

(offene) Wunden

Dieser Artikel behandelt ein Gesundheitsthema. Aufgrund dieser Informationen kann, soll und darf keine Selbstdiagnose gestellt werden und ein Arztbesuch wird dadurch auch nicht ersetzt!

Grundlagen

Wunden gehören zu den häufigsten [Verletzungen](#), die während oder nach einem [Spiel](#) bzw. einer [Trainingseinheit](#) zu untersuchen und gewissenhaft zu versorgen sind.

Eine Wunde entsteht durch äußere Einwirkung auf den Körper durch Gewalt, Hitze, Kälte oder chemische Stoffe. Es wird zunächst die Haut, dann das darunterliegende Gewebe mit [Muskeln](#), Sehnen, Nerven und Blutgefäßen verletzt, seltener sind auch Knochen und Organe von der Gewalteinwirkung betroffen.

Durch eine Wunde ist die schützende Funktion der Haut gegenüber Keimen der Außenwelt gestört. Es besteht **akute Infektionsgefahr**. Immer sind auch kleinere oder größere Blutgefäße betroffen, so dass es zu Blutungen kommt. Neben einem eventuell hohen Blutverlust droht stets eine bakterielle Infektion, die extreme Folgen haben kann. Infektionsgefahr besteht durch Eindringen von Bakterien und kann von Wundheilungsstörungen über Invalidität bis zum Tod führen. Auch ein hoher Blutverlust kann von Blässe über Schweißausbruch und Schock den Tod des Verletzten zur Folge haben. Die Menge des Blutverlustes ist abhängig von Art und Größe der Wunde und lässt sich erkennen, wenn es sich um eine offene Wunde handelt.

Daneben gibt es auch „geschlossene“ Wunden (Prellungen oder

nicht sichtbare Blutungen in Körperhöhlen), die unter Umständen die gleichen Folgen haben können.

Der [Trainer](#) und / oder Betreuer sollte bei diesen [Verletzungen](#) nicht nur die notwendigen [Erstmaßnahmen](#) beherrschen, sondern (fast noch wichtiger!) wissen, was er auf gar keinen Fall tun sollte, weil es sich negativ auf die Folgen des Traumas auswirken könnte. Weiterhin sollte er wissen, welche Maßnahmen er unbedingt dem Arzt überlassen muss, will er nicht die Gesundheit des Spielers dauerhaft schädigen und selbst nicht mit einem Bein auf dem Spielfeld, mit dem anderen jedoch bereits im Gerichtssaal stehen. Einige Maßnahmen gehören per Gesetz in die Hände eines Mediziners, hier dürfen auch Masseure und Physiotherapeuten keine einzige Hand anlegen.

kleine Wundenkunde

Wunden werden nach ihren Ursachen differenziert: Schnitt-, Schürf-, Riss-, Stich-, Quetsch- und Platzwunden. Kleinere Wunden können zunächst nach den Richtlinien der „[Ersten Hilfe](#)“ behandelt werden. Bei größeren, stark blutenden Wunden oder Unklarheit über das Ausmaß der Wunde sollte in jedem Fall ein Arzt die Versorgung übernehmen. Schießt das Blut sogar pulsierend aus der Wunde, liegt die Verletzung einer Arterie vor. **Dies ist ein absoluter Notfall für den Mediziner!**

Faustregel: Alle blutenden Wunden, die mehr als einen Zentimeter groß sind, stets einem Arzt vorstellen.

Die häufigsten Wundarten beim Fußball sind die Riss-, Platz- und Schürfwunden, wobei die ersten beiden stärker bluten und oft dramatischer aussehen, als sie tatsächlich sind. Schürfwunden bluten deutlich weniger und werden deshalb oft nur halbherzig versorgt. Doch gerade dann droht schnell die Gefahr der Wundinfektion. Sie äußert sich durch Rötung, Wärme, Schwellung, Schmerz bis zur Eiterbildung und sogar einer Ausbreitung auf andere Körperstrukturen. Fieber und Lymphknotenschwellungen sind häufig die Folge. Spätestens bei

diesen Symptomen muss unbedingt ein Arzt aufgesucht werden. In diesem Zusammenhang sei auch auf die Kontrolle des Impfschutzes (Tetanus) hingewiesen.

Wundverbände

Wunden sind unplanmäßige Öffnungen des Körpers, durch die Keime eindringen können. Wenn Wunden nicht keimfrei abgedeckt werden, können Keime fast ungehindert in den Körper eindringen und dort Infektionen und Krankheiten auslösen. Der Betroffene ist durch die Wunde, die Schmerz verursacht, schon genug geplagt und sollte vor weiteren Schädigungen bewahrt werden. Jede Wunde ist wegen der Infektionsgefahr mit keimfreien (sterilen) Verbandsmaterial zu verbinden. Jeder sachgerechte Verband besteht aus zwei Teilen, der sterilen Wundauflage und dem Befestigungsmaterial. Wichtig ist, dass die Wunde vollflächig von der sterilen Auflage bedeckt wird und nicht bei der ersten kleinen Bewegung oder einem kleinen Lufthauch davonfliegt.

bei Blutungen

Kopf / Rumpf	Arm	Bein	Abtrennung / Teilabriss
	hochhalten		wenn möglich: hochhalten
Aufpressen auf Blutungsstelle	abdrücken		Aufpressen auf Blutungsstelle
wenn möglich: Druckverband	Druckverband	Druckverband	wenn möglich: Druckverband