfänglich eine rötlich-braune Farbe. Später verfärbt sie sich rosa-weiss und ist im Idealfall kaum noch sichtbar. Das Narbengewebe ist jedoch nicht qualitativ gleich wie die normale Haut. Es fehlen die Haare, die Schweiß- und Talgdrüsen sowie die typische Hautstruktur. Ist die Haut gebräunt, bleibt die Narbenstelle blass.

### WANN FINDET DER ERSTE VERBANDWECHSEL STATT?

Der Arzt oder die Pflegefachperson wechselt den Verband üblicherweise 48 Stunden nach der Operation. Die Regelmässigkeit des Verbandwechsels hängt vom Zustand der Wunde und vom Verbandmaterial ab.

### WANN WERDEN DIE KLAMMERN/ FÄDEN ENTFERNT?

Die sichtbaren Klammern oder Fäden werden in der Regel zwischen dem 10. und 14. Tag nach der Operation durch medizinisches Fachpersonal entfernt.

### WIE PFLEGEN SIE IHRE NARBE?

Etwa zwei bis vier Wochen nach der Operation können Sie mit der Narbenpflege beginnen, sofern die Naht sauber verschlossen ist und keine Wundflüssigkeit mehr austritt. Beachten Sie anschliessend folgende Punkte:

- Pflegen Sie die Narbe zweimal täglich mit einer neutralen, fetthaltigen Creme (z.B. Bepanthen® Wund- und Heilsalbe, Aprikosen-Öl). Lassen Sie sich durch Ihre Apotheke beraten.
- Tragen Sie die Creme hauchdünn und mit sanften Kreisbewegungen auf. Dies kann den Heilungsverlauf positiv beeinflussen.
- Schützen Sie die Narbe während des ersten Jahres konsequent vor Sonnenlicht (Sunblocker/Sonnencreme mit Lichtschutzfaktor LSF 50+).



### **WAS KÖNNEN SIE TUN, UM DEN HEILUNGSPROZESS POSITIV ZU BEEINFLUSSEN?**

- Eine ausgewogene Ernährung unterstützt den Heilungsprozess. Nehmen Sie vitamin- und eiweissreiche Kost zu sich (ausreichend Obst, Gemüse, Fisch usw.).
- Gönnen Sie der Wunde in den ersten Wochen Ruhe, denn das Gewebe ist noch sehr empfindlich.
- Vermeiden Sie Druck sowie übermässige Belastung und verzichten Sie auf Sport.
- Nikotin und Alkohol beeinflussen die Durchblutung des Hautgewebes negativ. Nikotin- und Alkoholkonsum sollten Sie soweit als möglich reduzieren.

### **WIE ERKENNEN SIE PROBLEME BEI DER WUNDHEILUNG?**

Bei folgenden Symptomen sollten Sie medizinischen Rat einholen:

- plötzlich stark auftretende Rötung
- das Wundgebiet wird warm-heiss
- Schmerzen, die neu auftreten oder stark zunehmen
- plötzliche Blutungen
- starker, unangenehmer Geruch
- Fieber
- aus der Wunde/Narbe tritt plötzlich oder vermehrt Wundsekret aus
- das Narbengewebe beginnt zu wuchern und wächst über die eigentliche Nahtgrösse hinaus
- eingeschränkte Beweglichkeit vom Narbengewebe

➔ In diesen Fällen nehmen Sie bitte sobald als möglich Kontakt mit dem Wundambulatorium St. Anna im Bahnhof oder mit Ihrem Hausarzt auf.

### **WAS PASSIERT MIT DER NARBE?**

Die Wunde verändert sich noch Wochen, Monate und Jahre (bis drei Jahre) weiter. Nach 50 Tagen bilden sich in der Narbe elastische Fasern, erst nach 100 Tagen ist die Haut wieder zu 70 Prozent reissfest. Der Heilungsverlauf hängt von der Grösse der Narbe, vom Alter des Patienten und allfälligen Nebenerkrankungen (z.B. Zuckerkrankheit) ab.

#### **Quellenangabe**

*Probst W., Vasel-Biergans A. (2010): Wundmanagement. 2. Auflage, Wissenschaftliche Verlagsgesellschaft Stuttgart.*

IHRE GESUNDHEIT STEHT BEI UNS IM MITTELPUNKT. DAFÜR SETZEN WIR UNS TÄGLICH IN DEN 17 KLINIKEN, 4 AMBULANTEN PRAXISZENTREN, 17 RADIOLOGIE- UND 5 RADIOTHERAPIE-INSTITUTEN SOWIE IN DEN AMBULANTEN CHIRURGIEZENTREN UND NOTFALLSTATIONEN EIN. AUCH IN IHRER REGION SIND WIR FÜR SIE DA: AARAU, BERN, BIEL, CHAM, DÜDINGEN, GENÈVE, HEIDEN, LAUSANNE, LUZERN, MEGGEN, MÜNCHENSTEIN, SCHAFFHAUSEN, ST.GALLEN, ZÜRICH.

DETAILS ZU DEN STANDORTEN FINDEN SIE AUF: [WWW.HIRSLANDEN.CH/STANDORTE](http://WWW.HIRSLANDEN.CH/STANDORTE)

## KOMPETENZ, DIE VERTRAUEN SCHAFFT.

BERATUNG UND INFORMATION  
HIRSLANDEN HEALTHLINE 0848 333 999

### WUNDAMBULATORIUM ST. ANNA IM BAHNHOF

DERMATOLOGISCHE PRAXIS ST. ANNA IM BAHNHOF (3. OG)  
ZENTRALSTRASSE 1  
6003 LUZERN  
T +41 41 556 61 55  
[WUNDAMBULATORIUM.STANNA@HIRSLANDEN.CH](mailto:WUNDAMBULATORIUM.STANNA@HIRSLANDEN.CH)

### KLINIK ST. ANNA

ST. ANNA-STRASSE 32  
6006 LUZERN  
T +41 41 208 32 32  
[KLINIK-STANNA@HIRSLANDEN.CH](mailto:KLINIK-STANNA@HIRSLANDEN.CH)

### ST. ANNA IN MEGGEN

HUOBMATTSTRASSE 9  
6045 MEGGEN  
T +41 41 379 60 00  
[MEGGEN.STANNA@HIRSLANDEN.CH](mailto:MEGGEN.STANNA@HIRSLANDEN.CH)

[WWW.HIRSLANDEN.CH](http://WWW.HIRSLANDEN.CH)

