



## Verletzungsfalle Alltag: Die meisten Unfälle passieren im Haushalt

Von *Rothenburg-Partner*

Erstellt am 2 Sep 2014 - 11:27

Laut der Deutschen Gesellschaft für Unfallchirurgie (DGU) verletzen sich sogar rund 2,73 Millionen Deutsche jedes Jahr im Haushalt. Dabei handelt es sich meistens um Verstauchungen, Prellungen, Schnitt- oder Brandwunden. Oftmals sind die Verletzungen halb so wild, sie tun zwar weh, sind aber nicht gefährlich. Allerdings sollten sie möglichst schnell und richtig versorgt werden. Mit der Einnahme natürlicher Enzymkombinationspräparate wird z.B. die Entzündungsreaktion abgeschwächt und gleichzeitig werden die Selbstheilungskräfte des Körpers aktiviert.

Gut vorbereitet für den Akutfall

Bei Schürfwunden und Schnittverletzungen sollte zunächst die Blutung gestillt werden. Und auch wenn es brennt: Desinfizieren Sie die betroffene Hautstelle, denn für Krankheitserreger sind offene Wunden eine hervorragende Gelegenheit, um in den menschlichen Organismus zu gelangen. Versorgen Sie anschließend die Verletzung mit einer Wund- und Heilsalbe und kleben entweder ein Pflaster darauf oder legen Sie bei größeren Verletzungen einen Verband an.

Bei Prellungen, Verstauchungen und Zerrungen ist schnelles Handeln gefragt. Um Einblutungen und Schwellungen zu verhindern, sollte zunächst die Durchblutung der betroffenen Stelle reduziert werden. Die wichtigsten Erste-Hilfe-Maßnahmen lassen sich mit der PECH-Regel zusammenfassen:

**Pause:** Sofort nach der Verletzung sollte der betroffene Körperteil nicht mehr belastet und ruhig gestellt werden.

**Eis:** Kälte ist das beste Mittel, um die Durchblutung zu mindern und so eine Schwellung, Rötung, Erwärmung und vor allem Schmerzen abzuschwächen.

**Compression:** Ein Druckverband kann zusätzlich dabei helfen, die Entstehung von Blutergüssen und Schwellungen zu minimieren.

**Hochlagern:** Um den Rückfluss des Blutes aus dem verletzten Gewebe zu erleichtern, den Druck zu senken und dadurch Schmerzen zu reduzieren, sollte die Körperpartie über Herzhöhe hochgelagert werden.

Bei Zerrungen, Prellungen und Verstauchungen ist es zudem sinnvoll, die Selbstheilungskräfte des Körpers anzuregen und die Entzündungsreaktion in die richtigen Bahnen zu lenken. Natürliche Enzyme können den Organismus hier wirksam unterstützen. Denn sie unterdrücken im Gegensatz zu klassischen Schmerzmitteln die Entzündung nicht, sondern regulieren und beschleunigen ihren Ablauf. Die natürlichen Enzyme Bromelain und Trypsin in Kombination mit dem Flavonoid Rutosid (wie in Wobenzym® plus) fangen überschüssige Botenstoffe ab, so dass die Entzündungsreaktion abgeschwächt wird. Die verschiedenen Wirkstoffe ergänzen sich in ihrer Wirkung und lindern die Beschwerden auf unterschiedliche Weise. Bromelain reduziert Schwellungen, Trypsin verbessert die Fließeigenschaften des Blutes und Rutosid unterstützt zusätzlich den abschwellenden Effekt und wirkt antioxidativ. Durch die verbesserte Durchblutung werden Muskeln und Gelenkknorpel verstärkt mit Sauerstoff und Nährstoffen versorgt. Im Vergleich zu klassischen Schmerzpräparaten wie Diclofenac zeigen Enzymkombinationspräparate wie Wobenzym® plus ein breiteres Wirkspektrum, eine nachhaltigere Wirkung und sind weitaus besser verträglich.



## Verletzungsfälle Alltag: Die meisten Unfälle passieren im Haushalt

Veröffentlicht auf medkom24 (<http://medkom24.eu>)

---

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 02:46): <http://medkom24.eu/node/19419>