



KINDERARZT GÜNTHER GOLLER

PRELLUNGEN, ZERRUNGEN, VERSTAUCHUNGEN, INSEKTENSTICHE



Wenn Kinder die Welt entdecken sind kleine Unfälle nahezu an der Tagesordnung. Prellungen, Zerrungen oder Verstauchungen sind zwar nicht dramatisch, aber ziemlich schmerzhaft. Ein unachtsamer Tritt und der Fuß knickt um oder das Handgelenk wird gestaucht. Bei einer Verstauchung oder Zerrung werden Gelenkbänder überdehnt. Das Gelenk schwillt an, oft verbunden mit einem Bluterguss. Das Kind kann zwar noch auftreten oder das Gelenk bewegen, aber es tut weh! Umschläge mit kaltem Wasser, Kühlkompressen oder mit einem Eiswürfel verschaffen hierbei Linderung: Durch den Kälteschock ziehen sich nämlich die Blutgefäße zusammen. Das drosselt die Durchblutung und weniger Blut und Gewebeflüssigkeit fließen ins umliegende Gewebe. So bleiben Beulen und Blutergüsse klein und der Schmerz lässt nach.

! Eis oder Kältekompressen nie direkt auf die Haut legen, sondern in ein Tuch einwickeln, sonst drohen Erfrierungen!

Ein kühlender Druckverband bremst ebenfalls die Schwellung. Dazu eine elastische Binde in kaltes Wasser tauchen und nass um die verletzte Stelle wickeln und wenn es auch schwerfällt: Jetzt ist Schonung angesagt, denn jede weitere Bewegung fördert die Durchblutung – und damit Schwellung und Bluterguss. Die verletzte Stelle am besten mit einem Kissen hochlagern und ruhig halten.

Wann zum Arzt?

Nicht immer kommen die Kleinen mit einem blauen Fleck davon. Schlimmere Verletzungen wie ein Bänderriss, eine Kapselschädigung, eine Knochenhautverletzung oder gar ein Bruch sind möglich. Ist der erste Schreck vorbei, müssen Eltern daher die Verletzung genau in Augenschein nehmen und einen Arzt aufsuchen, wenn

- das Kind auch zehn Minuten nach dem Unfall noch starke Schmerzen verspürt
- eine geprellte Stelle sehr stark anschwillt oder das Kind den betroffenen Körperteil schont
- ein Gelenk sehr dick ist und/oder die Schwellung trotz Kühlung nicht zurückgeht
- ein Gelenk nicht belastbar oder beweglich ist
- das Kind nach einem Sturz auf den Kopf über Übelkeit oder Schwindel klagt

Zur Behandlung von Bagatelverletzungen wie Prellungen, Zerrungen, Blutergüsse kennt die Kräutertherapie eine Reihe von pflanzlichen Arzneimitteln. Bei Schmerzen empfehlen sich Einreibungen mit Minzöl bzw. Pfefferminzöl. Sie können je nach Bedarf wiederholt werden. Man benutzt jeweils 4-6 Tropfen des reinen Öls.

Bei Blutergüssen können rosskastanienhaltige Salben verwendet werden, evtl. in Kombination mit feuchten Umschlägen. Zur Behandlung schlecht heilender Wunden können Johanniskrautöl oder Ringelblumenzubereitungen eingesetzt werden. Johanniskraut wirkt entzündungshemmend und ist zur Behandlung von scharfen und stumpfen Verletzungen, Muskelschmerzen und leichten Verbrennungen geeignet. Ringelblumenblüten werden zur Behandlung zur lokalen Behandlung von Entzündungen der Mund- und Rachenschleimhaut empfohlen.

Zur Behandlung von Schwellungen nach Insektenstichen eignet sich die

! Keine Anwendung von ätherischen Ölen im Gesicht von Säuglingen und Kindern: Gefahr des Atemstillstandes!

Zwiebel. Nehmen Sie eine frische Zwiebel, schälen Sie sie und zerquetschen die Knolle in einem Mörser oder ähnlichem. Nach einer halben Stunde wird der Presssaft abgeseiht und in kleinen Portionen eingefroren. Pressen Sie den Eiswürfel möglichst sofort nach einem Stich auf die Einstichstelle, bis er geschmolzen ist. Falls Sie keinen eingefrorenen Saft zur Verfügung haben, benutzen Sie eine frische Zwiebel.



DR. GÜNTHER GOLLER
Facharzt für Kinder-
und Jugendheilkunde

Eisackstraße 1
I-39040 Vahrn
Tel. 0472 055 658
info@med-goller.it