



Hand in Hand
Pflegedienst
Tagespflege



Informationsreihe

Nr. 3

Periphere arterielle Verschluss-
krankheit und Ulcus cruris

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

wir möchten, dass Sie körperlich aktiv und vital bleiben. Daher möchten wir Sie hiermit über die periphere arterielle Verschlusskrankheit (pAVK) und das Ulcus cruris arteriosum informieren. Denn das Wissen über Risiken ist der wichtigste Schritt zu einer wirksamen Prophylaxe (Vorbeugung).

Mit diesem Flyer möchten wir über Risikofaktoren und Gegenmaßnahmen aufklären, denn eine gute Zusammenarbeit mit Ihnen und Ihren Angehörigen liegt uns sehr am Herzen.

Was versteht man unter Ulcus cruris arteriosum?

In der Fachsprache wird für das sogenannte „offene Bein“ meist der Begriff Ulcus cruris (lat.: Ulcus = „Geschwür“ und crus „Schenkel, Unterschenkel“) verwendet. Er ist ein Sammelbegriff für offene, meistens nässende Wunden, die sich am Fuß oder Unterschenkel befinden und durch verschiedene krankhafte Veränderungen im arteriellen und venösen Gefäßsystem entstehen.

Wie kommt es zum Ulcus cruris?

1. Kreislaufsystem des Menschen

Das Kreislaufsystem des menschlichen Organismus setzt sich aus dem Herzen und den Blutgefäßen (Arterien, Venen

und Kapillaren) zusammen. Arterien sind die Blutgefäße, die sauerstoffreiches Blut vom Herzen zu den Organen und in die Extremitäten transportieren. Venen sind die Blutgefäße, die das Blut aus den Beinen zum Herzen zurücktransportieren. Dabei hilft die Muskelpumpe – vor allem die Wadenmuskulatur – mit. Außerdem verhindern die Klappen in den Venen, dass das Blut in die falsche Richtung strömt.

2. Ursachen für Durchblutungsstörungen

Mit zunehmendem Alter (ca. ab dem 55. – 65. Lebensjahr) kann es zu einem schleichenden Verschluss von Arterien durch Arteriosklerose (umgangssprachlich: Arterienverkalkung) kommen.



Diese Gefäßverengung ist ein langsam fortschreitender Krankheitsprozess, der alle Arterien des Körpers betreffen kann. Sie entsteht, wenn sich Blutfette, Blutgerinnsel, Bindegewebe und Kalk in den Gefäßwänden ablagern.

Hauptrisikofaktoren für die Entstehung der Arteriosklerose

- Rauchen
- Zuckerkrankheit (Diabetes mellitus)
- Bluthochdruck
- Fettstoffwechselstörungen (erhöhtes Cholesterin)
- Falsche Ernährung verbunden mit Übergewicht
- Bewegungsmangel

pAVK: Periphere arterielle Verschlusskrankheit

Die häufigste Ursache für eine pAVK ist die Arteriosklerose der mittleren und großen Gefäße der unteren Extremitäten. Die oben beschriebenen Ablagerungen (arterio-sklerotische Plaques) führen zu einer Verengung bzw. zum vollständigen Verschluss der betroffenen Arterien. Ist die Arterie etwa zu 90% verschlossen, werden die betroffenen Körperteile – Beine und Füße – nicht mehr ausreichend mit

Sauerstoff und Nährstoffen versorgt. Im Anfangsstadium reicht die Durchblutung noch aus, so dass noch keine Beschwerden beim Laufen auftreten. Nehmen die Gefäßverengungen weiter zu, entstehen Symptome wie

- Schmerzen in der Wade beim Gehen
- Schmerzen bei Hochlagerung
- Kalte, blasse, leicht bläuliche Haut

Nach dem Schweregrad der Symptome wird die pAVK in verschiedene Stadien (nach Fontaine) eingeteilt:

Stadium I: Beschwerdefreiheit

Stadium II a: schmerzfreie Gehstrecke über 200 m

Stadium II b: schmerzfreie Gehstrecke unter 200 m

Stadium III: Ischämischer Ruheschmerz

Stadium IV: Trophische Störungen wie Nekrosen, Gangrän (Absterben von Gewebe), Ulcus (Ulcus cruris-arteriosum)

Ulcus cruris arteriosum

Die Hauptursache für das Ulcus cruris arteriosum ist die pAVK. Das arteriell



bedingte Unterschenkelgeschwür stellt die schwerste Form der pAVK dar. Es kommt zum Substanzdefekt der Haut im Bereich der Unterschenkel. Am Fuß entstehen die Geschwüre häufig durch Druck des Schuhs an den Knochenvorsprüngen. Verletzungen (z.B. beim Fußnägel schneiden) können ebenfalls Auslöser für eine Geschwürbildung sein. Führen die Geschwüre zum Absterben von Muskelgewebe, kann sogar eine Amputation der betroffenen Gliedmaßen erforderlich werden.

Ulcus cruris mixtum

Als Ulcus cruris mixtum bezeichnet man ein Ulcus, für das die Ursachen des venösen und des arteriellen Ulcus cruris gleichermaßen verantwortlich sind. Es besteht also eine pAVK zusammen mit einer chronisch venösen Insuffizienz (CVI).

Vorbeugende Maßnahmen

Als pAVK-betroffene Person sollten Sie beachten, dass nicht nur die Arterien der Beine verengt sind, sondern gleichzeitig auch diejenigen, die das Herz und das Hirn versorgen. Deshalb besteht bei Ihnen gleichzeitig ein erhöhtes Risiko für einen Herzinfarkt oder Schlaganfall. Umso wichtiger ist es, die

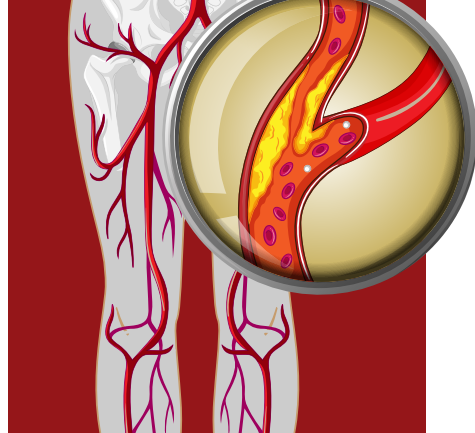
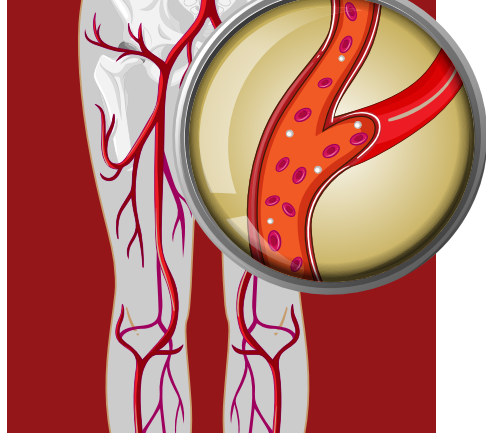
krankmachenden Faktoren zu bekämpfen. Durch Eigeninitiative können Sie die Heilung aktiv unterstützen:

- Achten Sie auf eine gesunde, ausgewogene, gemüse-, frucht- und eiweißreiche Ernährung.
- Achten Sie auf eine fettarme Ernährung! Meiden Sie vor allem gesättigte Fettsäuren. Diese sind in tierischem Fett und vor allem in frittierten Produkten wie Pommes oder Kartoffelchips enthalten, aber auch in Backwaren wie z. B. Keksen.
- Vermeiden / senken Sie Übergewicht.
- Verzichten Sie auf Zigaretten.
- Bewegen Sie sich regelmäßig und ausdauernd.
- Lassen Sie eine bestehende Zuckerkrankheit, Bluthochdruck oder einen erhöhten Cholesterinspiegel behandeln.

Bewegung als Gefäßschutz

Mit einem konsequenten Gehtraining verbessern Sie die Durchblutung in den Beinen und im ganzen Körper. Durch Muskelbewegung können sich um die





Engstelle herum kleine Blutgefäße neu bilden. So wird die schlecht durchblutete Beinregion wieder mit Sauerstoff und Nährstoffen versorgt. Außerdem können Sie feststellen, dass Sie durch die Aktivität weniger Schmerzen haben und sich Ihre Gehstrecke erheblich vergrößert. Jede Bewegung hilft zudem:

- die Blutfett- und Blutdruckwerte zu senken
- einen Diabetes mellitus positiv zu verändern
- Stress abzubauen
- Gewicht zu reduzieren

So verbessern Sie durch eigenes Training Ihre Lebensqualität und senken gleichzeitig das Risiko eines Gefäßverschlusses im Bein, eines Herzinfarkts oder eines Schlaganfalls.

Modernes Wundmanagement

Ist ein Ulcus aufgetreten, muss es je nach Schwere der Schädigung und des Stadiums fachgerecht versorgt werden. Die offenen Geschwüre des Ulcus cruris brauchen lange, um zu heilen. Deswegen sind Kenntnisse im Bereich des modernen Wundmanagements notwendig. Moderne Wundauflagen ermöglichen die richtige Lokaltherapie. Damit kennen sich unsere Fachkräfte aus.

Die Wundversorgung geschieht auf Verordnung des*r Arztes*Ärztin. Über den Ablauf der Wundversorgung werden Sie genauestens informiert. Gleichzeitig halten wir regelmäßig Rücksprache mit Ihrem*r behandelnden Arzt*Ärztin. Wenn Sie Fragen hierzu haben, stehen Ihnen unsere Pflegefachkräfte jederzeit zur Verfügung. Oder rufen Sie uns an, wir beraten Sie gerne.





Hand in Hand Pflegedienst Tagespflege

Periphere arterielle Verschlusskrankheit und Ulcus cruris: weitere Informationen für Sie

Zögern Sie bitte nicht, uns bei Fragen anzurufen oder uns eine E-Mail zu schreiben – wir nehmen uns gerne Zeit für Sie:

Telefon: 06281 – 56 56 858 · E-Mail: info@pflegehih.de

Des Weiteren erhalten Sie Beratung und Hilfe u. a. auch bei Ihrer Hausarztpraxis, im Sanitätshaus oder bei Ihrer Krankenkasse.

**Tipp: Fragen Sie Ihre Krankenkasse nach
Gefäßsportgruppen in Ihrer Region!**

© 2022 Ambulanter Pflegedienst Hand in Hand GmbH
Walldürner Straße 5 · 74722 Buchen (Odenwald)

Unerlaubte Verwendung, Weitergabe oder Vervielfältigung von Text, Grafiken oder Bildern sind ohne vorherige schriftliche Genehmigung ausdrücklich untersagt.

Bildmaterial: Adobestock, Seite 1 © NVB Stocker, Seite 5 © GraphicsRF

www.pflegehih.de

