

Ferienzeit ist Verletzungszeit – kleine Wunden richtig versorgen

Die Sommerferien sind für Kinder die schönste Zeit des Jahres – Spiel, Spaß und Bewegung stehen auf dem Programm. Doch mit der aktiven Freizeit steigt auch das Risiko kleiner Unfälle: aufgeschürfte Knie, Schnitte, Insektenstiche oder kleine Brandwunden gehören in dieser Zeit fast schon zum Alltag.

Schnelle Hilfe bei kleinen Wunden

Eine gute Erstversorgung ist entscheidend, um Infektionen zu vermeiden und die Heilung zu fördern. Wichtig ist, Wunden zuerst gründlich mit sauberem Wasser oder einer sterilen Kochsalzlösung zu reinigen. Verunreinigungen wie Sand, Splitter oder Gras sollten vorsichtig entfernt werden.

Danach empfiehlt sich ein desinfizierendes Spray oder Gel – diese wirken keimhemmend, ohne die Haut zusätzlich zu reizen.

Schutz ist besser als Kruste

Früher galt: Luft an die Wunde. Heute weiß man, dass ein feuchtes Wundmilieu die Heilung fördert. Moderne Wundaufgaben oder Pflaster mit Gelpolster bieten Schutz vor Bakterien, lindern Schmerzen und unterstützen die Zellregeneration. Gerade bei Kindern gibt es Pflaster in bunten Motiven, die auch seelisch trösten können.

Wann zum Arzt?

Kleine Verletzungen sind meist harmlos. Wenn die Wunde aber stark blutet, pocht, sich rötet, anschwillt oder nässt, ist ein Arztbesuch ratsam. Auch bei Tierbissen oder stark verschmutzten Wunden sollte ärztlich abgeklärt werden, ob eine Tetanusimpfung nötig ist.

Wundheilung unterstützen

Die richtige Pflege nach der



Foto: Blende 8

Apotheker Dr. Lutz Engelmann

Erstversorgung ist wichtig. Es gibt spezielle Wundgele, die für offene Wunden geeignet sind oder Heilsalben mit z.B. Dexpanthenol, die die Hautregeneration fördern. Auch eine ausgewogene Ernährung mit viel Vitamin C und Zink kann die Heilung von innen unterstützen.

Unser Apotheken-Tipp: Ihre individuelle Wundversorgung

In der Kurfürsten Apotheke beraten wir Sie gern, was in Ihre Haus- oder Reiseapotheke gehört. Von Pflastern über Desinfektionssprays bis hin zu Salben für die Wundheilung – wir stellen für Sie das passende Set zusammen. Auch für empfindliche oder allergieanfällige Haut bieten wir geeignete Produkte an

Fazit: Kleine Wunden sind im Sommer schnell passiert – mit der richtigen Versorgung und etwas Aufmerksamkeit heilen sie meist problemlos ab. Und die Ferien bleiben in guter Erinnerung – auch mit buntem Pflaster auf dem Knie.

**Ihr Apotheker
Dr. Lutz Engelmann**