

Narbentherapie

Bianca Peters

Narbentherapie

Praxisbuch für Ergotherapeuten
und Physiotherapeuten

Mit 208 Abbildungen

Bianca Peters
Berlin
Deutschland

Ergänzendes Material finden Sie unter <http://extras.springer.com> 978-3-662-52814-3

ISBN 978-3-662-52814-3 ISBN 978-3-662-52815-0 (eBook)
DOI 10.1007/978-3-662-52815-0

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

© Springer-Verlag Berlin Heidelberg 2017

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung, die nicht ausdrücklich vom Urheberrechtsgesetz zugelassen ist, bedarf der vorherigen Zustimmung des Verlags. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Bearbeitungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Die Wiedergabe von Gebrauchsnamen, Handelsnamen, Warenbezeichnungen usw. in diesem Werk berechtigt auch ohne besondere Kennzeichnung nicht zu der Annahme, dass solche Namen im Sinne der Warenzeichen- und Markenschutz-Gesetzgebung als frei zu betrachten wären und daher von jedermann benutzt werden dürften.

Der Verlag, die Autoren und die Herausgeber gehen davon aus, dass die Angaben und Informationen in diesem Werk zum Zeitpunkt der Veröffentlichung vollständig und korrekt sind. Weder der Verlag noch die Autoren oder die Herausgeber übernehmen, ausdrücklich oder implizit, Gewähr für den Inhalt des Werkes, etwaige Fehler oder Äußerungen.

Umschlaggestaltung: deblik Berlin

Fotonachweis Umschlag: © Kimberly Reinick/fotolia.com, ID: 37882594

Gedruckt auf säurefreiem und chlorfrei gebleichtem Papier

Springer ist Teil von Springer Nature

Die eingetragene Gesellschaft ist Springer-Verlag GmbH Germany

Die Anschrift der Gesellschaft ist: Heidelberger Platz 3, 14197 Berlin, Germany

Widmung

Dieses Buch ist Heiko Thole und meiner Familie gewidmet, die viel Geduld bei der Entstehung des Buches zeigten und mich in jeder Stunde unterstützten.

Vorwort

In den vergangenen Jahren als Ergotherapeutin konnte ich immer wieder feststellen, wie wichtig und auch therapierelevant die Narbentherapie für eine optimale Handrehabilitation ist. Wird die Narbenbehandlung vernachlässigt, verlangsamt sich die Heilung allgemein. Zudem können Verhärtungen, Hyper- und Hyposensibilitäten entstehen. Bei Narben über Gelenken können unbehandelte Narben zudem zu Kontrakturen bzw. Bewegungseinschränkungen des Gelenkes führen und somit den Alltag des Patienten stark einschränken.

Eine optimale Narbenbehandlung setzt sich zudem aus weiteren wichtigen Komponenten zusammen:

- Aufbau einer positiven Patientenbeziehung zu Beginn der Therapie zur Steigerung der Übungs- und Motivationsbereitschaft,
- konkrete Befundaufnahme,
- individuelle Narbenbehandlung, auf den Patienten zugeschnitten,
- Aufklärung des Patienten über den Therapieablauf und über die Wichtigkeit des eigenen Übens,
- Vermittlung und Überprüfung des Heimprogramms,
- Zusatzinformationen (zu Ernährung, Tapeanwendung u. a.).

Allein die funktionelle Anwendung der Narbentherapie führt meist allein nicht zum 100%-igen Therapieerfolg. Erst die Kombination aus positiver Beziehung zum Patienten, Transparenz, Klarheit, Struktur, Empathie und Motivationssteigerung zeigt eine höhere Erfolgsquote.

Dieser Gedanke ist interessant, wenn man an die Behandlungsdauer denkt. Denn durch die sinnvolle Kombination der genannten Aspekte verkürzt sich zeitgleich die Behandlungsdauer. Dies führt zu mehr Zufriedenheit und Motivationssteigerung sowohl des Patienten als auch des Therapeuten.

Findet die Narbenbehandlung z. B. über eine Verordnung (Kassenrezept) statt, vermindert sich die Behandlungszeit und zeitgleich die gesellschaftliche finanzielle Belastung. Zudem wird der Patient schneller arbeitsfähig und kann rascher wieder in die Gesellschaft inkl. eigenen Hobbies entlassen werden.

Aus diesem Grund ist die Narbenbehandlung immer in Kombination mit der Patientenkommunikation (Informationsvermittlung, aktives Zuhören, Empathie, Einhalten von Kommunikationsregeln, genauer Befund u. a.) entscheidend für einen guten Therapieerfolg.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen viel Freude beim Lesen und Ausprobieren.

Bianca Peters

Ihre

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 Faszienengewebes	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) Literatur.	107 108
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	Linzenbad	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	Lymptape	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

13.4.2	Narbentherapie bei einer Kaiserschnittnarbe.	200
13.5	Verletzungen und Operationen über einem Gelenk.	205
13.5.1	Die Narbe über einem Gelenk.	205
13.5.2	Narbentherapie bei Narben über einem Gelenk.	206
	Literatur.	211
14	Eigenreflexion	213
	Literatur.	215
	Serviceteil	217
	Anhang	218
	Stichwortverzeichnis	240

Über die Autorin



© Bianca Peters

Bianca Peters

ist Ergotherapeutin und Heilpraktikerin und arbeitet seit vielen Jahren im Bereich der Orthopädie, Neurologie und Handrehabilitation.

Derzeit ist sie in eigener Praxis in Berlin-Lichtenberg tätig, arbeitet freiberuflich als Dozentin an verschiedenen Fortbildungsinstituten und betreut die Fortbildungsplattform www.ergo-seminare.de mit den Schwerpunkten der Handrehabilitation und der Narbentherapie.